

EFEKTIVITAS PENDEKATAN *FAMILY THERAPY* UNTUK MENGURANGI *SIBLING RIVALRY* PADA ANAK USIA 8-10 TAHUN DI DESA KABAT BANYUWANGI

Erma Putri Dwi Ambarsari^{1a}, Heriberthus Wicaksono^{2b}, Ratna Wulandari^{3c}

¹²³Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Banyuwangi

ermaputridwiambarsari@gmail.com

(*) Corresponding Author

ermaputridwiambarsari@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received : 10-12-2025

Revised : 18-1-2025

Accepted : 10-2-2025

KEYWORDS

Sibling Rivalry, Group Counseling, Family Therapy.

ABSTRACT

The study was conducted to determine the effectiveness of the family therapy approach to reduce sibling rivalry in children aged 8-10 years in Kabat Village, Banyuwangi. This study used a quasi-experiment with a pre-test and post-test group design. This study uses purposive sampling techniques to determine the sample, the sample taken consists of 5 families who have 2 children aged 8-10 years with a close age gap who experience high sibling rivalry problems. The data collection techniques used were sibling rivalry questionnaires, observations, and interviews. The researcher used a data analysis technique with a statistical program for social sciences (SPSS) version 21 test. The results of the study show that "Group Counseling with the Family Therapy approach is effective in overcoming sibling rivalry in children aged 8-10 years in Kabat village Banyuwangi" shows that the average sibling rivalry questionnaire score on the pre-test is 373 and the average sibling rivalry questionnaire score on the post-test is 277. This shows that there has been a decrease in the average sibling rivalry questionnaire results. The results of SPSS version 21 the produces value analysis data calculations are $27.49 > 2.132$, so because H_0 is rejected, H_a is accepted which reads "The Application of Family Therapy Has Proven Effective in Reducing Sibling Rivalry in Children aged 8-10 Years in The Village of Kabat Banyuwangi".

This is an open access article under the CC-BY-SA license.



PENDAHULUAN

Keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat dimana menjadi tempat pertama kali seorang anak belajar mengenal lingkungan sekitar, dan menjadi tempat bagi seorang anak tumbuh serta berkembang (Turniati, 2015). Keluarga juga menjadi tempat pertama individu belajar tentang cinta, kasih sayang, dan hubungan interpersonal yang sehat. Interaksi dalam keluarga mempengaruhi pola hubungan individu dengan saudara maupun dengan orang lain di luar keluarga. Keluarga menjadi lingkungan pertama di mana seorang anak mulai memahami lingkungan sekitarnya, dan juga menjadi tempat dimana perkembangan dan pertumbuhan anak dimulai sejak usia dini. Masa awal ini dianggap sebagai masa potensial (*golden age*) karena memiliki potensi besar, sehingga menjadi fase kritis dalam proses tumbuh kembang anak. Oleh karena itu, pertumbuhan dasar terjadi dan memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan anak pada tahap selanjutnya. Pada masa ini perkembangan kemampuan bahasa, kreatifitas, kesadaran sosial, kesadaran emosional, dan intelegensi berjalan sangat cepat (Padilah, R. 2018). Di dalam lingkungan keluarga, terdapat interaksi sosial yang berlangsung secara aktif dan berkelanjutan, sehingga dapat berfungsi sebagai penyampai nilai-nilai karakter dan moral. Keluarga juga sebagai lembaga pendidikan yang pertama dan utama, yang sangat menentukan akan masa depan suatu kehidupan keluarga. Oleh sebab itu, keluarga menjadi wadah dan tempat untuk tumbuh dan berkembangnya anak-anak (keluarga) secara keseluruhan (Framanta, G. M. 2020).

Setiap keluarga memiliki dinamika dan tantangan sendiri, salah satu tantangan yang sering muncul dalam keluarga adalah *sibling rivalry* atau persaingan antar saudara. Anak cenderung bersikap lebih nakal dan bersaing atas kehadiran adiknya, terlebih lagi ketika ia melihat ibunya sedang bersama adiknya menurut Armini, N. W. 2017 (dalam Kariyany, O. 2022). Bukan hanya pada adik kepada kakaknya saja rasa persaingan itu muncul, namun kakak ke adik juga bisa terjadi adanya persaingan. Mereka merasa cemburu karena harus berbagi perhatian dan kasih sayang dari orang tua. *Sibling rivalry* dapat terjadi pada berbagai rentan usia, namun *sibling rivalry* umumnya terjadi ketika masa kanak-kanak. Persaingan akan menurun ketika anak beranjak dewasa, dan komunikasi antar saudara lebih baik. Menurut Wati, L., (2020) *Sibling Rivalry* sering terjadi pada anak dengan jarak usia antara 1-3 tahun dan muncul pada usia 3-5 tahun kemudian muncul kembali pada usia 8-12 tahun, pada usia dini, anak-anak mulai mengembangkan identitas diri mereka dengan cara mempertahankan peran posisi mereka dalam keluarga. Mereka sering kali belum memiliki keterampilan yang begitu matang dalam mengungkapkan emosi dengan kata-kata. Sehingga mereka menggunakan perilaku agresif, seperti memukul atau merebut mainan dari adiknya sebagai cara untuk mengekspresikan rasa cemburu dan ketidakadilan yang mereka rasakan. Anak-anak sering kali merasa cemburu ketika perhatian orang tua terbagi setelah adanya perhatian lebih pada saudara lainnya. *Sibling rivalry* juga dapat dipengaruhi oleh sikap dan perilaku orang tua sendiri, ketidakadilan atau perbedaan perlakuan orang tua terhadap anak-anak juga dapat memicu persaingan diantara mereka.

