

KONSELING REALITAS UNTUK MENGATASI *SIBLING RIVALRY* PADA ANAK USIA DINI**Aprillia Dewi Suciati¹, Yanuari Srianturi²**¹Institut Teknologi Pendidikan Auliya ITPA Bandung²Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro

*Aprilia Dewi Suciati, email: dewisuciati@upi.edu

Abstract: *This article aims to determine the sibling rivalry in early childhood in the concept of a reality counseling approach and the results of previous relevant research on sibling rivalry. Sibling rivalry is a form of competition between sibling, between brothers and sisters to win the attention and affection of parents. Every child has a unique personality and has different needs. This literature review discusses sibling rivalry behavior that occurs in early childhood in the concept of theory and reality counseling. WDEP is a stage of reality counseling where the counselor helps the counselee to describe what the counselee wants, the behavior that the counselee should do, evaluate himself, and plan what the counselee wants so that it can help reduce the behavior of sibling rivalry in early childhood. This research employed descriptive qualitative method using a literature review. The results of this research of literature indicate that the application of reality counseling can reduce sibling rivalry behavior in early childhood.*

Keywords: *Sibling Rivalry, Early Childhood, Reality Counseling Approach*

PENDAHULUAN

Anak merupakan amanah yang diberikan Allah SWT kepada setiap pasangan suami dan istri. Tentunya diperlukan persiapan yang baik untuk menyambut kehadiran seorang buah hati. Setiap anak tentu memiliki kepribadian yang unik. Sebagai individu yang unik, tentu setiap anak memiliki kebutuhan yang berbeda-beda sesuai dengan tugas perkembangannya pada usia tertentu. Salah satu aspek perkembangan pada masa kanak-kanak yaitu aspek perkembangan sosio emosional di mana anak mulai belajar bersosialisasi dengan orang lain yang ada disekitarnya, termasuk dengan saudara kandung. Anak usia dini, dilihat dari rentang usia menurut Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional ialah anak sejak lahir sampai usia enam tahun.

Saudara kandung merupakan salah satu orang terdekat seseorang sejak dilahirkan hingga dewasa. Hubungan dengan saudara kandung sangatlah berpengaruh besar dalam perkembangan sosial setiap individu, karena di sinilah individu belajar bersosialisasi. Semakin baik interaksi antar saudara kandung, maka akan semakin dekat pula hubungan antar saudara kandung. Namun jika sebaliknya interaksi antara saudara kandung tidak baik, maka hubungan antar saudara kandung pun tidak akan sedekat anak-anak yang memiliki interaksi baik dengan saudara kandungnya.

Sibling rivalry merupakan persaingan yang terjadi pada hubungan antara kakak dan adik.

Sibling rivalry umumnya terjadi pada saudara yang memiliki perbedaan usia yang sangat berdekatan dan memiliki jenis kelamin yang sama. Namun hal ini tidak menutup kemungkinan terjadi juga pada saudara yang berbeda jenis kelamin. Perilaku ini muncul ketika anak merasa perhatian dan kasih sayang kedua orang tuanya hanya diberikan untuk saudara kandungnya saja, sedangkan ia tidak merasakan adanya kasih sayang dari orang tuanya sehingga akan menimbulkan rasa cemburu yang besar kepada saudara kandungnya. Perasaan cemburu tersebut akan memicu tekanan emosional secara psikologis.

Menurut para ahli psikologi menjelaskan istilah anak usia dini sebagai individu yang berbeda yang memiliki ciri-ciri yang tampak dari psikologis anak selama masa kanak-kanak awal, diantaranya usia kelompok, usia meniru, mencari jati diri dan usia kreatif (Santrock, 2011: 7). Sehingga perkembangan anak pada masa pada usia dini menentukan perkembangan anak selanjutnya. Untuk mengatasi perilaku *sibling rivalry* dibutuhkan strategi pengasuhan khusus yaitu dengan cara orang tua mengarahkan agar persaingan yang terjadi pada anak usia dini membawa dampak yang positif bagi keluarga. Perilaku *sibling rivalry* merupakan salah satu permasalahan yang sering terjadi di dalam keluarga. Dengan pengasuhan yang tepat, maka orang tua tetap dapat membimbing anak-anaknya agar tumbuh dan berkembang dengan sangat baik. Orang tua juga sebaiknya bersikap adil kepada anak-anaknya sehingga dapat mereduksi perilaku terhadap *sibling rivalry*.

