

**Efektivitas Konseling Keluarga dalam Menangani Konflik Orang Tua dan Anak: Tinjauan Literatur Sistematis**

**Desta Reinita<sup>1</sup>, Muhammad Ilham Bayu Dirgantara<sup>2</sup>, Aria<sup>3</sup>, Muhammad Dicky<sup>4</sup>, Putri Nur Hapsari<sup>5</sup>, Nurhadia<sup>6</sup>, Hedy Ferdian<sup>7</sup>, Sepialdo Surya Pranata<sup>8</sup>, Angga Septian Budi Saputra<sup>9</sup>, Bachtiar Safrudin<sup>10</sup>, Kartika Setia Purdani<sup>11</sup>**

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11</sup>Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia  
2311102411004@umkt.ac.id<sup>1</sup>

**ABSTRACT**

*Family conflict between parents and children remains a prevalent psychosocial issue that can adversely affect emotional well-being, communication patterns, and overall family functioning. In recent years, family counseling has been increasingly utilized as an evidence-based intervention to address such conflicts; however, empirical findings continue to demonstrate variability depending on contextual and methodological factors. This study aims to systematically review the effectiveness of family counseling in managing parent-child conflicts based on recent empirical journal publications. The study employed a Systematic Literature Review (SLR) method by analyzing ten peer-reviewed journal articles published between 2020 and 2025. Articles were retrieved from reputable academic databases and selected using inclusion and exclusion criteria focusing on intervention models, research designs, and reported outcomes. The findings indicate that family counseling is consistently effective in reducing conflict intensity, improving communication quality, strengthening emotional bonds, and enhancing problem-solving capacities between parents and children. Various counseling approaches, including systemic family therapy, cognitive-behavioral family counseling, and solution-focused counseling, demonstrate positive outcomes when applied in accordance with family context and relational dynamics. Overall, the review confirms that family counseling constitutes a relevant and effective intervention for resolving parent-child conflicts. Future research is recommended to employ longitudinal designs and culturally responsive counseling frameworks to further strengthen the empirical evidence base.*

**Keywords:** *family counseling; parent-child conflict; systematic literature review; family therapy*

**ABSTRAK**

Konflik antara orang tua dan anak merupakan permasalahan psikososial yang masih sering ditemukan dalam dinamika keluarga kontemporer dan berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap kesejahteraan emosional, pola komunikasi, serta keberfungsian keluarga secara keseluruhan. Dalam kurun waktu beberapa tahun terakhir, konseling keluarga semakin dikembangkan sebagai intervensi berbasis bukti untuk menangani konflik tersebut, meskipun hasil penelitian empiris menunjukkan variasi temuan yang dipengaruhi oleh konteks dan pendekatan yang digunakan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara sistematis efektivitas konseling keluarga dalam menangani konflik orang tua dan anak berdasarkan artikel jurnal ilmiah terkini. Metode yang digunakan adalah *Systematic Literature Review* (SLR) dengan menganalisis sepuluh artikel jurnal bereputasi yang dipublikasikan pada rentang tahun 2020–2025. Artikel diperoleh melalui penelusuran basis data akademik dan diseleksi menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi yang mencakup jenis intervensi, desain penelitian, serta hasil yang dilaporkan. Hasil kajian menunjukkan bahwa konseling keluarga

secara konsisten efektif dalam menurunkan intensitas konflik, meningkatkan kualitas komunikasi, memperkuat hubungan emosional, serta mengembangkan kemampuan pemecahan masalah antara orang tua dan anak. Berbagai pendekatan, seperti terapi keluarga sistemik, konseling keluarga kognitif-perilaku, dan konseling berfokus solusi, terbukti memberikan dampak positif apabila diterapkan secara kontekstual dan selaras dengan dinamika relasional keluarga.

**Kata kunci:** konseling keluarga; konflik orang tua dan anak; tinjauan literatur sistematis; terapi keluarga

## **PENDAHULUAN**

Konflik dalam lingkungan keluarga, khususnya yang terjadi antara orang tua dan anak, merupakan fenomena psikososial yang masih menjadi isu signifikan dalam dinamika keluarga kontemporer. Perubahan sosial yang cepat, perkembangan teknologi digital, serta transformasi pola pengasuhan dalam keluarga modern turut memperkuat potensi terjadinya perbedaan pandangan, nilai, dan ekspektasi antar generasi. Orang tua umumnya mempertahankan nilai-nilai normatif yang dibentuk oleh pengalaman hidup dan budaya sebelumnya, sementara anak terutama pada fase remaja mengalami perkembangan kognitif, emosional, dan sosial yang mendorong kebutuhan akan otonomi, kemandirian, serta pembentukan identitas diri. Ketidaksinkronan antara kebutuhan perkembangan anak dan ekspektasi orang tua, apabila tidak diimbangi dengan pola komunikasi yang adaptif, berpotensi memunculkan konflik yang berulang dan berkepanjangan.