Beberapa anak merasa tidak berharga atau merasa bahwa mereka tidak cukup baik, sehingga mereka membandingkan diri mereka dengan saudara mereka. Selain dampaknya kepada diri sendiri dan dampak kepada saudara, *sibling rivalry* juga berdampak pada orang lain. Apabila hubungan antara seorang anak dan saudara kandungnya tidak memuaskan, seringkali pola hubungan yang kurang baik tersebut akan tercermin dalam interaksi sosial anak di luar rumah. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan *sibling rivalry* pada anak usia dini adalah *Family Therapy*.

Family Therapy bertujuan membantu keluarga menjadi bahagia dan sejahtera dalam mencapai kehidupan efektif (Hadi, S, 2020). *Family Therapy* atau Terapi keluarga adalah upaya mengubah hubungan dalam keluarga untuk mencapai keharmonisan. Bantuan yang diberikan melalui sistem keluarga untuk membantu anggota keluarga khususnya anak. Ini bentuk terapi yang melibatkan keluarga inti untuk membantu memecahkan masalah dan meningkatkan hubungan diantara anggota keluarga. Ada banyak pendekatan lain yang dapat digunakan untuk menangani *sibling rivalry*, namun *family therapy* lebih efektif menjadi alternatif untuk mengurangi masalah *sibling rivalry*. Karena permasalahan ini terjadi pada anak usia dini, anak-anak masih dalam tahap perkembangan sosial yang tidak memungkinkan untuk dilakukannya konseling individu. Sehingga lebih efektif apabila melibatkan dinamika keluarga dalam penanganannya, sehingga hasilnya akan maksimal.

Menurut pengamatan penulis yang dilakukan di Desa Kabat Banyuwangi, ada beberapa keluarga yang anak mereka menunjukkan perilaku negatif yang mengarah *sibling rivalry*. Hasil dari observasi peneliti ditempat terdapat anak yang berperilaku agresif terhadap adiknya, yaitu anak tersebut memberikan buku kepada adiknya dengan cara dilempar, sehingga adiknya menangis. Anak yang mengalami *sibling rivalry* ini cenderung emosionalnya tinggi

