

INTERVENSI DENGAN PENDEKATAN EKLEKTIK YANG BERFOKUS PADA SOLUSI UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS HUBUNGAN ROMANTIS PADA DEWASA MUDA DARI KELUARGA DENGAN ORANGTUA BERCERAI

Titi Sahidah Fitriana
Fakultas Psikologi Universitas YARSI
titi.sahidah@yarsi.ac.id

Abstract: *This study aims to test the effectiveness of interventions with an eclectic approach that focuses on finding the problems solution in young adults who come from families with divorced parents. This study uses a single subject experimental design, which gives interventions for two participants in four meetings with the duration 90-120 minutes. Effectiveness of interventions evaluated qualitatively through interviews and observation during the session, and compares the attitudes of participants towards marriage and optimism for a romantic relationship (pre and post intervention). Results showed that intervention with an eclectic approach that focuses on finding solutions, effective in improving the quality of romantic relationships in adults who come from families with divorced parents. Participants had more positive attitudes toward marriage and more optimists with a romantic relationship in the future. They also can reduce negative thoughts, maintain beneficial behavior in romantic relationships and improve their quality of romantic relationships, particularly in terms of communication with their partner.*

Key words: interventions, eclectic approach, romantic relationships, divorced parents.

Abstrak: *Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektivitas intervensi dengan pendekatan eklektik yang berfokus pada pencarian solusi dari masalah pada dewasa muda dari keluarga dengan orangtua bercerai. Melalui desain penelitian single subject experimental, intervensi diberikan kepada dua orang partisipan dalam empat kali pertemuan dengan durasi 90-120 menit. Efektivitas intervensi dievaluasi secara kualitatif yaitu melalui pengamatan dan wawancara peneliti terhadap perkataan dan insight partisipan selama menjalani sesi intervensi. Efektivitas juga dievaluasi dengan melihat rating partisipan terhadap sikap kepada pernikahan dan optimisme terhadap hubungan romantis di awal dan akhir intervensi. Berdasarkan hasil intervensi yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa intervensi dengan pendekatan eklektik yang berfokus pada pencarian solusi, efektif dalam meningkatkan kualitas hubungan romantis pada subjek dewasa muda yang berasal dari keluarga dengan orangtua bercerai. Partisipan memiliki sikap yang lebih positif terhadap pernikahan dan optimisme yang lebih besar terhadap kesuksesan hubungan romantis di masa depan. Partisipan juga mendapatkan manfaat intervensi berupa mengurangi pikiran-pikiran negatif, mempertahankan perilaku yang bermanfaat dalam hubungan romantis dan meningkatkan kualitas hubungan romantis terutama dalam hal komunikasi dengan pasangan.*

Kata kunci: intervensi, pendekatan eklektik, hubungan romantis, orang tua bercerai

PENDAHULUAN **Latar Belakang**

Sebagian besar pasangan menganggap bahwa perceraian adalah jalan keluar dari stres yang mereka alami di dalam pernikahan. Tanpa mereka sadari, apabila tidak ditangani dengan baik, keputusan untuk bercerai dapat menimbulkan stres yang lebih tinggi di dalam keluarga, terutama pada anak. Perceraian dapat menimbulkan dampak jangka pendek dan jangka panjang pada anak. Dampak jangka panjang perceraian orangtua terhadap kualitas hidup orang dewasa terbukti lebih serius dibandingkan dampak jangka pendek yang terjadi pada masa anak-anak (Amato & Keith dalam Huurre, Junkkari & Aro, 2006). Dampak jangka panjang ini antara lain adalah: munculnya perasaan sedih yang dominan mengenai perceraian orangtua, kesehatan yang lebih buruk, ketakutan akan pengkhianatan, depresi, kepuasan yang rendah akan hidup, kesulitan dalam membangun hubungan pertemanan dan hubungan romantis, ketakutan akan mengalami kegagalan yang sama dalam hubungan romantis seperti orangtua mereka (Wallerstein dalam Matthews, 2000), tingkat kepercayaan yang lebih rendah terhadap pasangan (Duran & Aydintug dalam Friedman, 2011), sikap yang lebih negatif terhadap pernikahan (Gabardi & Rosen dalam Friedman, 2011), optimisme terhadap hubungan romantis yang lebih rendah (Carver & Scheier dalam Johnson, 2009), masalah interpersonal yang lebih tinggi (Huurre, Junkkari & Aro, 2006), *self esteem* rendah (Kirk, 2002), kepuasan dalam hubungan romantis yang lebih rendah serta ketakutan terhadap *intimacy* (Kirk, 2002). Secara umum dapat disimpulkan bahwa anak dari keluarga dengan orangtua bercerai akan memiliki masalah di dalam menjalin hubungan interpersonal khususnya hubungan romantis. Kesulitan dalam membangun hubungan romantis ini akan menjadi masalah ketika anak menginjak tahap perkembangan dewasa muda.

