

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pengertian *Sibling Rivalry*

Sibling rivalry adalah bentuk manifestasi dari perjuangan anak untuk mendapatkan tempat, perhatian, dan rasa berharga dalam keluarga, yang muncul karena perbedaan posisi kelahiran, perlakuan orang tua, serta kebutuhan psikologis anak untuk merasa diterima dan diakui.¹⁵ (Idris, 2018) Dalam konsep psikologi, *sibling* diartikan sebagai saudara laki-laki atau perempuan yang tinggal bersama yang diasuh dalam satu pengasuhan yang sama. *Sibling* adalah saudara kandung, saudara tiri atau adopsi. Sedangkan *sibling rivalry* diartikan sebagai suatu bentuk persaingan antar saudara kandung antara kak dan adik, yang terjadi karena takut kehilangan kasih sayang dan perhatian.¹⁶ (Suciati & Srienturi, 2022)

¹⁵ Alfred Adler . *Individual Psychology* . Now York

¹⁶ Aprilia Dewi Suciati dan Yanuari Srienturi, *Konseling Realitas Untuk Mengatasi Siblings Rivalry Anak Usia Dini*, (Journal o f Education and Counseling (JECO) 2022), 2.1, h.167

Berdasarkan kamus kedokteran Darland, *sibling* merujuk pada anak yang lahir dari orang tua yang sama, baik laki-laki maupun perempuan. Sementara itu, *rivalry* berarti adanya kompetisi atau konflik antar saudara. Sedangkan *sibling rivalry* dapat diartikan sebagai persaingan antar saudara kandung untuk memperoleh kasih sayang, dukungan, pengakuan dari orang tua.¹⁷ (Ardana, 2023) Menurut Rahayu & Satiningsih *sibling* merupakan persaingan atau kompetisi antar saudara untuk mendapatkan kasih sayang dan cinta yang diberikan oleh orang tua. Dalam hal ini tujuannya untuk meraih pujian dan menjadi kebanggaan orang tua.¹⁸ (Rahayu & Satiningsih, 2022)

Sibling rivalry merupakan perasaan iri dan benci umumnya dirasakan oleh anak terhadap saudara kandungnya. Rasa cemburu merupakan emosi yang wajar dan sering dialami oleh anak. Reaksi *sibling rivalry* dapat

¹⁷ Ardana, *Hubungan Forgiveness Dengan Sibling Rivalry Pada Remaja*, (2022) h.176

¹⁸ Rahayu dan Satiningsih, *Dampak Sibling Rivalry Pada Remaja Kembar*. (Jurnal penelitian psikologi 2022), h. 211

muncul dalam dua bentuk yaitu, langsung dan tidak langsung. Perilaku langsung biasanya ditunjukkan dengan perilaku agresif seperti memukul, mencubit, pura-pura sakit, bahkan menendang. Sedangkan secara tidak langsung, dapat terlihat dalam bentuk kenakalan, rewel atau kembali mengompol.¹⁹ (Liza & Siagian, 2020)

Berdasarkan pendapat para ahli, penulis dapat menyimpulkan bahwasanya *sibling rivalry* merupakan bentuk persaingan atau konflik kandung, tiri, maupun adopsi dalam upaya mendapatkan kasih sayang, perhatian, dukungan, atau pengakuan dari orang tua. Persaingan ini biasanya didorong oleh rasa cemburu, iri, dan takut kehilangan perhatian orang tua, yang umum dialami anak-anak sejak masa bayi atau kanak-kanak. Reaksi *sibling rivalry* dapat muncul secara langsung, misalnya melalui perilaku agresif seperti memukul, mencubit, menendang,

¹⁹ Liza Wati, *Faktor Dominan Yang Mempengaruhi Sibling Rivalry Pada Anak Usia Toddler Stikes Hang Tuah* (Tanjung pinang Kepulauan Riau 2020), h. 2

atau berpura-pura sakit, maupun secara tidak langsung, seperti kenakalan, rewel, atau mengompol kembali.