seperti ketika dia marah selalu diekspresikan melalui ledakan amarah fisik seperti bertengkar, menggerutu, enggan berbicara, bandel susah di atur, suka cari perhatian, atau mengkritik dengan suara keras terhadap orang-orang yang menjadi penyebab amarah. Selain itu, anak juga mungkin lebih rentan merasakan perasaan iri hati terhadap saudara kandungnya. Berdasarkan permasalahan tersebut jika dibiarkan tanpa ada tanggapan terus menerus, maka anak yang mengalami *sibling rivalry* akan berpotensi merugikan orang lain, diri sendiri, prestasi belajar, dan menjadi kebiasaan buruk yang berkelanjutan. Menggunakan teknik *family therapy*, kami membantu anak supaya bisa mengubah perilaku yang kurang baik menjadi lebih baik ketika berinteraksi dengan keluarga maupun dengan orang lain.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi “Efektifitas Pendekatan *Family Therapy* Dalam Mengurangi *Sibling Rivalry* Pada Anak Usia 8-10 Tahun Di Desa Kabat Banyuwangi”. Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi penting bagi orang tua atau keluarga untuk mengubah *afeksi* anak dengan teknik *Family Therapy* yang lebih efektif untuk mengurangi *sibling rivalry* pada saat anak berinteraksi sosial dan menjadikan komunikasi antar anggota keluarga menjadi lebih terbuka.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan menggunakan jenis penelitian eksperimen. Jenis penelitian eksperimen merupakan pendekatan penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh treatment (perlakuan) tertentu (Arifin, 2020). Mengeksplorasi dampak variabel independen (pendekatan *family therapy*), terhadap variabel dependen, (*sibling rivalry* pada anak). Dengan menggunakan pendekatan ini, penelitian bertujuan untuk mengukur sejauh mana pengaruh variabel independen tersebut terhadap variabel dependen, dengan menggunakan analisis data kuantitatif untuk menafsirkan hasilnya. Penelitian ini menggunakan desain *One Group Pre-test Post-test*, suatu metode penelitian yang melibatkan tahap *pre-test* sebelum pemberian perlakuan dan *post-test* setelah perlakuan diberikan. Konsep *post-test* sebagai observasi yang dilakukan setelah eksperimen (O2), memberikan informasi lebih akurat karena memungkinkan perbandingan dengan kondisi sebelum perlakuan diberikan. Fokus penelitian ini adalah untuk mengevaluasi seberapa efektif pendekatan *family therapy* untuk mengurangi *sibling rivalry*. Melalui perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test*, penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik mengenai *family therapy* dalam menangani masalah *sibling rivalry* pada anak usia 8-10 tahun di desa Kabat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan di RT 2 RW 5 kompleks Masjid Al-Ihsan Hamdan. Masyarakat di sekitar Masjid Al-Ihsan Hamdan dikenal dengan kehidupan sosial dan budaya yang erat dan saling mendukung. Masjid menjadi pusat kegiatan ibadah seperti shalat lima waktu, shalat Jumat, dan shalat tarawih selama bulan ramadan. Selain itu, banyak kegiatan pengajian rutin, ceramah agama, dan kajian kitab yang diikuti oleh masyarakat sekitar. Semangat gotong royong sangat kuat di sini, terlihat dalam kegiatan kebersihan lingkungan, pembangunan fasilitas umum, dan bantuan kepada warga yang membutuhkan. Anak-anak di sekitar masjid sering mengikuti kegiatan TPA untuk belajar membaca Al-Quran dan pengetahuan dasar agama. Pelaksanaan penelitian dilakukan dengan memberikan *pre-test* berupa instrumen angket skala keterangan kemudian dilanjutkan dengan memberi layanan konseling kelompok pendekatan *family therapy* terhadap anak yang didampingi orangtua yang dijadikan sampel penelitian sebanyak lima kali melakukan *treatment*. Adapun rincian secara umum *treatment* konseling kelompok yang peneliti lakukan adalah dengan melakukan layanan konseling kelompok pendekatan *family therapy* kepada seluruh sampel penelitian berdasarkan hasil skor *pre-test* siswa yang memperoleh skor tinggi.

Tujuan dilakukan layanan *family therapy* kepada siswa yang menjadi sampel penelitian adalah untuk menggali lebih rinci tentang permasalahan yang dialami, dapat terbuka dalam menceritakan permasalahan dengan anggota kelompok yang lain, memperoleh wawasan, memperoleh saran dan pendapat yang banyak dari anggota lain sehingga banyak solusi dalam mengatasi permasalahan gangguan *sibling rivalry* yang dirasakan. Secara khusus rangkaian pemberian *treatment* yang peneliti lakukan adalah;

Pre-test diberikan kepada keluarga yang memiliki dua anak yang berusia 8-10 tahun dengan jarak kelahiran yang dekat 1-3 tahun berjumlah 10 keluarga yang dilaksanakan pada tanggal 1 Mei 2024 berupa instrumen kuesioner

skala *sibling rivalry*. Tingkat *sibling rivalry* anak dalam penelitian ini dikelompokkan dalam empat kategori, yaitu; Kategori sangat tinggi, tinggi, rendah, dan sangat rendah berdasarkan skor yang diperoleh oleh masing-masing anak pada saat *pre-test* (sebelum pemberian perlakuan atau *treatment*). Hasil yang didapat adalah adanya penurunan skor dari *pre-test* ke *post-test*. Hal ini merupakan indikasi bahwa konseling kelompok pendekatan *family therapy* dapat mengurangi *sibling rivalry* pada anak usia 8-10 tahun di Desa Kabat Banyuwangi.

Berdasarkan hasil uji t dengan Paired Samples Test menunjukkan rata-rata perbedaan antara nilai *pre-test* dan *post-test* adalah 23,00. *Std. deviation* dari perbedaan nilai adalah 1,870, menunjukkan variasi dalam perbedaan nilai *pre-test* dan *post-test*. *Std error mean* dari perbedaan rata-rata adalah 0.836, yang digunakan untuk menghitung interval kepercayaan dan uji t. Interval kepercayaan 95% untuk perbedaan rata-rata adalah dari 20,677 hingga 25,322. Karena interval ini tidak mencakup nol, ini menunjukkan bahwa perbedaan rata-rata kemungkinan besar signifikan. Nilai t adalah 27,49, yang menunjukkan seberapa jauh perbedaan rata-rata dari nol dalam satuan standar error. *Degree of freedom* adalah 4 (jumlah sampel - 1). *Sig. (2-tailed)* adalah 0.000, yang berarti perbedaan rata-rata ini sangat signifikan secara statistik (lebih kecil dari 0.05).

