

**P ISSN : 2503 - 1708**

**E ISSN : 2722 - 7340**

# **REALITA**

*Jurnal Bimbingan dan Konseling*

<b>JURNAL REALITA</b>	<b>VOLUME 10</b>	<b>NOMOR 2</b>	<b>EDISI Oktober 2025</b>	<b>P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340</b>
---------------------------	----------------------	--------------------	-------------------------------	--

Diterbitkan oleh:

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**

**REALITA**  
**JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING**  
*Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*

**DEWAN REDAKASI**

**Pelindung** : Rektor Universitas Pendidikan Mandalika  
**Penasehat** : Dekan FIPP Universitas Pendidikan Mandalika  
**Penanggung Jawab** : Kaprodi BK FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

**Editors in Chief**

Hariadi Ahmad, M.Pd (Sinta ID: 259141) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Editors**

Dr. I Made Sonny Gunawan, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6703866) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Prof. Dr. Arbin Janu Setiowati, M.Pd (SINTA ID: 6027283) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang, Malang, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Wiryo Nuryono, M.Pd (SINTA ID: 6003969) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Roro Umy Badriyah, M.Pd., Kons. (SINTA ID: 6672737) Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, Bali, Indonesia

Dr. Hasrul, S.PdI., M.Pd. (SINTA ID: 6894856) Pendidikan Guru Sekolah Dasar Institut Sains dan Pendidikan Kie Raha Maluku Utara, Ternate, Maluku Utara, Indonesia

Mustakim, M.Pd. (Sinta ID: 6875136) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Section Editors**

Dr. Ari Khusumadewi, M.Pd (SINTA ID: 6011203) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Muthmainah, M.Pd (SINTA ID: 6040364) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

Dr. Hadi Gunawan Sakti, M.Pd (SINTA ID: 6110492) Teknologi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Dr. Haromain, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6158243) Administrasi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Ahmad Muzanni, M.Pd (SINTA ID: 6074667) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Reviewers**

Prof. Drs. Kusno, DEA., Ph.D, (SINTA ID: 6720430) Matematika Universitas Jember, Jember, Jawa Timur, Indonesia

Prof. Dr. Sutarto, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 5986995) Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Prof. Dr. Ahmad Sukri, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 5986955) Pendidikan Biologi Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Prof. Dr. I Ketut Sukarma, M.Pd Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. A. Hari Witono, M.Pd. Kons (SINTA ID: 6147134) Bimbingan dan Konseling Pendidikan Dasar Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. Asep Sahrudin, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 5978981) Pendidikan Matematika Universitas Mathla'ul Anwar Banten, Banten, Indonesia
- Dr. Uli Agustina Gultom, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6665219) Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Borneo Tarakan, Kalimantan Utara, Indonesia
- Dr. Suciati Rahayu Widyastuti, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6697553) Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon, Cirebon, Jawa Barat, Indonesia
- Dr. Gunawan, M.Pd. (SINTA ID: 5980767) Pendidikan Fisika Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ginanjjar Nugraheningsih, S.Pd. Jas., M.Or. (SINTA ID: 6725241) Pendidikan Jasmani Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia
- Dewi Ariani, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6004815) Pendidikan Ekonomi Universitas Mahaputra M. Yamin Solok, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
- Rahmawati M, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6129818) Universitas Muhammadiyah Kendari, Sulawesi Tenggara, Indonesia
- Dita Kurnia Sari, M.Pd Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia
- St. Muriati, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6113561) Pendidikan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Bosowa Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia
- Indra Zultiar, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6657679) Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia
- M. Samsul Hadi, M.Pd (SINTA ID: 6901605) Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- B. Fitria Maharani, M.Si (SINTA ID: 6743948) Farmasi Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Aluh Hartati, M.Pd (SINTA ID: 6789075) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ahmad Zainul Irfan, M.Pd (SINTA ID: 6663273) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Baiq Sarlita Kartiani, M.Pd (SINTA ID: 6188156) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dra. Ni Ketut Alit Suarti, M.Pd (SINTA ID: 6165599) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Eneng Garnika, M.Pd (SINTA ID: 6162854) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Farida Herna Astuti, M.Pd (SINTA ID: 6162869) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ichwanul Mustakim, M.Pd (SINTA ID: 6797055) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Jessica Festi Maharani, M.Pd, (SINTA ID: 6699324) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Lalu Jaswandi, M.Pd (SINTA ID: 6190316) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nuraeni, S.Pd., M.Si (SINTA ID: 6166292) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nurul Iman, M.Pd (SINTA ID: 6168197) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Najamuddin, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Zainuddin, M.Pd (SINTA ID: 6809112) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Chaerul Anam, M.Pd (Sinta ID: 6102038) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Mujiburrahman, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Raden Fanny Printi Ardi, M.Sn. (SINTA ID: 5992672) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Reza Zulaifi, M.Pd (Sinta ID: 6809087) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Suharyani., M.Pd. (SINTA ID: 6162836) Pendidikan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Copyedit dan Layout**

- Adam Bachtiar, S.Kom., M.Mt. (SINTA ID: 5992965) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Akbar Juliansyah, ST., M.Mt. (SINTA ID: 6070577) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dewi Rayani, S.Psi., MA (SINTA ID: 6178454) Kesehatan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Sarilah, S.PdI., M.Pd (SINTA ID: 6189104) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Khairul Huda, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6663284) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)**

Volume 10 Nomor 2 Edisi Oktober 2025

Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

<https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita>

P-ISSN: 2503 – 1708

E-ISSN: 2722 – 7340

Ni Made Sulastri, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6196335) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Drs. I Made Gunawan, M.Pd Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Alamat Redaksi:**

Redaksi Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling (**JRbk**)

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi

Universitas Pendidikan Mandalika

Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59 A Mataram Telp. (0370) 638991

Email : [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id)

Web : [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

**Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling** menerima naskah tulisan penulis yang original (belum pernah diterbitkan sebelumnya) dalam bentuk *soft file, office word document (Email)* atau *Submission* langsung di akun yang diterbitkan setiap bulan April dan Oktober setiap tahun.