Melalui berbagai alternatif untuk mereduksi perilaku *sibling rivalry* dapat menggunakan pendekatan agar anak merasa terlibat dalam keluarga s. Oleh karena itu, apabila anak sudah memiliki kedekatan dan adanya interaksi yang baik dengan saudara kandung, diharapkan dapat mereduksi perilaku *sibling rivalry* tersebut. Pendekatan realitas dapat digunakan sebagai alternatif dalam mereduksi perilaku *sibling rivalry*. Pendekatan realitas memandang bahwa individu dikatakan bermasalah ketika mencoba mengendalikan orang lain, pada dasarnya hanya individu itu sendirilah yang dapat mengendalikan dirinya. Setiap individu memiliki rasa ingin dicintai dan ingin memiliki seseorang, khususnya dalam anak-anak yang tetap ingin dicintai oleh orang tuanya dan hanya dirinya sendirilah memiliki orang tuanya.

METODE

Metode penelitian yang digunakan yaitu menggunakan metode studi literatur dengan pendekatan kualitatif. Studi literatur merupakan suatu cara dengan menyiapkan kerangka penelitian dengan menggunakan media pustaka sebagai cara memperoleh data penelitian (Zed, 2014). Data dikumpulkan berdasarkan pada topik permasalahan. Pada penelitian ini, fokus penelusuran yakni mengenai *sibling rivalry* anak usia dini dalam konsep pendekatan konseling realitas.

TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Konsep Teori Realitas

Teori realitas yang dikembangkan oleh Fritz William Glasser merupakan pendekatan yang cukup lugas dan menitik beratkan pada kepercayaan diri konseli untuk menghadapi kebutuhannya melalui proses realistik atau rasional (Gibson & Mitchell, 2011, hal. 222). Realitas memandang bahwa individu dikatakan bermasalah ketika berperilaku tidak bertanggung jawab yang didefinisikan sebagai usaha individu untuk memenuhi kebutuhan dasarnya dengan cara melanggar hak orang lain untuk memenuhi kebutuhannya dan menjadi kebutuhan (Thompson & Henderson, 2007, hal. 110- 111).

Glasser (dalam Yusuf, 2016) meyakini bahwa manusia dilahirkan disertai lima kebutuhan

bawaan (*getically needs*), yaitu *survival, love and belonging, power or achievement, freedom or independence, and fun*. Glasser menyatakan bahwa kebutuhan *to love and to belong* mirip dengan kebutuhan untuk penerimaan sosial. Tentunya sebagai manusia perlu memenuhi kebutuhan rasa cinta dan dicintai, serta kebutuhan rasa memiliki dan dimiliki oleh orang lain. Kebutuhan *love and belonging* ini akan sulit untuk dipenuhi jika tidak adanya kepercayaan pada individu bahwa ia diterima orang lain tanpa syarat, karena untuk mencapai *love and belonging ini* diperlukan adanya bekerja sama atau berhubungan sosial dengan oranglain, sehingga Glasser berpendapat bahwa kekuatan motivasional utama manusia adalah orang yang mampu memenuhi kelima kebutuhan tersebut.

Tujuan dari konseling realitas yaitu membantu individu untuk mencapai otonomi, yaitu kematangan yang dibutuhkan bagi individu untuk mengganti dukungan lingkungan dengan dukungan internal (Corey, 2010, hal. 269). Kematangan yang dimaksud yaitu individu mampu bertanggung jawab atas dirinya dan sesuai dengan keinginan individu tersebut serta mengembangkan rencana yang secara tanggung jawab dan menunjukkan ketidaksepakatan jika tidak bertindak secara tanggung jawab (Gibson & Mitchell, 2011, hal. 224). Pada dasarnya tujuan dari konseling realitas sama dengan tujuan dari kehidupan manusia yaitu untuk mencapai *success indentity*. Untuk mencapainya diperlukan adanya rasa tanggung jawab dari individu serta mencapai kepuasan terhadap kebutuhan personal.

