

## Metode Pendekatan Konseling Dalam Modifikasi Tingkah Laku Terhadap Anak Broken Home

Jihan Amirah Mumtaz<sup>1\*</sup>, Ati Kusmawati<sup>2</sup>, Maharani Salsabila<sup>3</sup>, Robith Sulhi Haidar<sup>4</sup>

<sup>1-4</sup> Universitas Muhammadiyah Jakarta

Email: [jihanmumtaz16@gmail.com](mailto:jihanmumtaz16@gmail.com)<sup>1\*</sup>, [ati.kusmawati@umj.ac.id](mailto:ati.kusmawati@umj.ac.id)<sup>2</sup>, [maharanisalsabila1409@gmail.com](mailto:maharanisalsabila1409@gmail.com)<sup>3</sup>, [rhaidar2002@gmail.com](mailto:rhaidar2002@gmail.com)<sup>4</sup>

\*Korespondensi penulis: [jihanmumtaz16@gmail.com](mailto:jihanmumtaz16@gmail.com)

**Abstract:** *In a broken home family, parents have the responsibility to look after their children and should be able to give full affection so that the child feels as if he has never lost his father and mother. The method used in this study involved a literature review study by searching data on Google Scholar. The search then produces journals and articles that are in accordance with the issues discussed. In conducting the Assessment, we chose the ecomap technique because this technique can help understand the social environment and social conditions that affect individual life. Using an ecomap helps us see clients to understand their relationship with their social environment, as well as understand how this social environment can affect their lives. Intervention methods used to address clients with these problems include using counseling techniques. The purpose of this study is to prove the extent to which individual counseling therapy influences the behavior of broken home children. The end result of providing individual counseling services with behavioral techniques shows that it can have an impact on broken home female students. This can be seen from the significant differences in results before and after the provision of these services.*

**Keywords:** *behavior, broken home, counseling, relationship.*

**Abstrak:** Dalam keluarga yang broken home, ialah orang tua memiliki tanggung jawab memelihara anaknya dan hendaklah mampu memberikan kasih sayang sepenuhnya sehingga anak tersebut merasa seolah-olah tidak pernah kehilangan ayah dan ibunya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini melibatkan studi literatur review dengan melakukan pencarian data dalam google scholar. Pencarian tersebut selanjutnya menghasilkan jurnal dan artikel yang sesuai dengan isu-isu pembahasan. Dalam melakukan Asesmen, kami memilih teknik ecomap karena teknik ini dapat membantu memahami lingkungan sosial dan keadaan sosial yang mempengaruhi kehidupan individu. Dengan menggunakan ecomap membantu kami melihat klien untuk memahami hubungan mereka dengan lingkungan sosial mereka, serta memahami bagaimana lingkungan sosial tersebut dapat mempengaruhi kehidupan mereka. Metode intervensi yang digunakan untuk mengatasi klien dengan masalah tersebut antara lain dengan menggunakan teknik konseling. Tujuan dari penelitian ini adalah, untuk membuktikan sejauh mana pengaruh terapi konseling individu kepada tingkah laku anak broken home. Hasil akhir dari pemberian layanan konseling individu dengan teknik behavioral menunjukkan bahwa dapat memberikan pengaruh terhadap mahasiswi broken home. Hal ini terlihat dari adanya perbedaan hasil yang signifikan sebelum dan setelah pemberian layanan tersebut.

**Kata kunci:** broken home, hubungan, konseling, perilaku.

### LATAR BELAKANG

Memiliki keluarga yang hangat dan sehat sangat mempengaruhi keutuhan dan keharmonisan keluarga, serta kesejahteraan psikologis dan kesehatan mental setiap anggota keluarga. Idealnya, seorang anak tumbuh dalam keluarga sempurna yang terdiri dari ayah dan ibu, namun kondisi itu tidak menunjukkan bahwa semua anak mendapatkan kasih sayang yang utuh karena berbagai faktor seperti faktor broken home. Sofyan & Willis (2015) istilah broken home biasanya digunakan untuk menggambarkan keluarga yang tidak harmonis, berantakan,

dikarenakan orang tua yang tidak peduli dengan situasi dan keadaan di rumah, sampai pada perkembangan dan pergaulan anaknya. (Lutfi Nasution et al, 2022).

Di dalam lingkungan keluarga segala sikap dan tingkah laku kedua orang tuanya sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak, karena ayah dan ibu merupakan pendidik dalam kehidupan yang nyata, sehingga sikap dan tingkah laku orang tua akan diamati oleh anak tidak sebagai teori mempengaruhi sikap dan tingkah laku anak (Pujosuwarno, 1994: 22-23).