**Diterbitkan Oleh:** Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

<b>DAFTAR ISI</b>	<b>Halaman</b>
<b>Zahrotin Nisa, Ahmad Sulthoni, dan Dwi Anggraini Rahman</b> Evaluasi Tingkat Kesehatan Mental dan Potensi Suicidal Attempt di Lingkungan Perguruan Tinggi Banyuwangi .....	2778–2790
<b>Amanda Shalsabila Gunawan, Annisa Nur Aulia, Hanna Berliana, Siti Hajar Munfarijah dan Muhammad Rezza Septian</b> Kualitas Supervisi Program Bimbingan dan Konseling Di SMK Cendekia Batujajar Berdasarkan Latar Belakang Supervisor .....	2791-2799
<b>Rizka Oktavia Dila</b> Telaah Filosofis terhadap Konsep Eksistensialisme dan Implikasinya dalam Praktik Bimbingan dan Konseling .....	2800-2806
<b>Gatis Sri Harsantik, Bakhrudin All Habsy dan Budi Purwoko</b> Paradigma Konsep Diri dalam Pendekatan Konseling <i>Person Centered Therapy</i> : Kajian Literatur .....	2807-2823
<b>Raih Islamiah dan Deni Iriyadi</b> Pengaruh Konseling Keluarga Terhadap Keharmonisan Keluarga .....	2824-2836
<b>Rosi Rosifah dan Deni Iriyadi</b> Pengaruh Perhatian Orang Tua terhadap Kedisiplinan Penggunaan Gawai Pada Anak .....	2837-2846
<b>Ena Sukaesih, Tika Febriyani dan Laila Maharani</b> Pengaruh Konseling Individu dengan Teknik Kognitive Restructuring untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa SMK Negeri 4 Bandar Lampung .....	2847-2854
<b>Yohana Putri Andianti, Yari Dwikurnaningsih dan J.T. Lobby Loekmono</b> Evaluasi Program Bimbingan Konseling dengan Menggunakan Model Evaluasi <i>Discrepancy</i> di SMP Kristen 2 Eben Haezer Salatiga .....	2855-2860
<b>Ayong Lianawati, Eka Wahyu Ningsih Pae, Maria Sri Vandriyani dan Siti Auliya Putri Allifah</b> Dampak Kekerasan Rumah Tangga Terhadap Perilaku Membolos Siswa: Studi Kasus pada Siswa di Surabaya .....	2861-2873
<b>Yohana Putri Andianti, Yari Dwikurnaningsih dan J. T. Lobby Loekmono</b> Memaksimalkan Potensi Generasi Alpha untuk Menyongsong Indonesia Emas 2045.....	2874-2880
<b>Hasna Azzahiyah Suherman, Wafa Nurul Fauziah, Windy Lameria Simanullang, Mamat Supriatna, dan Rina Nurhudi Ramdhani</b> Strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mencegah Radikalisme Sebagai Akar Terorisme di Lingkungan Pendidikan .....	2881-2889

**Aluh Hartati dan Pahriah**

Implementasi Teknik Cognitive Restructuring pada Perilaku Bullying Mental Siswa SMP ..... 2890-2907

**Hariadi Ahmad dan Safira Dwi Yanti**

Pengaruh Konseling Cognitive Disputation terhadap *Self Confidence* Siswa SMP ..... 2908-2933

**Muhamad Nasrudin, Nanaz Nur Fadillah, Apip Rudianto dan Anas Salahudin**

Strategi Kolaboratif Wali Kelas dan Guru BK dalam Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah Dasar ..... 2934-2942

**Ni Ketut Alit Suarti dan Alisa Septianingsih**

Pengaruh Teknik Rational Emotive Behavior Therapy Terhadap Self Esteem Siswa SMP Islam Mubarak ..... 2943-2955

## **PENGARUH KONSELING KELUARGA TERHADAP KEHARMONISAN KELUARGA**

**Oleh:**

**Raih Islamiah dan Deni Iriyadi**

Bimbingan Konseling Islam, UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Banten  
Indonesia

Program Pascasarjana, UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Banten, Indonesia

Email: [231340027.raih@uinbanten.ac.id](mailto:231340027.raih@uinbanten.ac.id), [deni.iriyadi@uinbanten.ac.id](mailto:deni.iriyadi@uinbanten.ac.id)

Info Artikel : Dikirim: 23-06-25; Direview: 20-08-25; Dipublis: 10-10-25

Cara Sitasi : Islamiah. R., dan Iriyadi D. 2025. *Pengaruh Konseling Keluarga terhadap Keharmonisan Keluarga*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling. Volume 10 Nomor 2 Edisi Oktober 2025

**Abstrak.** Keluarga memiliki peran penting sebagai landasan utama dalam membentuk karakter, nilai-nilai hidup, serta kestabilan emosional individu. Dalam realitas sosial yang semakin dinamis, keberlangsungan keharmonisan dalam keluarga sering kali terganggu oleh berbagai faktor, seperti tekanan ekonomi, kurangnya keterbukaan dalam komunikasi, serta ketidakseimbangan dalam pembagian peran. Salah satu upaya strategis yang dapat dilakukan untuk menjaga dan memperkuat keharmonisan tersebut adalah melalui layanan konseling keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh konseling keluarga terhadap keharmonisan dalam rumah tangga, dengan menggunakan pendekatan kuantitatif asosiatif. Penelitian ini melibatkan 30 keluarga yang tinggal di wilayah Kota Serang. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket, dan data yang diperoleh dianalisis melalui uji regresi linear sederhana menggunakan perangkat lunak SPSS. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara konseling keluarga terhadap keharmonisan keluarga, dengan nilai signifikansi  $0,002 (< 0,05)$  dan nilai R Square sebesar  $0,435$ . Artinya, konseling keluarga memberikan kontribusi sebesar  $43,5\%$  terhadap peningkatan keharmonisan dalam keluarga. Dengan kata lain, konseling keluarga tidak hanya berguna untuk menyelesaikan konflik, tetapi juga efektif dalam menciptakan komunikasi yang lebih sehat, mempererat kedekatan emosional, serta membangun iklim keluarga yang lebih stabil dan mendukung satu sama lain.

**Kata Kunci:** *Konseling keluarga, keharmonisan, hubungan emosional*

**Abstract.** The family plays a crucial role as the primary foundation in shaping individual character, life values, and emotional stability. In an increasingly dynamic social reality, family harmony is often disrupted by various factors, such as economic pressures, lack of open communication, and imbalance in role distribution. One strategic effort to maintain and strengthen this harmony is through family counseling services. This study aims to determine the extent of the influence of family counseling on household harmony by using an associative quantitative approach. The research involved 30 families residing in the city of Serang. Data were collected using questionnaires and analyzed through simple linear regression using SPSS software. The findings indicate a significant influence of family counseling on family harmony, with a significance value of  $0.002 (< 0.05)$  and an R Square value of  $0.435$ . This means that family counseling contributes  $43.5\%$  to the improvement of family harmony. In other words, family counseling is not only useful for resolving conflicts but also effective in fostering healthier communication, strengthening emotional bonds, and building a more stable and supportive family environment.

**Keywords:** *Family counseling, harmony, emotional relationship*

## PENDAHULUAN

Keluarga adalah struktur sosial utama dalam masyarakat yang berperan besar dalam membentuk identitas, nilai-nilai, serta karakter dasar setiap individu. Schwab, Gray-Ice, dan Prentice (2002) menjelaskan bahwa peran keluarga sangat menentukan dalam proses pembentukan karakter seseorang serta memiliki kontribusi signifikan terhadap kualitas kehidupan masyarakat secara luas (Indrawati & Rahimi, 2019). Di tengah dinamika kehidupan modern, keluarga dihadapkan pada berbagai tekanan seperti tuntutan ekonomi, kesibukan pekerjaan, kemajuan teknologi, hingga pengaruh media sosial. Berbagai perubahan tersebut secara langsung maupun tidak langsung memengaruhi pola hubungan antar anggota keluarga. Menurut Badruddin dan Kurniah (2023), fenomena sosial seperti urbanisasi, globalisasi, dan kemiskinan juga menjadi faktor eksternal yang memicu pergeseran dalam struktur sosial keluarga, yang pada akhirnya dapat menimbulkan konflik internal. Ketegangan yang muncul dalam keluarga akibat tekanan-tekanan tersebut berpotensi menurunkan tingkat keharmonisan. Jika konflik tidak diselesaikan secara tepat, dampaknya bisa sangat serius, seperti terjadinya perceraian, kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), serta gangguan psikologis pada anak maupun anggota keluarga lainnya. Data dari Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menunjukkan bahwa penyebab utama perceraian di Indonesia adalah konflik rumah tangga yang bersifat ringan, diikuti oleh persoalan ekonomi, pasangan yang meninggalkan rumah, KDRT, serta penyalahgunaan alkohol (Hidayatullah.com, 2024). Hal ini mencerminkan lemahnya keterampilan dalam manajemen konflik, komunikasi, dan pengelolaan emosi dalam keluarga,

serta kurangnya peran pihak ketiga yang netral dalam mediasi.

