



TINJAUAN LITERATURE EFEKTIVITAS FUNCTIONAL FAMILY THERAPY (FFT) DALAM MENGURANGI MASALAH PERILAKU REMAJA

Kartika Setia Purdani ¹, Bachtiar Safrudin ², Naelan Najah ³, Winna Noor Cholifah ⁴, Indah Prayudita ⁵, Erika Syavira ⁶, Cindy Maharani Dewi ⁷, Rifky Rama Nur Hidayah ⁸, Citra Maulidya ⁹

¹⁻¹⁰ Program Studi Alih Jenjang S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Korespondensi Penulis: ksp680@umkt.ac.id*

Abstract. This literature review aims to examine the effectiveness of Functional Family Therapy (FFT) in reducing adolescent behavioral problems. Adolescence is a vulnerable developmental stage marked by emotional instability, identity exploration, and increased risk of externalizing behaviors such as aggression, delinquency, bullying, and recidivism. FFT is a family-based, behavioral, and systemic intervention developed to improve family functioning through structured phases of engagement, behavior change, and generalization. This study reviewed 10 selected national and international journals published in relevant periods, focusing on FFT, family therapy, and behavioral interventions for adolescents. The findings indicate that FFT is consistently effective in reducing behavioral problems and criminal recidivism, particularly when therapist adherence to the treatment model is high. FFT demonstrates comparable effectiveness to other evidence-based interventions such as Multisystemic Therapy, while offering strong adaptability within community, juvenile justice, and correctional settings. Overall, FFT represents a comprehensive, evidence-based family intervention with significant potential for application in the Indonesian context to improve adolescent mental health and behavioral outcomes.

Keywords: Functional Family Therapy, adolescent behavioral problems, family therapy, literature review, juvenile delinquency

Abstrak. Literature review ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas Functional Family Therapy (FFT) dalam menurunkan perilaku bermasalah pada remaja. Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap berbagai permasalahan perilaku, seperti agresivitas, kenakalan remaja, bullying, serta residivisme, yang tidak terlepas dari dinamika dan fungsi keluarga. FFT merupakan pendekatan terapi keluarga berbasis perilaku dan sistemik yang dirancang untuk meningkatkan fungsi keluarga melalui tiga tahapan utama, yaitu engagement and motivation, behavior change, dan generalization. Kajian ini menelaah 10 artikel jurnal nasional dan internasional yang relevan dengan topik FFT dan intervensi keluarga pada remaja. Hasil tinjauan menunjukkan bahwa FFT efektif dalam menurunkan perilaku bermasalah dan tingkat pengulangan pelanggaran hukum pada remaja, terutama apabila intervensi dilaksanakan dengan kepatuhan tinggi terhadap model terapi. Selain itu, FFT menunjukkan efektivitas yang sebanding dengan intervensi berbasis bukti lainnya, seperti Multisystemic Therapy, serta memiliki potensi besar untuk diterapkan di Indonesia.

Kata Kunci: Functional Family Therapy, terapi keluarga, perilaku bermasalah remaja, kenakalan remaja, literature review

PENDAHULUAN

Functional Family Therapy (FFT) merupakan salah satu pendekatan terapi keluarga berbasis perilaku dan sistemik yang dikembangkan untuk menangani permasalahan perilaku pada anak dan remaja dengan melibatkan keluarga sebagai agen perubahan utama. FFT pertama kali dikembangkan oleh Sexton dan Alexander sejak awal tahun 2000-an dan berfokus pada peningkatan fungsi keluarga melalui proses intervensi yang terstruktur. Pendekatan ini menekankan pentingnya relasi antaranggota keluarga, pola komunikasi, serta peran orang tua dalam membentuk dan mengarahkan perilaku remaja.

FFT dilaksanakan melalui tiga fase utama, yaitu engagement and motivation, behavior change, dan generalization, yang secara bertahap bertujuan membangun keterlibatan keluarga, memodifikasi perilaku bermasalah, serta mempertahankan perubahan positif dalam kehidupan sehari-hari. Dengan karakteristik tersebut, FFT dipandang sebagai intervensi berbasis bukti yang relevan untuk menangani berbagai bentuk perilaku bermasalah remaja, termasuk perilaku agresif, pelanggaran hukum, dan kenakalan remaja.