Menurut Srihandayani, (1974: 31) Penyebab yang timbul dalam keluarga Broken home yaitu: (1) Penyebab fisik, yaitu kondisi yang bersifat fisik yang menyebabkan Broken home seperti perceraian (*divorce*), kematian (*death*), desertion dan separation, (2) Penyebab psikologis, yaitu Broken home yang disebabkan karena perbuatan, perbedaan pendapat, perbedaan sifat kesenangan, cemburu, tidak saling mencintai, dan lain-lain yang menyebabkan terjadinya pertengkaran atau konflik, (3) Penyebab ekonomi, yaitu keadaan ekonomi yang jelek, penghasilan yang tidak sesuai dengan keluarga antara kebutuhan dan pengeluaran, hal ini sehingga dengan mudah menimbulkan dampak psikologis bagi keluarga, (4) Penyebab sosial, hal ini secara tidak langsung tidak berpengaruh, tetapi sangat memungkinkan terjadinya Broken home misalnya masyarakat penjudi, penjudi, peminum, dan (5) Penyebab ideologis, yakni perbedaan paham, sikap dan pandangan, perbedaan agama antara suami dan istri. (Massa et al, 2020).

Dalam keluarga yang broken home, ialah orang tua memiliki tanggung jawab memelihara anaknya dan hendaklah mampu memberikan kasih sayang sepenuhnya sehingga anak tersebut merasa seolah-olah tidak pernah kehilangan ayah dan ibunya. Boedi & Saebani (2013: 58) menuturkan perceraian sendiri mempunyai arti putusannya ikatan pernikahan, sedangkan menurut istilah hukum islam adalah thalaq, artinya melepaskan atau meninggalkan. (Wahyudi, 2018).

Konsep diri merupakan pandangan menyeluruh individu tentang totalitas dari diri sendiri mengenai karakteristik kepribadian, nilai-nilai kehidupan, prinsip kehidupan, moralitas, kelemahan dan segala yang terbentuk dari segala pengalaman dan interaksinya dengan orang lain (Burns, 1993: 50). Brooks dalam Rahmat (2005: 105) menyatakan bahwa konsep diri adalah pandangan dan perasaan kita tentang diri kita yang bersifat psikologis, sosial, dan fisik.

Perceraian memberikan dampak yang sangat besar bagi perkembangan mental dan pendidikan anak, terutama pada masa kanak-kanak atau remaja usia dini. Lingkungan keluarga yang seperti itu, kurang memberikan dukungan yang positif bagi perkembangan psikologis dan pembelajaran remaja, terutama pada anak usia sekolah. Keluarga tidak utuh memiliki pengaruh besar terhadap kurangnya anak mendapatkan perhatian, kasih sayang dan tuntutan pendidikan

dari orang tua itu sendiri. Kebutuhan fisik maupun psikis anak menjadi tidak terpenuhi. (Pratama et al, 2022).

Dalam kutipan wawancara yang dilakukan dalam (Pratama et al, 2022) menghasilkan kesimpulan bahwa para siswi memiliki kesulitan dalam belajar dikarenakan kurang harmonisnya hubungan antara ayah dan ibu siswi tersebut. Berdasarkan uraian diatas, keadaan keluarga yang broken home sangat memungkinkan anak sebagai korban mengalami kesulitan karena proses hubungan keluarga yang kurang harmonis. Dapat disimpulkan juga bahwa keretakan rumah tangga atau kondisi broken home dapat mempengaruhi konsep diri pada anak yang memungkinkan anak berperilaku negative sebagai pusat pelampiasannya.

Kasus klien yang kami tangani merupakan seorang mahasiswi aktif disalah satu perguruan tinggi. Memiliki permasalahan dan telah menghadapi kondisi keluarga yang broken home sejak ia kecil. Akibat dari kondisi keluarga yang broken home tersebut, klien memiliki kecenderungan sulit dalam mengungkapkan perasaannya. Dalam kehidupan sehari-hari klien lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah, dan cenderung merasa tidak nyaman ketika berada dirumah. Klien sulit percaya terhadap orang sekitarnya, yang mungkin merupakan akibat dari kondisi keluarganya sebagai broken home. Dalam kehidupan dengan teman sebayanya, klien lebih merasa nyaman dibandingkan kumpul bersama keluarganya.

## **KAJIAN TEORITIS**

### **Pengertian Keluarga**

Menurut Koerner dan Fitzpatrick (dalam Sri Lestari), definisi tentang keluarga setidaknya dapat ditinjau berdasarkan tiga sudut pandang, yaitu definisi struktural, definisi fungsional, dan definisi intersaksional.

