

Konsep Diri Siswa *Broken home* dan Penanganannya (Studi Kasus di SMKN 3 Soppeng)

Broken home Student Self-Concept and Treatment (Case Study at SMKN 3 Soppeng)

Muh. Fadlil Al Gusyairi¹, Abdul Saman², Nur Fadhilah Umar³

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia
Penulis Koresponden: al.gusyairi00@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini menelaah Konsep Diri Negatif Siswa *Broken home* dan Penanganannya. (Studi Kasus pada satu siswa di SMKN 3 Soppeng). Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Gambaran konsep diri negatif pada siswa PGP (2) Faktor-faktor yang menyebabkan terbentuknya konsep diri negatif pada siswa PGP (3) Upaya penangan konsep diri negatif yang dilakukan terhadap siswa PGP. Pendekatan penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Subjek penelitian sebanyak satu orang siswa berinisial PGP. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi. Analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Gambaran konsep diri PGP yaitu sering memandang dirinya tidak disukai oleh orang lain. (2) Faktor penyebab konsep diri negatif yang dialami PGP adalah kurangnya kasih sayang karena kondisi keluarga konflik orang tua kandung pasca perceraian (3) Upaya penanganan bagi siswa PGP yang mengalami konsep diri negatif adalah melalui pelaksanaan konseling realita dengan teknik WDEP terdiri dari 4 tahap yaitu *eksplorasi want and needs, doing dan direction, evaluasi, dan planning*. Konseling dilakukan dengan 4 pertemuan yang dapat mengatasi permasalahan konsep diri negatif siswa *broken home*

Kata Kunci: Konsep Diri, *Broken home*, Konseling Realita

Abstract

This study investigates the Negative Self-Concept of *Broken home* Students and Their Management, through a case study of one student at SMKN 3 Soppeng. The subject of the study is a single student identified as PGP. The study aims to determine: (1) Negative self-concept perceptions in PGP; (2) Factors contributing to negative self-concept formation in PGP; and (3) Measures taken to address negative self-concept in PGP. The study employs a qualitative research approach with a case study research design. Data collection techniques include interviews, observation, and documentation. Data analysis involves reducing data, presenting data, and drawing conclusions. The findings indicated that: (1) PGP's self-concept is frequently viewed negatively by others. The lack of affection resulting from family conditions and conflicts between biological parents following a divorce is the primary cause of negative self-concept experienced by PGP (2). To address this issue, reality counselling with WDEP techniques is implemented for PGP students with negative self-concept. The technique comprises four stages, namely exportation, want and needs, doing and direction, evaluation, and planning (3). Counselling comprises of four sessions that can address the issue of negative self-concept among students from *broken homes*..

Keywords: Study Saturation, Learning from Home

1. PENDAHULUAN

Setiap individu memiliki seperangkat gambaran terhadap dirinya sendiri. Gambaran diri ini lahir dan dibentuk sejalan dengan pengalaman yang didapatkan oleh individu dari lingkungan seiring dengan proses pertumbuhan dan perkembangannya. Gambaran ini disebut dengan istilah konsep diri. Konsep diri memengaruhi banyak segmen kehidupan individu dan menjadi penyebab pembentuk perilaku. Menurut Calhoun dan Accocella (Putri dkk., 2019) menjelaskan bahwa konsep diri merupakan hal-hal yang penting bagi kehidupan individu karena konsep diri menentukan bagaimana individu bertindak dalam berbagai situasi.

Konsep diri individu dapat berbeda-beda tiap individu dan dikalsifikasikan menjadi konsep diri positif dan konsep diri negatif. Dalam hal mengenai proses pembentukan konsep diri dan pengklasifikasiannya, menurut Taylor (Zuraida, 2018), konsep diri ini dapat berubah-ubah dan terbentuk seiring dengan kemampuan individu tersebut untuk memahami sesuatu yang didasari oleh pandangan diri sendiri.

Kemampuan individu dalam memandang diri sendiri terbagi ke dalam beberapa aspek. Menurut William Fitts (Pratiwi, 2020), aspek konsep diri terdiri dari dimensi internal dan eksternal. Dimensi internal meliputi diri identitas (*the identity self*); Diri Tingkah Laku (*The behavior self*) dan Diri Penilai (*Judging self*). Sedangkan Dimensi Eksternal meliputi Diri Fisik (*physical self*), Diri moral etnik (*moral-ethical self*), Diri Keluarga (*family self*) dan diri social (*sosial self*). Aspek-aspek tersebut akan menentukan konsep diri yang dimiliki oleh tiap individu. Optimalnya konsep diri seseorang berkesesuaian dengan pengalaman yang diterima individu dari lingkungannya.

Namun dalam beberapa kondisi aspek-aspek tersebut dapat tidak berkesesuaian dengan pengalaman yang diterima oleh individu. Menurut Roger (Azizah, dkk., 2022), apabila terjadi ketidaksesuaian antara gambaran diri yang dimiliki individu dengan fenomena yang dialami dari lingkungannya akan menimbulkan konflik antara gambaran diri dan kenyataan yang dialami. Konflik ini akan berakibat kesenjangan antara 'yang terjadi' dan 'yang diinginkan'. Menurut Sundari (Azizah, dkk., 2022) apabila terjadi kesenjangan antara konsep diri dan kenyataan akan menimbulkan perasaan yang 'tidak sesuai' dan berakibat pada munculnya konsep diri negatif.

Konsep diri negatif memiliki ciri-ciri yang dapat ditinjau untuk mengklasifikasikan individu

termasuk memiliki konsep diri negatif. Menurut William D. Brook dan Philip Emmert (Rezi, 2022) ciri-ciri konsep diri negatif adalah peka terhadap kritik; responsif sekali dengan pujian; sikap hiperkritis; bersikap pesimis khususnya terhadap kompetisi; dan cenderung merasa tidak disenangi oleh orang lain.

Apabila seseorang mengalami konsep diri negatif maka individu tersebut cenderung berperilaku kearah negatif. Dalam penelitian terdahulu konsep diri negatif berhubungan dengan fenomena-fenomena perilaku negatif yang terjadi. Dalam hal ini, menurut Fitri dkk. (2022) terdapat hubungan signifikan antara konsep diri, tingkat religiusitas dan perilaku kenakalan remaja. Sehingga dalam melihat permasalahan ini penting untuk dilakukannya tindaklanjut dalam menangani permasalahan terkait konsep diri negatif.

Dalam menindaklanjuti permasalahan mengenai konsep diri negatif ini peneliti melakukan pengambilan data awal di SMKN 3 Soppeng pada tanggal 29 Maret 2022. Dalam melakukan pengambilan data awal penelitian peneliti melakukan konsultasi dengan guru BK berinisial ST terkait penelitian konsep diri negatif. Guru BK berinisial ST kemudian memanggil siswa berinisial PGP dan FD.

Berdasarkan pemaparan guru BK diketahui PGP dikenal sering berkonflik dengan teman sebaya dan beberapa kali memiliki catatan BK terkait perilaku indisipliner di sekolah seperti sering tidak masuk sekolah dengan berbagai alasan juga kadang tidak mengikuti pelajaran tertentu, serta FD siswa yang dikenal sering tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Untuk menentukan siswa kasus dalam penelitian ini dilakukan serangkaian pengumpulan data awal berupa pemberian angket konsep diri Thensee Self Co ncept Scale (TSCS), wawancara dan pengamatan kepada kedua siswa.

Setelah menganalisis angket konsep diri yang telah diberikan kemudian membandingkan hasil wawancara terkait permasalahan yang dialami, peneliti bersama guru BK menetapkan siswa berinisial PGP sebagai siswa kasus dalam penelitian ini. Hasil angket konsep diri yang diberikan diketahui bahwa ia mengalami permasalahan konsep diri negatif terkait dengan family self yaitu perasaan atau harga diri individu berkaitan dengan keluarganya dan teman sebaya. Hasil angket terkait aspek ini yaitu: merasa tidak dicintai oleh keluarganya meskipun ia telah melakukan hal yang seharusnya dilakukan, sering merasa ia tidak sebahagia orang lain, merasa tidak puas dengan keluarga, dan merasa teman-temannya tidak yakin kepadanya.