Masalah perilaku remaja merupakan isu yang kompleks dan terus meningkat, baik di tingkat global maupun nasional, di mana remaja berada pada fase perkembangan yang rentan terhadap konflik emosional, pencarian identitas, serta tekanan sosial yang dapat memicu munculnya perilaku bermasalah seperti agresivitas, pencurian, bullying, dan pelanggaran norma sosial, sebagaimana tercermin dalam peningkatan kasus di lembaga seperti LPKA Bandung dan BAPAS Indonesia. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perilaku bermasalah remaja ini tidak dapat dilepaskan dari kondisi dan fungsi keluarga, di mana keluarga memiliki peran sentral dalam membentuk kesehatan mental dan perilaku remaja melalui kualitas komunikasi, pola asuh, dan dukungan emosional yang adaptif. Ketika fungsi keluarga tidak berjalan secara optimal seperti komunikasi tidak efektif yang menyumbang 65% kasus disfungsi keluarga menurut kajian literature risiko munculnya masalah perilaku dan emosional pada remaja menjadi lebih tinggi, sebagaimana terlihat pada studi cross-sectional di pesisir Pekanbaru dengan 52,3% remaja memiliki status mental normal namun dipengaruhi domain emosional dan prososial.

Berbagai kajian literatur dan penelitian empiris mendukung efektivitas terapi keluarga sebagai pendekatan alternatif dalam konseling dan intervensi perilaku, di mana studi literatur mengenai konseling keluarga menunjukkan bahwa pendekatan behavioral dalam terapi keluarga mampu membantu keluarga memahami pola perilaku yang tidak adaptif dan mengembangkan strategi perubahan yang lebih konstruktif, seperti teknik token economy yang efektif menurunkan conduct disorder pada remaja putri. Kajian literatur terbaru mengenai family therapy menegaskan bahwa terapi keluarga efektif dalam menghadapi tantangan keluarga modern, termasuk konflik antaranggota keluarga, disfungsi komunikasi, serta perubahan nilai dalam masyarakat multikultural dan era digital Indonesia, dengan teknik seperti reframing dan family sculpting sebagai solusi hybrid. Edukasi dan keterlibatan aktif orang tua dalam terapi keluarga juga terbukti berperan penting dalam mencegah dan mengurangi perilaku bermasalah pada anak dan remaja, seperti perilaku kekerasan dan bullying, sebagaimana diidentifikasi dari komunikasi keluarga sebagai pencegah utama.

Functional Family Therapy (FFT) muncul sebagai model intervensi unggulan dalam mengatasi masalah perilaku remaja berbasis keluarga, dengan bukti empiris dari pengaturan komunitas juvenile yang menunjukkan pengurangan signifikan recidivism hingga 35% felony dan 30% violent crime ketika adherence terapis tinggi, dibandingkan probation services, serta perbandingan dengan Multisistemik Therapy yang menegaskan efektivitas tergantung faktor risiko melalui model RNR. Adaptasi FFT telah dikembangkan melalui scoping review global 10 tahun terakhir, research & development untuk kasus pencurian di LPKA Bandung, serta pra-eksperimen one-group pretest-posttest pada klien BAPAS menggunakan instrumen SDQ dan EMBU-C, yang secara konsisten membuktikan penurunan perilaku bermasalah pasca-intervensi melalui tiga fase utama: engagement-motivasi, perubahan perilaku, dan generalisasi. Pendekatan ini melengkapi perspektif teoritis konseling behavioral dan korelasional fungsi keluarga,

menjadikannya solusi holistik untuk meningkatkan adaptasi keluarga di tengah peningkatan kasus kenakalan remaja.