1. Definisi struktural. Keluarga didefinisikan berdasarkan kehadiran dan ketidakhadiran anggota keluarga, seperti orang tua, anak, dan kerabat lainnya. Definisi memfokuskan pada siapa yang menjadi bagian dari keluarga. Dari perspektif ini dapat muncul pengertian tentang keluarga sebagai asal usul (*families of origin*), keluarga sebagai wahana melahirkan keturunan (*families of procreation*), dan keluarga batih (*extended family*).
2. Definisi fungsional. Keluarga didefinisikan dengan penekanan pada terpenuhinya tugas-tugas dan fungsi-fungsi psikologis. Fungsi-fungsi tersebut mencakup perawatan, sosialisasi pada anak, dukungan emosi dan materi, dan pemenuhan peran-peran tertentu. Definisi ini memfokuskan pada tugas-tugas yang dilakukan oleh keluarga.
3. Definisi transaksional. Keluarga didefinisikan sebagai kelompok yang mengembangkan keintiman melalui perilaku-perilaku yang memunculkan rasa identitas sebagai keluarga

(*family identity*), berupa ikatan emosi, pengalaman historis, maupun cita-cita masa depan. Definisi ini memfokuskan pada bagaimana keluarga melaksanakan fungsinya.

### **Pengertian broken home**

Menurut Kamus Lengkap Psikologi broken home merupakan suatu keadaan dimana keluarga mengalami keretakan atau rumah tangga yang berantakan, keadaan keluarga atau rumah tangga tanpa hadirnya salah seorang dari kedua orang tua (ayah atau ibu) disebabkan oleh meninggal, perceraian, meninggalkan keluarga, dan lain-lain.

### **Fungsi Keluarga**

Menciptakan keluarga sejahtera itu tidak terlepas dari usaha anggota keluarga untuk mengembangkan keluarga yang berkualitas yang diarahkan pada terwujudnya kualitas keluarga bercirikan kemandirian keluarga dan ketahanan keluarga. Pengembangan keluarga yang berkualitas dan sejahtera ini ditunjukkan agar keluarga dapat memenuhi kebutuhan spiritual dan material sehingga dapat menjelaskan fungsi secara optimal. Menurut Soelaeman, fungsi keluarga adalah sebagai berikut:

#### **1. Fungsi Edukasi**

Fungsi edukasi adalah fungsi keluarga yang berkaitan dengan pendidikan anak khususnya dan pendidikan serta pembinaan anggota keluarga pada umumnya. Fungsi edukasi ini tidak sekedar menyangkut pelaksanaannya, melainkan juga terkait dengan pola penentuan dan pengukuhan landasan yang mendasari pendidikan itu, pengarahan dan perumusan tujuan pendidikan, perencanaan dan pengelolaan, penyediaan dana dan sarana, pengayaan wawasan, dan lain sebagainya yang ada kaitannya dengan pendidikan. Pelaksanaan fungsi edukasi merupakan suatu bentuk realisasi tanggung jawab yang harus dipikul orang tua karena keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama bagi anak, untuk dapat mendidik anak dan membangun sifat dan pribadi yang mandiri dan menumbuhkan motif pada anak.

#### **2. Fungsi Sosialisasi**

Orang tua dan keluarga dalam melaksanakan fungsi sosialisasi ini mempunyai kedudukan sebagai penghubung anak dengan kehidupan sosial dan norma-norma sosial, yang meliputi penerangan, penyaringan dan penafsirannya ke dalam bahasa yang dapat dimengerti dan ditangkap maknanya oleh anak. Dengan demikian, anak akan mampu menyiapkan dirinya agar dapat menempatkan diri sebagai pribadi yang mantap dalam masyarakat dan berpartisipasi dalam kehidupan masyarakat yang konstruktif.

3. Fungsi Proteksi atau Perlindungan

Mendidik anak pada hakikatnya bersifat melindungi, yaitu membentengi diri dari tindakan-tindakan yang merusak norma-norma. Dengan kata lain, fungsi ini melindungi anak dari ketidakmampuannya bergaul dengan lingkungan sosialnya, melindungi dari pengaruh yang tidak baik yang mungkin mengancamnya sehingga anak merasa terlindungi dan aman.

4. Fungsi Afeksi atau Perasaan

Anak bisa merasakan atau menangkap suasana perasaan yang melingkupi orang tuanya pada saat melakukan komunikasi. Kehangatan yang terpancar dari aktivitas gerakan, ucapan mimik serta perbuatan orang tua merupakan hal yang sangat penting dalam pelaksanaan pendidikan dalam keluarga. Oleh karena itu, orang tua dalam memahami dan bergaul dengan anak hendaknya memahami, menangkap dan turut merasakan apa yang anak rasakan serta bagaimana kesan atau persepsi anak tentang orang tua.