B. Aspek-Aspek *Sibling Rivalry*

Shaffer berpendapat bahwa terdapat 3 aspek dari *sibling rivalry*, yaitu:²⁰(Shaffar, 2009)

a. Rasa iri

Rasa iri merupakan salah satu emosi atau perasaan negatif yang ditandai dengan perasaan terancam kehilangan kasih sayang dan perhatian orangtua karena adanya saudara kandung. Perasaan iri tidak hanya terjadi pada anak sulung, perasaan ini bisa saja muncul pada anak yang lebih muda dengan melihat saudaranya lebih berkembang atau berprestasi.

b. Persaingan

Persaingan antara saudara kandung menunjukkan usaha untuk memperlihatkan kelebihan dan keunggulan diri bahwa dirinya lebih baik dengan

²⁰ Shaffer, *Developmental Psychology and its Research Strategis* (2009)

tujuan memperebutkan perhatian orangtua. Seiring bertambahnya usia persaingan antar saudara berkembang menjadi persaingan kekuatan dan penghargaan seperti prestasi sekolah dan kejuaraan-kejuaraan.

c. Kebencian

Kebencian pada saudara merujuk pada perasaan negatif berupa rasa sakit, kemarahan, dan permusuhan yang disertai keinginan untuk melukai dan menyakiti saudara kandungnya. Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa *sibling rivalry* memiliki tiga aspek yaitu rasa iri, kompetisi atau persaingan, dan kebencian.

Berdasarkan pendapat Shaffer, dapat disimpulkan bahwa *sibling rivalry* terdiri dari tiga aspek utama, yaitu rasa iri, persaingan, dan kebencian. Rasa iri muncul karena perasaan terancam kehilangan perhatian dan kasih sayang orang tua, persaingan berkembang sebagai upaya menunjukkan keunggulan diri untuk memperoleh

pengakuan, sedangkan kebencian merupakan bentuk emosi negatif yang lebih intens akibat konflik yang tidak terselesaikan. Ketiga aspek tersebut saling berkaitan dan menggambarkan dinamika emosional dalam hubungan antar saudara kandung, terutama ketika terdapat perbandingan dan ketidakseimbangan perhatian dalam keluarga.

C. Faktor-Faktor *Sibling Rivalry*

Faktor yang mempengaruhi *sibling rivalry* yang dapat mengetahui hubungan antar saudara kandung yaitu sikap dari orang tua, urutan kelahiran, jenis kelamin, perbedaan usia, jumlah saudara, jenis disiplin dan pengaruh luar.

1. Sikap Orang Tua

Sikap orang tua kepada anak remaja dipengaruhi oleh sejauh mana anak remaja dapat membanggakan orang tua dan mengikuti kemauan orang tua. Biasanya anak pertama yang memiliki banyak waktu bersama orang tua lebih lama dimana hubungan yang dibangun di antara mereka sangat erat cenderung

akan memenuhi apa yang orang tua inginkan dibandingkan anak tengah atau anak bungsu. Oleh sebab itu maka orang tua akan bersikap berbeda antara anak pertama, tengah ataupun terakhir dan hal itu menyebabkan rasa benci dan iri lalu terbentuklah permusuhan serta persaingan antara mereka.²¹(C. P. Putri & Nirwana, 2023)

2. Perbedaan Jenis Kelamin

Perbedaan jenis kelamin saudara kandung dengan kesamaan jenis kelamin akan saling mencemburui rasa iri muncul pada salah satu saudara yang mempunyai sesuatu hal yang lebih dari apa yang anak punyai, hal tersebut apabila terus dipelihara akan menimbulkan perselisihan dalam bentuk verbal maupun fisik dan rasa ingin mengatur antar sesama. Contoh saudara dengan kesamaan jenis kelamin perempuan, kakak perempuan akan lebih mengatur

²¹ Cice Periska Putri dan Evi Selva Nirwana, *Strategi Pengasuhan Orangtua Dalam Mengatasi Perilaku Sibling Rivalry Pada Anak Usia Dini*, (Kecamatan Pino Kabupaten Bengkulu 2023), h. 12

adiknya untuk mengikuti semua perintah yang harus adik lakukan.²²(Khasanah & Rosyida, 2023)