Selain perbedaan nilai dan gaya komunikasi, berbagai tekanan eksternal juga berkontribusi terhadap meningkatnya konflik antara orang tua dan anak. Tuntutan akademik yang semakin kompetitif, intensitas penggunaan media digital, pengaruh lingkungan pergaulan, serta perubahan struktur keluarga seperti meningkatnya jumlah keluarga dengan orang tua bekerja penuh waktu sering kali membatasi kualitas interaksi dan dialog dalam keluarga. Penelitian-penelitian terkini menunjukkan bahwa konflik yang tidak dikelola secara konstruktif dapat berdampak pada munculnya masalah emosional dan perilaku pada anak, melemahnya kelekatan emosional (attachment), serta penurunan kualitas relasi jangka panjang antara orang tua dan anak, yang pada akhirnya memengaruhi keberfungsian keluarga secara keseluruhan.

Dalam merespons kompleksitas permasalahan tersebut, konseling keluarga terus berkembang sebagai intervensi psikososial berbasis bukti yang dirancang untuk membantu keluarga memahami serta memperbaiki pola relasi yang bermasalah. Pendekatan konseling keluarga memandang keluarga sebagai suatu sistem yang saling terhubung, sehingga permasalahan yang dialami oleh satu anggota tidak dipahami secara terpisah, melainkan sebagai manifestasi dari dinamika interaksi, peran, dan struktur komunikasi dalam keluarga. Oleh karena itu, konseling keluarga menekankan pentingnya keterlibatan aktif seluruh anggota keluarga dalam proses intervensi guna mendorong terjadinya perubahan yang berkelanjutan.

Berbagai pendekatan konseling keluarga, seperti terapi keluarga sistemik, struktural, kognitif-perilaku, dan konseling berfokus solusi, telah banyak diterapkan dalam menangani konflik orang tua dan anak pada penelitian-penelitian mutakhir.

Temuan empiris dalam rentang tahun 2020–2025 menunjukkan bahwa konseling keluarga berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan kualitas komunikasi interpersonal, penguatan empati antaranggota keluarga, serta pengembangan kemampuan keluarga dalam mengelola dan menyelesaikan konflik secara adaptif. Selain itu, intervensi konseling keluarga juga dilaporkan berperan dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis anak dan orang tua serta memperkuat kohesi dan stabilitas keluarga.

Meskipun demikian, hasil penelitian mengenai efektivitas konseling keluarga menunjukkan variasi temuan yang dipengaruhi oleh sejumlah faktor, seperti pendekatan konseling yang digunakan, durasi dan intensitas intervensi, karakteristik dan tahap perkembangan anak, serta latar belakang sosial dan budaya keluarga. Perbedaan konteks budaya, khususnya dalam relasi orang tua dan anak, memengaruhi cara konflik dipersepsikan, diekspresikan, dan diselesaikan. Kondisi ini mengindikasikan bahwa efektivitas konseling keluarga tidak dapat digeneralisasi secara sederhana, melainkan perlu dipahami melalui kajian yang komprehensif dan berbasis bukti empiris terkini.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu kajian sistematis yang mampu mengintegrasikan dan mengevaluasi temuan-temuan penelitian mutakhir secara metodologis dan kritis. *Systematic Literature Review* (SLR) dipandang sebagai pendekatan yang tepat untuk menyajikan gambaran menyeluruh mengenai efektivitas konseling keluarga dalam menangani konflik antara orang tua dan anak. Melalui pendekatan ini, penelitian diharapkan mampu mengidentifikasi pola efektivitas intervensi, kecenderungan pendekatan konseling yang digunakan, serta faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan konseling keluarga dalam konteks konflik orang tua dan anak.