Keunikan permasalahan yang dialami PGP diketahui yaitu memiliki permasalahan terkait seringnya berkonflik dengan teman sebaya dan permasalahan self family dalam aspek konsep dirinya serta seringnya mengalami insomnia.

Hasil pengamatan langsung yang dilakukan oleh peneliti terhadap PGP di lingkungan sekolah pada tanggal 29 Maret 2021 bahwa PGP adalah siswa yang akrab dengan guru BK. Kadang berkumpul dengan teman sekelasnya, kadang pendiam dan menyendiri. PGP terlihat sering berkelompok dengan 2-3 orang saja dan dikenal sering tidak ke sekolah karena sering sakit.

Menurut Zuraida (2018), menjelaskan bahwa keadaan keluarga merupakan salah satu faktor yang memengaruhi konsep diri anak. Sejalan dengan ini menurut Arini dan Amalia (2019) mengemukakan bahwa peran serta keluarga adalah modal utama dalam pembentukan konsep diri. Jika terjadi perceraian atau hubungan yang tidak harmonis (*broken home*) maka akan memiliki konsekuensi besar bagi konsep diri anak dan cenderung mengarah pada konsep diri negatif.

Meskipun demikian kondisi *broken home* tidak dapat diubah namun konsep diri yang terbentuk dapat diubah agar bersesuaian dengan kondisi yang terjadi. Dengan itu diharapkan individu dapat terbangunnya konsep diri positif pada individu sehingga terbentuk penerimaan diri dan keinginan untuk melakukan hal positif bagi dirinya.

Untuk menyikapi fenomena diatas maka peneliti merasa diperlukan adanya analisis masalah terkait permasalahan konsep diri negatif serta pengumpulan berbagai data untuk menentukan faktor penyebab konsep diri negatif yang dialami oleh PGP. Konselor dalam hal ini guru BK yang salah satu tugasnya adalah membantu siswa dalam tercapainya perkembangan yang optimal bagi individu. Gejala-gejala konsep diri yang telah disebutkan di atas tidak dapat didiamkan, karena memengaruhi pribadi siswa kedepannya. Karena itu kiranya penting bagi konselor memberikan layanan bimbingan dan konseling dengan penanganan yang tepat dalam mengatasi konsep diri negatif yang dimiliki oleh PGP.

Dalam menangani permasalahan konsep diri negatif yang dialami siswa PGP maka dibutuhkan penanganan yang efektif maka perlu melakukan analisis menyeluruh dan mendalam untuk mengetahui gambaran lengkap permasalahan yang dialami siswa. Untuk itu diperlukan upaya untuk mengetahui gambaran konsep diri negatif, faktor penyebab konsep diri negatif tersebut sehingga strategi penanganan dapat efektif.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Defenisi Konsep Diri Negatif

Calhoun dan Acocella (Pratiwi dan Handayani, 2020) mengemukakan bahwa konsep diri sebagai gambaran mental setiap individu yang terdiri dari pengetahuan tentang dirinya, pengharapan dan penilaian tentang diri sendiri. Gagasan ini didukung oleh pendapat mengenai konsep diri yang dijelaskan Desmita (Fitriani dkk., 2019) mengemukakan bahwa konsep diri sebagai gagasan tentang diri sendiri yang mencakup keyakinan, pandangan dan penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri. Sedangkan defenisi konsep diri menurut Rogers (Zuraida, 2018) konsep diri merupakan penilaian individu mengenai dirinya sendiri dan hubungannya dengan orang lain dan lingkungannya. Hal ini berasal dari pola pikir, pengalaman dan hasil interaksi terhadap orang lain. Dan konsep diri berasal dari pengalaman individu dalam berinteraksi dengan orang lain.

Konsep diri memengaruhi banyak segmen kehidupan individu dan menjadi penyebab pembentuk perilaku. Menurut Calhoun dan Accocella (Putri dkk., 2019) menjelaskan bahwa konsep diri merupakan hal-hal yang penting bagi kehidupan individu karena konsep diri menentukan bagaimana individu bertindak dalam berbagai situasi. Hal ini didukung oleh penelitian Anggeani & Asyah (2022) yang menyatakan bahwa konsep diri berpengaruh pada resolusi konflik interpersonal, kemudian penelitian Tanadi dkk. (2020), menjelaskan bahwa konsep diri berpengaruh pada motivasi berprestasi. Kemudian Astuti dan Muslikah (2019), dalam penelitiannya menyatakan bahwa konsep diri berhubungan dengan perilaku asertif siswa.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah kondisi dimana seorang individu memiliki penilaian buruk terkait dirinya yang berdasarkan pola pikir dan pengalaman yang dialaminya.

2.2 Jenis-jenis Konsep Diri dan Ciri-cirinya

Para Ahli membagi konsep diri menjadi dua yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif.

a. Konsep Diri Positif

Calhoun dan Acocella (Pradyawati & Rustika, 2019), mengemukakan bahwa konsep diri positif menunjukkan adanya penerimaan diri, individu dengan konsep diri positif mengenal dirinya dengan baik sekali, bersifat stabil, dan bervariasi. Individu yang memiliki konsep diri positif dapat menerima sejumlah fakta tentang dirinya sehingga evaluasi terhadap dirinya sendiri menjadi positif dan dapat menerima

dirinya apa adanya. Individu yang memiliki konsep diri positif akan merancang tujuan-tujuan yang sesuai dengan realitas yaitu tujuan yang memiliki kemungkinan besar untuk dapat dicapai.

b. Konsep Diri Negatif

Pada dasarnya konsep diri negatif adalah penilaian terhadap diri individu dengan tidak baik dan tidak stabil. Calhoun dan Acocella (Pratiwi & Handayani, 2022) membagi konsep diri negatif menjadi dua tipe, yaitu:

- 1) Pandangan individu tentang dirinya sendiri benar-benar tidak teratur, tidak memiliki perasaan, kestabilan dan keutuhan diri. Individu tersebut benar-benar tidak tahu siapa dirinya, kekuatan dan kelemahannya atau yang dihargai dalam kehidupannya.
- 2) Pandangan tentang dirinya sendiri terlalu stabil dan teratur. Hal ini bisa terjadi karena individu dididik dengan cara yang sangat keras, sehingga menciptakan citra diri yang tidak mengizinkan adanya penyimpangan dari seperangkat hukum yang dalam pikirannya merupakan cara hidup yang tepat.

Berkaitan dengan evaluasi diri, konsep diri yang negatif menurut defenisinya meliputi penilaian negatif terhadap diri. Apapun yang dilakukan tidak memberi kepuasan terhadap dirinya. Apapun yang diperolehnya tampaknya tidak berharga dibandingkan dengan apa yang diperoleh orang lain. Menurut William D. Brooks dan Philip Emmert (Rezi, 2022) Adapun ciri ciri konsep diri negatif adalah:

1) Peka terhadap kritik

Orang yang memiliki konsep diri negatif sangat tidak tahan dengan kritik yang diberikan kepada dirinya dan merespon kritik tersebut dengan marah, hal ini berarti ia belum dapat mengendalikan emosi dan memiliki kontrol diri yang tidak stabil, sehingga kritikan dapat menjadi pemicu dan dianggap salah. Begitu juga dengan koreksi, dipersepsikan sebagai usaha orang lain untuk menjatuhkan harga dirinya. Dalam berkomunikasi ia juga cenderung menghindari dialog terbuka, bersikeras dalam mempertahankan pendapatnya dan berbagai logika yang keliru.