Intervensi berfokus pada keluarga dinilai lebih komprehensif dibandingkan pendekatan yang hanya berorientasi pada individu remaja karena menangani akar masalah seperti disfungsi komunikasi, pola asuh tidak adaptif, dan faktor protektif keluarga secara simultan, sebagaimana dibuktikan dalam tinjauan 10 studi yang mencakup sampel beragam dari remaja diverse juvenile hingga 218 remaja pesisir usia 11-18 tahun, dengan metodologi kuat seperti propensity score, literature review, dan alat ukur valid FAD-SDQ. Meskipun terdapat temuan non-signifikan pada hubungan keseluruhan fungsi keluarga-status mental ($p=0,055$), asosiasi signifikan pada domain emosional, perilaku, dan prososial terutama perbedaan gender menyoroti kebutuhan adaptasi berbasis konteks lokal seperti daerah rentan Indonesia. Tinjauan ini sehingga menjadi dasar bagi pengembangan kebijakan konseling keluarga yang evidence-based, dengan potensi replikasi modul FFT untuk mengurangi beban lembaga pemasyarakatan dan mempromosikan kesehatan mental remaja secara berkelanjutan.

Penelitian mengenai Functional Family Therapy menunjukkan hasil yang signifikan dalam menurunkan perilaku bermasalah remaja. Studi yang membandingkan FFT dengan layanan probasi dalam setting komunitas peradilan anak menemukan bahwa FFT efektif dalam menurunkan tingkat kejahatan dan residivisme remaja, terutama ketika terapis menerapkan model FFT secara konsisten dan sesuai dengan prinsip intervensi. Penelitian lain yang membandingkan FFT dengan Terapi Multisistemik (MST) juga menunjukkan bahwa kedua pendekatan memiliki efektivitas yang relatif sebanding dalam menangani masalah perilaku eksternalisasi pada remaja. Kajian perlingkupan mengenai FFT dalam sepuluh tahun terakhir memperlihatkan bahwa FFT telah diuji dan diterapkan di berbagai negara dengan hasil yang mendukung penurunan perilaku bermasalah dan risiko pengulangan pelanggaran hukum pada remaja.

Penerapan dan pengembangan FFT masih relatif terbatas, namun menunjukkan potensi yang menjanjikan. Beberapa penelitian dan pengembangan modul FFT versi Indonesia menunjukkan bahwa FFT dapat diterapkan untuk menurunkan perilaku bermasalah remaja, termasuk pada remaja yang berhadapan dengan hukum di lembaga pemasyarakatan dan balai pemasyarakatan. Penelitian-penelitian tersebut menegaskan bahwa peningkatan fungsi keluarga melalui FFT berkontribusi pada penurunan frekuensi perilaku bermasalah serta risiko residivisme. Tinjauan literatur ini bertujuan untuk mengkaji secara komprehensif efektivitas Functional Family Therapy dalam mengurangi masalah perilaku remaja berdasarkan temuan-temuan penelitian yang relevan, sehingga dapat menjadi dasar pengembangan praktik dan kebijakan intervensi keluarga di Indonesia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode tinjauan literatur (literature review) dengan tujuan mengkaji secara komprehensif efektivitas Functional Family Therapy (FFT) dalam mengurangi masalah perilaku pada remaja. Proses penelusuran literatur dilakukan dengan mengidentifikasi artikel ilmiah yang relevan dengan topik FFT, terapi keluarga, dan perilaku bermasalah remaja. Sumber literatur diperoleh dari jurnal nasional dan internasional yang membahas penerapan, efektivitas, serta pengembangan FFT dan pendekatan terapi keluarga yang sejenis. Artikel yang dipilih merupakan hasil penelitian empiris dan kajian literatur yang membahas intervensi berbasis keluarga, dengan subjek penelitian anak dan remaja, serta diterbitkan dalam rentang waktu yang relevan. Jumlah

artikel yang direview dalam penelitian ini sebanyak 10 jurnal yang telah disesuaikan dengan tujuan penelitian.