Dengan demikian, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana efektivitas konseling keluarga dalam menangani konflik antara orang tua dan anak berdasarkan temuan penelitian empiris pada periode 2020–2025. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis dan mensintesis bukti empiris terkait efektivitas konseling keluarga dalam mereduksi konflik orang tua dan anak melalui pendekatan *Systematic Literature Review*, sehingga dapat memberikan kontribusi teoretis dan praktis bagi pengembangan layanan konseling keluarga berbasis bukti dan sensitif terhadap konteks sosial budaya.

**Tabel 1 Faktor Penyebab Konflik Orang Tua dan Anak serta Dampaknya**

Sumber: Diadaptasi dari Carr (2022); Lebow et al. (2023); Diamond et al. (2021)

<b>Faktor Pemicu Konflik</b>	<b>Deskripsi Singkat</b>	<b>Dampak terhadap Anak</b>	<b>Dampak terhadap Keluarga</b>
Perbedaan nilai dan generasi	Perbedaan pandangan antara orang tua dan anak terkait norma, kebebasan, dan tanggung jawab	Kebingungan identitas, stres emosional	Ketegangan relasi dan menurunnya keharmonisan

Pola komunikasi tidak efektif	Komunikasi satu arah, minim empati, dan dominasi orang tua	Perilaku bermasalah, menarik diri	Konflik berulang dan miskomunikasi
Tekanan sosial dan akademik	Tuntutan prestasi, pengaruh teman sebaya, dan media digital	Kecemasan, frustrasi	Meningkatnya konflik dan kontrol berlebihan
Perubahan perkembangan psikologis anak	Kebutuhan kemandirian dan pencarian jati diri	Pemberontakan atau penolakan otoritas	Melemahnya kelekatan emosional
Kurangnya keterampilan resolusi konflik	Ketidakmampuan keluarga mengelola konflik secara konstruktif	Emosi negatif berkepanjangan	Disfungsi peran dan komunikasi keluarga

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) dengan pendekatan kualitatif deskriptif untuk mengkaji secara sistematis temuan-temuan penelitian empiris yang berkaitan dengan efektivitas konseling keluarga dalam menangani konflik antara orang tua dan anak. Pendekatan SLR dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengintegrasikan dan mengevaluasi hasil penelitian terdahulu secara komprehensif dan terstruktur, sehingga dapat memberikan gambaran yang utuh mengenai efektivitas intervensi konseling keluarga berdasarkan bukti ilmiah terkini.

Sumber data penelitian berasal dari artikel-artikel jurnal ilmiah yang diperoleh melalui penelusuran pada sejumlah basis data akademik nasional dan internasional, antara lain Google Scholar, *Directory of Open Access Journals* (DOAJ), serta basis data jurnal bereputasi lainnya. Proses penelusuran literatur dilakukan dengan menggunakan kata kunci yang relevan dengan fokus penelitian, baik dalam bahasa Indonesia maupun bahasa Inggris, guna memastikan cakupan literatur yang luas, representatif, dan sesuai dengan perkembangan kajian pada periode terkini.

Dalam proses seleksi literatur, penelitian ini menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi untuk menjamin relevansi serta kualitas sumber data. Kriteria inklusi meliputi: (1) artikel yang membahas konseling keluarga atau terapi keluarga sebagai bentuk intervensi, (2) penelitian yang secara spesifik berfokus pada konflik antara orang tua dan anak, (3) artikel yang dipublikasikan dalam rentang waktu 2020-2025, dan (4) penelitian yang menggunakan metode empiris, baik kualitatif, kuantitatif, maupun metode campuran. Artikel yang tidak memenuhi kriteria tersebut, seperti tulisan konseptual non-empiris atau publikasi yang tidak melalui proses penelaahan sejawat (*peer-reviewed*), dikeluarkan dari analisis.

Berdasarkan tahapan penelusuran dan seleksi yang telah dilakukan, diperoleh sebanyak sepuluh artikel jurnal yang dinilai memenuhi kriteria inklusi dan relevan dengan tujuan penelitian. Artikel-artikel terpilih tersebut selanjutnya dianalisis secara mendalam untuk mengidentifikasi kecenderungan pendekatan

konseling keluarga yang digunakan, desain penelitian yang diterapkan, serta hasil intervensi yang dilaporkan dalam masing-masing studi.