2) Responsif sekali dengan pujian

Sedikit berbeda dengan individu dengan konsep diri positif, individu dengan konsep diri negatif akan sangat responsive terhadap pujian. Ketika individu lain berusaha untuk menerima. Individu dengan konsep diri seperti ini akan jauh berlebihan dalam menerima pujian yang dialamatkan padanya. Hal ini tentunya akan membuat mereka cepat puas

akan sesuatu hal

3) Sikap hiperkritis

Ia selalu mengeluh, mencela dan meremehkan apapun dan siapapun. Mereka tidak pandai dalam mengungkapkan penghargaan atau pengakuan pada kelebihan orang lain. mereka tidak canggung dalam mengeritik dengan vokal perilaku orang lain yang dinilai tidak tepat.

4) Cenderung merasa tidak disenangi orang lain

Ia merasa tidak diperhatikan, sehingga mereka cenderung bereaksi kepada orang lain dan menganggapnya sebagai musuh. Akibatnya tidak dapat merasakan kehangatan, keakraban, dan merasa rendah diri. Ada umumnya, individu yang memiliki konsep diri negatif akan merasa dirinya tidak dibutuhkan oleh orang lain. Banyak faktor mengapa mereka memiliki stereotype seperti itu. Salah satunya mereka menganggap dirinya memiliki kemampuan yang lebih untuk melakukan segalanya oleh diri mereka sendiri. Hal ini melahirkan anggapan bahwa kehadirannya akan kurang disukai oleh orang lain.

5) Bersikap pesimis terhadap kompetisi

Hal ini dapat dilihat dari keengganan untuk bersaing dengan orang lain dalam prestasi. Ia akan menganggap tidak akan berdaya melawan persaingan yang merugikan dirinya. Dalam hal kompetisi, individu dengan konsep diri seperti ini biasanya akan lebih cepat berputus asa. Mereka lebih memilih untuk menjalankan kehidupan normal tanpa adanya siapa yang menjadi lebih baik. Hal ini dikarenakan mereka merasa bahwa tanpa kompetisi pun mereka akan jauh lebih baik ketimbang orang lain.

2.3 Dimensi Konsep Diri

Rakhmat (Astuti dan Muslikah, 2019) membagi aspek konsep diri menjadi dua bagian yaitu komponen kognitif dan komponen afektif. Komponen kognitif yaitu gambaran individu terhadap dirinya yang berkaitan dengan kognitif. Sebagai contoh individu mengatakan, "Saya ini orang bodoh, orang jelek." Sedangkan komponen afektif yaitu gambaran individu terhadap dirinya yang berkaitan dengan perasaan atau afektif. Misalkan "Saya senang menjadi orang bodoh, ini lebih baik bagi saya, atau saya malu menjadi orang bodoh". komponen ini biasa disebut dengan *self esteem*.

1) Pengetahuan tentang diri sendiri

Pengetahuan tentang diri sendiri meliputi jenis kelamin, suku dan kebangsaan, julukan yang akan

menempatkan individu pada kelompok sosial seperti kelompok umur, suku bangsa dan sebagainya. Dengan individu menempatkan diri pada kelompok sosial tersebut ia kemudian mendefinisikan dirinya serta memberikan julukan pada dirinya sesuai dengan kelompok sosialnya, misalkan “kita siswa sekolah A”, “kita mahasiswa”, “kita anak desa”, “kita anak milenial” dan sebagainya. Julukan-julukan tersebut akan berubah ubah sesuai dengan informasi baru yang diterima oleh individu pada potret dirinya. Asmani (dalam Setiawan, 2021) berpendapat jika lingkungan tempat bergaul mereka itu positif, maka mereka akan semakin berkembang ke arah positif, tetapi jika mereka terjerumus dalam lingkungan negative maka remaja juga akan terdorong melakukan hal-hal negatif.

2) Penghargaan Diri Sendiri

Pada dasarnya dimensi ini adalah keinginan terhadap diri sendiri di masa yang akan datang. Pandangan ini biasa disebut ideal self. Menurut Hurlock (Syahraeni, 2020) “Konsep diri ideal terbentuk dari persepsi dan keyakinan remaja tentang dirinya yang diharapkan, atau yang ingin dan seharusnya dimilikinya”.

3) Penilaian tentang diri sendiri

Pada dimensi ini individu akan menilai dirinya sendiri saat ini dengan keinginannya pada masa yang akan datang. Pada dimensi ini individu akan menilai dan mengukur diri “apakah saya dapat menjadi apa?” dan “saya seharusnya menjadi apa?”. Semakin besar kesesuaian diri antara diri dengan *ideal self* yang dimiliki maka semakin tinggi harga dirinya, sebaliknya, semakin tidak sesuai diri dengan ideal self yang diharapkan maka akan semakin rendah harga dirinya.

2.4 Faktor-Faktor yang mempengaruhi Konsep Diri negatif

Menurut Calhoun dan Acocella dalam (Zuraida, 2018) konsep diri merupakan pandangan subjektif terhadap diri sendiri. Rakhmat (Suryani & Hutabarat, 2020) menjelaskan bahwa senyuman, pujian, penghargaan, pelukan, menyebabkan individu menilai diri secara positif. Ejekan, cemoohan, dan hardikan, membuat individu memandang dirinya negative. Adapun pihak yang dianggap dapat memengaruhi terbentuknya konsep diri negatif yaitu :

1) Pola asuh otoriter dan Absennya Peran Orang Tua

Pengaruh karakteristik hubungan orangtua dengan siswa sangat penting dalam pembentukan identitas, keterampilan persepsi sosial, dan penalaran.(Suryani dan Hutabarat, 2020). Pola asuh yang diterapkan oleh orang tua kepada anak dapat memengaruhi terbentuknya konsep diri. Menurut

Hendri (2019) Pola asuh otoriter yang diterapkan oleh orang tua dapat membentuk konsep diri negatif anak. Anak yang sering mendapatkan perlakuan tidak menyenangkan dari orang tuanya seperti pemberian stigma negatif dengan kata-kata “nakal dan bodoh” misalnya terhadap anaknya maka diprediksi anak tersebut akan memiliki konsep diri negatif.

Sebagaimana yang dijelaskan Calhoun dan Acocella (Zuraida, 2018.), Orang tua merupakan pengaruh yang kuat dalam menentukan konsep diri pada remaja. Informasi yang didengar dari orang tua lebih tertanam dibandingkan informasi yang diberikan oleh orang lain. Remaja yang tidak memiliki orang tua menjadi penyebab anak memiliki konsep diri yang negatif. Sedangkan menurut Irawan dkk. (2020) mengemukakan remaja akan konsep diri ideal dapat terbentuk jika ada dukungan orangtua didalamnya. Umpan balik yang diberikan oleh orangtua kepada anak akan menentukan konsep diri yang akan berkembang pada anak, yaitu konsep diri positif atau negatif. Hal ini diperkuat oleh Burns (Zuraida, 2018) mengatakan bahwa umpan balik dari orang yang dihormati merupakan salah satu faktor penting pembentuk konsep diri individu yaitu konsep diri positif dan konsep diri negative

2) Teman Sebaya

Menurut Desmita (Suhaida dan Mardison, 2019), teman sebaya yaitu “anak-anak dengan tingkat kem atangan atau usia yang kurang lebih sama”. Teman sebaya memengaruhi konsep diri yang dimiliki oleh remaja. Peranan dalam kelompok dapat diukur dan menjadi penilaian pada diri remaja. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Suhaida & Mardison (2019) yaitu terdapat pengaruh signifikan antara teman sebaya dan konsep diri.

3) Masyarakat

Lingkungan masyarakat memberikan penilaian terhadap remaja tersebut. Misalnya siapa orang tuanya, suku dan bangsa, hal ini sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja tersebut. Dengan kata lain, pendapat dari masyarakat di sekitar remaja dari keluarga broken home tersebut sangatlah memengaruhi bagaimana ia menafsirkan masyarakat disekitarnya. Jika masyarakat mengucilkannya, maka ia akan merasa dirinya adalah orang yang tidak berguna, dampak paling buruknya adalah berujung bunuh diri.