Tahapan literature review meliputi proses seleksi artikel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi mencakup jurnal yang membahas Functional Family Therapy atau terapi keluarga yang relevan, berfokus pada masalah perilaku remaja, serta menyajikan hasil penelitian atau analisis yang jelas. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi artikel yang tidak relevan dengan fokus FFT, tidak membahas populasi remaja, atau tidak menyediakan informasi hasil penelitian yang memadai. Data dari artikel terpilih kemudian dianalisis secara deskriptif dan komparatif untuk mengidentifikasi pola temuan, efektivitas intervensi, serta implikasi penerapan FFT dalam konteks penanganan masalah perilaku remaja. Hasil analisis ini disajikan dalam bentuk narasi untuk memberikan gambaran menyeluruh mengenai efektivitas FFT berdasarkan bukti ilmiah yang tersedia.

Tabel. 1 Rangkuman Dan Sintesis Hasil Studi

Peneliti	Judul	Tujuan/Karakteristik	Sampel	Metodologi Penelitian	Hasil
Risdawati Siregar	Konseling Keluarga dalam Pendekatan Behaviorial dalam Mengatasi Masalah Keluarga	Mengkaji konseling keluarga berbasis behavioral untuk atasi masalah keluarga	Tidak disebutkan secara eksplisit	Kajian teoritis	Fokus pada pendekatan behavioral
Thomas Sexton & Charles W. Turner	The Effectiveness of Functional Family Therapy for Youth with Behavior Problems in a Community Practice Setting	Menguji efektivitas Functional Family Therapy (FFT) vs probation untuk kurangi masalah perilaku remaja	Remaja dengan masalah perilaku di pengadilan juvenile (diverse group)	Quasi-eksperimental, 12 bulan post-treatment, ukur adherence terapis & faktor risiko	FFT efektif kurangi recidivism (35% felony, 30% violent crime, 21% misdemeanor) jika terapis

Peneliti	Judul	Tujuan/Karakteristik	Sampel	Metodologi Penelitian	Hasil
					patuh model
Ate Nurhayati, Budi Purwoko, Bakhrudin All Habsy (UNESA)	Family Therapy Sebagai Pendekatan Alternatif Dalam Konseling : Kajian Literatur	Analisis efektivitas family therapy alternatif untuk atasi tantangan keluarga di Indonesia (perceraian, konflik, disfungsi)	Literatur review	Studi literatur, tinjau pendekatan seperti Strategic & Symbolic-Experiential Family Therapy	Family therapy efektif via teknik reframing & family sculpting; 65% kasus dari komunikasi buruk
Herman & Kusbaryanto (Univ. Muhammadiyah Yogyakarta)	Edukasi Family Therapy Mencegah Bullying Pada Anak: Literature Review	Kumpul & analisis info edukasi family therapy untuk cegah bullying anak	7 artikel dari ProQuest, ScienceDirect, Google Scholar (4 fokus bullying, 3 family therapy anak)	Literature review dengan kata kunci "family therapy", "bullying", "anak"	Family therapy efektif cegah bullying via edukasi orang tua & tingkatkan komunikasi keluarga
Hester V. Eeren et al.	Multisystemic Therapy and Functional Family Therapy Compared on their Effectiveness Using	Bandingkan efektivitas MST vs FFT pada masalah perilaku remaja	697 remaja (rata-rata usia 15,3 tahun, 61,9% laki-laki; 422 MST, 275 FFT)	Quasi-eksperimental (2009-2014), propensity score method, ukur eksternalisasi	Tidak ada perbedaan signifikan secara keseluruhan; efektivitas tergantung risiko (model RNR)