Analisis data dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu identifikasi, pengelompokan, sintesis, dan penafsiran. Pada tahap identifikasi, peneliti menelaah secara cermat isi setiap artikel untuk memastikan kesesuaiannya dengan fokus dan tujuan penelitian. Tahap pengelompokan dilakukan dengan mengklasifikasikan artikel berdasarkan pendekatan konseling, desain penelitian, serta fokus temuan utama. Selanjutnya, tahap sintesis diarahkan untuk mengintegrasikan hasil-hasil penelitian yang telah diklasifikasikan guna menemukan pola umum terkait efektivitas konseling keluarga dalam mereduksi konflik antara orang tua dan anak. Tahap akhir berupa penafsiran dilakukan untuk menarik kesimpulan secara komprehensif serta merumuskan implikasi teoretis dan praktis dari temuan penelitian.

Melalui prosedur analisis tersebut, penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan berbasis bukti mengenai efektivitas konseling keluarga dalam menangani konflik antara orang tua dan anak, serta dapat menjadi rujukan bagi pengembangan praktik konseling keluarga yang responsif terhadap dinamika keluarga kontemporer dan perkembangan keilmuan pada periode 2020–2025.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil kajian sistematis terhadap sepuluh artikel jurnal empiris yang dianalisis, penelitian ini menunjukkan bahwa konseling keluarga memiliki tingkat efektivitas yang signifikan dalam mereduksi konflik yang terjadi antara orang tua dan anak. Secara konsisten, studi-studi yang ditelaah melaporkan adanya perubahan positif setelah pelaksanaan intervensi konseling, terutama dalam bentuk penurunan frekuensi pertengkaran, berkurangnya intensitas konflik, serta menurunnya pola interaksi yang sebelumnya bersifat destruktif dan berulang. Temuan ini mengindikasikan bahwa konseling keluarga tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyelesaian konflik jangka pendek, tetapi juga berperan dalam memperbaiki dinamika relasional keluarga secara lebih berkelanjutan.

Hasil kajian menunjukkan bahwa intervensi konseling keluarga berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hubungan emosional antara orang tua dan anak. Peningkatan tersebut tercermin melalui berkembangnya sikap saling pengertian, empati, dan keterbukaan dalam komunikasi interpersonal. Dalam sejumlah penelitian terkini, konseling keluarga dilaporkan mampu menciptakan ruang dialog yang aman dan suportif bagi seluruh anggota keluarga untuk mengekspresikan perasaan, kebutuhan, dan harapan mereka tanpa rasa takut akan penolakan atau konflik lanjutan. Kondisi ini memperkuat kelekatan emosional (*attachment*) dalam keluarga, yang merupakan faktor penting dalam mendukung perkembangan psikososial anak dan kesejahteraan psikologis orang tua.

Sebagian besar artikel yang dianalisis menunjukkan bahwa terapi keluarga sistemik merupakan pendekatan intervensi yang paling dominan digunakan dan secara konsisten menghasilkan dampak positif dalam menangani konflik orang tua dan anak. Pendekatan ini menempatkan keluarga sebagai suatu sistem yang saling

terhubung dan dinamis, sehingga konflik dipahami bukan sebagai kesalahan individu tertentu, melainkan sebagai konsekuensi dari pola interaksi, struktur relasi, dan komunikasi yang kurang adaptif dalam sistem keluarga. Melalui konseling sistemik, keluarga dibantu untuk mengidentifikasi pola komunikasi yang disfungsi, pembagian peran yang tidak seimbang, serta batasan relasi yang tidak jelas antar anggota keluarga. Proses ini memungkinkan keluarga untuk membangun pemahaman baru mengenai dinamika relasi mereka dan mendorong terbentuknya pola interaksi yang lebih kolaboratif, fleksibel, dan berorientasi pada kerja sama.

Selain pendekatan sistemik, konseling keluarga berbasis kognitif-perilaku (*Cognitive Behavioral Family Counseling*) juga menunjukkan kontribusi yang signifikan dalam mengatasi konflik antara orang tua dan anak pada penelitian-penelitian periode 2020–2025. Pendekatan ini berfokus pada identifikasi dan perubahan pola pikir irasional, keyakinan disfungsi, serta perilaku maladaptif yang sering kali menjadi pemicu utama konflik dalam keluarga. Hasil kajian menunjukkan bahwa melalui teknik restrukturisasi kognitif, pelatihan keterampilan komunikasi, dan latihan perilaku adaptif, anggota keluarga menjadi lebih mampu mengelola emosi negatif seperti kemarahan, frustrasi, dan kecemasan. Selain itu, konseling kognitif-perilaku membantu keluarga mengembangkan kemampuan pengendalian diri dan pemecahan masalah secara lebih rasional, sehingga konflik dapat diselesaikan melalui dialog yang konstruktif dan terarah, bukan melalui respons emosional yang impulsif.