Pada masa dewasa muda, individu memiliki tugas perkembangan untuk menikah dan memiliki keturunan (Papalia, Old, Feldman, 2007). Pilihan untuk menikah dan bertahan dalam satu komitmen untuk seumur hidup bukan satu hal yang mudah, apabila individu tidak memiliki keterampilan untuk mengelola hubungan romantis dan memiliki kecemasan akan pernikahan itu sendiri. Apabila tidak dipersiapkan dengan matang, maka pernikahan pada anak dari orangtua bercerai akan memiliki kualitas yang rendah dan dapat berakhir dengan perceraian. Persiapan yang lebih matang menuju pernikahan pada anak dari orangtua bercerai sangat diperlukan agar individu bisa berhasil dalam menjalin hubungan romantisnya. Untuk itu, diperlukan sebuah intervensi yang memadai sehingga hubungan romantis individu dapat lebih berkualitas dan siap untuk menuju jenjang pernikahan.

Kualitas dari hubungan romantis dapat ditingkatkan dengan menetapkan tujuan yang ingin dicapai yaitu kondisi hubungan romantis yang diinginkan oleh individu (Carver & Scheier dalam Johnson, 2003). Hal ini akan memotivasi individu untuk menyusun langkah-langkah guna mencapai tujuan tersebut. Oleh karena itu, peneliti akan mengarahkan rangkaian terapi kepada penetapan tujuan untuk mencari solusi dari masalah dalam hubungan romantis pada partisipan. Fokus kepada kondisi hubungan romantis yang diinginkan dapat meningkatkan kualitas hubungan romantis yang dimiliki oleh individu itu sendiri (Carver & Scheier dalam Johnson, 2003). Teknik dasar yang digunakan dalam intervensi ini adalah dengan mencari *exception* yaitu masa dimana partisipan berhasil mengatasi masalah sehingga membuat hubungan romantis partisipan menjadi lebih berkualitas. Selain menggunakan teknik *exception*, peneliti juga menggunakan teknik *goal frame* (penetapan tujuan), *hypothetical frame* (kondisi ideal bila saja masalah tidak

terjadi), *resource map*, serta psikoedukasi melalui film dan pemaparan mengenai komunikasi asertif. Teknik-teknik yang digunakan bertujuan untuk membantu partisipan melihat berbagai potensi positif serta alternatif perilaku yang lebih efektif dalam menjalin hubungan romantis.

Efektivitas intervensi dilihat dari perubahan sikap terhadap pernikahan dan optimisme terhadap hubungan romantis. Kedua variabel ini memiliki korelasi positif dan signifikan terhadap kualitas hubungan romantis (Riggio & Weiser dalam Johnson, 2009). Dapat diartikan bahwa kualitas hubungan romantis yang dimiliki oleh individu dapat dikatakan lebih baik apabila sikap terhadap pernikahan menjadi lebih positif dan optimisme terhadap hubungan menjadi lebih besar.

Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan yang hendak dijawab dalam penelitian ini adalah ‘Apakah intervensi dengan pendekatan eklektik yang berfokus pada pencarian solusi, efektif dalam meningkatkan kualitas hubungan romantis pada dewasa muda yang berasal dari orangtua bercerai?’