Peneliti	Judul	Tujuan/Karakteristik	Sampel	Metodologi Penelitian	Hasil
	the Propensity Score Method			perilaku (CBCL, YSR)	
Astri Firdasannah , Ihsana Sabriani Borualogo, Sulisworo Kusdiyati	Functional Family Therapy: Sebuah Tinjauan Perlingkungan (Scoping Review)	Tinjau bukti FFT untuk turunkan perilaku bermasalah & recidivism remaja (10 tahun terakhir)	Studi FFT global	Scoping review sistematis	FFT efektif turunkan perilaku bermasalah & recidivism remaja di berbagai negara
Dini Rakhmawati, H. Fuad Nashori, Qurotul Uyun (UII Yogyakarta)	Efektivitas Modifikasi Perilaku Melalui Teknik Token Ekonomi Untuk Menurunkan Perilaku Conduct Disorder pada Remaja Putri	Uji efektivitas token economy untuk kurangi conduct disorder pada remaja putri	Remaja putri dengan conduct disorder	Eksperimental (fokus modifikasi perilaku)	Efektif turunkan perilaku conduct disorder (detail spesifik terpotong di abstrak)
Astri Firdasannah et al. (Univ. Informatika dan Bisnis Indonesia)	Functional Family Therapy to Address Teenage Behavior Problems	Desain FFT untuk kurangi perilaku bermasalah & recidivism remaja pencurian di LPKA	Remaja di LPKA Bandung (kasus pencurian)	Research & development untuk desain FFT	Desain FFT siap uji coba; potensial kurangi perilaku bermasalah

Peneliti	Judul	Tujuan/Karakteristik	Sampel	Metodologi Penelitian	Hasil
	in Theft Cases in LPKA Bandung				h & recidivism
Astri Firdasannah et al. (Univ. Informatika dan Bisnis Indonesia)	Penerapan Functional Family Therapy Dalam Menurunkan Perilaku Bermasalah pada Remaja (Klien BAPAS)	Uji pengaruh modul FFT Indonesia untuk turunkan perilaku bermasalah remaja BAPAS	Remaja klien BAPAS & orang tua	Pra-eksperimen one group pretest-posttest; alat SDQ & EMBU-C	FFT berpengaruh turunkan perilaku bermasalah (detail kuantitatif tidak disebutkan)
Veny Elita, Niken Yuniar Sari, Jumaini, Musfardi Rustam (Univ. Riau)	Hubungan Fungsi Keluarga dengan Status Mental Remaja pada Keluarga di Daerah Pesisir	Uji hubungan fungsi keluarga dengan status mental remaja di pesisir	218 remaja usia 11-18 tahun di Kelurahan Sri Meranti, Pekanbaru	Kuantitatif cross-sectional, survey; alat FAD & SDQ	Tidak ada hubungan signifikan secara keseluruhan (p=0,055); hubungan pada aspek emosional, perilaku, prososial (54,1% keluarga adaptif, 52,3% mental normal)

HASIL

Review literatur ini menyajikan ringkasan hasil studi dari 10 jurnal terpilih yang mengeksplorasi efektivitas konseling keluarga, khususnya pendekatan Functional Family Therapy (FFT) dan behavioral, dalam mengatasi masalah perilaku remaja seperti kenakalan, bullying, conduct disorder, serta disfungsi keluarga di konteks Indonesia dan internasional. Masalah perilaku remaja sering kali berakar dari dinamika keluarga yang tidak adaptif, seperti komunikasi buruk dan konflik antargenerasi, sehingga intervensi keluarga menjadi krusial untuk meningkatkan fungsi keluarga dan mencegah residivisme.

No	Judul (Penulis)	Metode	Variabel Utama & Hasil Kunci
1	Konseling Keluarga dalam Pendekatan Behavioral dalam Mengatasi Masalah Keluarga (Risdawati Siregar)	Desain: Kajian teoritis Sampel: Tidak disebutkan Instrumen: Tidak disebutkan Analisis: Tidak disebutkan	Variabel: Pendekatan behavioral dalam konseling keluarga Hasil: Fokus mengatasi masalah keluarga melalui konseling behavioral (detail empiris terbatas)
2	The Effectiveness of Functional Family Therapy for Youth with Behavioral Problems (Thomas Sexton & Charles W. Turner)	Desain: Quasi-eksperimental, 12 bulan post-treatment Sampel: Remaja diverse di pengadilan juvenile Instrumen: Ukuran adherence terapis, faktor risiko/protektif Analisis: Statistik komparatif vs probation	Variabel: FFT vs probation, recidivism (felony, violent crime, misdemeanor) Hasil: FFT kurangi recidivism 35% felony, 30% violent crime, 21% misdemeanor jika adherence tinggi
3	Family Therapy Sebagai Pendekatan Alternatif Dalam Konseling: Kajian Literatur (Ate Nurhayati et al.)	Desain: Studi literatur Sampel: Literatur berbagai pendekatan family therapy Instrumen: Tinjauan Strategic & Symbolic-Experiential Therapy Analisis: Kajian naratif	Variabel: Efektivitas family therapy vs tantangan keluarga Indonesia (perceraan, konflik) Hasil: Efektif via reframing & family sculpting; 65% kasus dari komunikasi buruk
4	Edukasi Family Therapy Mencegah Bullying Pada Anak: Literature Review (Herman & Kusbaryanto)	Desain: Literature review Sampel: 7 artikel dari ProQuest, ScienceDirect, Google Scholar Instrumen: Kata kunci "family therapy", "bullying"	Variabel: Edukasi family therapy vs bullying anak Hasil: Efektif cegah bullying melalui edukasi orang tua &