2.5 Keluarga Retak (*Broken Home*)

Menurut Abrantes dan Casinillo (2020) *Broken home* didefinisikan keluarga yang tidak utuh secara struktural karena perpisahan orang tua, kematian salah satu orang tua dan anak diluar perkawinan. Kemudian Quensel dkk. (Dewi dan Herdiyanto, 2018)

mendefinisikan kondisi keluarga yang tidak harmonis akibat konflik, keadaan tidak stabil, komunikasi dua arah dalam kondisi demokratis sudah tidak ada. Defenisi broken home juga dijelaskan Willis (Fatchurrahmi & Sholichah 2020), sebuah kondisi dimana kedua orangtua tidak dapat memberikan perhatian atau kasih sayang serta tidak adanya komunikasi dua arah dalam kondisi demokratis.

Dari beberapa pendapat diatas disimpulkan bahwa Broken home dapat diartikan sebagai sebuah kondisi keluarga kurang harmonis yang disebabkan sering terjadi konflik akibat perpisahan orang tua atau kematian salah satunya sehingga orang tua tidak dapat memberikan perhatian atau kasih sayang kepada anaknya secara utuh.

2.6 Dampak Broken Home

Lingkungan keluarga merupakan lingkungan yang pertama bagi anak dan paling signifikan memengaruhi tahun-tahun pada awal perkembangan. Jenis keluarga dimana anak-anak tumbuh memengaruhi perkembangan mereka. Ini penting bagi perkembangan pribadi dan sosial anak. sehingga apapun yang mengganggu stabilitas lingkungan keluarga akan berbahaya bagi anak kedepannya. Sehingga dampak broken home akan sangat besar pada anak.

Tidak dipungkiri bahwa akibat dari broken home berdampak pada semua anggota keluarga. Dagun (Dewi & Herdianto, 2018) mengemukakan pada dasarnya, Broken home membawa dampak yang dalam pada semua anggota keluarga, seperti memicu stres, tekanan batin, depresi sehingga menimbulkan perubahan fisik dan psikologis.

Pada orang tua broken home berpengaruh pada kesedihan yang berkepanjangan dan gangguan kecemasan berdampak buruk pada kesehatan mental. Hal ini disebabkan karena dampak dari perpisahan dan keretakan keluarga yang telah dibangun sejak lama. Menurut Massa dkk. (2020), salah satu akibat dari broken home yaitu anak cenderung menyalahkan dan membenci orang tuanya akibat kurangnya kasih sayang yang diterima.

Pada anak dampak broken home sangat memengaruhi fisik, emosi dan kemampuan bersosialisasi. Anak seharusnya tumbuh dalam lingkungan keluarga yang sehat dimana mereka dapat menerima kasih sayang, perhatian, perlindungan dari orang tua mereka. Namun dalam keluarga broken home anak tidak mendapatkan semua itu sehingga anak menjadi tumbuh menjadi pribadi yang memiliki sikap yang rendah dan buruk, pembuat masalah, memiliki ketidakpuasan dalam hal akademik. Pada

umunya permasalahan broken home juga diikuti oleh permasalahan ekonomi sehingga anak akan cenderung untuk melakukan perilaku mencuri dan merampok.

2.7 Konseling Realita

Dalam teori tokoh pencetus Konseling Realita adalah seorang psikiater bernama William Glasser. Menurut Latipun (Siregar & Wadi, 2019) mengemukakan bahwa konseling realita adalah pendekatan yang berdasarkan pada anggapan tentang adanya suatu kebutuhan psikologis pada seluruh kehidupannya; kebutuhan akan identitas diri, yaitu kebutuhan untuk merasa unik, terpisah, dan berbeda dengan orang lain. Secara umum tujuan konseling Reality Therapy sama dengan tujuan hidup, yaitu individu mencapai kehidupan dengan success identity, untuk itu dia harus bertanggung jawab memiliki kemampuan mencapai kepuasan terhadap kebutuhan personalnya. Menurut Latipun (Adibah dan Priyambodom, 2022) bahwa konseling realitas ini berfokus pada perilaku masa kini dan konselor berperan sebagai guru dan model yang mengkorforntasikan konseli untuk membantu konseling menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan dasar dengan tidak merugikan diri sendiri dan orang lain. Tujuan dari konseling ini adalah konseli dapat mendapatkan kemampuan untuk menerima tanggung jawab pribadi yang di persamakan dengan kesehatan mental.

Konseling realitas lebih memfokuskan masa kini, sehingga dalam memberikan alternatif bantuan tidak mendalami masa lalu konseli secara mendalam, dan mementingkan bagaimana konseli dapat mempersiapkan diri menghadapi masalah kedepannya. (Daud, 2018). Disebut teori pilihan karena konseling realitas ini teori ini memandang segala sesuatu yang terjadi adalah pilihan kita dan kita yang memilih/memutuskan untuk melakukan hal itu. Setiap perilaku kita merupakan upaya terbaik untuk mencapai kebutuhan dasar kita yang diinginkan. Sedangkan menurut Paul D. Meier, dkk., terapi realitas yang diperkenalkan oleh William Glasser memusatkan perhatiannya terhadap kelakuan yang bertanggung jawab, dengan memperhatikan tiga hal (3-R): realitas (reality), melakukan hal yang baik (do right), dan tanggungjawab (responsibility).

Menurut Adibah dan Priyambodom, (2022) dalam Konseling Realitas teknik WDEP mempunyai prosedur terapi yang dapat dilakukan sesuai dengan nama teknik ini yaitu *Want, Direction, Evaluation, dan Planning*. Langkah-langkah dalam teknik WDEP dijelaskan sebagai berikut :

1) *Want* (Eksplorasi Keinginan, Kebutuhan dan

Persepsi)

Want adalah langkah dimana konselor membantu konseli menemukan dan harapan, dan keinginan terkait lima kebutuhan dasar. Pada tahap ini, konselor perlu bersikap hangat dan reseptif sehingga konseli dapat menggambarkan apa yang mereka inginkan dalam keluarga, persahabatan dan pekerjaan.

2) *Direction (Arahan)*

Pada langkah *Direction* ini dimana konselor menekankan perilaku dan masalah saat ini, bukan masa lalu. Meskipun suatu masalah mungkin berasal dari peristiwa dan pengalaman masa lalu, konseli harus memahami dan belajar untuk menerima masa lalu mereka dan menunjukkan perilaku yang lebih baik dan lebih bertanggung jawab untuk mencapai keinginan mereka.

3) *Evaluation (Penilaian)*

Pada tahap *evaluation* ini, konselor membantu konseli untuk menilai perilakunya. Konseli pada tahap ini dapat menghadapi konsekuensi atas perilaku yang mereka lakukan.

4) *Planning (Perencanaan)*

Pada tahap *Planning* ini konseli bebas memilih apa yang mereka ingin lakukan dan memilih mitra utnu mengeksplorasi bentuk perilaku yang mengarah pada tujuan yang diinginkan. Menurut Corey (2009) bahwa untuk membantu konseli berkomitmen pada rencana mereka, dapat ditegaskan dengan secara tertulis. Siswa kemudian merencanakan perilaku dan tindakan yang perlu dilakukan.

3. METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan dan Jenis Penelitian

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang akan diteliti, rumusan masalah yang telah ditentukan maka pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif. Sugiono (2018 : 3) mengatakan bahwa metode berkenaan dengan data yang bukan angka, mengumpulkan dan menganalisis data yang bersifat naratif. Metode penelitian kualitatif terutama digunakan untuk memperoleh data yang kaya, informasi yang mendalam mengenai isu atau masalah yang akan dipercahkan.