5. Fungsi Religius

Keluarga berkewajiban untuk mengikutsertakan anak dan anggota keluarga lainnya kepada kehidupan beragama. Tujuannya bukan hanya mengetahui kaidah-kaidah agama saja, tetapi untuk menjadi insan yang beragama sehingga menjadi anggota keluarga yang sadar bahwa hidup hanyalah untuk mencari ridha-Nya.

6. Fungsi Ekonomis

Fungsi ekonomis keluarga meliputi pencarian nafkah, perencanaan pembelanjaan serta pemanfaatannya. Dalam mendidik anak, keluarga dengan fungsi ekonomisnya perlu diperhatikan karena jika tidak seimbang dalam mengelola ini, maka akan berakibat pula pada perkembangan anak dan pembentukan kepribadian anak.

7. Fungsi Rekreasi

Fungsi rekreasi dapat terlaksana jika keluarga dapat penciptakan rasa aman, nyaman, ceria agar dapat dinikmati dengan tenang, damai dan jauh dari ketegangan batin, sehingga memberikan rasa saling memiliki dan berdekatan antara tiap anggota keluarga.

8. Fungsi Biologis

Fungsi biologis keluarga, yaitu berhubungan dengan kebutuhankebutuhan biologis anggota keluarga. Kebutuhan ini meliputi kebutuhan sandang, pangan, papan, serta kebutuhan akan keterlindungan fisik, termasuk di dalamnya kehidupan seksual.

## **Faktor Penyebab Keluarga Broken Home**

Berikut ini adalah faktor-faktor penyebab terjadinya keluarga Broken Home, diantaranya:

1. Kurang atau putus komunikasi diantara keluarga terutama ayah dan ibu Sering dituding faktor kesibukan sebagai biang keladi. Dalam keluarga sibuk, dimana ayah dan ibu keduanya bekerja dari pagi hingga sore hari. Mereka tidak punya waktu untuk makan siang bersama, shalat berjamaah dirumah dimana ayah menjadi imam, sedang anggota keluarga menjadi jamaah. Di meja makan dan tempat shalat berjamaah, banyak hal yang bisa ditanyakan ayah atau ibu kepada anak-anak.
2. Sikap egosentrisme  
Sikap egosentrisme masing-masing suami istri merupakan penyebab pula terjadinya konflik rumah tangga yang berujung pada perenggaran yang terus menerus. Egoisme adalah suatu sifat buruk manusia yang mementingkan diri sendiri. Yang lebih berbahaya lagi adalah sifat egisentrisme yaitu sifat yang menjadikan dirinya pusat perhatian yang diusahakan oleh seseorang dengan segala cara. Pada orang yang seperti ini, orang lain tidaklah penting. Orang tua mementingkan dirinya sendiri, dan bagaimana menarik perhatian pihak lain agar mengikutinya minimal memperhatikannya.
3. Masalah kesibukan  
Kesibukan adalah satu kata yang telah melekat pada masyarakat modern di kota-kota. Kesibukannya terfokus pada pencarian materi yaitu harta dan uang. Filsafat hidup mereka mengatakan uang adalah harga diri, dan waktu adalah uang. Jika telah kaya maka berarti suatu keberhasilan, suatu kesuksesan. Disamping itu suatu kesuksesan lain adalah jabatan 32 tinggi, kedudukan atau posisi yang “basah” yang bergelimang uang. Jika ternyata ada orang yang gagal dalam masalah ekonomi dan keuangan, maka dia menjadi frustrasi (kecewa berat), kadang terlihat banyak orang yang bunuh diri karena kegagalan ekonomi.

## **Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Psikologi**

- a. Sulit Bergaul Ketika ada anak yang mengalami broken home maka ia akan malu dan merasa tidak percaya diri. Sulit untuk mengembalikan percaya diri mereka meskipun sudah menggunakan. Anak-anak tersebut sering menyendiri dari pergaulan karena merasa rendah diri. Kurangnya perhatian, waktu untuk dihabiskan dengan keluarga dan tidak memiliki cerita mengenai keluarga merupakan salah satunya.
- b. Dangkalnya Iman Dampak terbesar dari broken home adalah iman yang lemah menyebutkan bahwa orang tua merupakan faktor penentu pertama apakah iman anak baik atau buruk. Orang tua yang seharusnya menjadi sekolah agama pertama kalinya sejak anak-

anak sampai mereka dewasa tidak bisa menjalankan fungsinya dengan benar. Sehingga anak yang broken home berdampak buruk dan justru sering jauh dari agama.