Sebagai seorang guru, konselor memiliki peranan penting khususnya keakraban dengan konseli karena dalam penerapan konseling realitas yang utama adalah situasi belajar mengajar sehingga konseli dapat menciptakan kebahagiaannya sendiri (Corey, 2010, hal. 271; Thompson & Henderson, 2007, hal. 116). Fungsi lainnya yaitu konselor sebagai pembatas yang mencakup batas-batas dalam situasi terapeutik dan batas-batas yang ditempatkan oleh kehidupan pada individu (Corey, 2010, hal. 218). Hal ini mencakup batasan mengenai keberhasilan konseli maupun kegagalannya dalam tindakan di luar situasi konseling. Kemudian fungsi selanjutnya yaitu konselor terlibat dengan konseli serta melibatkan konseli dalam proses konseling yang dianggap paling utama (Corey, 2010, hal. 272). Selain itu konselor juga perlu memerhatikan fokus dalam konseling realitas yang di antaranya (1) penekanan pada pilihan tanggung jawab, (2) penolakan terhadap *transference*, (3) penekanan konseling pada saat sekarang, (4) penghindaran dari pemusatan perilaku bermasalah, serta (5) penentangan pandangan tradisional tentang penyakit mental. Konselor sebaiknya memiliki kualitas hubungan yang baik dengan konseli, sehingga semakin baik hubungan antara konselor dengan konseli maka konselor akan mampu melibatkan konseli di dalam proses konseling realitas ini.

Konseling Realitas untuk Anak-Anak

Metode konseling realitas untuk anak-anak pada umumnya sama dengan metode konseling untuk remaja dan dewasa (Thompson & Henderson, 2007, hal. 116-120). Terdapat delapan langkah dalam metode konseling realitas, yaitu:

1. Membangun hubungan baik dengan konseli, seperti pada konseling umumnya konselor terlebih dahulu membangun suasana yang membuat konseli merasa nyaman dan percaya dengan konselor sehingga konseli dapat mengungkapkan apa yang dialaminya.
2. Menggambarkan perilaku konseli saat ini, artinya konseli mulai mengungkapkan permasalahannya kepada konselor.
3. Mengevaluasi yang terjadi dalam hidup konseli, mengungkapkan hal-hal yang

diinginkannya dalam kehidupan serta mengungkapkan upaya yang telah dilakukan untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi konseli.

4. Konselor dan konseli mulai melihat kemungkinan alternatif untuk mendapatkan yang diinginkan konseli dalam kehidupannya, konselor mulai melihat hal-hal yang dapat dilakukan oleh konseli untuk memperbaiki perilakunya tersebut, sehingga konseli dapat memilih alternatif sesuai dengan yang diinginkannya.
5. Konseli memilih alternatif untuk mencapai tujuannya dan berkomitmen untuk mencobanya, konselor menasehati konseli dengan tujuan untuk membantu konseli membuat sebuah komitmen akan alternatif yang telah dipilihnya.
6. Konselor dan konseli memeriksa hasil komitmen, pada konseling selanjutnya baik konselor dan konseli mengevaluasikembali untuk mengetahui sejauh manakonseli melaksanakan alternatifpilihannya.
7. Menerapkan konsekuensi logis, pada langkah ini konselor menguraikan hal- hal yang menjadi akibat jika konseli tidak melakukan alternatif yangmenjadi pilihannya tersebut.
8. Dibutuhkan kesungguhan untuk melakukan pilihan yang telah dipilih konseli serta ketekunan untukmelaksanakannya supaya tujuan yang diinginkan oleh konseli akan tercapai.