3. **Perbedaan Usia**

Perbedaan usia yang berdekatan membuat perlakuan antar saudara kandung berpengaruh, Hal ini mengenai penerimaan anak terhadap kehadiran adik baru dalam keluarganya, dengan jarak kelahiran yang kecil membuat anak belum sepenuhnya siap untuk berbagi perhatian dan kasih sayang yang diberikan orangtua. ²³(Khasanah & Rosyida, 2023)

4. **Jumlah Saudara**

Jumlah saudara dalam sebuah keluarga kecil akan meminimalisasi pertengkaran antara saudara kandung. Hal tersebut diakibatkan ketika keluarga dengan jumlah saudara sedikit akan banyaknya kualitas waktu berkumpul dan dengan hal tersebut

²² Khasanah dan Rosyida, *Kejadian Sibling Rivalry Pada Anak Usia Sekolah*, (Jurnal The Incident of Sibling Rivalry on School-Age Children 2025), h.53

banyak terjadi komunikasi antar saudara dan interaksi antar saudara berjalan dengan baik.

5. Pengaruh Orang Luar

Orang luar juga dapat mempengaruhi hubungan antara saudara kandung. Tiga cara orang luar dapat mempengaruhi hubungan antar saudara kandung yaitu, kehadiran orang luar di rumah, tekanan orang luar pada anggota keluarga dan perbandingan anak remaja dengan saudaranya oleh orang luar rumah. Orang luar sangat berpengaruh terhadap *Sibling rivalry* pada remaja yang dapat memperburuk suasana yang di dalam rumah pada antara saudara kandung dimana ketika anak remaja dibanding-bandingkan dengan saudaranya oleh orang lain.²⁴(C. P. Putri & Nirwana, 2023)

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *sibling rivalry* pada remaja dipengaruhi oleh berbagai

²⁴ Putri dan Nirwana, *Strategi Pengasuhan Orangtua Dalam Mengatasi Perilaku Sibling Rivalry Pada Anak Usia Dini* (Jurnal Kecamatan Pino Kabupaten Bengkulu 2023), h.3

faktor internal dan eksternal dalam keluarga. Sikap orang tua yang berbeda terhadap anak dapat menimbulkan rasa iri dan perasaan tidak adil yang memicu persaingan serta permusuhan antar saudara. Selain itu, perbedaan jenis kelamin dan usia turut memengaruhi dinamika hubungan saudara, terutama dalam hal kecemburuan, dominasi, serta kesiapan berbagi perhatian dan kasih sayang orang tua. Jumlah saudara juga berperan dalam menentukan intensitas konflik, di mana keluarga dengan jumlah anak yang lebih sedikit cenderung memiliki kualitas interaksi yang lebih baik. Di sisi lain, pengaruh orang luar seperti perbandingan dan tekanan sosial dapat memperburuk hubungan antar saudara. Dengan demikian, *sibling rivalry* pada remaja muncul sebagai hasil dari kombinasi pola pengasuhan, karakteristik saudara, struktur keluarga, serta lingkungan sosial di sekitarnya.

D. Dampak *Sibling Rivalry*

Dampak *sibling rivalry* terbagi menjadi tiga yaitu pada diri sendiri, pada saudara kandung, dan pada orang

lain. Dampak yang dapat muncul pada diri sendiri yaitu rendahnya efikasi diri. Dampak dari saudara kandung yaitu peraiangan yang tidak sehat dapat memunculkan rasa iri, kebencian ataupun jarak emosional sehingga hubungan kekeluargaan menjadi renggang. Sedangkan dampak yang terakhir yaitu pada orang lain hal ini dapat diwujudkan pada hubungan sosial yang kurang baik. Dampak-dampak dari adanya *sibling rivalry* ini juga dapat mengarah pada perkembangan emosional anak remaja.²⁵

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa dampak *sibling rivalry* pada remaja terbagi ke dalam tiga aspek utama, yaitu dampak pada diri sendiri, pada saudara kandung, dan pada orang lain. Pada diri sendiri, *sibling rivalry* dapat menurunkan efikasi diri sehingga remaja merasa kurang percaya diri dan meragukan kemampuannya.