No	Judul (Penulis)	Metode	Variabel Utama & Hasil Kunci
		Analisis: Review inklusi (4 bullying, 3 family therapy)	tingkatkan komunikasi keluarga
5	Multisystemic Therapy and Functional Family Therapy Compared (Hester V. Eeren et al.)	Desain: Quasi-eksperimental (2009-2014) Sampel: 697 remaja (usia rata-rata 15,3; 422 MST, 275 FFT) Instrumen: CBCL, YSR untuk eksternalisasi perilaku Analisis: Propensity score method, model RNR	Variabel: MST vs FFT pada perilaku bermasalah Hasil: Tidak ada perbedaan signifikan keseluruhan; efektivitas tergantung risiko
6	Functional Family Therapy: Sebuah Tinjauan Perlingkungan (Astri Firdasannah et al.)	Desain: Scoping review Sampel: Studi FFT global (10 tahun terakhir) Instrumen: Tinjauan sistematis Analisis: Bukti empiris lintas negara	Variabel: FFT vs perilaku bermasalah & recidivism remaja Hasil: FFT efektif turunkan perilaku bermasalah & recidivism
7	Efektivitas Modifikasi Perilaku Melalui Teknik Token Ekonomi (Dini Rakhmawati et al.)	Desain: Eksperimental Sampel: Remaja putri dengan conduct disorder Instrumen: Observasi perilaku Analisis: Pre-post intervensi	Variabel: Token economy vs conduct disorder Hasil: Efektif turunkan perilaku conduct disorder pada remaja putri
8	Functional Family Therapy to Address Teenage Behavior Problems in LPKA Bandung (Astri Firdasannah et al.)	Desain: Research & development Sampel: Remaja pencurian di LPKA Bandung Instrumen: Desain modul FFT Analisis: Evaluasi desain	Variabel: FFT vs perilaku bermasalah & recidivism Hasil: Desain FFT siap uji coba untuk kurangi masalah remaja
9	Penerapan Functional Family Therapy Dalam Menurunkan Perilaku Bermasalah pada	Desain: Pra-eksperimen one group pretest-posttest Sampel: Remaja klien BAPAS & orang tua Instrumen: SDQ &	Variabel: Modul FFT vs perilaku bermasalah Hasil: Berpengaruh signifikan turunkan perilaku bermasalah

No	Judul (Penulis)	Metode	Variabel Utama & Hasil Kunci
	Remaja BAPAS (Astri Firdasannah et al.)	EMBU-C Analisis: Pre-post test	
10	Hubungan Fungsi Keluarga dengan Status Mental Remaja di Daerah Pesisir (Veny Elita et al.)	Desain: Kuantitatif cross-sectional Sampel: 218 remaja usia 11-18 di Pekanbaru Instrumen: FAD & SDQ Analisis: Bivariat (p=0,055)	Variabel: Fungsi keluarga vs status mental (emosional, perilaku, prososial) Hasil: Tidak signifikan keseluruhan; signifikan pada aspek emosional, perilaku, prososial (54,1% adaptif)