Konsep *Sibling Rivalry*

Dalam konsep psikologi *sibling* diartikan sebagai saudara laki-laki atau perempuan yang tinggal bersama dalam satu pengasuhan orang tua yang sama. *Sibling* yaitu saudara kandung, saudara tiri, atau saudara adopsi. Hubungan *sibling* merupakan hubungan yang sangat dekat dan berlangsung dalam jangka panjang sepanjang hidup individu, saling berbagibanyak hal serta menerima atau menolak nilai-nilai yang sama dari orang tua yang sama sehingga memiliki ikatan yang kuat (Bee & Boyd, 2007; Lestari, 2012).

Pada masa kanak-kanak pola hubungan dengan *sibling* dipengaruhi oleh adanya empat karakteristik, yaitu: jumlah saudara, urutan kelahiran, jarak kelahiran, dan jenis kelamin (Steelman & Koch, 2009, hal. 438-442). Dunn (2002, hal. 223-237)

mengungkapkan bahwa terdapat tiga karakteristik pola hubungan antara saudara kandung. *Pertama*, kekuatan emosi. Emosiyang menyertai hubungan dengan saudara dapat berupa emosi positif maupun emosi negatif. *Kedua*, keintiman yang membuat antar saudara kandung dapat mengenal secara pribadi. Keintiman ini dapat menjadisumber bagi dukungan maupun konflik. *Ketiga*, adanya perbedaan sifat pribadi yang mewarnai hubungan saudara kandung. Adayang menunjukkan afeksi, kepedulian, kerja sama, dan dukungan. Namun sebagianjuga ada yang menunjukkan permusuhan, gangguan, dan perilaku agresif.

Sibling rivalry diartikan sebagai suatu bentuk dari persaingan antara saudarakandung, antara kakak dan adik, yang terjadi karena merasa takut akan kehilangankasih sayang dan perhatian dari orang tua. Sehingga anak memiliki perilaku tersebut dan terjadi berbagai pertentangan dan akibatnya dapat membahayakan bagi penyesuaian diri dan sosial individu tersebut (Putri, Deliana, & Hendriyani, 2013).

Perasaan iri kepada saudara kandungtentu akan berdampak pada perkembangan sosial anak dan akan mempersulit keadaannya, karena ketika tumbuh dewasa, anak dituntut mampu melakukan penyesuaian dengan perubahan pada dirinya dan di lingkungan sosialnya. Hubungan antar saudara yang diwarnai dengan perselisihan tentu akan membahayakan penyesuaian pribadi dan sosial seluruh anggota keluarga, baik orangdewasa maupun anak-

anak. Pada awalnya kakak di arahkan agar dapat menjaga adiknya sedangkan adiknya merasa bahwa kakaknya berperan sebagai pengganti orang tuanya, tentu baik kakak maupun adik memiliki perasaan sama-sama tidak menyukai peran ini (Hurlock, 2003, hal. 102).

Dampak *Sibling Rivalry*

Munculnya perilaku *sibling rivalry* tentu akan berdampak pada diri anak maupun saudara kandungnya serta orang lain. Berikut dampak dari *sibling rivalry* (Hurlock, 2003, hal. 30-34).

1. Pada diri sendiri: adanya tingkah laku regresi dan *self-efficacy* rendah.
2. Pada saudara: munculnya perilaku agresi, tidak mau berbagi dengan saudara, tidak mau membantu saudara dan mengadukan saudara.
3. Pada orang lain: terjadi pola hubungan yang tidak baik akan dibawa anak pada pola hubungan sosial di luar rumah.

Menurut Boyle (dalam Putri, Deliana, & Hendriyani, 2013) menjelaskan bahwa apabila *sibling rivalry* tidak segera ditangani pada masa awal kanak-kanak dikhawatirkan akan menimbulkan *delayed effect* pada anak-anak yang mengalami *sibling rivalry*.