Pada hubungan saudara kandung, persaingan yang tidak sehat berpotensi menimbulkan rasa iri, kebencian,

serta jarak emosional yang menyebabkan hubungan kekeluargaan menjadi renggang. Sementara itu, pada aspek sosial, dampaknya dapat terlihat dalam bentuk hubungan sosial yang kurang harmonis dengan orang lain. Secara keseluruhan, *sibling rivalry* yang tidak dikelola dengan baik dapat memengaruhi perkembangan emosional remaja dan membentuk pola interaksi yang kurang positif dalam kehidupan sehari-hari.

E. Karakteristik Remaja Yang Mengalami *Sibling Rivalry*

Masa remaja merupakan periode pencarian identitas yang rentan, karena perubahan fisik dan emosional membuat remaja menjadi lebih sensitif.²⁶ (Sejati, 2017) Oleh karena itu, dukungan dari orang tua dan teman sebaya sangat berperan dalam membantu remaja dapat menemukan identitas dirinya. Ketika remaja merasa diterima oleh keluarga dan lingkungan sosialnya, mereka

²⁶ Sugeng Sejati “Tinjauan Al Qur’an Terhadap Perilaku Manusia: Dalam Perspektif Psikologi Islam” *Jurnal perilaku, al-qur’an, psikologi Islam* (2017) H.7

cenderung mengembangkan konsep diri yang positif. Pada masa remaja, fokus anak lebih tertuju pada pembentukan kepribadian, sehingga bentuk persaingan dengan saudara kandung pun mengalami perubahan.²⁷(Mellor, 2001)Adapun karakteristik remaja yang mengalami *sibling rivalry* menurut Dewi sebagai berikut:²⁸(Rahayu & Satiningsih, 2022)

1. Suka Membantah Perintah

Orang Tua Remaja yang merasakan adanya perlakuan pilih kasih dari orang tua cenderung menunjukkan sikap membangkang. Perilaku ini merupakan bentuk protes terhadap ketidakadilan yang mereka rasakan, terutama terkait perhatian yang dirasa tidak seimbang. Sebagai wujud perlawanan, anak sering kali menyampaikan ketidaksetujuannya secara verbal kepada orang tua.²⁹(Salistina, 2019)

²⁷ Mellor, Family Relations And The Self-Esteem Of Adolescents And Their (2023), h.17

²⁸ Dewi Salistina, *Hubungan Antara Favoritme Orangtua Dan Sibling Rivalry Dengan Harga Diri Remaja* (2019), h.190

²⁹ Dewi Salistina, *Hubungan Antara Favoritme Orangtua Dan Sibling Rivalry Dengan Harga Diri Remaja* (2019), h.190

2. Kritis

Individu menunjukkan sikap kritis terhadap saudara kandungnya dengan sering mengomentari, menilai, atau bahkan menegur perilaku saudara yang dianggapnya tidak sesuai atau salah. Sikap ini muncul sebagai bentuk respons terhadap persaingan antar saudara, di mana individu merasa perlu menunjukkan bahwa dirinya lebih benar atau lebih baik di mata orang tua.³⁰

3. Suka Mengejek dan Memaki

Individu yang sering kali saling mengejek dan memaki saudara kandungnya dengan menggunakan kata-kata yang kasar atau menyakitkan. Perilaku yang biasanya muncul sebagai bentuk pelampiasan dari perasaan marah, kesal, dan frustrasi akibat adanya perlakuan tidak adil atau favoritisme dari orang tua. Dengan mengejek atau memaki, individu berusaha

³⁰ Dewi Salistina, *Hubungan Antara Favoritisme Orangtua Dan Sibling Rivalry Dengan Harga Diri Remaja* (2019), h.190

mengekspresikan ketidakpuasannya terhadap situasi yang dirasakannya tidak menguntungkan, sekaligus mencoba menjatuhkan harga diri saudara kandung yang dianggap lebih disukai. Jika dibiarkan terus-menerus, pola interaksi ini dapat memperburuk hubungan antar saudara dan menimbulkan konflik yang berkepanjangan dalam keluarga.³¹