- c. Wujud Sayang yang Sedikit Broken home nyatanya menjadikan seorang anak tidak terpenuhi haknya sebagai seseorang yang menerima rasa sayang dan cinta dari orang lain khususnya orang tua. Kebutuhan pokok seperti diperhatikan dan disayang juga tidak mereka dapatkan dan hal ini sering membuat anak broken home merasa kekurangan kasih sayang dan bersikap brutal. Selain itu, bisa saja orang tua yang tidak perhatian membuat anak-anak tidak tercukupinya gizi serta nutrisi selama masa pertumbuhannya, kebutuhan pakaian dan mainan, hingga tidak terpenuhinya keperluan di sekolahnya.
- d. Gangguan Mental Sering melihat anak-anak broken home bersikap diluar batas, sulit dikendalikan atau bersikap seolah orang yang mengalami gangguan mental ? seringkali anak broken home mengalami tekanan seperti halnya depresi dan cemas karena tidak memiliki teman untuk mendengarkan. Sedangkan orang tua biasanya tempat untuk menyampaikan keluh kesah dan hal buruk.
- e. Benci Pada Orang Tua Untuk orang tua yang menjadikan sebuah rumah tangganya tidak baik, justru yang ada membuat anak tersebut mengalami kondisi seperti membenci ayah, ibu, atau bahkan kedua orang tuanya saat terjadi broken home. Ia belum bisa mengerti dan menerima apa yang sebenarnya terjadi dan permasalahan apa yang membuat anda atau suami-istri menjadi bermasalah dan bermusuhan. Sehingga ia akan menganggap semua yang terjadi adalah kesalahan salah satu atau kedua orang tuanya.

### **Peran Orang Tua Terhadap Perkembangan Psikologis**

Perceraian selalu berdampak buruk dan terasa amat pahit bagi anak-anak. Dan ini jelas menorehkan perasaan sedih serta takut pada diri anak. Sehingga, ia akan tumbuh dengan jiwa yang tidak sehat. Berikut ini beberapa saran untuk mengatasi kesedihan anak dalam melewati proses perceraian orang tuanya:

- a. Dukung anak Anda untuk mengungkapkan perasaan mereka, baik yang positif maupun negatif, mengenai apa yang sudah terjadi. Sangatlah penting bagi orang tua yang akan bercerai ataupun yang sudah bercerai untuk memberi dukungan kepada anak-anak mereka serta mendukung mereka untuk mengungkapkan apa yang mereka pikirkan dan rasakan. Dalam hal ini Anda tidak boleh melibatkan perasaan Anda. Seringkali terjadi, perasaan akan kehilangan salah satu orang tua akibat perceraian menyebabkan anak-anak menyalahkan salah satu dari kedua orang tuanya (atau kedua-duanya) dan mereka merasa dikhianati. Jadi, anda harus betul-betul siap untuk menjawab setiap pertanyaan yang akan diajukan anak anda atau keprihatinan yang mereka miliki.

- b. Beri kesempatan pada anak untuk membicarakan mengenai perceraian dan bagaimana perceraian tersebut berpengaruh pada dirinya. Anak-anak yang usianya lebih besar, tanpa terduga, bisa mengajukan pertanyaan dan keprihatinan yang berbeda, yang tidak pernah terpikirkan sebelumnya olehnya. Meski mengejutkan dan terasa menyudutkan, tetaplah bersikap terbuka.
- c. Bila Anda merasa tidak sanggup membantu anak, minta orang lain melakukannya. Misalnya, sanak keluarga yang dekat dengan si anak.
- d. Sangatlah wajar bagi anak-anak jika memiliki berbagai macam emosi dan reaksi terhadap perceraian orang tuanya. Bisa saja mereka merasa bersalah dan menduga-duga, merekalah penyebab dari perceraian. Anak-anak marah dan merasa ketakutan. Mereka khawatir akan ditelantarkan oleh orang tua yang bercerai.

## **METODE PENELITIAN**

Teknik wawancara yang digunakan kali ini cenderung kepada teknik eksplorasi dan ventilasi. Tujuan dalam penggunaan dua teknik ini adalah, agar kami dalam proses wawancara dapat membantu klien untuk lebih mengekspresikan perasaannya dan membuat klien lebih terbuka baik kepada dirinya sendiri maupun orang lain. menurut Edi Kurnato (2002) mendefinisikan bahwa “eksplorasi adalah teknik untuk menggalih perasaan, pikiran dan pengalaman klien”. Eksplorasi Adalah suatu keterampilan konselor untuk mengalih perasaan, pengalaman dan pikiran klien. hal penting, karena kebanyakan klien menyimpan rahasia batin, menutup atau tidak mampu mengemukakan pendapatnya dengan terus terang. (Temasmi, 2018).