Faktor Penyebab *Sibling Rivalry*

Terdapat beberapa faktor penyebab munculnya *sibling rivalry* (Laule, 2017), yaitu:

1. Setiap anak bersaing untuk menunjukkan dirinya sebagai individu. Setelah menemukannya, anak mencoba menemukan bakat, dan minatnya. Anak menunjukkan perbedaan dengan saudara kandungnya.
2. Anak merasa mendapat perhatian, disiplin, dan daya tanggap yang tidak seimbang.
3. Anak merasa hubungan dengan orang tua terancam oleh kehadiran bayi baru.
4. Tahap perkembangan anak dipengaruhi oleh seberapa matang anak dan seberapa baik anak dapat berbagi perhatian dan bergaul dengan satu sama lain.
5. Anak-anak yang lapar, bosan, atau lelah dapat menjadi frustrasi dan berpotensi berkelahi.
6. Anak-anak tidak tahu cara positif untuk mendapatkan perhatian oleh saudara kandung atau cara memulai kegiatan yang menyenangkan, melainkan lebih memilih untuk berkelahi.
7. Dinamika keluarga memainkan peran. Contohnya satu anak dapat mengingatkan orang tua dari seorang kerabat yang sangat sulit, dan mungkin secara tidak sadar mempengaruhi cara orang tua memperlakukan anak.
8. Anak-anak sering bertengkar sehingga orangtua berpikir bahwa agresi dan pertengkaran antara saudara kandung dianggap hal yang wajar dan normal.
9. Tidak adanya waktu luang untuk menghabiskan waktu bersama keluarga serta memiliki kegiatan yang menyenangkan (seperti makan bersama keluarga) sehingga hal ini dapat meningkatkan keterlibatan anak dalam konflik keluarga.
10. Tingkat *stress* serta konflik orang tua dapat mengurangi waktu dan perhatian yang diberikan kepada anak dan meningkatkan persaingan antar saudara.
11. *Stress* dalam kehidupan anak dapat memperpendek sistem syaraf anak, dan mengurangi kemampuannya untuk mentoleransi frustrasi yang menyebabkan konflik.
12. Cara orang tua memperlakukan anak-anak mereka, khususnya dalam pola pengasuhan orang tua.

Anak Usia Dini

Anak usia dini merupakan anak-anak yang termasuk ke dalam kelompok usia di bawah lima tahun yang dimulai dari masa bayi hingga masa kanak-kanak awal (Santrock, 2011, hal. 19-20; Slavin, 2011, hal. 95-96).

Anak usia dini termasuk ke dalam kelompok masa bayi dan masa kanak-kanak awal. Menurut Havighurst (Hurlock, 2003, hal. 10) terdapat tujuh tugas-tugas perkembangan sepanjang rentang masa bayi dan masa kanak-kanak awal, yaitu:

1. Belajar memakan makanan padat.
2. Belajar berjalan.
3. Belajar berbicara dengan jelas.
4. Belajar mengendalikan emosi.
5. Mempelajari perbedaan seks dan tatacaranya.
6. Mempersiapkan diri untuk belajar membaca.
7. Belajar membedakan yang benar dan yang salah, serta mulai mengembangkan hati nurani.