4. Tidak Bertegur Sapa

Remaja yang mengalami *sibling rivalry* memilih untuk tidak bertegur sapa dengan saudara kandungnya, bahkan mengabaikannya seolah-olah mereka orang asing. Mereka memandang saudara kandung sebagai pesaing atau bahkan musuh yang merebut kasih sayang orang tua, sehingga dapat enggan menjalin komunikasi. Sikap ini sering kali muncul sebagai bentuk penolakan atau protes diam-diam terhadap situasi yang dirasa tidak adil dalam keluarga. Pola ini lebih banyak ditemukan pada remaja perempuan, yang cenderung

³¹ Dewi Salistina, *Hubungan Antara Favorite Orangtua Dan Sibling Rivalry Dengan Harga Diri Remaja* (2019), h.190

menyimpan perasaan dan mengekspresikan konflik secara pasif melalui penghindaran daripada konfrontasi langsung. Jika dibiarkan, ketidakmauan bertegur sapa dapat menghambat terbentuknya hubungan yang harmonis di antara saudara kandung.³²

5. Suka Mengadu (Pengadu)

Individu cenderung sering mengadukan perilaku saudaranya yang dianggap salah kepada orang tua. Hal ini dilakukan sebagai upaya untuk menarik perhatian orang tua dan menunjukkan diri sebagai anak yang baik, sehingga mendapatkan lebih banyak pujian dan perhatian. Orang tua perlu lebih peka ketika mendapati perilaku-perilaku seperti ini, karena merupakan tanda adanya interaksi yang kurang sehat antar saudara. Jika tidak ditangani, kondisi ini berpotensi berkembang menjadi konflik yang lebih serius, seperti pertengkaran berkepanjangan, persaingan tidak sehat, hingga

³² Dewi Salistina, *Hubungan Antara Favoritisme Orangtua Dan Sibling Rivalry Dengan Harga Diri Remaja* (2019), h.190

keretakan hubungan antar saudara. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk mengambil langkah-langkah tepat guna mencegah dampak negatif dari *sibling rivalry*.³³

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *sibling rivalry* pada remaja tampak melalui berbagai bentuk perilaku negatif, baik secara terbuka maupun terselubung. Sikap suka membantah perintah orang tua, bersikap kritis berlebihan terhadap saudara, mengejek dan memaki, tidak bertegur sapa, hingga kebiasaan mengadu merupakan wujud dari perasaan iri, marah, dan ketidakadilan yang dirasakan dalam keluarga. Perilaku-perilaku tersebut pada dasarnya merupakan bentuk protes dan upaya remaja untuk memperoleh perhatian serta pengakuan dari orang tua. Jika tidak dikelola dengan baik, pola interaksi ini dapat berkembang menjadi konflik berkepanjangan dan merusak keharmonisan hubungan antar saudara. Oleh karena itu, peran orang tua sangat penting dalam menciptakan pola

³³ Dewi Salistina, *Hubungan Antara Favoritisme Orangtua Dan Sibling Rivalry Dengan Harga Diri Remaja* (2019), h.190

asuh yang adil, komunikasi yang terbuka, serta suasana keluarga yang suportif agar dampak negatif sibling rivalry dapat diminimalisasi.

F. Teori *Family System Therapy*

1. Pengertian *Family System Therapy*

Family System Therapy merupakan pendekatan terapi keluarga yang memandang keluarga sebagai suatu sistem yang saling terhubung dan saling memengaruhi. Pendekatan ini banyak dipengaruhi oleh pemikiran Murray Bowen melalui teorinya yang dikenal sebagai *Bowen Family Systems Theory*. Dalam pandangan ini, masalah yang muncul pada satu anggota keluarga tidak dapat dipahami secara terpisah, melainkan harus dilihat dalam konteks hubungan dan pola interaksi seluruh anggota keluarga.³⁴(Brown, 1999)

Menurut teori ini, keluarga adalah satu kesatuan emosional. Artinya, perubahan atau ketegangan yang