Salah satu pendekatan yang telah banyak digunakan untuk membantu keluarga dalam menyelesaikan permasalahan tersebut adalah konseling keluarga. (Ulfiah, 2021) Konseling keluarga merupakan salah satu bentuk layanan bantuan profesional yang secara khusus diberikan kepada individu dalam lingkup keluarga dengan pendekatan sistemik. Pendekatan sistemik dalam konseling ini menekankan bahwa setiap anggota keluarga tidak berdiri sendiri, melainkan saling berhubungan dan saling memengaruhi dalam suatu sistem. Oleh karena itu, ketika terjadi konflik atau masalah pada salah satu anggota, hal tersebut bisa berdampak pada dinamika keseluruhan keluarga. Konseling keluarga hadir sebagai sarana untuk menyelesaikan berbagai permasalahan yang muncul, baik itu konflik antar pasangan, antara orang tua dan anak, maupun permasalahan yang berkaitan dengan perubahan situasi hidup seperti perceraian, kehilangan, atau penyesuaian terhadap peran baru dalam keluarga. Tujuan utama dari konseling keluarga adalah membantu keluarga menyelesaikan konflik secara sehat, memperbaiki pola komunikasi yang kurang efektif, serta memperkuat hubungan emosional antara anggota keluarga. Melalui proses konseling, anggota keluarga diberi ruang aman untuk mengekspresikan perasaan, memahami sudut pandang satu sama lain, dan membangun kembali kepercayaan serta keterbukaan. Konselor berperan sebagai fasilitator yang netral dan tidak menghakimi, sehingga keluarga dapat mengidentifikasi akar permasalahan dan mencari solusi bersama secara konstruktif. Sejumlah penelitian dan literatur ilmiah menunjukkan bahwa konseling keluarga memiliki peran penting dalam menciptakan dan menjaga keutuhan serta keharmonisan keluarga.

Keluarga yang mengikuti proses konseling secara aktif cenderung mampu mengelola konflik dengan lebih baik, menunjukkan peningkatan dalam komunikasi, dan membentuk hubungan yang lebih hangat serta penuh empati. Oleh karena itu, konseling keluarga menjadi salah satu intervensi yang efektif dalam mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan emosional keluarga secara menyeluruh. (Putri et al., 2022) misalnya, menyatakan bahwa konseling keluarga dapat meningkatkan komunikasi yang positif, pemahaman diri, serta sikap saling menerima antar anggota keluarga, yang semuanya merupakan kunci bagi keluarga yang harmonis.

Namun demikian, sebagian besar kajian yang ada masih bersifat kualitatif atau konseptual, dan belum banyak ditemukan penelitian kuantitatif yang secara khusus menguji pengaruh konseling keluarga terhadap tingkat keharmonisan keluarga dengan pendekatan berbasis data empiris. Kondisi ini menunjukkan adanya celah penelitian (research gap) dalam kajian akademik tentang efektivitas konseling keluarga. Mengingat pentingnya keharmonisan keluarga sebagai fondasi bagi kehidupan sosial yang sehat dan stabil, maka diperlukan penelitian kuantitatif yang lebih terukur dan berbasis data. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui serta menganalisis sejauh mana pengaruh konseling keluarga terhadap tingkat keharmonisan dalam rumah tangga. Dengan memakai pendekatan kuantitatif, penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat secara akademis sekaligus menjadi acuan praktis untuk mengembangkan layanan konseling keluarga yang lebih efektif dalam membentuk keluarga yang rukun dan kuat dalam menghadapi berbagai konflik.

## KAJIAN PUSTAKA

Konseling keluarga merupakan bentuk intervensi psikoterapis yang dirancang untuk membantu anggota keluarga dalam memahami pola hubungan antar mereka, memperbaiki komunikasi yang mungkin tidak efektif, serta menangani konflik yang terjadi dalam kehidupan keluarga. Dalam pengertian lain, konseling keluarga atau terapi keluarga merupakan layanan bantuan yang diberikan kepada individu dalam lingkungan keluarganya melalui sistem kekeluargaan terutama dengan memperbaiki komunikasi keluarga sehingga potensi anggota keluarga dapat berkembang secara maksimal dan mereka dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapi dengan dilandasi rasa kasih sayang terhadap keluarga (Purnamasari, 2019). Pendekatan ini tidak semata-mata menyoroti persoalan individu, melainkan menitikberatkan pada keseluruhan sistem keluarga sebagai satu kesatuan yang saling memengaruhi. Selain itu, konseling keluarga juga bertujuan menangani masalah-masalah spesifik yang menjadi alasan keluarga mengakses layanan konseling (Atabik, 2013).

Seorang konselor atau terapis yang memiliki kompetensi khusus dalam bidang ini biasanya memandu proses konseling secara menyeluruh, melihat persoalan dari berbagai perspektif, dan merancang solusi yang menyeluruh dan kontekstual. Secara garis besar, tujuan konseling keluarga adalah membantu anggota keluarga meningkatkan kualitas hubungan serta menyelesaikan persoalan melalui pendekatan sistemik. Proses ini mencakup fasilitasi komunikasi pikiran dan perasaan antar anggota keluarga, penyesuaian kembali peran-peran yang tidak fleksibel atau terganggu, serta penyediaan model dan pendidikan peran tertentu yang dapat dijadikan rujukan oleh anggota keluarga. Selain itu, konseling keluarga juga merupakan upaya untuk memperbaiki komunikasi internal dalam

keluarga, agar setiap anggota dapat mengembangkan potensi diri dan mampu menghadapi permasalahan secara efektif (Pratiwi et al., 2024). Dalam proses ini, anggota keluarga didorong untuk lebih terbuka dalam mengekspresikan perasaan dan pemikiran mereka, sehingga tercipta suasana saling pengertian, empati, dan dukungan yang memperkuat hubungan antar anggota keluarga.