Hasil Temuan Mengenai *Sibling Rivalry*

1. Hubungan Antara *Sibling Rivalry* dengan Kemampuan Penyesuaian Sosial Anak Usia Pra Sekolah di TK Ulil Albab Mertoyudan oleh Reni Mareta (2017). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *sibling rivalry* dengan kemampuan penyesuaian sosial anak usia pra sekolah di TK Ulil Albab Mertoyudan Magelang karena sebelumnya diketahui bahwa terdapat salah satu keluarga yang memiliki kasus munculnya perilaku *sibling rivalry* pada kakak dan adik sedangkan orang tua telah berusaha memberikan pengasuhan yang sesuai dengan karakteristik anak untuk mengurangi terjadinya perilaku *sibling rivalry*. Hasil temuan menunjukkan bahwa sekolah dapat memberikan perhatian yang lebih dengan melakukan pendekatan konseling di antaranya melakukan penyesuaian sosial khususnya pada anak yang mengalami *sibling rivalry* serta melakukan pendekatan kepada orang tua untuk mengatasi *sibling rivalry*.
2. *Sibling Rivalry* Pada Anak Usia *Toddler* oleh Indanah (2017). Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan respon *sibling rivalry* pada anak *toddler* di PAUD Wilayah Desa Demaan Kecamatan Kudus Kota Kabupaten Kudus. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa faktor anak maupun faktor orang tua keduanya saling berhubungan dengan respon *sibling rivalry* pada anak usia *toddler*.
3. Dampak *Sibling Rivalry* (Persaingan Saudara Kandung) Pada Anak Usia Dini oleh Ayu Citra Triana (2013). Penelitian ini mendeskripsikan tentang dampak *sibling rivalry* pada anak usia dini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dampak *sibling rivalry* pada anak usia dini dirasakan berbeda oleh anak, tergantung pada karakter anak serta pola asuh orang tua. Lingkungan juga mempengaruhi pada anak. Sikap orang di sekitarnya dapat menambah munculnya dampak yang terjadi pada anak.
4. *Influence of Psycho-Socio-Economic Factors, Parenting Style, and Sibling Rivalry, on Mental and Emotional Development of Preschool Children in Sidoarjo District* oleh Rahma Fauziyah (2017). Tujuan penelitian ini untuk menguji pengaruh faktor psiko-sosio-ekonomi, gaya pengasuhan, dan persaingan saudara kandung pada perkembangan mental dan emosional anak pra sekolah yang dilatarbelakangi oleh adanya pembangunan prasekolah sebagai tahap dasar yang berpengaruh untuk perkembangan anak, peran orang tua dan saudara kandung memiliki peran penting untuk perkembangan anak, serta pola asuh yang menjadi

alat terbaik untuk pengembangan kepribadian masa kecil yang sempurna dan teintegrasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perkembangan mental dan emosional secara langsung dipengaruhi oleh gaya pengasuhan dan persaingan saudara kandung. Hal ini dapat dipengaruhi oleh pendidikan ibu, pendapatan keluarga, kepercayaan nilaianak, dan jumlah anak.

Hasil Analisis

Perkembangan pada masa kanak-kanak awal mengalami perkembangan yang pesat baik dari segi perkembangan fisik, kognitif, sosioemosional, bahasa, kreativitas dan komunikasi. Sehingga pada masa ini anak membutuhkan perhatian dari orang tua khususnya untuk membimbing anak dalam mengajarkan mana yang benar dan mana yang salah.

Kehadiran anggota keluarga baru tentu akan memengaruhi anak yang secara otomatis akan menjadi kakak. Hal yang perlu diperhatikan lebih lanjut pada perkembangan sosioemosional anak yaitu keterampilan bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya.

Rasa cemburu anak timbul ketika kelahiran bayi yang baru lahir di dalam keluarga tersebut yang secara otomatis anak akan berperan menjadi seorang kakak. Hal ini dikarenakan anak menganggap bahwa perhatian dan kasih sayang orang tua beralih kepada adiknya yang baru lahir. Sehingga untuk menarik perhatian kedua orang tuanya, anak mengungkapkan rasa cemburunya dengan berperilaku kembali seperti ketika masih kecil, seperti mengompol, pura-pura sakit, atau berbicar kurang jelas seperti bayi. Jika hal ini dibiarkan anak akan merasa sedih dan mengungkapkannya dengan menangis dan kehilangan minat terhadap aktivitas seperti biasanya. Selain anak merasa sedih, anak juga cenderung sering marah dan mengungkapkannya dengan ledakan amarah yang ditandai dengan menangis, berteriak, menggertak, menendang, melompat-lompat atau memukul dan dapat mengakibatkan anak berperilaku agresif (Hurlock, 2003, hal. 116).

Teori realitas mengatakan bahwa individu yang bermasalah yaitu individu yang berusaha mengendalikan orang lain. Permasalahan ini memberikan pemahaman kepada anak usia dini mengenai anggota baru di dalam keluarganya karena konsep dasar dari teori realitas adalah *love and belonging*. Sehingga anak merasa bahwa orang tuanya tetap memberikan perhatian dan kasih sayang kepadanya.