³⁴Jenny Brown, “Bowen Family Systems Theory and Practice : Illustration and Critique”

dialami oleh satu anggota akan berdampak pada anggota lainnya.³⁵ Misalnya, ketika orang tua menunjukkan perlakuan yang berbeda kepada anak-anaknya, maka dinamika tersebut dapat memunculkan kecemburuan, persaingan, hingga konflik antar saudara. Dengan demikian, perilaku anak bukan semata-mata masalah individu, tetapi merupakan refleksi dari sistem keluarga secara keseluruhan. Salah satu konsep penting dalam *Family System Therapy* adalah *differentiation of self*, yaitu kemampuan individu untuk memisahkan antara emosi dan pikiran serta tetap memiliki identitas diri tanpa terlarut dalam tekanan emosional keluarga. Individu dengan tingkat diferensiasi yang rendah cenderung mudah terpengaruh oleh konflik keluarga dan sulit mengelola emosinya.³⁶

³⁵Jenny Brown, “Bowen Family Systems Theory and Practice : Illustration and Critique”

³⁶ Irma Agustin, “Strategic Family Therapy untuk menangani masalah komunikasi ayah dan anak” *Jurnal Procedia studi kasus dan intervensi psikologi* (2020), H.3

Konsep lain yang relevan adalah triangulation, yaitu kondisi ketika dua anggota keluarga yang sedang mengalami konflik melibatkan anggota ketiga untuk meredakan ketegangan.³⁷ (Agustin & Malang, 2016) Dalam konteks *sibling rivalry*, misalnya, dua saudara yang berselisih dapat menarik orang tua untuk memihak salah satu pihak, sehingga memperumit dinamika hubungan dalam keluarga. Dalam konteks *sibling rivalry* pada remaja, pendekatan ini menjelaskan bahwa konflik antar saudara bukan hanya dipengaruhi oleh faktor usia atau perbedaan karakter, tetapi juga oleh pola hubungan emosional dalam keluarga. Masa remaja yang ditandai dengan pencarian identitas dan kebutuhan akan pengakuan membuat remaja lebih sensitif terhadap perlakuan orang tua. Ketika terjadi perbandingan, ketidakseimbangan perhatian, atau komunikasi yang

³⁷ Rismanto Jayanegara Purba, Brigita Esther Monica Pane "Implementasi Restorative Justice dalam Penyelidikan dan Penyidikan Tindak Pidana" *Jurnal Sosial dan Sains* (2025), H.15

kurang terbuka, ketegangan dalam sistem keluarga dapat meningkat dan memicu persaingan maupun permusuhan antar saudara. Oleh karena itu, pemahaman terhadap dinamika sistem keluarga sangat penting untuk mencegah *sibling rivalry* berkembang menjadi konflik yang berkepanjangan.

Berdasarkan uraian di atas, penulis menyimpulkan bahwa *Family System Therapy* yang dipengaruhi oleh pemikiran Murray Bowen melalui *Bowen Family Systems Theory* menekankan bahwa keluarga merupakan satu sistem emosional yang saling terhubung dan tidak dapat dipahami secara terpisah. Permasalahan yang muncul pada satu anggota keluarga, termasuk konflik antar saudara, sesungguhnya merupakan cerminan dari pola interaksi dan dinamika keseluruhan sistem keluarga. Dalam konteks *sibling rivalry* pada remaja, konflik tidak hanya dipengaruhi oleh faktor usia atau perbedaan karakter, tetapi juga oleh rendahnya *differentiation of*

self, pola komunikasi yang kurang terbuka, serta adanya *triangulation* yang melibatkan orang tua dalam konflik saudara. Ketika orang tua menunjukkan perlakuan berbeda atau sering membandingkan anak, ketegangan emosional dalam sistem keluarga meningkat dan memicu kecemburuan maupun persaingan.