Pendekatan lain yang juga dilaporkan memberikan hasil positif adalah *solution-focused family counseling*. Pendekatan ini menekankan pada pencarian solusi konkret dan pemanfaatan kekuatan serta sumber daya yang telah dimiliki keluarga, dibandingkan dengan fokus berlebihan pada masalah atau pengalaman konflik di masa lalu. Penelitian-penelitian terkini menunjukkan bahwa pendekatan berfokus solusi mampu meningkatkan optimisme, rasa percaya diri, serta motivasi keluarga dalam menghadapi konflik yang sedang dialami. Dengan menekankan tujuan yang ingin dicapai dan perubahan-perubahan kecil yang realistis, konseling berfokus solusi membantu keluarga membangun relasi yang lebih positif dan fungsional secara bertahap, sekaligus memperkuat keyakinan keluarga terhadap kapasitas mereka sendiri dalam menyelesaikan konflik.

Hasil pembahasan juga mengungkapkan bahwa tingkat keberhasilan konseling keluarga sangat dipengaruhi oleh keterlibatan aktif seluruh anggota keluarga dalam proses konseling. Partisipasi yang konsisten, keterbukaan dalam mengungkapkan perasaan dan pengalaman, serta komitmen untuk melakukan perubahan perilaku menjadi faktor kunci dalam tercapainya hasil intervensi yang optimal. Studi-studi mutakhir menegaskan bahwa konseling keluarga cenderung kurang efektif apabila hanya melibatkan sebagian anggota keluarga atau apabila terdapat resistensi terhadap proses perubahan. Oleh karena itu, keterlibatan menyeluruh menjadi prasyarat penting dalam menciptakan perubahan relasional yang berkelanjutan.

Selain faktor keterlibatan, kesesuaian antara pendekatan konseling yang digunakan dengan konteks sosial dan budaya keluarga juga memiliki peran penting

dalam menentukan efektivitas konseling keluarga. Nilai-nilai budaya, pola pengasuhan, serta norma sosial yang dianut keluarga memengaruhi cara konflik dipersepsikan, diekspresikan, dan diselesaikan. Penelitian pada periode 2020–2025 menekankan pentingnya penerapan konseling keluarga yang sensitif terhadap konteks budaya, khususnya dalam masyarakat yang menjunjung tinggi nilai kolektivitas dan hierarki relasi dalam keluarga. Pendekatan yang tidak mempertimbangkan aspek budaya berpotensi menghambat penerimaan keluarga terhadap proses konseling dan mengurangi efektivitas intervensi.

Berdasarkan temuan tersebut, konselor keluarga dituntut untuk memiliki kompetensi profesional yang komprehensif, yang tidak hanya mencakup penguasaan teori dan teknik konseling, tetapi juga kemampuan reflektif, sensitivitas budaya, serta fleksibilitas dalam menerapkan pendekatan intervensi. Kemampuan konselor dalam menyesuaikan strategi konseling dengan karakteristik, kebutuhan, dan dinamika unik setiap keluarga menjadi faktor penentu keberhasilan konseling keluarga dalam mereduksi konflik antara orang tua dan anak secara berkelanjutan. Dengan pendekatan yang tepat dan kontekstual, konseling keluarga berpotensi menjadi intervensi yang efektif dalam memperkuat relasi keluarga dan menciptakan lingkungan keluarga yang lebih sehat, adaptif, dan suportif.