Berdasarkan nilai r_{hitung} pada output menunjukkan angka 27,49 ini terjadi penurunan indikator *sibling rivalry* pada responden yang diteliti. Dengan $db = n - 1$ diperoleh $db = 4$ pada taraf signifikan 5% maka didapatkan $t_{tabel} = 2,132$. Dari hasil korelasi 0,444 dengan nilai probabilitas dibawah 0,05 yaitu sebesar 0,000. Hal ini menyatakan korelasi antara rata-rata *pre-test* dengan *post-test* konseling dengan pendekatan *family therapy* adalah kuat dan signifikan.

Menurut Hadi (2019, hlm. 149), jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka H_0 ditolak. Yang berarti $27,49 > 2,132$, karena H_0 ditolak maka H_a diterima, dimana H_a berbunyi “konseling pendekatan *family therapy* efektif untuk mengatasi *sibling rivalry* pada anak usia 8-10 tahun di Desa Kabat Banyuwangi”.

Hipotesis pada penelitian ini adalah “Konseling dengan pendekatan *family therapy* efektif untuk mengatasi *sibling rivalry* pada anak usia 8-10 tahun di Desa Kabat Banyuwangi”. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan SPSS versi 21, hasil *treatment* konseling dengan pendekatan *family therapy* pada subjek yang terindikasi mengalami *sibling rivalry* pada penelitian ini menyatakan bahwa $r_{hitung} = 27,49$ dengan taraf signifikansi 0,05 maka diperoleh nilai $r_{tabel} = 2,132$. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$ atau $27,49 > 2,132$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa H_0 yang menyatakan “Konseling dengan pendekatan *family therapy* tidak efektif untuk mengatasi *sibling rivalry* pada anak usia 8-10 tahun di Desa Kabat Banyuwangi” ditolak. Sedangkan H_a yang menyatakan “Konseling dengan Pendekatan *family therapy* efektif untuk mengatasi *sibling rivalry* pada anak usia 8-10 tahun di Desa Kabat Banyuwangi” diterima.

PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang dilaksanakan di Desa Kabat pada anak usia 8-10 tahun yang mengalami *sibling rivalry* dan menjadi subjek penelitian ini, yang mana dimulai dari tahap pendahuluan sampai pelaksanaan kegiatan konseling dengan pendekatan *family therapy*, maka dapat disimpulkan yang menjadi jawaban dari rumusan masalah serta membuktikan hipotesis awal sebelum dilakukan penelitian. Kesimpulan yang dapat disampaikan yaitu: “konseling dengan pendekatan *family therapy* efektif untuk mengatasi *sibling rivalry* pada anak usia 8-10 tahun di Desa Kabat Banyuwangi “ dengan hasil perhitungan data $r_{hitung} > r_{tabel}$ atau $27,49 > 2,132$ dengan demikian karna H_0 ditolak maka H_a diterima. Hasil penelitian ini dapat menjadi rekomendasi bagi konselor ketika menghadapi konseli dengan permasalahan *sibling rivalry* yang sering dialami anak sekolah dasar yang masuk kategori anak usia dini, untuk mengantisipasi potensi terjadinya *sibling rivalry* tersebut dapat dilakukan dengan pendekatan *family therapy*.

DAFTAR PUSTAKA

Armini, N. W., Sriasih, N. G. K., Marhaeni, G. A., & Skm, M. (2017). Asuhan Kebidanan Neonatus, bayi, balita dan anak prasekolah. Penerbit andi.

-
- Framanta, G. M. (2020). Pengaruh lingkungan keluarga terhadap kepribadian anak. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 2(1), 126-129.
- Hadi, S., Putri, D. W. L., & Rosyada, A. (2020). Disharmoni Keluarga Dan Solusinya Perspektif *Family Therapy* (Studi Kasus Di Desa Telagawaru Kecamatan Labuapi Lombok Barat). *Tasâmuh*, 18(1), 114-137.
- Kariyany, O. F. A., Wicaksono, H., & Padillah, R. (2022). Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* Terhadap Perilaku *Sibling Rivalry* Siswa SD Negeri 3 Siliragung. *Bimbingan Dan Konseling Banyuwangi*, 1(2), 65-68.
- Padillah, R. (2018). Pengaruh Penggunaan Pop-up Book Terhadap Kemampuan Berbahasa Anak Prasekolah. *Jurnal BAJET*, 1(1), 130-135.
- Turniati, E., & Nusantara, E. (2015). Upaya mengatasi sibling rivalry melalui layanan konseling kelompok. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 4(4).
- Wati, L., Siagian, Y., & Kurniasih, D. (2020). Faktor dominan yang mempengaruhi Sibling rivalry pada anak usia toddler. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 1-10.