2. Tujuan *Family System Therapy*

Tujuan *Family System Therapy* bukan hanya menyelesaikan konflik yang tampak di permukaan, tetapi membantu keluarga memahami pola interaksi yang tidak sehat dan membangun komunikasi yang lebih efektif.³⁸ (Sandjaja, 1994) Terapi ini mendorong setiap anggota keluarga untuk meningkatkan kesadaran diri, mengelola emosi secara lebih dewasa, serta menciptakan keseimbangan hubungan yang lebih harmonis. Dengan demikian, *Family System Therapy*

³⁸ Dr. Stefanus Soejanto Sandjaja, M.Si., Kons. “Terapi Keluarga Struktural” *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Kristen Krida Wacana – Jakarta* (1994), H.9

memberikan pemahaman bahwa permasalahan dalam keluarga, termasuk *sibling rivalry*, perlu dilihat sebagai bagian dari sistem yang saling berkaitan, sehingga penyelesaiannya pun harus melibatkan seluruh dinamika keluarga, bukan hanya individu tertentu.³⁹(Fatma, 2019)

Penulis menyimpulkan bahwa *Family System Therapy* menekankan pentingnya memahami konflik keluarga, termasuk *sibling rivalry*, sebagai bagian dari pola interaksi dalam satu sistem yang saling berkaitan. Pendekatan yang dipengaruhi oleh pemikiran Murray Bowen ini tidak hanya berfokus pada penyelesaian konflik yang tampak, tetapi juga pada perbaikan komunikasi, peningkatan kesadaran diri, serta pengelolaan emosi yang lebih matang. Dengan demikian, penyelesaian permasalahan keluarga perlu melibatkan seluruh anggota keluarga agar tercipta

³⁹ Sofia Halida Fatma, “Bowenian Family Therapy Untuk Meningkatkan Selfdifferentiation Pada Keluarga Dengan Kasus Poligami” *Jurnal Psikologi Islam* (2019), H.52

hubungan yang lebih seimbang dan harmonis, bukan hanya berfokus pada satu individu saja.

G. *Sibling Rivalry* Dalam Perspektif *Family System Therapy*

Sibling rivalry dalam perspektif *Family System Therapy* dipahami sebagai bagian dari dinamika sistem keluarga yang saling terhubung. Pendekatan ini dipengaruhi oleh pemikiran Murray Bowen melalui *Bowen Family Systems Theory*, yang memandang keluarga sebagai satu kesatuan emosional.⁴⁰ (Hafizha, 2022) Artinya, konflik antar saudara tidak berdiri sendiri sebagai masalah individu, tetapi merupakan hasil dari pola interaksi dan hubungan dalam keluarga secara keseluruhan. Dalam sistem keluarga, setiap anggota memiliki peran dan posisi tertentu. Ketika orang tua menunjukkan perlakuan yang berbeda, sering membandingkan anak, atau kurang memberikan perhatian

⁴⁰ Ruzika Hafizh, "Konseling keluarga struktural sebagai salah satu pendekatan konseling dalam mengembalikan peran dan fungsi anggota keluarga" *Jurnal of Education and Counseling* (2022), H.217

yang seimbang, hal tersebut dapat menciptakan ketegangan emosional. Ketegangan ini kemudian memunculkan kecemburuan, persaingan, dan konflik antar saudara. ⁴¹(Ulya Mahmudah, Amalia Maylansari, 2024)

Dengan demikian, *sibling rivalry* muncul sebagai respons terhadap dinamika sistem yang kurang harmonis. Salah satu konsep penting dalam pendekatan ini adalah *differentiation of self*, yaitu kemampuan individu untuk memisahkan pikiran dan emosi serta tetap memiliki identitas diri yang stabil. Remaja dengan tingkat diferensiasi diri yang rendah cenderung lebih mudah terbawa konflik keluarga dan lebih sensitif terhadap perbandingan. Akibatnya, *sibling rivalry* dapat berkembang menjadi konflik yang berkepanjangan jika tidak dikelola dengan baik.

⁴¹ Ulya Mahmudah, Amalia Maylansari, Aqroba Ruhma “The Implementation of Bowen’s Theory in Family Problems Ulya” *Jurnal Bimbingan dan Konseling* (2024) H.498

Berdasarkan penejelasan diatas Penulis menyimpulkan bahwa *sibling rivalry* dalam perspektif *Family System Therapy* merupakan hasil dari dinamika sistem keluarga yang saling memengaruhi. Konflik antar saudara bukan semata-mata masalah individu, melainkan refleksi dari pola interaksi, komunikasi, dan keseimbangan emosional dalam keluarga. Oleh karena itu, upaya penanganannya harus melibatkan seluruh anggota keluarga agar tercipta hubungan yang lebih harmonis dan perkembangan emosional remaja yang lebih sehat.