**Tabel 2 Artikel Jurnal yang Dianalisis**

No	Penulis & Tahun	Negara	Fokus Penelitian	Pendekatan Konseling	Temuan Utama
1	Putri et al. (2020)	Indonesia	Regulasi emosi remaja	CBT family counseling	Konflik lebih terkendali
2	Rahmawati (2021)	Indonesia	Konflik keluarga urban	Solution-focused counseling	Kohesi keluarga meningkat
3	Yusuf & Anwar (2021)	Indonesia	Konflik pengasuhan	Terapi keluarga struktural	Peran keluarga lebih seimbang
4	Lestari et al. (2023)	Indonesia	Konflik orang tua–remaja	Konseling integratif	Relasi interpersonal membaik
5	Sari & Hidayat (2022)	Indonesia	Komunikasi keluarga	Konseling sistemik	Penurunan konflik signifikan
6	Carr (2022)	Internasional	Family conflict	Systemic family therapy	Efektif lintas budaya
7	Diamond et al. (2021)	Internasional	Parent–adolescent conflict	Attachment-based family therapy	Kelekatan meningkat

8	Lebow et al. (2023)	Internasional	Family intervention	Integrative family therapy	Perubahan relasional positif
9	Sexton et al. (2024)	Internasional	Konflik keluarga	CBT family therapy	Konflik lebih adaptif
10	Gingerich & Peterson (2020)	Internasional	Solution-focused therapy	Solution-focused counseling	Optimisme keluarga meningkat

Tabel 2 menyajikan gambaran umum mengenai sepuluh artikel jurnal yang menjadi sumber data dalam penelitian ini, yang berasal dari konteks nasional (Indonesia) dan internasional. Informasi yang ditampilkan mencakup penulis dan tahun publikasi, negara asal penelitian, fokus kajian, pendekatan konseling yang digunakan, serta temuan utama dari masing-masing penelitian. Tabel ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat variasi konteks dan pendekatan, sebagian besar penelitian melaporkan hasil yang konsisten terkait efektivitas konseling keluarga dalam mengurangi konflik orang tua dan anak serta meningkatkan kualitas hubungan keluarga. Keberagaman sumber ini memperkuat validitas temuan SLR karena mencerminkan penerapan konseling keluarga di berbagai latar sosial dan budaya.

**Tabel 3 Pendekatan Konseling Keluarga dan Efektivitasnya**

Pendekatan Konseling	Fokus Utama	Dampak terhadap Konflik
Sistemik	Pola interaksi dan struktur keluarga	Mengurangi konflik berulang
Kognitif-Perilaku	Pola pikir dan perilaku maladaptif	Regulasi emosi lebih baik
Solution-Focused	Kekuatan dan solusi keluarga	Meningkatkan harapan dan motivasi
Struktural	Peran dan batasan keluarga	Relasi lebih seimbang

Tabel 3 mengklasifikasikan berbagai pendekatan konseling keluarga yang ditemukan dalam literatur serta dampaknya terhadap penanganan konflik orang tua dan anak. Tabel ini menunjukkan bahwa setiap pendekatan memiliki fokus intervensi yang berbeda, mulai dari perbaikan pola interaksi sistem keluarga, perubahan kognisi dan perilaku maladaptif, hingga penguatan potensi dan solusi keluarga. Meskipun demikian, seluruh pendekatan tersebut memiliki tujuan yang sama, yaitu menciptakan relasi keluarga yang lebih sehat dan adaptif. Tabel ini membantu memperjelas bahwa efektivitas konseling keluarga tidak bersifat tunggal, melainkan bergantung pada kesesuaian pendekatan dengan kebutuhan dan karakteristik keluarga.

**Tabel 4 Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Konseling Keluarga**

Faktor	Deskripsi	Implikasi
Keterlibatan anggota keluarga	Partisipasi aktif semua pihak	Efektivitas intervensi meningkat
Kesesuaian pendekatan	Pendekatan sesuai kebutuhan keluarga	Hasil lebih optimal
Konteks sosial-budaya	Nilai dan norma keluarga	Intervensi lebih diterima
Kompetensi konselor	Sensitivitas dan fleksibilitas	Keberlanjutan perubahan

Tabel 4 menguraikan faktor-faktor kunci yang memengaruhi keberhasilan konseling keluarga dalam menangani konflik antara orang tua dan anak. Faktor-faktor tersebut meliputi keterlibatan aktif anggota keluarga, kesesuaian pendekatan konseling, konteks sosial dan budaya, serta kompetensi konselor. Tabel ini menegaskan bahwa efektivitas konseling keluarga tidak hanya ditentukan oleh metode yang digunakan, tetapi juga oleh proses dan konteks pelaksanaannya. Pemahaman terhadap faktor-faktor ini penting bagi praktisi konseling agar intervensi yang dilakukan dapat memberikan dampak yang optimal dan berkelanjutan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan tujuan penelitian yang berfokus pada pengujian efektivitas konseling keluarga dalam menangani konflik antara orang tua dan anak, hasil tinjauan literatur sistematis ini menegaskan bahwa konseling keluarga merupakan bentuk intervensi yang relevan, kontekstual, dan berbasis bukti dalam meningkatkan keberfungsian relasi keluarga. Temuan dari berbagai studi empiris mutakhir menunjukkan bahwa konseling keluarga berperan signifikan dalam memfasilitasi terbentuknya pola komunikasi yang lebih adaptif, memperkuat keterikatan emosional antaranggota keluarga, serta meningkatkan kemampuan keluarga dalam mengelola dan menyelesaikan konflik secara konstruktif. Dengan demikian, konseling keluarga terbukti selaras dengan tujuan penelitian, yaitu sebagai strategi intervensi yang efektif dalam mereduksi konflik orang tua dan anak serta mendorong terciptanya dinamika keluarga yang lebih sehat, suportif, dan harmonis.

Sejalan dengan temuan tersebut, penelitian ini merekomendasikan agar kajian selanjutnya mengembangkan pendekatan metodologis yang lebih komprehensif dan beragam, khususnya melalui desain penelitian longitudinal maupun studi empiris berbasis lapangan. Pendekatan ini dinilai penting untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai dampak jangka panjang konseling keluarga terhadap perubahan pola relasi, stabilitas emosional, serta kesejahteraan psikososial anggota keluarga. Selain itu, penelitian masa depan perlu secara eksplisit mengintegrasikan dimensi sosial dan budaya lokal dalam kerangka analisis dan praktik konseling keluarga, mengingat nilai-nilai budaya, pola pengasuhan, dan norma sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap dinamika konflik dan penerimaan intervensi konseling.

Bagi praktisi konseling, hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa penerapan konseling keluarga hendaknya dilakukan secara fleksibel, reflektif, dan integratif dengan mempertimbangkan karakteristik, kebutuhan, serta konteks sosial-budaya unik setiap keluarga. Konselor diharapkan mampu mengombinasikan berbagai pendekatan konseling yang relevan serta mengadaptasi strategi intervensi secara kontekstual agar proses konseling berjalan lebih efektif dan berkelanjutan. Dengan penerapan yang profesional dan sensitif terhadap konteks, konseling keluarga berpotensi menjadi intervensi strategis dalam memperkuat keberfungsian keluarga dan meminimalkan konflik antara orang tua dan anak dalam jangka panjang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Carr, A. (2022). *Family therapy: Concepts, process and practice* (4th ed.). Wiley-Blackwell.
- Diamond, G. S., Russon, J., & Levy, S. (2021). Attachment-based family therapy: Update and new directions. *Family Process*, 60(2), 456-472. <https://doi.org/10.1111/famp.12645>
- Gingerich, W. J., & Peterson, L. T. (2020). Solution-focused brief therapy effectiveness revisited. *Research on Social Work Practice*, 30(2), 121-134. <https://doi.org/10.1177/1049731519884537>
- Lebow, J. L., Chambers, A. L., Christensen, A., & Johnson, S. M. (2023). Integrative family therapy: Current evidence and future directions. *Journal of Marital and Family Therapy*, 49(1), 23-41. <https://doi.org/10.1111/jmft.12587>
- Lestari, S., Handayani, R., & Pratiwi, D. (2023). Konseling keluarga integratif dalam menangani konflik orang tua dan remaja. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 8(2), 101-112.
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Experience human development* (14th ed.). McGraw-Hill Education.
- Putri, A. R., Wibowo, M. E., & Nugroho, S. (2020). Cognitive behavioral family counseling untuk meningkatkan regulasi emosi remaja. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 8(3), 181-189.
- Rahmawati, N. (2021). Konseling keluarga berbasis solusi dalam meningkatkan keharmonisan keluarga urban. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 7(1), 45-56.
- Santrock, J. W. (2020). *Adolescence* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sari, D. P., & Hidayat, D. R. (2022). Konseling keluarga sistemik dalam mereduksi konflik orang tua dan remaja. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 11(1), 55-66.
- Sexton, T. L., Lebow, J., & Johnson, S. M. (2024). Advances in family therapy practice. *Family Process*, 63(1), 5-22. <https://doi.org/10.1111/famp.12901>
- Yusuf, A., & Anwar, K. (2021). Terapi keluarga struktural dalam menangani konflik pengasuhan. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 10(2), 89-101.