Dalam melakukan Asesmen, kami memilih teknik ecomap karena teknik ini dapat membantu memahami lingkungan sosial dan keadaan sosial yang mempengaruhi kehidupan individu. Dengan menggunakan ecomap membantu kami melihat klien untuk memahami hubungan mereka dengan lingkungan sosial mereka, serta memahami bagaimana lingkungan sosial tersebut dapat mempengaruhi kehidupan mereka. Teknik Ecomap/genogram adalah cara untuk merepresentasikan sistem klien secara visual, representasi grafis dari hubungan pribadi dan sosial antara individu atau keluarga dan lingkungannya. Dalam bukunya Supriatna menyatakan bahwa genogram berfungsi untuk menyatakan karakter dari pribadi-pribadi yang terkait atau berarti bagi diri pribadi sendiri Genogram juga merupakan suatu alat untuk menyimpan informasi yang dicatat selama wawancara antara konselor dengan konseli mengenai orang-orang dalam asal-usul keluarga konseling. (Fathonah, 2019).

Metode intervensi yang digunakan untuk mengatasi klien dengan masalah tersebut antara lain dengan menggunakan teknik konseling. Menurut Wren (2002: 72), konseling individu adalah relasi antar pribadi yang dinamis oleh dua orang yang berusaha memecahkan

masalah dengan mempertimbangkan secara bersama-sama sehingga pada akhirnya orang yang mempunyai kesulitan dibantu oleh yang lain untuk memecahkan masalahnya atas penentuannya sendiri.

Pada penelitian ini konseling yang dilakukan mengacu pada teori konseling behavioral dengan proses teori desensitasi sistematis Skinner. Konseling yang berlandaskan teori belajar yang berfokus pada tingkah laku individu untuk membantu konseling mempelajari tingkah laku baru dalam memecahkan masalahnya melalui teknik-teknik yang berorientasi pada tindakan. Behavior berpandangan, pada hakikatnya kepribadian manusia adalah perilaku. Dimana perilaku tersebut merupakan hasil dari bentukan pengalaman interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya. (Pratama et al, 2022).

Metode yang digunakan dalam penelitian ini melibatkan studi literatur review dengan melakukan pencarian data dalam google scholar. Pencarian tersebut selanjutnya menghasilkan jurnal dan artikel yang sesuai dengan isu-isu pembahasan. Dari banyaknya jurnal dalam google scholar, dipilih 5 jurnal yang akhirnya dilakukan proses pengumpulan data dari jurnal-jurnal tersebut, dengan cara membaca dan mengidentifikasi data-data penting secara keseluruhan pada jurnal untuk dijadikan satu kesatuan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Broken home dapat diartikan dengan kondisi keluarga yang tidak harmonis dan tidak berjalan layaknya keluarga yang rukun, damai, dan sejahtera karena sering terjadi keributan serta perselisihan yang menyebabkan pertengkaran dan berakhir pada perceraian dan akan sangat berdampak kepada anak-anaknya khususnya remaja. Klien kami ini merupakan anak remaja yang berusia 20 tahun yang sedang melanjutkan pendidikannya di salah satu perguruan tinggi. Klien kami ini memiliki permasalahan didalam keluarganya, klien kami merupakan anak yang memiliki keluarga tidak utuh. Orang tua dari klien kami ini telah terpisah. Klien kami pertama-tamanya ini merasa masih kurang terima dengan perpisahan orang tuanya dan ia merasa menjadi kurang percaya dengan orang lain, mempunyai trust issue terhadap keluarganya sendiri.

Proses konseling individu dengan teknik behavioral berbeda dengan pendekatan terapi konseling lainnya. Pada pertemuan intervensi awal klien kami sebagai konselor berusaha membina hubungan yang baik dengan klien. Lalu konselor memberikan pemahaman pemahaman kepada klien mengenai pengertian konseling individu yang akan dijalani oleh klien.

Pada pertemuan pertama ini di Hari Kamis tanggal 1 juni 2023 untuk membicarakan pada klien dalam melakukan konseling untuk melakukan perubahan tingkah laku. Jika klien

bersedia untuk membicarakan hal tersebut dan bersedia dengan apa yang akan dilakukan, maka kita akan melanjutkan pada tahap selanjutnya melakukan pertemuan kembali esok hari.

Pada pertemuan kedua ini di Hari Jumat tanggal 2 juni 2023 kami kembali melakukan pertemuan dengan klien untuk menggali kembali apa yang menjadi masalah klien serta mulai berdiskusi terkait konseling yang akan dilakukan oleh klien agar klien bisa semakin yakin pada konseling yang akan dilakukan. Klien pun menceritakan lebih dalam lagi masalah yang ia hadapi tentang kondisi keluarganya yang sudah berpisah, yang klien inginkan sebenarnya hanya memiliki keluarga yang utuh dan bahagia dan klien mencoba mencerna konseling apa yang akan lakukan.

Pada pertemuan ketiga ini di Hari Sabtu tanggal 3 juni 2023 kami lakukan pertemuan ini secara online, disini kami menanyakan kembali kepada klien apakah klien sudah begitu yakin dengan melakukan konseling yang telah kemarin kita bicarakan secara bertemu langsung. Klien pun merasa siap untuk melakukan konseling tersebut dan tidak merasa keberatan untuk menjalankannya.

Pada pertemuan keempat ini di Hari Minggu tanggal 4 juni 2023 kami bertemu secara langsung kembali dan mulai melakukan konseling dengan mengubah pola pikir klien terhadap keluarga yang telah berpisah. Klien pun merasa dapat menerima pola pikir apa saja yang harus klien ubah terhadap pola pikirnya selama ini pada keluarganya.

Berlanjut pada pertemuan kelima ini di Hari Senin tanggal 5 juni 2023 kami bertemu secara online kembali dan kami bertanya pada klien apa pola pikir yang kemarin sudah diterima, sudah bisa dijalankan di dalam keluarganya. Klien merasa sudah bisa menjalankan sedikit demi sedikit perubahan pola pikir kepada keluarganya.

Pada pertemuan keenam ini di Hari Selasa tanggal 6 juni 2023 kami bertemu langsung kembali, karena dirasa klien sudah bisa melakukan perubahan pada pola pikirnya, selanjutnya kami membicarakan apakah klien bersedia melanjutkan kembali tahapan intervensi yang kita jalankan. Klien pun merasa langsung bersedia untuk melanjutkan tahap intervensi.

Pada pertemuan ketujuh ini di Hari Rabu tanggal 7 juni 2023 kami menjelaskan tahap selanjutnya kami akan berusaha meningkatkan pemberian berupa penerimaan dan pengabaian yang hubungannya dengan penguatan tingkah lakunya terhadap keluarganya. Pada pertemuan ini klien masih mencoba mencerna kembali terlebih dahulu untuk tahap selanjutnya.

Masih berlanjut pada pertemuan kedelapan ini di Hari Kamis tanggal 8 juni 2023 kami bertanya kepada klien apakah bisa melanjutkan tahap intervensi, dan apabila bisa segera dilakukan tahap intervensi selanjutnya. Klien kami bersedia untuk melanjutkan intervensi selanjutnya.

Pada pertemuan kesembilan ini di Hari Jumat tanggal 9 juni 2023 kami memulai dari perencanaan kami dengan pemberian berupa penerimaan dan pengabaian yang hubungannya terhadap keluarga, penerimaan disini bagaimana klien bisa menerima perpisahan orang tua nya dengan kondisi keluarga yang sudah tidak utuh lagi serta berusaha agar ia bisa menerima/mempercayai orang lain lagi, serta pengabaian disini bagaimana klien bisa membiarkan apa yang sudah memang terjadi dan memang harus ia terima. Klien mulai mengerti apa yang memang ia harus ubah, terima dan berusaha mengabaikan pada permasalahan yang sedang ia hadapi.

Pada pertemuan kesepuluh ini di Hari Sabtu tanggal 10 juni 2023 kami memonitoring dan ternyata klien kami sudah memiliki kemajuan dengan melakukan tahapan sebelumnya dengan baik. Klien kami sudah bisa menerima dan tidak terlalu memikirkan masalah keluarganya ini terlalu dalam ketika ia terlalu memikirkan terlalu dalam secara terus menerus akan memunculkan stress pada dirinya sendiri.

Pada pertemuan kesebelas ini di Hari Minggu tanggal 11 juni 2023 kami menawarkan untuk masuk ke tahap selanjutnya. Klien pun siap masuk ke tahap selanjutnya dan klien pun dirasa sudah menunjukkan banyak perubahan dan memiliki kemajuan

Pada pertemuan kedua belas ini di Hari Senin tanggal 12 juni 2023 kami menjelaskan tentang apa perencanaan kami untuk tahap selanjutnya yaitu melakukan keterlibatan orang terdekat yang berpengaruh untuk tingkah laku klien. Klien memasuki ke tahapan selanjutnya dan kami menjelaskan bahwa di tahapan ini kami mengajak salah satu rekan dari klien kami untuk mengawasi klien kami.

Pada pertemuan ketiga belas ini di Hari Selasa tanggal 13 juni 2023 kami memonitoring apakah klien kami sudah melakukan tahapan yg terakhir dengan baik. Klien akan kami monitoring dan kami evaluasi mengenai tahapan yang sudah di lalui ini.

Pada pertemuan keempat belas atau pertemuan terakhir ini di Hari Rabu tanggal 14 juni 2023 kami dengan klien dan kami menginfokan bahwa treatment dan pendampingan yang kami lakukan akan berakhir. Klien kami berikan pembekalan akhir dan kami pastikan bahwa kami menyelesaikan treatment yang sudah kami berikan.

Setelah berhasil melakukan konseling serta intervensi yang dimana telah terlaksanakan/dilakukan selama 14 hari, yang dimana dapat dikatakan berhasil dalam memodifikasi tingkah laku klien sesuai dengan apa yang menjadi tujuan kami yaitu berupa penerimaan dan pengabaian yang hubungannya terhadap keluarga, penerimaan disini bagaimana klien bisa menerima perpisahan orang tua nya dengan kondisi keluarga yang sudah tidak utuh lagi serta berusaha agar ia bisa menerima/mempercayai orang lain lagi, serta

pengabaian disini bagaimana klien bisa membiarkan apa yang sudah memang terjadi dan memang harus ia terima. Untuk saat ini dan seterusnya klien bisa sangat menerima keputusan perpisahan orang tuanya dan untuk bisa lebih percaya lagi kepada orang tidak berprasangka yang buruk terhadap orang lain.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Keberadaan keluarga yang hangat dan sehat akan sangat memengaruhi keutuhan dan keharmonisan keluarga dan secara psikologis juga memengaruhi kesejahteraan dan kesehatan mental bagi setiap anggota keluarga. Anak akan merasakan ketidaknyamanan ketika dirumah hanya menjadi luapan kemarahan dan ditambah lingkungan yang tidak mendukung, maka anak akan merasakan kejenuhan dan akan meluapkannya dengan melakukan berbagai hal seperti merusak barang atau menyakiti orang lain.

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data tentang layanan konseling individu untuk meningkatkan kesehatan mental mahasiswi broken home melalui teknik behavioral. Hasil akhir dari pemberian layanan konseling individu dengan teknik behavioral menunjukkan bahwa dapat memberikan pengaruh terhadap mahasiswi broken home. Hal ini terlihat dari adanya perbedaan hasil yang signifikan sebelum dan setelah pemberian layanan tersebut. Gambaran sifat dan perilaku mahasiswi broken home sebelum diberikan perlakuan (treatment) berupa layanan konseling behavior ke arah yang lebih baik.

Berdasarkan simpulan hasil penelitian diatas, maka dapat direkomendasikan bahwa:

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai bahan masukan dan sumbangan pemikiran yang akan menambah perbendaharaan di bidang Bimbingan dan Konseling, guna meningkatkan pelayanan Bimbingan dan Konseling.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi para konselor untuk membantu mengubah konsep diri negatif menjadi konsep diri positif dengan menggunakan konseling individu dengan pendekatan konseling realita.
- c. Memberikan pemahaman kepada siswa dalam memahami konsep diri yang ada pada dirinya, dan mengetahui bagaimana mengubah konsep diri negatif yang dimiliki menjadi konsep diri positif.

## **DAFTAR REFERENSI**

- Burns, R.B. 1993. Konsep Diri. Jakarta: Arcan
- Fathonah, N. (2019). penggunaan metode genogram untuk meningkatkan kemampuan perencanaan karir. *Prophetic : Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 2(2), 279. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v2i2.5814>

- Lutfi Nasution, M., Dinata Saragi, M. P., Arman Syahroni, M., & Izhar Dalimunthe, S. (2022). *Konseling Behavioral Dalam Penanganan Perilaku Agresif Korban Broken Home*. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 1349–1358. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/10815>
- Massa, N., Rahman, M., & Napu, Y. (2020). *Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Perilaku Sosial Anak*. *Jambura Journal Community Empowerment*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.37411/jjce.v1i1.92>
- Pratama, R. B., Suryati, W., & Murni, S. (2022). *Layanan Konseling Individu Untuk Meningkatkan Kesehatan Mental Siswi Broken Home Melalui Teknik Behavioral Di Sman 1 Natar. ... Mahasiswa Bimbingan Konseling ...*, 1–8. <https://www.stkipgribl.ac.id/eskripsi/index.php/jmbk/article/view/328>
- Pujosuwarno, Sayekti. 1994. *Bimbingan dan Konseling Keluarga*. Menara Mas Offset: Yogyakarta
- Temasmi, T. (2018). *meningkatkan keterampilan berkomunikasi dengan menggunakan teknik eksplorasi melalui layanan konseling individual pada siswa kelas vii smp pgri 3 medan tahun pembelajaran 2017/2018 skripsi [UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA]*. <http://repository.umsu.ac.id/bitstream/handle/123456789/2359/MeningkatkanketerampilanberkomunikasidenganmenggunakantechnikeksplorasimelaluilayanankonselingindividualpadasiswakelasVIISMPPGRI3MEDA.pdf;jsessionid=0D11D938E75FF93468197F86F171>
- Wahyudi, M. A. S. (2018). *Konsep Pendekatan Behavior dalam Menangani Perilaku Indisipliner pada Siswa Korban Perceraian*. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 8(1), 35–49. <https://doi.org/10.29080/jbki.2018.8.1.35-49>