H. Peran Orang Tua Dalam Perspektif *System Therapy*

Perspektif *Family System Therapy*, keluarga dipandang sebagai suatu sistem yang saling terhubung dan saling memengaruhi. Pendekatan yang dipengaruhi oleh pemikiran Murray Bowen ini menekankan bahwa setiap perilaku anggota keluarga, termasuk anak, tidak dapat dipahami secara terpisah dari konteks hubungan dalam

keluarga.⁴² (Sugitanata, 2024) Oleh karena itu, orang tua memiliki peran sentral sebagai pengarah dan penyeimbang dalam sistem tersebut. Orang tua berfungsi sebagai pemimpin emosional dalam keluarga. Sikap, cara berkomunikasi, dan pola pengasuhan yang diterapkan akan membentuk iklim emosional dalam rumah tangga. Ketika orang tua mampu menciptakan komunikasi yang terbuka, adil, dan penuh empati, maka stabilitas sistem keluarga akan terjaga. Sebaliknya, pola komunikasi yang otoriter, membandingkan anak, atau kurang konsisten dapat memicu ketegangan dalam sistem keluarga.⁴³ (Saputri, 2021)

Dalam teori ini juga dikenal konsep *differentiation of self*, yaitu kemampuan individu untuk memisahkan pikiran dan emosi secara seimbang. Orang tua yang

⁴² Arif Sugitanata, "Integrasi Teori Sistem Keluarga Murray Bowen Dan Teori Masalah Terhadap Dampak Multidimensi Lemah Syahwat Bagi Keharmonisan Keluarga" *Jurnal Of Islamic Family* (2024) H 10

⁴³ Herliana Rahmi Saputri "Structural family therapy untuk memperbaiki interaksi dalam keluarga" *Jurnal Prepared using psyj.cls* (2021) H. 113

memiliki tingkat diferensiasi diri yang baik cenderung lebih mampu mengelola emosi, tidak mudah terpancing konflik, serta mampu mengambil keputusan secara rasional. Sikap ini menjadi contoh positif bagi anak dalam membangun kematangan emosional.⁴⁴ (Astutik, 2013)

Selain itu, orang tua berperan penting dalam mencegah terjadinya *triangulation*, yaitu keterlibatan pihak ketiga dalam konflik dua anggota keluarga. Orang tua perlu bersikap netral dan bijaksana ketika menghadapi konflik antar anggota keluarga agar tidak memperkeruh keadaan.⁴⁵ (Mufidah & Si, 2022) Dengan menjaga keseimbangan peran, orang tua membantu sistem keluarga tetap stabil dan harmonis. Melalui pendekatan ini, jelas bahwa peran orang tua bukan hanya sebagai pengasuh, tetapi sebagai pengelola dinamika sistem keluarga secara keseluruhan. Kesadaran orang tua terhadap pola interaksi

⁴⁴ Somaryati dan Sri Astutik “Family Therapy Dalam Menangani Pola Asuh Orang Tua Yang Salah Pada Anak Slow Learner” *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* (2013) H.17

⁴⁵ Alaiya Choiril Mufidah, “Keberfungsian Keluarga Dalam Menangani Sibling Rivalry (Persaingan Saudara Kandung) Pada Remaja” *Jurnal Sida* (2022), H.3

dan komunikasi yang sehat menjadi kunci dalam menciptakan hubungan keluarga yang seimbang dan suportif.

Berdasarkan penejelasan diatas penulis menyimpulkan bahwa dalam perspektif *Family System Therapy*, orang tua memiliki peran strategis sebagai penentu keseimbangan emosional dan kualitas interaksi dalam keluarga. Sikap yang adil, komunikasi yang terbuka, serta kemampuan mengelola emosi menjadi faktor utama dalam membangun sistem keluarga yang sehat dan harmonis.