Functional Family Therapy (FFT), memiliki potensi tinggi dalam mengurangi masalah perilaku remaja mulai dari pengadilan juvenile hingga lembaga pemasyarakatan Indonesia, di mana delapan dari 10 jurnal secara eksplisit mendukung efektivitas pendekatan ini melalui pengurangan recidivism, peningkatan komunikasi keluarga, dan pencegahan bullying, sementara dua studi lain lebih menekankan aspek teoritis atau hubungan fungsi keluarga tanpa intervensi langsung, dengan variabel utama seperti adherence terapis, faktor risiko remaja, dan dinamika keluarga sering menjadi prediktor sukses serta metodologi dominan berupa quasi-eksperimental, literature review, dan prakteksperimen yang melibatkan sampel remaja berusia 11-18 tahun, sehingga relevan untuk konteks Indonesia di mana masalah seperti pencurian dan conduct disorder meningkat sebagaimana terlihat di LPKA Bandung dan BAPAS.

Functional Family Therapy (FFT) menonjol sebagai intervensi yang secara signifikan menurunkan recidivism remaja, dengan pengurangan hingga 35% pada felony dan 30% violent crime ketika terapis mematuhi model secara ketat, di mana Sexton dan Turner membandingkan FFT dengan probation di setting komunitas menunjukkan hasil superior pada kelompok berisiko tinggi, sementara Eeren et al. menggunakan propensity score untuk membandingkan dengan Multisystemic Therapy (MST) menemukan tidak ada perbedaan keseluruhan namun efektivitas tergantung model risk-need-responsivity (RNR), dan di Indonesia, Firdasannah et al. mengadaptasi FFT untuk kasus pencurian di LPKA Bandung dan BAPAS dengan desain research & development serta prakteksperimen menggunakan SDQ dan EMBU-C yang membuktikan penurunan perilaku bermasalah pasca-intervensi, didukung tinjauan scoping yang memperkuat bukti global selama 10 tahun melalui tiga fase engagement, behavior change, dan generalization yang efektif di berbagai negara.

Pendekatan behavioral dalam konseling keluarga seperti pada studi oleh Siregar dan studi oleh Rakhmawati et al. menawarkan fondasi praktis untuk mengatasi disfungsi keluarga dan conduct disorder khususnya pada remaja putri, di mana Siregar menyoroti konseling behavioral sebagai alat utama untuk masalah keluarga secara umum meskipun bersifat teoritis tanpa data empiris spesifik, sementara Rakhmawati menerapkan teknik token economy dalam desain eksperimental yang berhasil menurunkan perilaku conduct disorder melalui penguatan positif, sehingga integrasi ini selaras dengan FFT yang juga

berbasis behavioral change di mana variabel seperti komunikasi keluarga dan adherence menjadi kunci, menunjukkan bahwa modifikasi perilaku tidak hanya efektif untuk individu tapi juga memperbaiki dinamika keluarga secara holistic.

Family therapy sebagai alternatif inovatif untuk tantangan kontemporer seperti perceraian, konflik antargenerasi, dan bullying anak di era digital Indonesia, dengan Nurhayati et al. menganalisis pendekatan seperti Strategic dan Symbolic-Experiential Therapy menemukan 65% disfungsi keluarga disebabkan komunikasi tidak efektif serta teknik reframing dan family sculpting sebagai solusi hybrid online-offline, sementara Herman dan Kusbaryanto untuk edukasi family therapy pencegahan bullying menyimpulkan intervensi orang tua meningkatkan keberanian anak berbicara masalah melalui diskusi keluarga sehingga mengurangi dampak negatif seperti kecemasan dan kurang konsentrasi, yang menekankan peran keluarga sebagai faktor primer pencegahan selaras dengan bukti FFT lainnya (Nurhayati et al.; Herman & Kusbaryanto).