TINJAUAN TEORITIS

Kualitas Hubungan Romantis Dewasa dari Keluarga dengan Orangtua Bercerai

Hubungan romantis adalah standar dari *intimacy* orang dewasa dan kemampuan untuk mempertahankan hubungan ini adalah hal yang sangat penting pada kebanyakan orang (Friedman, 2011). Friedman (2011) menjelaskan bahwa hubungan romantis melibatkan komitmen, afeksi, *cognitive intimacy* dan hubungan saling menguntungkan serta keintiman secara seksual. Pada saat masa dewasa muda, ketika seseorang pertama kali terlibat dalam hubungan romantis, mereka akan membentuk konsep mengenai cinta, pernikahan dan anak-anak (Friedman, 2011). Konsep-konsep yang terbentuk ini tidak lepas dari pengalaman masa lalu yang dimiliki oleh seseorang. Konsep-konsep ini kemudian akan mempengaruhi perilaku yang mereka tampilkan dalam menjalin hubungan romantis.

Pengalaman melihat kegagalan dalam menjalin hubungan romantis pada orangtua, menjadikan dewasa muda dari keluarga dengan orangtua bercerai sulit untuk memiliki hubungan romantis yang berkualitas. Mereka memiliki tingkat kepercayaan yang rendah terhadap pasangan dan rasa pesimis terhadap pernikahan mereka kelak. (Bulman & Robert, 1990). Rendahnya tingkat kepercayaan dan rasa pesimis ini kemudian dapat menyebabkan tingginya konflik dengan pasangan serta berakhirnya hubungan romantis mereka sendiri (Duran & Aydintug dalam Friedman, 2011). Wallerstein (dalam Matthews, 2000) menambahkan bahwa secara emosional, dewasa muda dari keluarga dengan orangtua bercerai akan memiliki ketakutan akan pengkhianatan, diabaikan dan penolakan. Mereka juga memiliki ketakutan bahwa mereka akan mengalami kegagalan yang sama dalam hubungan romantis seperti orangtua mereka (Matthews, 2000)

Kualitas dari hubungan romantis memiliki korelasi positif dengan sikap terhadap pernikahan dan optimisme terhadap hubungan (Riggio & Weiser dalam Johnson, 2009). Dapat diartikan bahwa sikap terhadap pernikahan yang negatif akan memprediksi kualitas hubungan romantis yang rendah yaitu hubungan yang penuh konflik, kepuasan

dan komitmen yang lebih rendah serta optimisme yang lebih rendah terhadap kesuksesan hubungan romantis. Begitu pula sebaliknya dengan sikap terhadap pernikahan yang positif. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Carver & Scheier (dalam Johnson, 2009) mengenai *expectancy value model of motivation*. Mereka menemukan bahwa optimisme yang lebih rendah terhadap pernikahan dan hubungan intim akan menyebabkan optimisme yang lebih rendah dalam mencapai hubungan romantis yang berkualitas dan juga menyebabkan ketidakpuasan terhadap hubungan romantis.

Optimisme terhadap hubungan dapat didefinisikan sebagai ekspektansi. Ekspektansi berhubungan dengan tujuan yang dimiliki oleh seseorang (Carver & Scheier dalam Johnson, 2009). Apabila seseorang memiliki tujuan yang mereka inginkan maka hal ini akan mempengaruhi munculnya rasa optimis dan motivasi yang lebih tinggi. Carver & Scheier (dalam Johnson, 2009) menjelaskan lebih lanjut bahwa rasa optimis yang dimiliki oleh seseorang terhadap masa depan hubungan romantis mereka akan berpengaruh secara langsung terhadap usaha yang mereka lakukan untuk mempertahankannya. Seseorang yang optimis akan masa depan hubungan romantis mereka akan secara aktif berusaha untuk mempertahankan hubungan mereka dan meraih tujuan yang mereka inginkan dalam hubungan romantis (Carver & Scheier dalam Johnson, 2009). Hal ini akan menyebabkan besarnya usaha untuk menjaga kualitas hubungan romantis yang mereka miliki.