Upaya konselor dalam membantu mengatasi permasalahan *sibling rivalry* pada anak usia dini dapat menggunakan konseling realitas sehingga anak dapat memenuhi yang diinginkannya yang merupakan kebutuhan dasarnya dengan cara yang bertanggung jawab (Yusuf, 2016, hal. 248). Terdapat empat tahap konseling realitas yang diberi akronim WDEP (Glasser & Wubbolding, 1995). Berikut uraiannya.

1. "W", yaitu keinginan (*want*), kebutuhan, atau persepsi konseli. Konselor membantu konseli untuk menemukan keinginan dan harapannya. Konselor mengeksplorasi hal yang di inginkan atau diharapkan konseli, dengan mengajukan pertanyaan seperti: "Apa yang diinginkan/harapkan?". Melalui pertanyaan ini, konseli terbantu untuk mendefinisikan yang diinginkannya dari proses konseling atau lingkungannya. Bagian dari konseling eksplorasi *quality world* atau *picture albums* yang terdiri atas pandangan secara spesifik tentang orang lain, aktivitas, peristiwa, keyakinan, dan situasi yang dapat memenuhi kebutuhan. Konseli diberi kesempatan untuk mengeksplorasi setiap arah kehidupannya sesuai dengan yang diinginkan agar konseli dapat menerima kehadiran anggota baru di dalam keluarganya.

2. "D" adalah *direction and doing*, konselimerjalkan atau melakukan sesuatu yang sesuai dengan keinginannya untukmeraih yang diinginkannya. Pada tahap ini, konselor dapat mengajukan pertanyaan: "Apa yang anda lakukan?" atau pertanyaan lainnya, seperti: "Apa yang akan dilakukan besok?", dan "Apa yang telah dilakukan kemarin?". Sehingga konseli menyadari perilakunya yang telah dilakukan baik kepada orang tuanya maupun kepada adik barunya.
3. "E" yaitu evaluasi diri (*self-evaluation*). Tahap ini merupakan konsep utama dalam konseling realitas. Melalui evaluasi diri dapat membantu konseli menganalisis dirinya dalam menjawab, "Apakah yang telah dilakukan untuk memenuhi keinginannya. Konselor membantu konseli untuk mengevaluasitingkah laku dirinya dengan pertanyaan: "Apakah perbuatanmu membuat
4. "P" yaitu perencanaan (*planning*). Tahap terakhir ini membantu konselimerencanakan perubahan-perubahan berarti untuk memenuhi kebutuhannya yang lebih efektif. Perencanaan yang efektif memiliki sederhana, dapat dicapai, terukur dan dilakukan dengan segera. Konseli dapat merasa lebih dekat dengan orang tua, atau merasa semakin menjauh?". Melalui pertanyaan ini, konselor dapat membantu konseli dalam mengevaluasi perbuatan yang telah dilakukannya, dan mengarahkan untuk meningkatkan atau mengubahnya. Tugas utama konselor memfasilitasi konseli untuk mengevaluasi keefektifan kegiatan atau tingkah laku yang dipilihnya.mengontrol kehidupannya secara efektif dengan perencanaan yang memiliki karakteristik sebagai berikut.
 - a. Konseli memiliki motivasi untuk mewujudkan sesuai dengan apa yang diinginkannya.
 - b. Perencanaan yang sederhana dan mudah dipahami oleh konseli.
 - c. Perencanaan yang ideal, tetapi operasional.

Melalui empat tahap konseling realitas ini, diharapkan anak dapat memahami dan dapat menerima kehadiran adiknya. Perhatian dan kasih sayang orang tua tidak pernah beralih sedikitpun kepada adiknya. Konselor juga perlu menjelaskan bahwa anggota baru dari anak tersebut masih membutuhkan bantuan dari orang tua untuk memenuhi kebutuhannya tidak seperti anak tersebut yang sudah mulai belajar mandiri.

KESIMPULAN

Setiap anak tentunya memiliki karakteristik yang berbeda-beda dan tentunya memiliki keinginan dan tujuan yang berbeda. Namun anak tetap membutuhkan perhatian dan kasih sayang orang tua dalam kehidupannya agar tugas perkembangan anak dapat berkembang secara optimal.