Secara fundamental, keluarga merupakan lingkungan pertama yang berperan dalam membentuk kepribadian, sikap, dan karakter anak. Anak yang tumbuh dalam keluarga yang sejahtera dan menjalankan fungsi-fungsi utamanya secara efektif cenderung akan merasakan manfaat nyata dari peran keluarga dalam kehidupannya. Meskipun demikian, membangun keluarga yang harmonis dan bertanggung jawab bukanlah hal yang mudah, karena tidak sedikit keluarga yang menghadapi kendala dalam menjalankan peran dan fungsinya secara maksimal. Pujosuwarno (1994) Konseling keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam membantu setiap anggota keluarga mengembangkan sikap toleransi, yaitu kemampuan untuk menerima perbedaan pandangan, kebiasaan, maupun karakter antar individu dalam keluarga. Melalui pendekatan yang sistematis, konseling mendorong setiap individu untuk memahami bahwa perbedaan adalah sesuatu yang wajar dan dapat menjadi kekuatan apabila dikelola dengan bijak. Selain itu, proses konseling juga membantu anggota keluarga membentuk pandangan yang lebih realistis terhadap dinamika kehidupan berkeluarga, termasuk dalam hal ekspektasi terhadap peran dan tanggung jawab masing-masing. Dengan adanya bimbingan dari konselor, keluarga diajak untuk melihat situasi dan permasalahan secara lebih objektif, tidak hanya berdasarkan emosi sesaat. Proses ini juga memperkuat semangat untuk saling memberikan

dukungan, baik secara emosional, psikologis, maupun praktis dalam kehidupan sehari-hari. Ketika anggota keluarga merasa didengar, dipahami, dan dihargai, maka rasa keterikatan emosional pun akan semakin kuat. Dengan demikian, konseling keluarga tidak hanya menyelesaikan konflik, tetapi juga berkontribusi dalam membangun pola interaksi yang sehat, harmonis, dan penuh penghargaan satu sama lain. Ini menjadi fondasi penting bagi terciptanya keluarga yang sejahtera dan berfungsi secara optimal. (Dewi et al., 2021).

Permasalahan dalam keluarga merupakan hal yang lumrah dan sering kali muncul saat keluarga menghadapi masa-masa krisis, yang jika tidak ditangani dengan baik oleh orang tua, dapat berdampak negatif terhadap anak, termasuk munculnya gangguan perilaku. Hasnida mengemukakan bahwa anak-anak yang mengalami gangguan perilaku berat sering kali berasal dari keluarga yang tidak rukun atau dipenuhi konflik. Dalam hal ini, peran orang tua sangat penting dalam proses perkembangan anak, meskipun tetap membutuhkan dukungan dari lingkungan luar seperti sekolah dan masyarakat. Konseling keluarga hadir sebagai salah satu upaya untuk memperbaiki dinamika dalam keluarga melalui peran strategis konselor yang meliputi penasihat, pemimpin, fasilitator, pendidik, model interaksi interpersonal, komunikator, dan pialang budaya. Selain menjalankan peran-peran tersebut, konselor juga memanfaatkan berbagai teknik dalam proses konseling, seperti joining, role playing, family art therapy, symbolic drawing, hingga penggunaan humor dan I-statements, guna membangun komunikasi yang sehat dan menyelesaikan konflik secara konstruktif (Sahputra, 2023). Dengan pendekatan yang komprehensif ini, konseling keluarga berperan penting dalam menciptakan keharmonisan dan

kestabilan emosional dalam kehidupan keluarga.

Dengan demikian, konseling keluarga berkontribusi dalam menciptakan keharmonisan yang berkelanjutan, di mana setiap individu merasa didukung dan dihargai. Pendekatan ini memungkinkan terciptanya pola komunikasi dan hubungan yang sehat dan adaptif, yang diperlukan untuk menghadapi berbagai tantangan dan perubahan dalam kehidupan keluarga sehari-hari.

Keluarga adalah bagian terkecil dalam masyarakat yang mempunyai peran penting dalam membentuk kepribadian dan kehidupan sosial seseorang. Di dalam keluarga, setiap orang belajar tentang nilai, aturan, dan cara berinteraksi yang menjadi dasar dalam membentuk karakter dan bekal dalam menjalani kehidupan sosial. Karena itu, penting bagi keluarga untuk menjaga keharmonisan agar seluruh anggotanya bisa berkembang dengan baik dan merasa sejahtera. Keharmonisan keluarga bisa diartikan sebagai situasi ideal di mana semua anggota keluarga hidup dalam suasana yang tenang, saling mendukung, dan menjalin hubungan yang sehat baik secara emosional maupun dalam berkomunikasi. (Nikmah & Sa'adah, 2021) menyebut bahwa keluarga yang harmonis merupakan tempat terbaik dan paling mendasar dalam membentuk kepribadian yang sehat. Keluarga bukan hanya menjadi tempat pertama seorang individu tumbuh dan berkembang, tetapi juga menjadi wadah utama dalam menanamkan nilai-nilai moral, etika, dan sosial yang akan dibawa sepanjang hayat. Dalam keluarga yang penuh kasih sayang, komunikasi terbuka, dan keterikatan emosional yang kuat, individu cenderung tumbuh dengan rasa aman, percaya diri, serta mampu mengelola emosi dan berinteraksi dengan lingkungan secara positif. Kepribadian yang sehat ini sangat penting, karena tidak hanya memberikan

manfaat bagi individu itu sendiri dalam menjalani kehidupan secara lebih seimbang dan bahagia, tetapi juga berdampak langsung pada lingkungan sosial yang lebih luas. Individu yang dibesarkan dalam keluarga yang harmonis biasanya memiliki kemampuan sosial yang baik, lebih toleran, mampu bekerja sama, dan tidak mudah terlibat dalam perilaku menyimpang. Mereka cenderung menjadi anggota masyarakat yang produktif, bertanggung jawab, serta mampu memberikan kontribusi positif dalam berbagai aspek kehidupan sosial, ekonomi, dan budaya. Ketika masyarakat terdiri dari individu-individu dengan kepribadian yang matang dan sehat, maka akan tercipta tatanan sosial yang stabil dan kuat. Hal ini menjadi salah satu faktor kunci dalam mendorong kemajuan bangsa, karena bangsa yang besar tidak hanya ditentukan oleh sumber daya alam atau teknologi, tetapi juga oleh kualitas sumber daya manusianya. Oleh karena itu, membangun keluarga yang harmonis bukan hanya urusan pribadi, melainkan juga investasi jangka panjang bagi pembangunan sosial dan kemajuan bangsa secara keseluruhan.

Nick (2002) mengatakan bahwa keluarga yang harmonis adalah tempat tinggal yang nyaman karena para anggotanya sudah terbiasa saling memperlakukan satu sama lain dengan baik. Artinya, sikap saling menghargai dan peduli sangat penting dalam menciptakan suasana yang positif di dalam keluarga. Hal ini sejalan dengan pendapat Daradjat (1994), yang menjelaskan bahwa keluarga harmonis adalah keluarga yang anggotanya bisa menjalankan hak dan kewajiban secara seimbang, saling menyayangi, memahami, menjalin komunikasi yang baik, serta bekerja sama dengan harmonis (Rahayu, 2017). Dari sini dapat disimpulkan bahwa keharmonisan muncul dari hubungan yang saling mendukung,