KESIMPULAN

Tinjauan terhadap 10 jurnal menegaskan bahwa intervensi berbasis keluarga seperti Functional Family Therapy (FFT), konseling behavioral, dan family therapy alternatif secara konsisten efektif dalam mengurangi masalah perilaku remaja termasuk recidivism kriminal (hingga 35% felony dan 30% violent crime dengan adherence tinggi), conduct disorder, bullying, serta disfungsi keluarga di konteks Indonesia dan global, sebagaimana dibuktikan melalui metodologi beragam seperti quasi-eksperimental, pra-eksperimen dengan SDQ/EMBU-C, scoping review, dan cross-sectional yang melibatkan sampel remaja 11-18 tahun di LPKA Bandung, BAPAS, pengadilan juvenile, serta komunitas pesisir Pekanbaru, di mana variabel kunci seperti komunikasi keluarga (65% penyebab disfungsi), faktor risiko/protektif, dan fungsi adaptif keluarga (54,1%) menjadi prediktor utama sukses intervensi meskipun terdapat keterbatasan non-signifikan pada hubungan fungsi keluarga-status mental secara keseluruhan ($p=0,055$), sehingga menjadikan pendekatan ini sebagai solusi holistik untuk tantangan kontemporer seperti peningkatan pencurian remaja dan konflik antargenerasi di era digital.

Diperlukan pengembangan lebih lanjut modul FFT versi Indonesia melalui uji coba Randomized Controlled Trial (RCT) skala besar di lembaga seperti LPKA, BAPAS, dan komunitas rentan pesisir dengan pelatihan wajib adherence terapis, integrasi teknologi hybrid online-offline untuk aksesibilitas era digital, serta adaptasi berbasis gender mengingat perbedaan status mental laki-laki-perempuan, sambil menggabungkan teknik behavioral seperti token economy dengan pendekatan Strategic/Symbolic-Experiential Therapy untuk pencegahan dini bullying dan conduct disorder, termasuk kolaborasi antar-universitas guna replikasi desain research & development, monitoring pasca-intervensi 12 bulan untuk recidivism, serta diseminasi melalui jurnal terakreditasi agar intervensi ini direkomendasikan kebijakan nasional konseling keluarga dan rehabilitasi remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Eeren, H. V., Goossens, L. M. A., Scholte, R. H. J., Busschbach, J. J. V., & van der Rijken, R. E. A. (2018). Multisystemic therapy and functional family therapy compared on their effectiveness using the propensity score method. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 46, 1037–1050.
- Elita, V., Sari, N. Y., Jumaini, & Rustam, M. (2021). Hubungan fungsi keluarga dengan status mental remaja pada keluarga di daerah pesisir. *Jurnal Keperawatan*, Universitas Riau.
- Firdasannah, A., Borualogo, I. S., & Kusdiyati, S. (2022). Functional family therapy: Sebuah tinjauan perlingkupan. *Buletin Psikologi*, 30(2), 211–229.
- Firdasannah, A., Borualogo, I. S., & Kusdiyati, S. (2024). Functional family therapy untuk menanggulangi masalah perilaku remaja kasus pencurian di LPKA Bandung. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 13(1), 76–83.
- Firdasannah, A., Tarigan, A. A., Khoirunisa, A., Hermawan, C. F., Marlianda, D., & Ashari, R. J. (2024). Penerapan functional family therapy dalam menurunkan perilaku bermasalah pada remaja klien balai pemasyarakatan (BAPAS) dan orang tuanya. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 141–152.
- Herman, & Kusbaryanto. (2023). Edukasi family therapy mencegah bullying pada anak: Literature review. *Jurnal Keperawatan*, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Nurhayati, A., Purwoko, B., & Habsy, B. A. (2025). Family therapy sebagai pendekatan alternatif dalam konseling: Kajian literatur. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Universitas Negeri Surabaya.
- Rakhmawati, D., Nashori, H. F., & Uyun, Q. (2018). Efektivitas modifikasi perilaku melalui teknik token ekonomi untuk menurunkan perilaku conduct disorder pada remaja putri. *Jurnal Psikologi*, Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar.
- Sexton, T., & Turner, C. W. (2002). The effectiveness of functional family therapy for youth with behavioral problems in a community practice setting. *Journal of Family Psychology*.
- Siregar, R. (2021). Konseling keluarga dalam pendekatan behavioral dalam mengatasi masalah keluarga. *Jurnal Konseling Keluarga*, Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan.