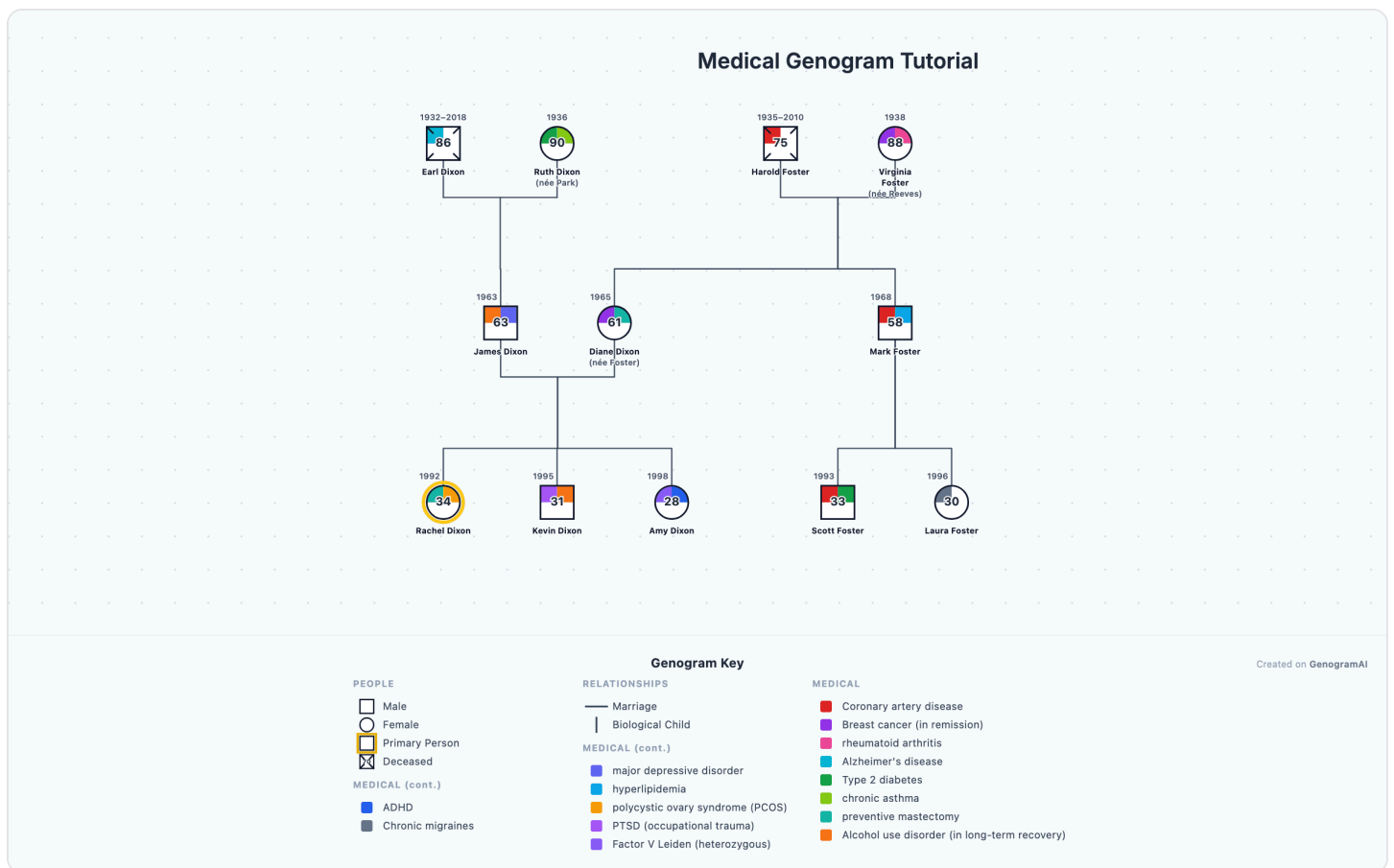


Semua simbol, jenis garis, kategori medis, dan pola latar, beserta cara membuat dan membaca genogram.



DAFTAR ISI

BAGIAN 1 · DASAR-DASAR

- 01 Apa itu genogram
- 02 Genogram, pohon keluarga, ekomap

BAGIAN 2 · RUJUKAN SIMBOL

- 03 Orang (9 bentuk)
- 04 Status hidup, kehamilan, dan anak kembar
- 05 Garis pasangan (18 jenis)
- 06 Garis orang tua dan anak (7 jenis)
- 07 Garis emosional (39 jenis)
- 08 Kondisi kesehatan (22 kategori)
- 09 Latar budaya (9 pola) dan konteks lain

BAGIAN 3 · MEMBUAT DAN MEMBACA

- 10 Membuat genogram langkah demi langkah
- 11 Tampilan dan keterangan
- 12 Membaca genogram
- 13 Membuat dengan AI
- 14 Glosarium dan rujukan

Apa itu genogram

Genogram adalah diagram keluarga yang terstruktur: bentuk untuk orang, garis untuk kemitraan dan anak, serta garis tumpang dan arsiran untuk hubungan dan kesehatan. Genogram dibuat untuk memperlihatkan pola lintas generasi.

Metode ini berasal dari terapi sistem keluarga, khususnya gagasan Murray Bowen tentang proses emosional yang diwariskan antargenerasi. Monica McGoldrick dan Randy Gerson menerbitkan notasi standar pada 1985, dan buku mereka (kini *Genograms: Assessment and Treatment*, bersama Sueli Petry, edisi ke-4 tahun 2020) tetap menjadi rujukan pengajaran yang lazim. Sejak itu, program dan buku ajar menambahkan simbol, misalnya untuk identitas gender, konsepsi donor, dan jenis kekerasan tertentu; halaman keterangan GenogramAI (genogramai.com/key di aplikasi) menandai simbol mana yang standar dan mana yang tambahan.

Apa yang bisa dicatat genogram

Struktur

Kemitraan, perpisahan, perceraian; anak kandung, adopsi, asuh, hubungan tiri, ibu pengganti, dan konsepsi donor; rumah tangga.

Peristiwa hidup

Kelahiran, kematian dan usia saat meninggal, kehamilan, keguguran, lahir mati dan aborsi, migrasi.

Hubungan

39 jenis garis emosional, dari dekat dan menyatu hingga jauh, bermusuhan, putus, kekerasan, dan penelantaran.

Kesehatan

22 kategori medis ditambah kondisi kustom, masing-masing ditandai Aktif, Dugaan, atau Pemulihan.

Budaya dan konteks

Pola latar, 13 pilihan agama, pendidikan, kelas sosial, lokasi, dan kolom kustom.

Waktu

Tanggal pada orang dan kemitraan, sehingga genogram bisa dibaca sebagai garis waktu.

Genogram, pohon keluarga, ekomap

	Pohon keluarga	Genogram	Ekomap
Menampilkan	Garis keturunan	Struktur keluarga, hubungan, kesehatan	Hubungan keluarga dengan sistem di luarnya
Rentang waktu	Banyak generasi	Biasanya tiga	Masa kini
Cara menggambar	Kotak dan garis	Bentuk dan jenis garis standar	Lingkaran di tengah dengan garis ke layanan, sekolah, pekerjaan, komunitas
Penggunaan umum	Silsilah	Asesmen dan terapi	Pemetaan sumber daya dan stres dalam pekerjaan sosial

Diagram terkait antara lain **silsilah genetik** (distandarkan oleh National Society of Genetic Counselors untuk pewarisan dan status pembawa), **kulturagram** (Congress, 1994, untuk budaya dan migrasi), dan **sosiogram** (hubungan dalam suatu kelompok). GenogramAI juga membuat ekomap.

Orang

Setiap orang adalah sebuah bentuk. Gambar semua bentuk dengan ukuran sama; ukuran tidak boleh menandakan kepentingan.

	Laki-laki Persegi		Perempuan Lingkaran
	Trans Laki-laki Persegi dengan lingkaran kecil di dalamnya		Trans Perempuan Lingkaran dengan persegi kecil di dalamnya
	Non-Biner Lengkung: atas membulat, bawah datar		Interseks Lingkaran dengan garis vertikal
	Tidak Diketahui Belah ketupat		Lainnya Belah ketupat dengan tanda tanya
	Hewan Peliharaan Belah ketupat dengan garis tepi bertitik, pada garis bertitik ke pemiliknya		

Setiap orang juga bisa memiliki nama (termasuk nama keluarga lahir dan nama panggilan), tanggal, orientasi seksual (8 pilihan), pekerjaan, pendidikan, dan catatan. Hewan peliharaan berguna jika seekor hewan penting dalam kehidupan emosional keluarga.

Status hidup, kehamilan, dan anak kembar

	Hidup Bentuknya saja		Meninggal X pada bentuk
	Meninggal, usia saat meninggal ditampilkan Dengan usia saat meninggal di dalam, X menjadi tanda di sudut		Orang indeks (orang utama) Cincin luar di sekeliling bentuk (sebagian orang menggambar garis tepi ganda)
	Kehamilan Segitiga		Keguguran Lingkaran kecil terisi
	Lahir Mati Bentuk setengah ukuran dengan X		Aborsi X kecil
	Kembar fraternal Dua garis anak dari satu titik		Kembar identik Sama, dihubungkan oleh batang pendek

Tanyakan langsung tentang keguguran ("Apakah ada kehamilan yang tidak berakhir dengan kelahiran hidup?"); hal ini sering terlewat jika tidak ditanyakan, padahal bisa memengaruhi keluarga bertahun-tahun.

Garis pasangan 18 jenis

Pasangan dihubungkan oleh garis di bawah bentuk mereka, kemitraan sebelumnya di kiri kemitraan sesudahnya. Hubungan tanpa menikah yang telah berakhir mempertahankan gaya garisnya ditambah satu garis miring.

Tingkat Komitmen

	Pacaran Garis putus-putus tipis		Tinggal Bersama Garis putus-putus
	Pertunangan Garis bertitik		Pernikahan Garis utuh
	Pasangan Hidup Garis utuh tebal		Tidak Diketahui Garis bertitik abu-abu dengan tanda tanya

Pembubaran

	Perpisahan Fisik Garis putus-putus, satu garis miring (tinggal terpisah)		Perpisahan Hukum Garis utuh, satu garis miring
	Perceraian Dua garis miring		Menikah lagi Dua garis miring disilang garis miring terbalik (menikah lagi satu sama lain)
	Pembatalan Dua garis miring dan X		Janda/Duda X pada garis

Keadaan

	Perselingkuhan Garis putus-putus merah muda		Perselingkuhan / Perpisahan Garis putus-putus merah muda, satu garis miring
	Perselingkuhan / Perceraian Garis putus-putus merah muda, dua garis miring		Perselingkuhan / Menikah Garis pernikahan dengan garis putus-putus merah muda di sampingnya
	Hubungan Satu Malam Titik merah muda jarang		Pemeriksaan Garis merah dengan X tebal; catat hanya yang diungkapkan

Garis orang tua dan anak 7 jenis

Anak-anak turun dari garis orang tua, yang tertua di kiri; orang tua kandung dari anak adopsi atau anak asuh diberi garis lengkung tipis.

	Biologis Garis utuh		Adopsi Dua garis berdampingan, utuh dan bertitik		Asuh Garis bertitik
	Anak Tiri Garis titik-strip		Surrogasi Garis putus-putus bertanda S		Donor Sperma Garis putus-putus bertanda SD
	Donor Sel Telur Garis putus-putus bertanda ED				

Garis emosional 39 jenis

Garis emosional digambar di atas struktur, di antara dua orang mana pun. Warna punya arti: biru dan hijau untuk keterhubungan, merah untuk konflik, fusi, dan jarak, serta panah untuk pola satu arah (panah menunjuk ke orang yang mengalaminya). Gunakan hanya garis yang diperlukan, dan catat kekerasan hanya dengan hati-hati dan dengan masukan klien.

Notasi standar

	Terhubung Ikatan emosional biasa tanpa kualitas khusus.		Dekat Ikatan hangat dan mendukung dengan batas yang sehat.
	Menyatu Terlalu terlibat; batas kabur.		Jauh Keterputusan emosional.
	Bermusuhan Permusuhan terbuka.		Dekat & Bermusuhan Dekat, namun terang-terangan bermusuhan.
	Kekerasan Emosional Paksaan, perendahan, kontrol. Panah menunjuk ke orang yang terdampak.		Kekerasan Fisik Cedera fisik, dari pelaku ke korban. Panah menunjuk ke orang yang terdampak.
	Kekerasan Seksual Pelanggaran seksual. Panah menunjuk ke orang yang terdampak.		Terfokus Pada Perhatian yang tertuju pada satu orang. Panah menunjuk ke orang yang terdampak.
	Terfokus Secara Negatif Perhatian yang mengkritik atau menyalahkan. Panah menunjuk ke orang yang terdampak.		Pengasuh Kepedulian yang ditujukan kepada orang lain. Panah menunjuk ke orang yang terdampak.
	Putus Kontak sengaja diputus.		Putus Diperbaiki Keretakan yang kini sudah berdamai.

Diperluas

	Acuh Tak Acuh Tidak ada keterlibatan emosional.
--	---

Positif

	Harmonis Hubungan yang seimbang dan damai.
	Cinta Kasih sayang dan kepedulian yang mendalam.
	Kelekatan Ikatan emosional yang aman dan langgeng.

Permusuhan dan kekerasan

	Konflik Ketegangan aktif dan pertengkaran.
	Tidak Percaya Kecurigaan, kepercayaan yang ditahan.
	Menyatu & Konflik Terjerat dan berkonflik aktif.
	Kekerasan Kekerasan fisik atau ancaman.

	Tidak Pernah Bertemu Tidak pernah terbentuk hubungan.
---	---

	Persahabatan Ikatan yang mendukung di luar keluarga.
	Jatuh Cinta Keterikatan romantis timbal balik.
	Tergila-gila Kegilaan sepihak. Panah menunjuk ke orang yang terdampak.

	Benci Permusuhan yang mengakar.
	Jauh & Bermusuhan Berjarak dan bermusuhan.
	Menyatu & Bermusuhan Terjerat dengan permusuhan terbuka.
	Jauh & Kekerasan Berjarak, dengan kekerasan.



Dekat & Kekerasan

Dekat, tetapi dengan kekerasan fisik.



Menyatu & Kekerasan

Terjerat dengan kekerasan fisik.

Kekerasan dan kontrol



Penyalahgunaan

Pola kekerasan umum. Panah menunjuk ke orang yang terdampak.



Pengabaian Emosional

Kepedulian emosional ditahan. Panah menunjuk ke orang yang terdampak.



Kontrol

Kontrol koersif. Panah menunjuk ke orang yang terdampak.



Pengabaian Fisik

Perawatan, makanan, atau tempat tinggal ditahan. Panah menunjuk ke orang yang terdampak.



Manipulatif

Pengaruh terselubung. Panah menunjuk ke orang yang terdampak.

Perhatian



Cemburu

Sifat posesif dan iri hati. Panah menunjuk ke orang yang terdampak.



Pengaruh

Satu orang sangat menentukan pilihan orang lain; panah menunjuk ke orang yang dipengaruhi.



Penggemar / Pengagum

Kekaguman yang ditujukan kepada orang lain. Panah menunjuk ke orang yang terdampak.

Kondisi kesehatan 22 kategori

Kondisi kesehatan ditunjukkan dengan mengarsir bentuk orang tersebut. GenogramAI menawarkan dua gaya; genogram baru memakai yang pertama.

Arsiran klasik (bawaan)

Separuh kiri diarsir untuk penyakit fisik atau mental dan separuh bawah untuk penyalahgunaan alkohol atau narkoba, masing-masing dengan warna kondisinya sendiri. Kondisi yang diduga diberi garis-garis; pemulihan atau remisi adalah seperempat kiri bawah ditambah sebuah garis.

 Penyakit fisik atau mental Separuh kiri	 Penyalahgunaan alkohol atau narkoba Separuh bawah	 Penyakit dan penyalahgunaan zat Tiga perempat
 Dugaan Area yang sama, bergaris	 Penyakit dalam remisi Seperempat kiri bawah + garis vertikal	 Dalam pemulihan dari zat Seperempat kiri bawah + garis horizontal

Gaya kuadran

Setiap kondisi mengisi satu kuadran sudut. Berguna jika seseorang punya beberapa kondisi; contoh di sampul memakai gaya ini.

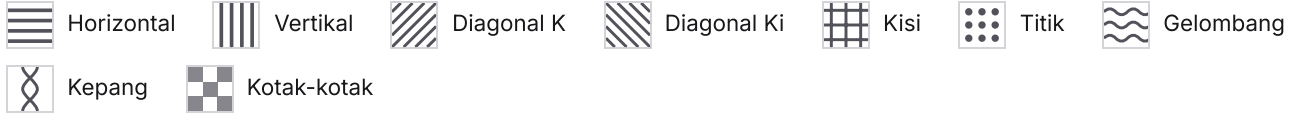
Kategori dan warna

 Jantung/Kardiovaskular	 Kanker	 Diabetes
 Kesehatan Mental	 Penggunaan Zat	 Alkohol
 Neurologis	 Pernapasan	 Autoimun
 Genetik	 Reproduksi	 Kecemasan
 Bipolar	 Depresi	 PTSD
 Lainnya	 OCD	 ADHD
 Gangguan Makan	 Skizofrenia	 Trauma
 Kesulitan Belajar		

Anda bisa menambahkan kondisi kustom dan memilih apakah masing-masing berada di bagian penyakit atau bagian zat. Gaya apa pun yang Anda pakai, sertakan keterangan yang memetakan warna ke kondisi.

Latar budaya dan konteks lain

Pola isian dan warna pada bentuk seseorang menandai latar yang Anda tentukan (misalnya "Irlandia" atau "Meksiko"). Beri setiap latar polanya sendiri dan gunakan secara konsisten; orang dengan lebih dari satu latar menampilkannya berdampingan.



Konteks lain

- **Agama:** 13 pilihan (Kristen, Katolik, Ortodoks, Mormon, Saksi Yehuwa, Yahudi, Muslim, Buddha, Hindu, Sikh, Spiritual, Tidak Ada, Lainnya)
- **Pendidikan** (10 tingkat) dan **kelas sosial** (5 tingkat)
- **Migrasi:** tanda pada orang yang pernah hidup di dua budaya atau beremigrasi
- Kolom **lokasi** dan **kustom**, ditambah **rumah tangga** yang digambar sebagai batas di sekeliling orang-orang yang tinggal bersama
- **Lembaga** (sekolah, penjara, panti werdha) sebagai kotak berlabel yang terhubung ke seseorang

Membuat genogram langkah demi langkah

1 Kumpulkan informasi

Tiga generasi: nama, tahun lahir dan wafat, kemitraan, anak dan bagaimana mereka masuk ke keluarga, kehamilan dan keguguran, penyakit dan penggunaan zat, kepindahan, pekerjaan, pendidikan, budaya, dan agama. Catat apa yang tidak diketahui.

2 Tempatkan orang indeks

Mulailah dari klien dan tandai sebagai orang indeks.

3 Tambahkan struktur

Pasangan di baris yang sama, anak di bawahnya menurut urutan lahir, lalu orang tua, saudara kandung, dan kakek-nenek. Pilih garis pasangan dan garis anak yang tepat untuk setiap hubungan.

4 Tambahkan garis emosional

Untuk setiap hubungan penting, tanyakan seberapa dekat, seberapa berkonflik, apakah kontak terputus, apakah ada yang disakiti atau dikendalikan.

5 Tambahkan kesehatan dan konteks

Arsir kondisi kesehatan, tambahkan latar, agama, dan tanggal, kelompokkan rumah tangga, dan tambahkan keterangan.

6 Tinjau bersama keluarga

Periksa fakta, isi kekosongan, dan perlakukan genogram sebagai dokumen kerja yang berubah seiring Anda tahu lebih banyak.

GenogramAI menata keluarga secara otomatis: generasi di baris, anak menurut urutan lahir, pasangan berdampingan.

Tampilan dan keterangan

Di GenogramAI, genogram yang sama bisa dibaca lewat berbagai lapisan, yang Anda nyalakan dan matikan di menu Tampilan tanpa mengubah data. Ada sembilan: **Budaya, Medis, Sosial, Agama, Pendidikan, Lokasi, Kustom, Latar** dan **Rumah tangga**. Garis emosional selalu ditampilkan. Penggeser **Waktu** memutar ulang keluarga tahun demi tahun, dan mode **Presentasi** menampilkan genogram layar penuh.

Keterangan di kanvas hanya mencantumkan simbol dan warna yang dipakai dalam genogram itu, dan hasil ekspor bisa menyertakannya sebagai "legenda terintegrasi". Keterangan lengkap semua simbol ada di genogramai.com/genogram-key.

Membaca genogram

Struktur

Generasi, susunan rumah tangga, urutan saudara kandung, kematian dini, perceraian, dan kemitraan baru.

Hubungan

Ikatan dekat, konflik, jarak, dan putus hubungan; segitiga; siapa bersekutu dengan siapa.

Fungsi

Siapa yang berfungsi berlebih dan siapa yang berfungsi kurang; bagaimana tekanan bergerak dalam keluarga.

Lintas generasi

Peran, penyakit, kecanduan, dan putus hubungan yang berulang; usia dan tanggal yang menggemakan peristiwa sebelumnya.

Pertanyaan yang berguna: Apa yang menonjol? Apa yang tidak ada? Siapa yang akan menceritakan kisah ini secara berbeda? Di mana kekuatannya, seperti putus hubungan yang sudah pulih, pemulihan, dan hubungan yang stabil? Bagaimana pola-pola ini mungkin berkaitan dengan alasan orang itu mencari bantuan sekarang?

Genogram memunculkan hipotesis untuk dijelajahi bersama; genogram bukan diagnosis.

Membuat dengan AI

GenogramAI bisa membuat draf genogram dari sebuah deskripsi lalu menyuntingnya sesuai permintaan. Anda tetap memegang kendali: periksa setiap orang dan garis yang ditambahkan AI, seperti Anda memeriksa catatan rekan kerja.

Asisten AI (semua paket)

Di dalam editor, minta ia membangun, menyunting, atau menjawab pertanyaan: "Tambahkan saudara laki-laki untuk Sarah", "Tandai John meninggal pada 2019", "Tunjukkan bahwa Ibu dan Bibi Lisa berkonflik". Paket Gratis menyertakan 5 kredit AI per bulan; Pro dan Klinis tanpa batas.

Buat dengan AI (Pro)

Jelaskan keluarga dengan bahasa sehari-hari dari dasbor dan dapatkan genogram yang sudah tertata untuk disempurnakan.

Impor dengan AI (Pro)

Unggah foto genogram yang digambar tangan atau catatan; AI mengubahnya menjadi genogram yang bisa disunting.

Impor file (Pro)

Buka file GEDCOM, GenoPro, Gramps, GEDCOM X, Family.Show, RootsMagic, dan spreadsheet sebagai genogram baru.

Kertas atau perangkat lunak

	Di kertas	Di GenogramAI
Perubahan	Menggambar ulang	Sunting di tempat; tata letak menyesuaikan sendiri
Simbol	Serapi gambar Anda	18 jenis garis pasangan, 7 anak, dan 39 emosional, digambar secara konsisten
Kesehatan	Arsiran manual	22 kategori dengan status Aktif, Dugaan, dan Pemulihan
Berbagi	Fotokopi atau pindaian	PNG dan cetak di semua paket; PDF, SVG, dan GEDCOM di Pro dan Klinis; tautan berbagi hanya-lihat

Free

- 2 genogram, masing-masing hingga 50 orang
- 5 kredit AI per bulan (Asisten AI di editor)
- Semua simbol, tampilan, dan keterangan kanvas
- Ekspor PNG, cetak, tautan hanya-lihat

Pro

- 25 genogram, tanpa batas jumlah orang
- AI tanpa batas, termasuk Buat dengan AI
- Impor dari foto dan catatan dengan AI; GEDCOM dan file keluarga lainnya
- Ekspor PDF, SVG, dan GEDCOM

Clinical

- Semua fitur Pro, genogram tanpa batas
- Mode Klinis: hanya menyimpan di perangkat Anda
- Tampilan Riset
- Aplikasi desktop untuk Mac (Windows segera hadir)

Glosarium

Orang indeks

Orang yang menjadi pusat genogram.

Keluarga asal

Keluarga tempat seseorang tumbuh besar.

Fusi (keterjeratan)

Kedekatan yang membuat batas pribadi menjadi kabur.

Segitiga

Dua orang mengelola ketegangan dengan melibatkan orang ketiga.

Fungsi berlebih dan fungsi kurang

Satu orang memikul terlalu banyak tanggung jawab, sementara yang lain terlalu sedikit.

Reaksi peringatan

Kesusahan di sekitar tanggal atau usia suatu peristiwa keluarga sebelumnya.

Keterangan genogram

Keterangan untuk simbol, garis, dan warna pada genogram.

Rujukan

Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. Jason Aronson.

Bennett, R. L., French, K. S., Resta, R. G., & Doyle, D. L. (2008). Standardized human pedigree nomenclature: Update and assessment of the recommendations of the National Society of Genetic Counselors. *Journal of Genetic Counseling*, 17(5), 424–433.

Congress, E. P. (1994). The use of culturagrams to assess and empower culturally diverse families. *Families in Society*, 75(9), 531–540.

Hartman, A. (1978). Diagrammatic assessment of family relationships. *Social Casework*, 59(8), 465–476.

Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family Evaluation*. W. W. Norton.

McGoldrick, M., Gerson, R., & Petry, S. (2020). *Genograms: Assessment and Treatment* (4th ed.). W. W. Norton.

Notasi mengikuti notasi genogram standar sebagaimana dijelaskan McGoldrick dan rekan-rekan, dengan tambahan dari GenogramAI.

GenogramAI tidak berafiliasi dengan atau didukung oleh para penulis maupun penerbit. Contoh genogram adalah keluarga fiktif dari galeri contoh GenogramAI.

Pasien teridentifikasi

Anggota keluarga yang dipandang sebagai "masalahnya"; gejala bisa mencerminkan tekanan keluarga yang lebih luas.

Keluarga inti

Orang tua dan anak-anak mereka.

Putus hubungan

Mengakhiri atau sangat membatasi kontak dengan keluarga.

Diferensiasi

Tetap menjadi diri sendiri sambil tetap terhubung (teori Bowen).

Parentifikasi

Anak yang mengambil peran orang tua.

Transmisi multigenerasi

Pola berhubungan yang diwariskan dari satu generasi ke generasi berikutnya.

GEDCOM

Format file standar untuk data pohon keluarga.