penuh kasih sayang, dan komunikasi yang terbuka. Chales dalam (H Kara, 2014) juga menyebut bahwa keluarga akan menjadi harmonis jika hubungan antar anggotanya berlangsung secara selaras dan seimbang, di mana setiap orang bisa saling memenuhi kebutuhan emosional. Hubungan yang sehat di dalam keluarga akan memberikan rasa nyaman, semangat, dan perlindungan secara psikologis bagi tiap anggotanya. Jadi, keharmonisan keluarga bukan berarti tidak ada konflik sama sekali, melainkan adanya keterlibatan aktif dari setiap anggota untuk menciptakan hubungan yang saling memuaskan dan memperkuat. Hasan Basri (1996) dalam (Masri, 2024) menambahkan bahwa Keluarga yang harmonis merupakan fondasi penting dalam pembentukan karakter dan kehidupan sosial yang sehat. Keluarga yang demikian ditandai dengan adanya suasana yang damai dan penuh kebahagiaan, di mana setiap anggotanya merasa aman, nyaman, dan dicintai. Suasana ini tercipta karena adanya keteraturan dalam kehidupan keluarga, termasuk disiplin yang diterapkan dengan penuh kasih sayang. Dalam keluarga harmonis, setiap anggota saling menghargai satu sama lain, mampu memaafkan kesalahan dengan lapang dada, serta memiliki semangat untuk saling membantu, khususnya dalam hal-hal yang positif dan bermanfaat. Ciri lain dari keluarga harmonis adalah semangat kerja keras dan tanggung jawab yang dimiliki setiap anggota. Mereka cenderung menjalani aktivitas sehari-hari dengan semangat, disiplin waktu, dan kesungguhan. Selain itu, keluarga seperti ini biasanya memiliki hubungan sosial yang baik dengan lingkungan sekitar ramah, peduli terhadap tetangga, serta aktif dalam kegiatan sosial. Nilai-nilai spiritual juga sangat dijunjung tinggi dalam keluarga harmonis. Mereka terbiasa menjalankan ibadah dengan

konsisten, menghormati orang tua, dan menanamkan rasa cinta terhadap ilmu pengetahuan sejak dini. Waktu luang pun tidak dibiarkan berlalu sia-sia. Keluarga harmonis membiasakan anggotanya untuk menggunakan waktu luang secara bijak, misalnya dengan membaca, berdiskusi, atau melakukan kegiatan positif lainnya yang menunjang pengembangan diri. Pandangan ini menunjukkan bahwa keluarga yang harmonis tidak hanya menjunjung nilai-nilai moral, tetapi juga memiliki kekuatan spiritual dan sosial yang kokoh. Dengan nilai-nilai tersebut, keluarga menjadi tempat yang ideal dalam menumbuhkan pribadi yang berintegritas, bertanggung jawab, dan siap berkontribusi positif bagi masyarakat dan bangsa.

Secara umum, keluarga bisa diartikan sebagai sekelompok orang yang tinggal bersama dalam satu rumah dan memiliki hubungan darah, seperti ayah, ibu, anak, atau anggota keluarga lainnya (Ummah, 2019). (Arintina & Fauziah, 2015) menjelaskan bahwa keluarga yang harmonis adalah kondisi yang utuh dan membahagiakan, di mana ikatan kekeluargaan bisa memberikan rasa aman dan tenteram bagi setiap anggotanya. Dalam keluarga seperti ini, hubungan antara orang tua dan anak, serta antara suami dan istri, berlangsung dengan saling mendukung dan saling memahami. Keluarga yang harmonis sangat penting karena punya pengaruh besar terhadap perkembangan psikologis, emosional, dan sosial anak. Berdasarkan uraian teori dan temuan yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa keharmonisan keluarga mencakup banyak hal, seperti keteraturan dalam menjalankan peran masing-masing, komunikasi yang baik, kasih sayang yang kuat, serta saling menghargai dan menerima perbedaan. Keharmonisan keluarga bukan hanya tujuan yang ingin dicapai, tapi juga merupakan kebutuhan utama dalam hidup

bersama. Karena itu, usaha untuk menciptakan dan menjaga keharmonisan, termasuk melalui konseling keluarga, sangat penting demi terwujudnya keluarga yang sehat, bahagia, dan sejahtera.

Keharmonisan keluarga merupakan kondisi ideal yang mencerminkan terciptanya hubungan yang erat antar anggota keluarga, disertai sikap saling menghargai, adanya komunikasi yang jujur dan terbuka, serta kemampuan untuk menyelesaikan konflik secara sehat. Untuk mencapai keadaan ini, berbagai upaya dapat dilakukan, salah satunya melalui konseling keluarga. Konseling keluarga merupakan bentuk intervensi psikososial yang diselenggarakan secara sistematis, dengan tujuan membantu anggota keluarga memahami akar permasalahan yang timbul dalam hubungan mereka, serta membimbing mereka dalam proses pemecahan masalah secara efektif. Fokus utama konseling ini meliputi peningkatan kualitas komunikasi, pemahaman terhadap peran masing-masing anggota, penyelesaian konflik, serta penguatan hubungan emosional dalam keluarga.

Salah satu pendekatan teoritis yang menjelaskan efektivitas konseling dalam membentuk keharmonisan keluarga adalah Teori Sistem Keluarga (Family Systems Theory) yang dikembangkan oleh Bowen (1993). Teori ini memandang keluarga sebagai suatu sistem yang saling terkait, di mana perubahan atau ketidakseimbangan pada satu anggota dapat berdampak pada keseluruhan sistem keluarga (Sugitanata, 2023). Oleh karena itu, ketika terjadi ketegangan atau konflik, konseling bertujuan untuk membantu keluarga memulihkan keseimbangan tersebut dengan memperbaiki pola interaksi yang disfungsi. Dalam praktiknya, konselor berperan membantu anggota keluarga mengevaluasi dinamika

hubungan mereka dan membentuk pola komunikasi yang lebih sehat dan fungsional.

Komunikasi yang efektif dalam keluarga menjadi elemen sentral dalam menciptakan suasana harmonis. Menurut (Astuti & Triayunda, 2023), komunikasi yang sehat dapat membangun rasa saling pengertian, memperkuat hubungan interpersonal, serta meningkatkan kesejahteraan dan kebahagiaan dalam keluarga. Banyak permasalahan keluarga justru bermula dari miskomunikasi, ketidakjelasan penyampaian harapan, atau kurangnya empati dalam mendengarkan. Melalui interaksi dengan konselor yang berperan sebagai pihak ketiga yang netral, anggota keluarga dapat memperoleh perspektif yang lebih objektif mengenai masalah yang mereka hadapi (Putri et al., 2022). Proses konseling ini memberi ruang untuk memperbaiki pola komunikasi secara lebih terbuka dan konstruktif, yang pada akhirnya dapat mengurangi konflik serta meningkatkan kedekatan emosional antar anggota keluarga.