Karena sikap terhadap pernikahan dan optimisme terhadap hubungan adalah variabel yang prediktif terhadap kualitas hubungan romantis, peneliti menggunakan kedua variabel ini sebagai indikator perubahan kualitas hubungan. Untuk mengukur sikap terhadap pernikahan, peneliti menggunakan alat ukur *Marital Attitude Scale* (MAS) yang dikembangkan oleh Braaten & Roosen tahun 2008. Untuk mengukur optimisme terhadap hubungan romantis, peneliti menggunakan alat ukur *Optimism about Relationship* yang dikembangkan oleh Carnelly & Janoff-Bulman pada tahun 1992.

Teknik-teknik yang digunakan dalam intervensi

1. Goal Frame

- a. Tujuan spesifik adalah sesuatu yang tidak begitu penting. Pertanyaan ‘apa yang akan berbeda?’; ‘kemudian apa yang akan kamu lakukan?’ biasanya dapat di deskripsikan dengan baik bahkan ketika tujuan itu sendiri tidak dapat didefinisikan. Semua pertanyaan yang diajukan mengacu kepada kondisi di masa depan. Contohnya saja ‘apa yang akan kamu lakukan ketika.....?’ Melalui kalimat bertanya seperti ini, maka terapis dan klien menciptakan asumsi terus menerus bahwa suatu perubahan pasti akan terjadi.
- b. Untuk mengarahkan terapi kepada solusi, maka sangat penting untuk menginterupsi bila klien membicarakan mengenai masalah. Meskipun ini akan terasa tidak nyaman pada awalnya, tetapi terapis perlu menunjukkan pada klien bahwa terapis tetap terhubung dengan masalah klien melalui apa yang ingin mereka capai dari terapi

2. Exceptions (pengecualian)

Menanyakan mengenai *exceptions* penting untuk dilakukan pada klien yang terlihat resisten terhadap perubahan. Misalnya pada pengguna alkohol atau obat-obatan. Klien mungkin merasa tidak ada harapan dalam kemampuan mereka untuk

berubah atau mengendalikan situasi. Mereka tidak menyadari bahwa masih ada pengecualian meskipun kecil dimana mereka berhasil mengendalikan situasi atau menunda perilaku tertentu. Hal ini akan meningkatkan perasaan *self mastery* dan kemampuan mereka untuk merencanakan langkah-langkah berikutnya

3. Hypothetical solution

Hypothetical solution akan menanyakan kondisi apabila masalah terselesaikan dan hal-hal berbeda yang akan klien lakukan ketika masalah tidak lagi ada. Salah satu variasi dari pertanyaan *hypothetical* adalah *miracle question*.

4. Resource Map

Resource Map adalah media untuk mencari semua potensi positif yang dimiliki oleh klien guna mencapai tujuan yang diinginkan.

5. Psikoedukasi melalui penyajian film dan berlatih komunikasi asertif

Pemberian stimulasi berupa penyajian film bertujuan untuk memberikan klien gambaran kondisi pernikahan yang mungkin akan mereka hadapi ke depannya. Selain itu diharapkan klien juga mendapat gambaran alternatif perilaku pemecahan masalah yang dapat mereka lakukan untuk meningkatkan kualitas hubungan romantis yang mereka miliki.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Desain dari penelitian ini adalah *single subject experimental design*. Desain ini dilakukan untuk melihat pengaruh intervensi terhadap perilaku selama beberapa jangka waktu tertentu (Kerlinger & Lee, 2000). Penelitian ini akan melibatkan dua partisipan penelitian dimana efektivitas terapi didapatkan melalui wawancara mendalam dan *self rating* oleh partisipan dengan menggunakan skala sikap terhadap pernikahan dan optimisme terhadap hubungan romantis, sebelum intervensi dan segera setelah intervensi selesai dilakukan. Hasil sebelum dan sesudah intervensi diperbandingkan untuk mengetahui perubahan yang terjadi pada setiap partisipan.