Perlunya persiapan khusus untuk orang tua yang menginginkan anak lebih dari satu. Anak tetap perlu diberikan pemahaman mengenai kehadiran adiknya. Pola asuh orang tua dan jarak usia antara kakak dan adik berpengaruh besar pada perilaku anak. Melalui pola asuh yang tepat dan jarak usia anak yang tidak terlalu dekat dapat membantu mereduksi munculnya perilaku *sibling rivalry*.

Jika anak memiliki perilaku *sibling rivalry*, maka konselor melalui konseling realitas dapat membantu menguraikan yang diinginkan oleh anak dari orang tuanya, hal yang sebaiknya anak lakukan ketika telah memiliki adik baru, membantu anak untuk mengevaluasi dirinya terhadap perilaku anak baik kepada orang tuanya maupun kepada adik barunya, dan

membantu anak merencanakan aktivitas yang sesuai dengan keinginan anak. Diperlukan ketekunan dan komitmen yang kuat dari anak karena jika anak tidak tekun dan komitmen melakukan apa yang direncanakan maka anak tidak akan mendapatkan apa yang diinginkannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Bee, H., & Boyd, D. (2007). *The Developing Child*. Houston Community College System: Pearson Education Inc.
- Corey, G. (2010). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi (Terjemahan)*. Bandung: Refika Aditama.
- Dunn, J. (2002). *Sibling Relationships. Handbook of Childhood Social Development*. Oxford: Blackwell Publishers Ltd.
- Fauziah, R., Salimo, H., & Murti, B. (2017). Influence of Psycho-Socio-Economic Factors, Parenting Style, and Sibling Rivalry, on Mental and Emotional Development of Preschool Children in Sidoarjo District. *Journal of Maternal and Child Health*, 2 (3) 233-244.
- Gibson, R. L., & Mitchell, M. H. (2011). *Bimbingan dan Konseling Edisi Ketujuh (Terjemahan)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Glasser, W., & Wubbolding, R. E. (1995). "Reality Therapy" in R.J. Corsini & D. Wedding (eds), *Current Psychotherapies (5th edn)*. Peacock: Itasca, IL.
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Edisi Kelima)*. Jakarta: Erlangga.
- Indanah, & Hartinah, D. (2017). Sibling Rivalry Pada Anak Usia Todler. *The Sixth University Research Colloquium 2017 Universitas Muhammadiyah Magelang*, 257-266.
- Laule, S. (2017, March). *Sibling Rivalry*. Diambil kembali dari M C.S Mott Children's Hospital Michigan Medicine: <https://www.mottchildren.org/posts/your-child/sibling-rivalry> (diakses 29 Mei 2018)
- Lestari, S. (2012). *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Kencana.
- Mareta, R., & Masithoh, R. F. (2017). Hubungan Antara Sibling Rivalry dengan Kemampuan Penyesuaian Sosial Anak Usia Pra Sekolah di TK Ulil Albab Mertoyudan. *The Sixth University Research Colloquium 2017 Universitas Muhammadiyah Magelang*, 41-46.
- Putri, A. C., Deliana, S. M., & Hendriyani, R. (2013). Dampak Sibling Rivalry (Persaingan Saudara Kandung) Pada Anak Usia Dini. *Developmental and Clinical Psychology*, 2 (1) 33-37.
- Santrock, J. W. (2011). *Perkembangan Anak Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Slavin, R. E. (2011). *Psikologi Pendidikan Teori dan Praktik Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Steelman, L. C., & Koch, P. R. (2009). *Sibling Relationship, Childhood and Adolescence*. In D. Carr (Ed), *Encyclopedia of The Life Course and Human Development*. Detroit: Macmillan Reference USA.
- Thompson, C. L., & Henderson, D. A. (2007). *Counseling Children (Seventh Edition)*. Belmont, USA: Thomson Brooks/Cole.
- Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional

Yusuf, S. L. (2016). *Konseling Individual: Konsep Dasar dan Pendekatan*. Bandung: PT. Refika Aditama.

Zed, M. (2014). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Obor Indonesia.