Selain itu, Teori Keluarga Fungsional menekankan pentingnya fungsi-fungsi dalam keluarga, seperti fungsi afektif, sosialisasi, ekonomi, perlindungan, dan rekreasi. Menurut (Husna, 2019), keluarga yang sehat adalah keluarga yang memiliki struktur yang jelas, pembagian peran yang proporsional, serta kesepakatan terhadap norma dan nilai yang dianut bersama. Konseling keluarga berperan dalam memperkuat struktur ini dengan membantu setiap anggota memahami dan menjalankan perannya secara seimbang, sehingga fungsi keluarga dapat berjalan secara optimal. Dari perspektif Teori Dukungan Sosial (Social Support Theory), konseling keluarga juga dapat meningkatkan dukungan emosional antar anggota keluarga. Dukungan ini mencakup pemberian perhatian, rasa aman, dan

penerimaan tanpa syarat kepada anggota keluarga yang mengalami tekanan atau kesulitan. (Salsabilah & Muhammad, 2025) menjelaskan bahwa Konseling merupakan salah satu pendekatan yang efektif dalam menciptakan relasi yang sehat dan harmonis, terutama dalam lingkungan keluarga atau kelompok sosial. Dalam proses konseling, setiap individu diberi ruang aman untuk mengungkapkan perasaan, pikiran, dan pengalaman mereka tanpa takut dihakimi. Hal ini mendorong tumbuhnya empati kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain. Dengan adanya empati, setiap anggota keluarga atau individu dalam relasi menjadi lebih terbuka untuk mendengarkan dan memahami perspektif satu sama lain. Selain empati, konseling juga membantu menumbuhkan sikap saling menghargai. Penghargaan ini bukan hanya dalam bentuk ucapan atau tindakan positif, tetapi juga dalam bentuk penerimaan terhadap perbedaan karakter, pendapat, dan latar belakang antar individu. Ketika empati dan penghargaan telah tertanam, hubungan antar individu menjadi lebih kuat, terbuka, dan bebas dari konflik yang merusak. Relasi yang dibangun atas dasar empati dan penghargaan ini menjadi fondasi penting bagi terciptanya hubungan yang sehat, saling mendukung, dan harmonis. Oleh karena itu, konseling bukan hanya alat penyelesaian masalah, tetapi juga media pembelajaran interpersonal yang membentuk kepribadian dan interaksi sosial yang lebih baik. Hasil penelitian pun mendukung hubungan positif antara konseling keluarga dan keharmonisan. Studi yang dilakukan oleh (Syam et al., 2025) menunjukkan bahwa keluarga yang mengikuti sesi konseling secara konsisten mengalami perbaikan signifikan dalam kualitas komunikasi serta penurunan konflik internal. Temuan serupa dikemukakan oleh (Nst, 2024) yang

menemukan bahwa konseling keluarga tidak hanya meningkatkan kesadaran emosional dalam komunikasi, tetapi juga membantu orang tua dan anak untuk mengelola emosi dengan lebih baik guna mencegah kesalahpahaman.

Berdasarkan berbagai teori dan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa konseling keluarga berkontribusi besar dalam menciptakan dan mempertahankan keharmonisan keluarga. Melalui pendekatan yang terarah, konseling membantu anggota keluarga mengenali masalah secara objektif, memperbaiki komunikasi, memperjelas peran, serta memperlambat hubungan emosional antar anggota. Dengan demikian, konseling keluarga terbukti menjadi strategi efektif dalam membangun keluarga yang harmonis, stabil, dan sejahtera secara emosional maupun sosial.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu metode yang fokus pada data berupa angka yang bisa dihitung dan dianalisis secara statistik. Menurut (Waruwu et al., 2025), pendekatan kuantitatif adalah cara yang sistematis dan objektif dalam mengumpulkan dan menganalisis data, dengan menggunakan data numerik untuk menghasilkan temuan yang akurat dan relevan mengenai suatu topik atau peristiwa tertentu.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif asosiatif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara dua atau lebih variabel. (Rusni, 2021) menjelaskan bahwa penelitian dengan pendekatan asosiatif bertujuan untuk mengkaji adanya pengaruh atau hubungan antara dua variabel atau lebih, yang berguna dalam pengembangan teori guna menjelaskan, memprediksi, dan mengendalikan suatu fenomena. Dalam penelitian ini, fokus utamanya adalah

untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara layanan konseling keluarga dengan tingkat keharmonisan dalam keluarga.

Populasi dalam penelitian ini adalah keluarga yang tinggal di wilayah (Kota Serang, Banten). Teknik pengambilan sampel menggunakan metode purposive sampling. (Syalsyabila et al., 2022) menyebutkan bahwa purposive sampling adalah cara memilih sampel berdasarkan kriteria tertentu yang sudah ditentukan oleh peneliti, sesuai

dengan tujuan penelitian. Artinya, sampel dipilih secara sengaja karena dianggap sesuai dan mewakili kebutuhan penelitian. Data dikumpulkan melalui angket (kuesioner) yang disusun untuk mengukur tingkat keharmonisan keluarga. Setelah data terkumpul, analisis dilakukan dengan bantuan program Statistical Program for Social Science (SPSS) untuk menguji pengaruh antara layanan konseling keluarga dan keharmonisan keluarga secara kuantitatif dan objektif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Uji Anova

Uji Statistik	Nilai Hitung	Nilai Signifikansi
Uji Anova	13,868	0,002

Nilai signifikansi sebesar 0,002 menunjukkan bahwa hasil penelitian ini masuk dalam kategori signifikan karena berada di bawah angka 0,05. Ini berarti bahwa ada pengaruh yang nyata antara konseling keluarga dan keharmonisan keluarga. Selain itu, nilai F sebesar 13,868 mengindikasikan bahwa konseling

keluarga secara keseluruhan mampu menjelaskan atau memengaruhi tingkat keharmonisan keluarga dengan cukup baik. Dengan kata lain, keluarga yang mengikuti layanan konseling cenderung memiliki hubungan yang lebih harmonis dibandingkan keluarga yang tidak mendapat layanan serupa.

Tabel 2. Hasil Uji Besar Pengaruh

R	R Square
.660 <sup>a</sup>	.435

Nilai R Square sebesar 0,435 mengindikasikan bahwa konseling keluarga memberikan kontribusi sebesar 43,5% terhadap peningkatan keharmonisan keluarga. Angka ini menunjukkan bahwa layanan konseling memiliki peran yang cukup penting dalam memperkuat hubungan antar anggota keluarga. Sementara itu, nilai R sebesar

0,660 menunjukkan adanya hubungan yang cukup kuat dan positif antara pelaksanaan konseling keluarga dengan tingkat keharmonisan dalam rumah tangga. Hal ini mengisyaratkan bahwa semakin baik pelaksanaan konseling yang diikuti, maka semakin besar pula kemungkinan terciptanya relasi keluarga yang harmonis dan suportif.

Tabel 3. Hasil Uji Koefisien Regresi

Model		Unstandardized Coefficients	
		B	Std. Error
1	(Constant)	-.140	8.781
	y	.850	.228

Hasil uji koefisien regresi menunjukkan bahwa nilai koefisien regresi sebesar 0.850 berarti bahwa setiap peningkatan satu satuan pada layanan konseling keluarga akan meningkatkan skor keharmonisan keluarga sebesar 0.850 satuan. Persamaan regresi sebagai berikut  $Y = -0,140 + 0,850 X$

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling keluarga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap keharmonisan keluarga. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,002 yang berada di bawah ambang batas 0,05, serta nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,435. Artinya, 43,5% perubahan dalam tingkat keharmonisan keluarga dipengaruhi oleh keterlibatan dalam layanan konseling keluarga. Persentase ini menunjukkan kontribusi yang cukup kuat, sekaligus menegaskan pentingnya konseling keluarga sebagai salah satu bentuk intervensi psikososial yang efektif dalam membangun relasi keluarga yang lebih stabil dan sehat.

Lebih dari sekadar penyelesaian konflik, konseling keluarga bertujuan menciptakan lingkungan emosional yang mendukung tumbuhnya rasa saling pengertian dan kedekatan antar anggota keluarga. Seperti yang diungkapkan oleh (Redjeki et al., 2025), Konseling memiliki peran penting dalam menciptakan suasana keluarga yang harmonis, dipenuhi dengan kasih sayang, serta aman secara emosional. Dalam lingkungan seperti ini, setiap anggota keluarga merasa diterima apa adanya, didengarkan, dan dihargai tanpa syarat. Hal ini sangat penting karena rasa aman secara emosional merupakan dasar bagi tumbuhnya hubungan yang sehat dan saling mendukung. Konseling membantu mengidentifikasi sumber konflik atau ketegangan dalam keluarga, lalu membimbing anggota keluarga untuk menyelesaikannya secara bijak dan terbuka. Dalam praktiknya, konseling

menyediakan ruang yang kondusif bagi terjadinya dialog terbuka dan refleksi bersama. Di ruang ini, semua anggota keluarga memiliki kesempatan untuk menyampaikan perasaan dan pikirannya tanpa takut disalahpahami. Konselor sebagai pihak ketiga yang netral membantu menjaga alur komunikasi agar tetap sehat dan konstruktif. Dengan cara ini, konseling menjadi sarana penting untuk memperkuat ikatan emosional antar anggota keluarga dan membangun hubungan yang lebih harmonis. (Syam et al., 2025) menjelaskan bahwa dengan bimbingan konselor, anggota keluarga dapat memperbaiki pola komunikasi yang sebelumnya tertutup atau bersifat agresif menjadi lebih sehat dan empatik. Kemampuan untuk mengelola emosi juga meningkat, sehingga konflik yang muncul tidak lagi menjadi sumber perpecahan, melainkan peluang untuk membangun pemahaman yang lebih dalam antar anggota keluarga.

Komunikasi yang efektif menjadi titik sentral dari terciptanya keharmonisan. Menurut (Ansar et al., 2024), keterbukaan dan kejujuran dalam berkomunikasi adalah fondasi utama dalam membentuk keluarga yang kuat dan tahan terhadap tekanan. Konseling membantu setiap anggota memahami sudut pandang satu sama lain, menumbuhkan empati, dan mengurangi konflik yang diakibatkan oleh miskomunikasi. Proses ini mendorong keterbukaan emosional, yang pada gilirannya mempererat ikatan psikologis antar individu dalam keluarga. Selain itu, hubungan antara orang tua dan anak juga menjadi salah satu fokus penting dalam konseling keluarga. Seperti dijelaskan oleh (Nst, 2024), Konseling keluarga memberikan ruang yang aman dan terbimbing bagi setiap anggota, terutama orang tua dan anak, untuk menyadari peran serta tanggung jawab mereka masing-masing dalam kehidupan

keluarga. Melalui proses konseling, kedua pihak diajak untuk merefleksikan bagaimana sikap, perilaku, dan pola komunikasi mereka memengaruhi dinamika hubungan keluarga secara keseluruhan. Kesadaran ini sangat penting karena sering kali konflik dalam keluarga muncul akibat ketidakseimbangan peran atau kurangnya pemahaman terhadap harapan dan kebutuhan satu sama lain. Dengan bantuan konselor, orang tua dan anak dapat belajar berkomunikasi secara lebih terbuka, empatik, dan saling menghargai. Ketika komunikasi yang sehat berhasil dibangun, maka potensi konflik dapat diminimalkan atau bahkan dicegah sama sekali. Sebaliknya, yang tumbuh adalah keterikatan emosional yang kuat antar anggota keluarga. Hubungan yang dilandasi saling pengertian ini menjadi fondasi penting bagi terciptanya keluarga yang harmonis, suportif, dan penuh kasih sayang. Temuan ini diperkuat oleh (Putri et al., 2022), yang menyatakan bahwa konseling keluarga mampu meningkatkan komunikasi positif, pemahaman diri, serta sikap saling menerima antar anggota keluarga. Ketiga aspek tersebut merupakan komponen penting dari keluarga yang harmonis, di mana suasana saling mendukung dan saling menghargai menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari. Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa konseling keluarga tidak hanya berfungsi sebagai solusi atas permasalahan internal, tetapi juga sebagai proses transformatif yang mampu memperbaiki struktur komunikasi, memperkuat ikatan emosional, serta membentuk pola hubungan yang lebih adaptif dan suportif. Di tengah dinamika sosial yang kompleks, konseling keluarga menjadi salah satu pendekatan yang relevan dan strategis dalam menciptakan keluarga yang harmonis, tangguh, dan sejahtera secara emosional.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa konseling keluarga memiliki pengaruh yang nyata terhadap keharmonisan dalam rumah tangga. Partisipasi dalam layanan konseling membantu anggota keluarga memperbaiki pola komunikasi, memahami peran masing-masing secara lebih jelas, serta meningkatkan hubungan emosional yang positif antar anggota keluarga. Hal ini dibuktikan melalui uji statistik yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan, di mana konseling menyumbang sebesar 43,5% terhadap peningkatan keharmonisan keluarga.

Dengan demikian, konseling keluarga tidak hanya berfungsi sebagai upaya penyelesaian konflik, tetapi juga sebagai proses pendampingan yang membekali keluarga dengan keterampilan berkomunikasi, menyelesaikan masalah, dan membangun hubungan yang saling mendukung. Penelitian ini memberikan bukti bahwa konseling keluarga dapat menjadi salah satu alternatif yang efektif dalam menciptakan kehidupan keluarga yang lebih harmonis, sehat, dan sejahtera secara emosional maupun sosial.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengungkapkan apresiasi yang setulus-tulusnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan bantuan, semangat, dan dukungan selama proses pelaksanaan dan penulisan penelitian ini. Rasa hormat dan terima kasih secara khusus disampaikan kepada Bapak Dr. Deni Iriyadi, M.Pd., selaku pembimbing, atas arahan, perhatian, serta kontribusi pemikirannya yang sangat berharga sejak tahap awal hingga selesainya penelitian ini.

Penulis juga menyampaikan rasa terima kasih kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan data yang diperlukan

selama proses penelitian berlangsung. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat yang nyata bagi pengembangan kajian di bidang konseling keluarga serta menjadi referensi yang berguna bagi pihak-pihak yang memiliki kepentingan atau minat terhadap topik ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ansar, M., Komariyatus, R., & Nasir, M. (2024). *Berbagai Masalah Keluarga : Masalah Komunikasi*. 4(1), 9–15.
- Arintina, Y. C., & Fauziah, N. (2015). Berperilaku Agresif Pada Siswa Smk. *Jurnal Empati*, 4(1), 208–212.
- Astuti, M. T., & Triayunda, L. (2023). Komunikasi Keluarga sebagai Sarana Keharmonisan Keluarga. *Journal Of Social Science Research Volume*, 3(2), 4609–4617.
- Atabik, A. (2013). Konseling Keluarga Islami (Solusi Problematika Kehidupan Berkeluarga). *KONSELING RELIGI: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 165–184.
- H Kara, O. A. M. A. (2014). Keluarga Harmonis Dan Implikasinya. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 7(2), 107–115.
- Husna, S. F. (2019). Siti Fadhillah Husna. *Penerapan Teori Keluarga Dalam Kehidupan Teori Keluarga*, July.
- Indrawati, E., & Rahimi, S. (2019). Fungsi Keluarga dan Self Control Terhadap Kenakalan Remaja. *Ikraith-Humaniora*, 3(2), 90–92.
- Masri, M. (2024). Konsep Keluarga Harmonis Dalam Bingkai Sakinah, Mawaddah, Warahmah. *Jurnal Tahqiqah: Jurnal Ilmiah Pemikiran Hukum Islam*, 18(1), 109–123.
- Nikmah, B., & Sa'adah, N. (2021). Literature Review: Membangun Keluarga Harmonis Melalui Pola Asuh Orang Tua. *Taujihah: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(2), 188–199.
- Nst, N. F. A. (2024). Peran Konseling Keluarga Dalam Memperbaiki Hubungan Orang Tua dan Anak di Lingkungan Keluarga. *Journal of Educational Research and Humaniora (JERH)*, 2, 43–54.
- Pratiwi, S. H., Kenedi, G., Afnibar, A., Ulfatmi, U., & Sari, L. C. (2024). Konseling Keluarga Dalam Pendidikan Islam. *Menara Ilmu*, 18(1), 31–41.
- Purnamasari, I. A. (2019). Layanan Bimbingan Konseling Keluarga Untuk Meminimalisasi Angka Perceraian. *Irsyad : Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam*, 7(1), 41–60.
- Putri, J. E., Mudjiran, M., Nirwana, H., & Karneli, Y. (2022). Peranan konselor dalam konseling keluarga untuk meningkatkan keharmonisan keluarga. *Journal of Counseling, Education and Society*, 3(1), 28.
- Rahayu, S. M. (2017). Konseling Keluarga Dengan Pendekatan Behavioral: Strategi Mewujudkan Keharmonisan Dalam Keluarga. In *Proceeding Seminar Dan Lokakarya Nasional Bimbingan Dan Konseling 2017* (Vol. 2, Issue 0, pp. 264–272).
- Redjeki, S., Sayekti, S., Ahdiansyah, M. H., & Rimayanti, E. (2025). Parenting dengan Layanan Konseling Keluarga untuk Mewujudkan Keluarga Harmonis dan Ramah Anak. 5, 78–83.
- Rusni, A. (2021). Pengaruh Lokasi Dan Sales Promotion Terhadap Impulsive Buying Pada Konsumen Alfamart Batu Alang

- Kecamatan Moyo Hulu Sumbawa. *Jurnal Manajemen Ekonomi Dan Bisnis*, 1–8.
- Sahputra, D. (2023). *Konseling Keluarga*. In *Dewa Publishing* (Issue Mi).
- Salsabilah, F., & Muhammad, M. (2025). *Implementasi Konseling Keluarga dalam Meningkatkan Dukungan Keluarga Terhadap Klien RD*. 6(2), 966–982.
- Sugitanata, A. (2023). SETARA: Jurnal Studi Gender dan Anak. *SETARA: Jurnal Studi Gender Dan Anak*, 5(1), 72–84.
- Syalsyabila, N., Hetilaniar, & Kuswidyanarko, A. (2022). Pengembangan Media Pop-Up Book Pada Pembelajaran IPA Kelas IV di SD Negeri 11 Gelumbang. *Journal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 8466.
- Syam, H., Agnesia, A. W., & Ramadani, E. A. (2025). *Dampak Konseling Keluarga terhadap Kesejahteraan Emosional Anggota Keluarga ( Studi Kasus )*.
- Ulfiah, U. (2021). *Konseling Keluarga untuk Meningkatkan Ketahanan Keluarga*. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 69–86.
- Ummah, M. S. (2019). *Keharmonisan Rumah Tangga Perspektif Hukum Islam*. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14.
- Waruwu, M., Pu'at, S. N., Utami, P. R., Yanti, E., & Rusydiana, M. (2025). *Metode Penelitian Kuantitatif: Konsep, Jenis, Tahapan dan Kelebihan*. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 10(1), 917–932.



**UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**  
**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI**  
**Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling**

Gedung Dwitiya Lt.3. Jln Pemuda 59A Mataram-NTB 83125 Tlp (0370) 638991

e-mail: [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id); web: [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

---

## PEDOMAN PENULISAN

1. Naskah merupakan hasil penelitian, pengembangan atau kajian kepustakaan di bidang pendidikan, pengajaran, pembelajaran, bimbingan dan konseling, dan Psikologi
2. Naskah merupakan tulisan asli penulis dan belum pernah dipublikasikan sebelumnya dalam jurnal ilmiah lain,
3. Naskah dapat ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.
4. Penulisan naskah mengikuti ketentuan sebagai berikut:

Program	MS Word	Margin kiri	3.17 cm
Font	Times New Roman	Margin kanan	3.17 cm
Size	12	Margin atas	2.54 cm
Spasi	1.0	Margin bawah	2.54 cm
Ukuran kertas	A4	Maksimum	20 halaman
5. Naskah ditulis dengan **sistematika** sebagai berikut: Judul (huruf biasa dan dicetak tebal), nama-nama penulis (tanpa gelar akademis), instansi penulis (program studi, jurusan, universitas), email dan nomor telpon penulis, abstrak, kata kunci, pendahuluan (tanpa sub-judul), metode penelitian (tanpa sub-judul), hasil dan pembahasan, simpulan dan saran (tanpa sub-judul), dan daftar pustaka.

**Judul** secara ringkas dan jelas menggambarkan isi tulisan dan ditulis dalam huruf kapital. Keterangan tulisan berupa hasil penelitian dari sumber dana tertentu dapat dibuat dalam bentuk catatan kaki. Fotocopy halaman pengesahan laporan penelitian tersebut harus dilampirkan pada draf artikel.

**Nama-nama penulis** ditulis lengkap tanpa gelar akademis.

**Alamat instansi** penulis ditulis lengkap berupa nama sekolah atau program studi, nama jurusan, nama perguruan tinggi, kabupaten/kota, dan provinsi. Penulis yang tidak berafiliasi pada sekolah atau perguruan tinggi dapat menyertakan alamat surat elektronik/email

**Abstrak** ditulis dalam 2 (dua) bahasa: Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Naskah berbahasa Inggris didahului abstrak berbahasa Indonesia. Naskah berbahasa Indonesia didahului abstrak berbahasa Inggris. Panjang abstrak tidak lebih dari 200 kata. Jika diperlukan, tim redaksi dapat menyediakan bantuan penerjemahan abstrak kedalam bahasa Inggris.

**Kata kunci** (key words) dalam bahasa yang sesuai dengan bahasa yang dipergunakan dalam naskah tulisan dan berisi 3-5 kata yang benar-benar dipergunakan dalam naskah tulisan.

**Daftar Pustaka** ditulis dengan berpedoman pada Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Mandalika.

<b>JURNAL REALITA</b>	<b>VOLUME 10</b>	<b>NOMOR 2</b>	<b>EDISI Oktober 2025</b>	<b>P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340</b>
---------------------------	----------------------	--------------------	-------------------------------	--



*Alamat Redaksi:*

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi  
Universitas Pendidikan Mandalika  
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59A Mataram  
Telp. (0370) 638991  
Email : [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id)  
Web : [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