Partisipan Penelitian

1. Subjek berada pada tahap dewasa muda dan berasal dari keluarga dengan orangtua yang bercerai.
2. Subjek memiliki hubungan romantis dengan lawan jenis

Rancangan Intervensi

Table 1. Rancangan Intervensi

Pertemuan I : Pengenalan program dan membangun tujuan terapi	
Tujuan	Kegiatan
1. Partisipan memahami mengenai rangkaian terapi yang akan dilakukan.	1. Perkenalan, penjabaran rangkaian terapi
2. Memperoleh pengukuran awal kondisi partisipan sebelum menjalani intervensi.	2. <i>Self rating</i> dengan menggunakan skala sikap terhadap pernikahan dan optimisme terhadap

3. Partisipan dapat merumuskan mengenai tujuan yang ingin ia capai dari terapi serta cara untuk mencapainya.	3. Diskusi dengan menggunakan teknik <i>goal frame</i> , <i>exception frame</i> atau <i>hypothetical solution frame</i>
--	---

Pertemuan II : Persepsi mengenai Pasangan

Tujuan	Kegiatan
1. Mengevaluasi tugas rumah partisipan.	1. Pemaparan mengenai pencapaian dari tujuan terapi melalui <i>scaling question</i> dan penggalian perilaku yang bermanfaat melalui teknik diskusi <i>exception frame</i> .
2. Menggali persepsi partisipan mengenai pasangan serta langkah-langkah yang dapat dilakukan partisipan untuk menghadapinya.	2. Diskusi mengenai karakter pasangan lalu merumuskan langkah untuk menghadapinya dengan teknik <i>exception frame</i> .
3. Menciptakan gambaran pernikahan ideal berdasarkan karakter positif yang pasangan miliki.	3. Diskusi dengan menggunakan teknik <i>hypothetical solution frame</i> .

Pertemuan III : Resource Map

Tujuan	Kegiatan
1. Evaluasi tugas rumah partisipan.	1. Pemaparan mengenai pencapaian dari tujuan terapi melalui <i>scaling question</i> dan penggalian perilaku yang bermanfaat melalui teknik diskusi <i>exception frame</i> .
2. Partisipan mendapatkan gambaran mengenai kehidupan setelah pernikahan	2. Diskusi mengenai film yang sudah ditonton oleh partisipan.
3. Partisipan dapat memahami cara untuk berkomunikasi secara asertif kepada pasangan	3. Psikoedukasi dan latihan berkomunikasi secara asertif.
4. Menggali potensi yang partisipan miliki sebagai pasangan.	4. Partisipan akan diminta untuk mengisi Resource Map.

Pertemuan IV : Kesimpulan dan *feedback*

Tujuan	Kegiatan
1. Evaluasi tugas rumah partisipan.	1. Pemaparan mengenai pencapaian dari tujuan terapi melalui <i>scaling question</i> dan penggalian perilaku yang bermanfaat melalui teknik diskusi <i>exception frame</i> .
2. Partisipan mengetahui hal-hal positif di dalam hubungan romantis partisipan	2. Fasilitator memberikan <i>feedback</i> mengenai hal-hal positif dari hubungan romantis partisipan yang fasilitator lihat dari keseluruhan sesi.
3. Partisipan memahami ciri kepribadian partisipan dan dinamikanya dalam hubungan romantis	3. Fasilitator memberikan <i>feedback</i> mengenai ciri kepribadian partisipan dan dinamikanya di dalam hubungan romantis yang ia miliki.
4. Partisipan mengetahui hal-hal yang perlu ditingkatkan di dalam hubungan romantis yang ia miliki	4. Fasilitator memberikan <i>feedback</i> mengenai hal-hal yang harus ditingkatkan dan dipertahankan setelah sesi intervensi berakhir.
5. Memperoleh pengukuran akhir kondisi partisipan setelah menjalani intervensi.	5. <i>Self rating</i> dengan menggunakan skala sikap terhadap pernikahan dan optimisme terhadap hubungan serta wawancara mengenai hal-hal yang didapatkan setelah terapi.

HASIL

Hasil Penelitian Partisipan CERI

Hasil analisa kualitatif dan kuantitatif menunjukkan hasil yang sejalan. Dapat disimpulkan bahwa pendekatan eklektik yang berfokus pada solusi, efektif dalam meningkatkan kualitas hubungan romantis CERI dengan CHARLIE. Hal ini terlihat dari evaluasi kuantitatif dimana sikap CERI terhadap pernikahan menjadi lebih positif dan optimisme terhadap hubungan menjadi lebih besar. Secara kualitatif, CERI merasa interaksi mereka sebagai pasangan menjadi lebih positif sehingga CERI merasa lebih yakin akan pernikahan dan keberhasilan hubungan romantisnya di masa depan.

Hasil Penelitian Partisipan AMEL

Hasil analisa kualitatif dan kuantitatif menunjukkan hasil yang sejalan. Dapat disimpulkan bahwa pendekatan eklektik yang berfokus pada pencarian solusi pada AMEL efektif dalam meningkatkan kualitas hubungan AMEL dengan ANDI. Hal ini terlihat dari evaluasi kuantitatif dimana sikap AMEL terhadap pernikahan menjadi jauh lebih positif dan optimism terhadap hubungan menjadi jauh lebih besar. Secara kualitatif, AMEL merasa lebih yakin dan termotivasi untuk menyelesaikan masalah di dalam hubungan mereka. Kualitas hubungan yang lebih baik menyebabkan AMEL lebih yakin akan kesuksesan pernikahannya nanti.

Perbandingan Hasil Intervensi pada CERI dan AMEL

Table 2. Perbandingan Hasil Intervensi

	CERI	AMEL
Efektivitas terapi	Efektif dalam meningkatkan kualitas hubungan dengan pasangan serta meningkatkan keyakinan akan kesuksesan pernikahan.	Efektif dalam meningkatkan kualitas hubungan dengan pasangan, mengubah pandangan mengenai pernikahan menjadi lebih positif serta meningkatkan keyakinan akan kesuksesan pernikahan.
Manfaat	Mengurangi intensitas pikiran negatif sehingga tidak berperilaku marah-marrah.	Memperbaiki komunikasi dengan pasangan, termotivasi untuk menyelesaikan masalah, dan dapat memandang ANDI dengan lebih positif.
Perkembangan Diri	Berada pada skala 7 (sebelumnya skala 5) dalam mengelola ekspresi rasa marah. Saat ini, CERI bisa menahan rasa marah dengan diam dan berfikir sebelum mengekspresikannya.	Berada pada skala 5 (sebelumnya skala 3) dalam toleransi terhadap adik-adik ANDI. Saat ini, AMEL merasa perasaannya lebih netral terhadap adik-adik ANDI. Ia juga lebih berminat untuk mengenal keluarga ANDI.
Pandangan terhadap pasangan	CERI telah memiliki cara berhadapan dengan karakter CHARLIE.	AMEL lebih faham mengenai dinamika terbentuknya karakter ANDI dan bisa memandang ANDI dengan lebih positif. Namun begitu, AMEL belum bisa menyesuaikan diri dengan karakter ANDI.
Potensi untuk Pernikahan	CERI memandang potensi terbesar dalam pernikahan berada di luar	AMEL memandang potensi terbesar dalam pernikahan berada di dalam

DISKUSI

Efektivitas Intervensi

Berdasarkan evaluasi secara kualitatif dan kuantitatif dapat disimpulkan bahwa intervensi dengan pendekatan eklektif yang berfokus pada pencarian solusi efektif dalam meningkatkan kualitas hubungan romantis bagi kedua partisipan. Efektivitas intervensi ini dievaluasi dengan metode kualitatif dan kuantitatif. Metode kualitatif dilakukan dengan (1) pengamatan terhadap *insight* dan perkataan yang muncul pada setiap sesi terapi. (2) menanyakan pada partisipan mengenai manfaat yang ia rasakan dari terapi, dan (3) mengamati seberapa besar *progress* perubahan skala perilaku partisipan. Metode kuantitatif yaitu dengan menggunakan *self rating* melalui skala sikap terhadap pernikahan dan optimisme terhadap hubungan romantis. Skala ini diberikan sebelum partisipan mengikuti intervensi (*pretest*) dan segera setelah partisipan mengikuti intervensi (*posttest*). Hasil *pre* dan *posttest* ini kemudian diperbandingkan.

Secara kualitatif, perilaku partisipan mengalami perubahan setelah sesi terapi berakhir. Kedua partisipan menunjukkan perubahan perilaku sebesar 2 poin di akhir sesi terapi. Perubahan perilaku ini menyebabkan perubahan emosi partisipan menjadi lebih positif. Hal ini sesuai dengan asumsi dari teknik intervensi yang berfokus pada solusi yaitu perubahan perilaku akan menyebabkan perubahan emosi (Walter & Peller, 1992). Oleh karena itu di dalam sesi terapi, hal yang disasar adalah perubahan perilaku. Perubahan emosi akan mengikuti seiring dengan perubahan perilaku itu sendiri. Meski terjadi perubahan perilaku, kedua partisipan berbeda dalam hal pencapaian target perubahan perilaku.

Pada partisipan AMEL, ia tidak berhasil mencapai target perubahan perilaku yang ia tetapkan. Ia menetapkan skala 7, dari skala awal 3 dan di akhir hanya berhasil mencapai skala 5. Sementara partisipan CERI berhasil mencapai target perubahan perilaku skala 7, dari skala awal 5. Peneliti melihat bahwa perbedaan pencapaian target perubahan perilaku pada kedua partisipan terjadi karena perbedaan penetapan target. Partisipan AMEL menetapkan target perubahan perilaku dalam 4 sesi terapi sebesar 4 poin sementara partisipan CERI 2 poin. Target perubahan perilaku pada CERI lebih realistis untuk dicapai dibandingkan AMEL. Dapat disimpulkan bahwa target yang lebih realistis akan menentukan tercapai atau tidak tercapainya target perubahan perilaku pada partisipan.

Secara kuantitatif, kedua partisipan mengalami perubahan skor pada skala menjadi lebih positif. Pada partisipan AMEL, perubahan skor terjadi secara signifikan yaitu meningkat 13 poin sementara pada partisipan CERI, perubahan skor tidak terlalu signifikan yaitu meningkat 2 poin. Bahkan pada item-item mengenai kecemasan akan perceraian dan peran dalam rumah tangga, kondisi CERI lebih buruk dibandingkan saat *pretest*. Peneliti menduga hal ini terjadi karena beberapa hal. Pertama, CERI masih dalam proses menyesuaikan diri terhadap perceraian orangtuanya. Kondisi emosi CERI lebih fluktuatif karena konflik di dalam keluarganya pasca perceraian masih berlangsung hingga saat ini. CERI masih mengalami efek jangka pendek dari perceraian yaitu perasaan sedih, marah, stress dan konsep diri yang rendah (Matthews, 2000). Karena

itulah kecemasan CERI akan perceraian masih sangat besar. Kedua, pada saat sesi keempat dilaksanakan, CERI baru saja mendapat pekerjaan. CERI merasa sangat senang mendapat pekerjaan namun di sisi lain ia menyadari bahwa bila menikah dengan CHARLIE, pekerjaan ini harus ia lepaskan. CHARLIE tidak mengizinkan CERI untuk bekerja. Hal ini diduga mengubah persepsi CERI bahwa dirinya memang harus banyak berkorban di dalam pernikahan.

Kedua partisipan tidak menunjukkan perubahan dalam tingkat kecemasan akan pernikahan. Hal ini adalah sesuatu yang wajar mengingat kedua partisipan belum pernah menikah dan hanya memiliki pengalaman menyaksikan pernikahan orangtua mereka yang gagal (Carnelly dan Janoff-Bulman dalam Johnson, 2009).

SIMPULAN

1. Intervensi dengan pendekatan eklektik yang berfokus pada pencarian solusi, efektif dalam meningkatkan kualitas hubungan romantis pada partisipan yang berasal dari orangtua bercerai. Hal ini tertampil dalam evaluasi kuantitatif dan kualitatif. Pada evaluasi kuantitatif, partisipan menunjukkan peningkatan skor yang menunjukkan sikap terhadap pernikahan dan optimisme terhadap hubungan yang lebih positif. Pada evaluasi kualitatif, partisipan menunjukkan perubahan perilaku sesuai dengan tujuan terapi dan perubahan perasaan menjadi lebih positif.
2. Berdasarkan keterangan partisipan, intervensi ini bermanfaat dalam hal mengurangi pikiran-pikiran negatif serta memperkuat kemunculan pola perilaku yang sudah ada sebelumnya dan berhasil untuk mengatasi masalah dalam hubungan dengan pasangan. Perubahan perilaku partisipan menyebabkan meningkatnya kualitas hubungan romantis terutama dalam hal komunikasi.

SARAN

1. Materi dan kesimpulan dari intervensi sebaiknya diberikan dalam bentuk tertulis kepada partisipan pada sesi terakhir. Hal ini dilakukan agar hal-hal yang didapatkan dari terapi terus teringat oleh partisipan.
2. Perlu ada penelitian lanjutan yang melibatkan lebih banyak partisipan dan juga melibatkan partisipan dengan jenis kelamin laki-laki.
3. Pada penelitian selanjutnya dengan karakteristik partisipan serupa, peneliti dapat melakukan hal-hal berikut untuk meningkatkan efektivitas intervensi:
Jumlah pertemuan terapi dapat ditambah sehingga partisipan memiliki waktu yang cukup untuk mengutarakan masalah-masalah yang mereka hadapi. Partisipan memiliki kebutuhan yang besar untuk menceritakan masalah-masalahnya sehingga pada waktu-waktu tertentu, pembicaraan mengenai solusi dirasa tidak memungkinkan. Apabila sesi terapi ditambah maka fasilitator dapat memberikan waktu yang memadai untuk partisipan bercerita dan baru diarahkan untuk membangun solusi pada sesi berikutnya.
4. Fasilitator hendaknya dapat lebih bersikap direktif dalam terapi sehingga sesi terapi tidak terlalu lama hingga akhirnya menurunkan performa fasilitator maupun partisipan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amato, P.R. (2001). *Children of Divorce in the 1990s : AN Update of the Amato and Keith (1991) Meta-Analysis*. 25 Maret 2012. <http://www.proquest.com>
- Walter, J.L., & Peller, J.E. (1992). *Becoming Solution Focused in Brief Therapy*. New York : Brunner/Mazel Publisher
- Kerlinger, F.N., & Lee, H. B. (2000) *Foundation of Behavioral Research : 4th Edition*. California : Harcourt College Publisher.
- Matthews, D.W. (2000). *Longterm Effect of Divorce on Children*. 27 Januari 2012. <http://www.ces.ncsu.edu/depts/fcs/human/pubs/fcs482.pdf>
- Murray, C. E., & Murray, T. L. (2004). *Solution Focused Premarital Counseling: Helping Couples Build a Vision for Their Marriage*. 27 Januari 2012. <http://www.proquest.com>
- Macdonald, A. J. (2007). *Solution Focused Therapy : Theory, Research and Practise*. 5 Februari 2012. <http://www.proquest.com>
- Johnson, V.I. (2009). *The Effect of Intimate Relationship Education on Relationship Optimism and Attitudes Toward Marriage*. 25 Maret 2012. <http://www.proquest.com>
- Friedman, S. (2011). *The Impact of Parental Divorce on the Marital Attitudes and Intimacy of Adults and Children of Divorce*. 21 Maret 2012. <http://www.proquest.com>