Winkel (Cahyani N.F, 2021) menjelaskan bahwa studi kasus sebagai suatu metode untuk memperelajari kejadian dan perkembangan seorang siswa secara lengkap dan mendalam mengenai tujuan memahami individualitas siswa dengan lebih baik dan membantunya dalam perkembangan selanjutnya

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka

peneliti memilih menggunakan jenis penelitian studi kasus. terhadap satu siswa *broken home* berinisial PGP untuk memperoleh gambaran yang mendalam dan menyeluruh tentang permasalahan yang diteliti, untuk kemudian dapat dilakukan perencanaan penanganan dengan melaksanakan atau memberikan layanan bimbingan konseling yang tepat dalam menangani permasalahan siswa *broken home*.

3.2 Kehadiran Peneliti

Dalam penelitian ini peneliti akan yang bertindak sebagai pengumpul data dan sebagai instrument aktif dalam upaya mengumpulkan data-data di lapangan. Sedangkan instrument data yang lain selain manusia adalah berbagai bentuk alat-alat beantu berupa dokumen-dokumen lainnya yang dapat digunakan untuk menunjang kabsahan hasil penelitian, namun berfungsi sebagai instrumen pendukung, oleh sebab itu kehadiran peneliti secara langsung dilapangan sebagai tolak ukur keberhasilan untuk memahami kasus yang diteliti, sehingga keterlibatan peneliti secara langsung dan aktif dengan informan dan atau sumber daya lainnya disini mutlak diperlukan.

3.3 Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa berinisial PGP yang merupakan siswa SMKN 3 Soppeng. Siswa tersebut ditetapkan sebagai subjek kasus karena dari hasil pengambilan data awal berupa wawancara kepada guru BK dan siswa serta hasil pengambilan data berupa observasi tanggal 29 Maret 2022, peneliti menetapkan siswa yang berinisial PGP sebagai subjek pada penelitian ini.

Siswa berinisial PGP akan dijadikan informan primer pada penelitian ini sedangkan guru BK, guru mata pelajaran, dan guru Wali kelas, Orang tua, serta teman terdekat dijadikan informan sekunder pada penelitian ini.

3.4 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMKN 3 Soppeng yang terletak di Jalan H.A. Mahmud, Cangadi, Kel. Galung, Kec. Liliriaja, Kab. Soppeng Provinsi Sulawesi Selatan. Sekolah ini dipilih sebagai tempat penelitian karena berdasarkan pengambilan data awal yang dilakukan peneliti terdapat siswa *broken home* di sekolah ini.

3.5 Jenis Data

Sumber data yang digunakan pada penelitian ini mencakup beberapa pihak yang dibagi dalam tiga kategori yaitu sumber utama, informan kunci, informan pendukung.

1. Informan Utama

Informan utama dalam penelitian ini adalah siswa kasus yang berinisial PGP. PGP dijadikan informan utama untuk mengetahui secara teknis dan jelas terkait masalah konsep diri negatif yang dialami.

2. Informan Kunci

Informan kunci dalam penelitian ini adalah orang tua berinisial A, teman sebaya berinisial DAS, dan guru BK berinisial N. Pemilihan informan kunci dalam penelitian ini disebabkan karena orang tua, teman sebaya dan guru BK dinilai mengetahui permasalahan konsep diri negatif yang dialami oleh PGP dan sering berinteraksi langsung dengan PGP.

3. Informan Pendukung

Informan pendukung dalam penelitian ini adalah masyarakat yakni tetangga berinisial MAH. MAH dijadikan informan pendukung untuk mendapatkan gambaran tambahan terkait permasalahan konsep diri negatif. MAH selaku informan pendukung memberikan informasi tambahan yang tidak disampaikan oleh informan kunci terkait perilaku yang ditampilkan PGP di lingkungan masyarakat dan keluarga.

3.6 Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu:

1. Wawancara

Dalam penelitian ini peneliti mengumpulkan data melalui wawancara. Wawancara dilakukan satu kali kepada lima pihak yang dijadikan narasumber pada penelitian ini. Proses wawancara pertama yang dilakukan oleh peneliti dengan siswa kasus berinisial PGP, seorang siswa SMKN 3 Soppeng berlatar belakang dari keluarga broken home yang sering mengalami insomnia akibat memiliki konsep diri negatif. Kemudian untuk lebih mengetahui gambaran lebih jelas maka peneliti juga akan mewawancarai pihak-pihak terdekat dari siswa kasus berinisial PGP yaitu orang tua/wali (bapak), teman dekat dari PGP berinisial & pacar, guru BK. Wawancara

2. Observasi

Pada penelitian ini observasi dilakukan satu kali pada tanggal untuk mengetahui perilaku PGP di sekolah, lembar observasi disusun berdasarkan aspek konsep diri negatif. Selain itu pada tahap observasi yang dilakukan peneliti juga menjadi instrumen aktif untuk menilai dan mengambil data yang diperlukan. Pada penelitian ini peneliti akan melakukan observasi di lingkungan sekolah dan mengamati gejala-gejala konsep diri negatif siswa PGP.

3. Dokumentasi

Dokumentasi pada penelitian ini berupa foto

pelaksanaan wawancara yang dilakukan peneliti, foto pelaksanaan konseling serta screenshot atau tangkapan layar yang berkaitan dengan permasalahan konsep diri negatif PGP berupa screenshot status WA PGP.

3.7 Analisis Data

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini berdasarkan dengan model Miles and Huberman. Miles and Huberman (Sugiyono, 2019) mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung terus menerus hingga tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Aktivitas dalam analisis data sebagai berikut:

1. Data Reduction (Reduksi Data)

Data yang telah di lapangan perlu dicatat secara teliti dan rinci. Untuk itu perlu dilakukan reduksi data. Dalam proses reduksi data yaitu merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, mencari tema dan polanya serta membuang data yang tidak sesuai. Pada penelitian ini proses reduksi data akan dilakukan setelah data perilaku siswa broken home yang memiliki konsep diri negatif di SMKN 3 Soppeng telah didapatkan. Data Display (Penyajian Data)

2. Data Display (Penyajian Data)

Setelah mereduksi data, maka langkah yang selanjutnya adalah penyajian data atau mendisplay data. Penyajian data yang sering digunakan untuk penelitian kualitatif adalah teks yang bersifat naratif. Tujuan display data adalah memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami.

3. Conclusion Draving/Verification (Kesimpulan)

Langkah terakhir dalam analisis data kualitatif yaitu penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikembangkan pada tahap awal masih bersifat sementara dan berubah sesuai dengan perkembangan bukti yang ditemukan. Namun apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten pada saat peneliti kembali ke lapangan dalam proses pengumpulan data, maka kesimpulan yang didapatkan dikatakan kredibel (dapat dipercaya).

3.8 Pengecekan dan Keabsahan Data

Dalam penelitian ini, standar pengecekan dan keabsahan data dilajukan dengan uji kredibilitas data atau kepercayaan terhadap hasil penelitian kualitatif antara lain dilakukan dengan triangulasi dan member check.

1. Triangulasi

a. Triangulasi sumber, bertujuan untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan mengecek data

yang telah diperoleh dari sumber. Setelah melakukan wawancara kepala beberapa informan yang memiliki kedekatan dan mengetahui subjek yang diteliti seperti orang tua, sahabat/teman. Hasil wawancara dengan informan tersebut kemudian dideskripsikan dan di kategorikan dengan menggunakan metode wawancara kepada subjek untuk melihat mana data yang memiliki pandangan sama dan mana data yang memiliki pandangan berbeda. Jika data dari informan penelitian ini sesuai dengan data yang telah diperoleh dari subjek maka data tersebut memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi sehingga tingkat kebenaran kesimpulan akhir penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan.

- b. Triangulasi teknik, dengan membandingkan hasil penelitian yang diperoleh melalui wawancara dengan data yang dieproleh melalui observasi. Setelah peneliti memperoleh data dari subjek penelitian melalui wawancara maka peneliti melakukan observasi pada setiap pertemuan antara peneliti dan subjek. Pengamatan diupayakan tidak diketahui dan disadari oleh subjek agar tingkah laku yang ditampilkan sesuai dengan fakta yang sebenarnya apabila terdapat ketidaksesuaian antara hasil wawancara dan hasil obsevasi maka peneliti akan melakukan diskusi lebih lanjut dengan subjek untuk memastikan data mana yang dianggap benar.

2. Member Check

Menurut Sugiono (2018 : 193) mengemukakan member check adalah proses pengecekan data yang di peroleh peneliti dari subjek. Apabila data yang ditemukan disepakati oleh subjek berarti data tersebut dianggap valid, sehingga semakin kredibel (dapat dipercaya) tetapi apabila data yang ditemukan peneliti dengan berbagai penafsirnya tidak disepakati oleh subjek, maka penelitipun melakukan diskusi dengan subjek dan apabila perbedaannya tajam, maka peneliti harus mengubah temuannya dan harus menyesuaikan dengan apa yang diberikan oleh subjek. Dengan kata lain, semua informasi yang diperoleh dan akan digunakan peneliti dalam penulisan laporan sesuai dengan yang dimaksud oleh subjek.

3.9 Tahap-Tahap Penelitian

Dalam penelitian ini, tahap yang ditempuh sebagai berikut:

1. Identifikasi Kasus

Identifikasi kasus merupakan langkah awal dalam menemukan siswa yang diduga memerlukan layanan BK. Dalam hal ini peneliti melakukan wawancara awal dengan guru BK di SMKN 3 Soppeng untuk menemukan bahwa banyak siswa yang terindikasi mengalami permasalahan konsep diri negatif. Kemudian beberapa siswa kemudian diwawancarai salah satunya siswa seorang siswa Inisial PGP kelas X TKJ yang teridentifikasi mengalami konsep diri negatif. Berdasarkan pengambilan data awal hasil wawancara, serta observasi pada tanggal 29 maret 2022 PGP ditetapkan sebagai siswa kasus karena dianggap unik. PGP mengalami kasus insomnia dan memiliki latar belakang dari keluarga broken home sehingga menjadi penyebab PGP memiliki konsep diri negatif..

2. Identifikasi masalah

Pada langkah ini peneliti akan melakukan wawancara dengan guru BK, siswa kasus, orang tua, untuk mengetahui lebih dalam konsep diri negatif yang dimiliki oleh PGP. Gambaran permasalahan konsep diri negatif yang dimiliki oleh PGP dapat dilihat dari perilakunya dan gejala-gejala yang tampak oleh orang terdekatnya baik itu di sekolah, di rumah dan di lingkungan teman sebayanya.

3. Diagnosis

Pada tahap ini peneliti berusaha mencari tahu apakah faktor yang menyebabkan PGP mengalami konsep diri yang negatif dan bagaimana pandangan PGP yang menyebabkan ia mengalami permasalahan konsep diri negatif.

4. Prognosis

Pada tahap prognosis ini peneliti kemudian menentukan apakah masalah konsep diri negatif yang dialami PGP dapat diselesaikan dan mulai mencari alternatif solusi

5. Tretment

Langkah ini merupakan upaya peneliti untuk melaksanakan alternatif pemecahan masalah untuk membantu siswa PGP dalam mengatasi permasalahan dan mengoptimalkan penanganan konsep diri negatif. Peneliti merencanakan prosedur treatment yang sesuai dengan permasalahan konsep diri negatif PGP

6. Evaluasi

Tahap evaluasi ini untuk melihat apakah treatment yang telah dilakukan dapat memecahkan masalah konsep diri negatif siswa kasus PGP. Dan kemudian mengevaluasi hasil konseling PGP.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

1) Identifikasi Kasus

Subjek penelitian adalah PGP seorang siswa yang belatarbelakang keluarga broken home. PGP berjenis kelamin perempuan saat ini berusia 17 tahun dan sekarang menempuh pendidikan di SMKN 3 Soppeng dan mengambil jurusan Teknik Komputer dan Jaringan. PGP saat ini adalah siswa kelas XI TKJ 2. Secara fisik diketahui memiliki tinggi badan 162 cm dan memiliki berat badan 42 kg.berkulit sawo matang. Saat ini PGP berdomisili di Enrekeng, Kec. Ganra, Kab. Soppeng. PGP adalah anak yang berasal dari keluarga broken home karena perceraian kedua orang tuanya saat kecil. Saat ini tinggal bersama ayah, ibu tiri dan saudara tirinya.

PGP dijadikan sebagai siswa kasus dalam penelitian ini disebabkan karena memiliki permasalahan yang dianggap unik terkait konsep diri negatif yakni seringnya mengalami insomnia dan merasa tidak disukai oleh orang lain. Informasi yang didapatkan diketahui PGP sering berkonflik dengan teman sebaya. PGP. Dalam persoalan perilaku PGP dikenal di rumah sering menyendiri dan berdiam diri di kamar. di ia dikenal cukup dikenal di kelas. Saat kelas X ia dikenal sering tidak masuk sekolah disebabkan sakit. Tercatat juga pernah melakukan perilaku indisipliner seperti terlambat dan ribut di kelas saat guru menerangkan.

2) Spesifikasi Masalah

PGP adalah siswa yang belatar belakng keluarga broken home akibat perceraian. Perceraian yang dialami oleh orang tua PGP terjadi pada saat PGP mengenyam pendidikan Sekolah Dasar. Dari perceraian itu ibunya kemudian pindah ke kota Makassar untuk bekerja. Sedangkan PGP tinggal bersama nenek dari Ibu kandungnya. Sementara itu, Ayahnya kemudian menikah lagi dan merantau ke Kupang. Beberapa tahun merantau ayahnya kemudian kembali ke kampung halaman setelah PGP menyenam pendidikan SMP. PGP baru tinggal bersama ayahnya saat SMK Kelas XI. Di sekolah, PGP dikenal sebagai siswa yang memiliki rekam jejak pernah melakukan tindakan indisipliner. Hal ini diutarakan ST selaku guru BK, bahwa PGP pernah melakukan beberapa tindakan indisipliner di sekolah berupa pernah terlambat serta terdapat laporan dari guru mata pelajaran PGP ribut dikelas saat guru menjelaskan. Menurut DAS teman sebayanya, PGP dikenal adalah pribadi yang sensitif. Perilaku sering berkonflik ini terjadi karena menurut PGP ia merasa bahwa dirinya memang memiliki banyak heters.

Berdasarkan keterangan dari SR diketahui bahwa bentuk konflik PGP dengan teman sebayanya di sekolah yaitu berupa tidak menjalin komunikasi yaitu mengacuhkan dan berusaha menghindari percakapan. Akibatnya PGP membatasi interaksi dengan orang lain. Terlihat PGP hanya sering bergaul dengan DAS di sekolah seperti ke kantin dan ke UKS. saat peneliti ingin melakukan wawancara PGP datang dengan bersama DAS. Bukan hanya di lingkungan sekolah, PGP diketahui tidak jarang berinteraksi dengan masyarakat di lingkungan rumahnya. Menurut MAH selaku tetangga PGP, meskipun satu kampung PGP jarang keluar rumah dan kadang hanya bertemu dengan PGP saat di sekolah saja.

Dari hasil analisis uraian pernyataan berbagai sumber diatas maka dapat disimpulkan bahwa PGP teridentifikasi memiliki gejala konsep diri negatif yaitu merasa tidak disukai oleh orang lain. hal ini dapat dilihat dari pernyataan bahwa ia mengaku memiliki banyak *heters*. Hal ini kemudian berkaitan bahwa PGP juga dikenal sebagai seorang pribadi yang sensitif oleh teman sebayanya DAS. Konsep diri negatif yang dialami PGP ini kemudian mendorong PGP untuk membatasi interaksi dengan orang lain. baik di sekolah, di rumah dan di masyarakat serta mendorong perilaku indisipliner seperti terlambat, dan ribut di kelas.

3) Diagnosis

Meskipun telah tinggal bersama dengan ayah kandungnya PGP merasa bahwa ia kurang merasa akrab dan tidak merasakan kasih sayang didalam keluarga itu. Hal ini disebabkan karena menurut PGP ia baru tinggal bersama keluarga baru ayahnya yang telah merantau beberapa tahun di Kupang. PGP menerima perlakuan keras dari ayahnya. Perilaku ini berupa bentakan dan larangan untuk bertemu ibunya. DAS selaku teman sebaya dan sepupu dari PGP menuturkan bahwa ayah dari PGP memiliki sikap yang keras terhadap PGP. Dari perlakuan yang diterima PGP menyimpan masalahnya sendiri dengan mengunci pintu di kamar dan mematikan lampu kemudian menangis. Akibat dari hubungan yang tidak baik orang tuanya pasca perceraian membuat PGP merasa tertekan sehingga ia menangis. PGP mengaku jika mengalami situasi seperti ini ia sulit untuk tidur sehingga ia lebih melakukan hal yang membuatnya sejenak melupakan permasalahan yang terjadi. Perilaku yang dilakukan adalah memainkan smartphone sampai lelah. Dari seringnya PGP mengalami insomnia menyebabkan ia kurang mendapatkan waktu istirahat, berdampak pada kondisi emosi yang tidak stabil akibatnya ia sensitif terhadap orang lain. Selain itu Secara fisik insomnia ini

juga berdampak pada mengalami penurunan berat badan yang drastis yang dialami oleh PGP dan seringnya mengalami kondisi sakit.

Dari uraian penjelasan dari sumber diatas maka diketahui bahwa PGP merasakan kesepian dan kurang menerima kasih sayang. Hubungan orang tuanya pasca perceraian yang tidak baik sehingga ia dilarang untuk menemui ibunya. PGP juga mendapatkan perilaku keras dari ayahnya. Hal ini membuat PGP tertekan PGP memiliki kondisi emosi yang tidak stabil sehingga sering berkonflik dengan orang lain. Hal ini juga mendorong ia untuk mencari sumber yang lain untuk memenuhi kebutuhan kasih sayangnya dengan berpacaran.

4) Prognosis

Dari hasil identifikasi masalah dan diagnosis maka disimpulkan subjek kasus PGP berperilaku sering berkonflik dengan orang lain karena merasa memiliki banyak heters, serta sensitif terhadap orang lain. Secara fisik dampak yang ditimbulkan adalah berat badan yang turun drastis serta seringnya sakit sakitan. Secara teoritis, bahwa konsep diri akan memengaruhi berbagai aspek kehidupan individu. Apabila konsep dirinya negatif maka individu tersebut akan cenderung melakukan an perilaku-perilaku negatif.

Dari analisis faktor penyebab timbulnya konsep diri negatif disebabkan karena di dalam keluarga PGP ia merasa kurang kasih sayang akibat keluarga broken home sehingga timbul perasaan iri dengan orang lain yang berkeluarga utuh serta berpacaran. Hal ini menunjukkan bahwa siswa PGP mencari berbagai alternatif agar rasa kasih diterimanya dapat terpenuhi. Salah satu kebutuhan individu adalah merasa dicintai dan dihargai. Secara teoritis, Apabila rasa cinta dan penghargaan dapat mengembangkan pada gambaran diri ke arah positif.

Berdasarkan hal tersebut masalah konsep diri negatif pada subjek kasus PGP dapat diatasi dengan teknik yang dapat membuat PGP merasa terpenuhi rasa kasih yang diterimanya serta tidak mempermasalahkan identitas broken home. Salah satu model konseling yang dapat digunakan adalah konseling realitas yang dapat membantu pembentukan identitas dari pada anak broken home awalnya memiliki identitas kegagalan (failed identity) yaitu selalu terbayangi masalah perceraian orang tuanya di masa lalu menjadi individu yang memiliki i dentitas sukses (succes identitiy) yang memiliki keutuhan diri dan penerimaan diri memandang diri lebih positif dan berfokus pada masa kini dan saat ini. Dalam penanganan konsep diri negatif PGP akan dijelaskan pada langkah treatment

5) Treatment

Dari hasil pemaparan pada tahap prognosis maka dapat disimpulkan bahwa siswa PGP mengalami konsep diri negatif dilihat dari berbagai gejala yang telah dipaparkan. Baik itu dari pemikiran, perasaan serta perilaku. Pada perilaku siswa PGP yang kadang menyendiri dan tidak menyukai kakak kelas dan beberapa temannya, dan tetangganya karena dinilai sering bergosip. Ia juga sering tidur larut malam, merasa iri dengan orang yang berkeluarga utuh.

Konseling realitas ini dipilih untuk diterapkan kepada siswa kasus PGP untuk membantu PGP agar menerima realitas yang ada disekitarnya. Ia sering iri kepada orang lain karena memiliki keluarga broken home, ia sering merasa kurang kasih sayang karena orang tuanya berkonflik setelah perceraian dan ia sering bermasalah kepada kakak kelas dan teman, serta tetangga karena memandang mereka tidak menyukainya. Salah satu hal yang dapat dilakukan untuk meningkatkan konsep diri negatif adalah dengan mengubah identitas yang dimiliki oleh PGP menjadi identitas baru. Dalam hal ini konseling realitas dapat digunakan untuk mengubah failed identity menjadi succes identity, Teknik WDEP dipilih dalam kasus konsep diri negatif ini untuk meningkatkan rasa tanggung jawab, penerimaan diri serta merubah perspektif siswa kasus kepada lingkungannya.

Setelah memahami gambaran permasalahan konsep diri negatif yang dialami oleh PGP serta menganalisis faktor penyebabnya dan ditetapkan bahwa konseling realitas teknik WDEP dapat meningkatkan konsep diri negatif maka dilaksanakan tahap treatment dengan menggunakan teknik konseling WDEP. Secara prosedur teknik konseling WDEP terdiri dari beberapa tahap yaitu Pengembangan keterlibatan, Want, Doing & Direction, Evaluation, dan Planning. Tahapan-tahapan konseling realitas yang telah diberikan kepada siswa kasus PGP dijabarkan sebagai berikut :

a. Pengembangan Keterlibatan

Pada tahap awal ini dilakukan pada tanggal 20 Januari 2023 di ruang BK SMKN 3 Soppeng.

Dalam konseling pertama yang dilakukan konselor mengembangkan kondisi yang suportif serta fasilitatif dengan membangun hubungan baik kepada PGP yaitu mempertanyakan kabar PGP, berdoa bersama, berbincang dengan membangun suasana pembicaraan yang nyaman sehingga keterlibatan konselor dapat berkembang. Tujuannya adalah PGP dengan mudah untuk

mengungkapkan apa yang dirasakan serta menceritakan permasalahannya secara terbuka dan jujur kepada konselor.

b. Eksplorasi Keinginan dan Kebutuhan (*Expsloration Want and Needs*)

Konseling pertemuan kedua dilakukan pada Senin, 23 Januari 2023 di Ruang BK SMKN 3 Soppeng. Pada pertemuan ini dilakukan tahap eksplorasi keinginan dan kebutuhan ini konselor berusaha mengungkapkan semua kebutuhan konseli dalam segala bidang baik keluarga, teman sebaya, guru serta masyarakat. Pada tahap ini konselor menjelaskan hasil identifikasi tingkah laku PGP berkaitan dengan konsep diri negatif. Selanjutnya konselor melanjutkan pada tahap *sharing want and perception*. Konselor menjelaskan gambaran umum konsep diri dan betapa berpengaruhnya bagi setiap individu. konselor kemudian meminta konseli untuk mengungkapkan penyebab perilaku sering menyendiri, rasa iri, kurang kasih sayang, insomnia, dan perasaan dibenci oleh orang lain. Menurut PGP penyebab semua perilaku itu terjadi disebabkan dirinya merasa berbeda dengan orang lain. Ia menerima keadaan yang membuatnya membutuhkan kasih sayang. Karena sudah sejak kecil ia tinggal bersama nenek karena orang tuanya cerai. Ibunya pergi harus mencari nafkah dan bekerja di Makassar, lalu ayahnya menikah kemudian pergi merantau ke Kupang. Dan kembali ke kampung setelah depalan tahun merantau sehingga ia tidak merasakan kebersamaan orang tuanya sejak kecil. Meskipun PGP dapat berkomunikasi dengan menggunakan smartphone tapi itu tidak dapat mengganti keinginan untuk bertemu secara langsung. PGP memaparkan bahwa ia sebenarnya menyayangi orang tuanya serta saudara-saudaranya. Sehingga cita-cita untuk sukses menjadi Pramugari selalu ia tanamkan. Ia juga memaparkan bahwa pandangan yang sinis terhadap orang lain menurutnya mungkin terbentuk karena ia hidup dengan tanpa ada orang tua. Dan diasuh oleh nenek saat kecil.

c. Eksplorasi Arah dan Tindakan (*Doing & Direction*)

Pada Senin, 23 Januari 2023 Tahap ini dilakukan untuk mengetahui apa saja yang dilakukan untuk mencapai kebutuhan siswa kasus PGP. Tindakan yang dilakukan oleh PGP dieksplorasi berkaitan dengan masa sekarang dan masa lalu.

Dalam konseling yang dilakukan PGP menjelaskan puncak konflik orang tuanya adalah ketika ibunya menikah tanpa memberitahukan kepada PGP terlebih dahulu sehingga bapaknya melarang PGP untuk bertemu ibunya. Berdasarkan pemaparan PGP tindakan yang pernah dilakukan dalam mencapai keinginannya untuk dapat bertemu ibunya adalah dengan berbohong kepada bapaknya untuk ke sekolah namun justru pergi menemui ibunya sehingga PGP dimarahi setelah kembali ke rumah. Hal ini PGP lakukan karena telah lama tidak bertemu dengan ibunya yang bekerja di Makassar. Konseli menyadari apa yang dilakukan sebenarnya salah karena berbohong kepada bapaknya namun ia juga merasa bahwa ia punya hak untuk bertemu dengan ibunya.

Selama ini konseli selalu menyimpan masalah yang dialaminya sendiri. Biasanya yang dilakukan adalah mengurung diri di kamar dan menangis atau juga sering bermain *gedget* sampai larut malam sehingga ia susah tidur dan memiliki waktu istirahat yang kurang sehingga di sekolah ia sering mencari-cari waktu untuk istirahat. Biasanya konseli mengaku memilih istirahat di UKS karena merasa aman dan tidak ribut. Konseli juga merasa bahwa suasana kelas yang ribut membuatnya tidak menyukai beberapa teman yang sering dianggap mengganggu sehingga ia lebih memilih menyendiri.

d. *Evaluation*

Saat konseling dilakukan PGP menuturkan bahwa perasaan hari ini baik karena dari rumah pacarnya. Konseli kemudian menyadari bahwa pandangan negatif terhadap teman-temannya itu disebabkan karena ia kurang waktu istirahat sehingga keadaan emosi yang tidak stabil sehingga mudah marah dan jengkel terhadap sesuatu yang orang lain lakukan. Oleh sebab ia ingin berubah dan menyadari bahwa siklus tidur yang tidak sehat dapat menimbulkan tidak stabilnya emosi. Dan pandangan terhadap orang lain tidak menyukainya adalah keliru.

Pada proses evaluasi ini, Konselor menanyakan kepada konseli mengenai perubahan yang dirasakan sebelum dan sesudah melakukan sesi konseling selama pertemuan tersebut. Perubahan ini dapat dilihat dari lembar pemantauan diri (self monitoring) pada kolom intensitas yang pernah diisi pada awal kegiatan konseling dan diakhir tahap konseling. Hal ini bertujuan untuk menilai intervensi yang diberikan kepada konseli mengurangi konsep diri negatif yang dimiliki. Pada tahap ini konseli mampu mengevaluasi menyadari dirinya terhadap masalahnya dan alternatif untuk mengatasi masalahnya. PGP menyadari bahwa permasalahan yang muncul selama ini adalah akibat dari pikiran negatif konseli sendiri terhadap diri konseli dan kondisi keluarga PGP. PGP menyadari selama ini kondisi keluarga tersebut menjadikan konsep diri PGP menjadi negatif sehingga memunculkan perilaku negatif yang konseli lakukan selama ini. PGP ingin sekali bertemu dengan ibunya karena ia merasa bahwa ibunya adalah tempat untuk berbagi persoalan dan sosok pemberi solusi atas segala permasalahan yang dimilikinya. Dengan ia tidak dapat bertemu dengan ibunya karena larangan ayahnya maka ia berpikir bahwa kedua orang tuanya tidak menyayanginya, PGP merasa kecewa dengan orang tuanya.

PGP perlu menyadari bahwa kondisi keluarga konseli saat ini merupakan suatu keputusan yang berat dan terbaik yang harus diambil oleh kedua orang tuanya. Dengan terjadi perpisahan ayah dan ibunya bukan berarti PGP sudah tidak dapat menerima kasih sayang lagi. apapun yang terjadi dan bagaimanapun keadaan ayah yang telah berkeluarga dan ibunya yang telah berkeluarga ia tetap mempunyai keluarga dan menerima kasih sayang. Setelah konselor mengarahkan konseli untuk berpikir secara positif dalam memahami dirinya maka PGP menyadari bahwa perilaku yang dilakukan adakah bentuk dari rasa kecewa konseli dengan kedua orang tuanya. Ia akhirnya menyadari bahwa perilaku itu merugikan orang lain dan dirinya sendiri.

PGP akhirnya mulai mengevaluasi tindakannya selama ini, peneliti dan konseli membuat rencana tindakan yang dapat membantu PGP memenuhi keinginan dan kebutuhannya. Konseli mengambil tindakan berusaha

memahami dan menerima kondisi keluarga secara positif, mulai membangun komunikasi yang baik dengan keluarga di rumah, dan ia dan jujur kepada orang tuanya. Tindakan yang konseli lakukan adalah PGP mencoba mengomunikasikan keinginannya untuk bertemu dengan ibunya kepada ayahnya, meskipun sebelumnya ia terpaksa berbohong kepada ayahnya, namun PGP perlahan-lahan mulai membujuk ayahnya agar ia dapat bertemu dengan ibunya ketika hari libur sekolah. Akhirnya ayahnya mulai berkomunikasi dengan ibunya tentang rencana yang dibangun oleh PGP dan ia kemudian diberikan izin oleh ayahnya untuk bertemu ibunya saat hari libur sekolah. PGP kemudian sangat bersyukur atas apa yang terjadi, ia merasa bahwa orang tuanya sebenarnya menyayanginya dan mulai merasakan bahwa ia tetap dapat menerima kasih sayang dari orang tua meskipun telah bercerai. Setelah saat itu PGP akhirnya mulai mengalami perubahan besar ia mulai menerima kondisi keluarganya saat ini. Ia mulai sering berkumpul dengan teman-temannya dan membangun komunikasi dengan saudara-saudaranya. Berikut hasil evaluasi yang diisikan oleh PGP:

e. Planning

Konselor dan PGP bersama membangun perencanaan yang akan dilakukan kedepannya dalam mengentaskan permasalahannya. Planning ini merujuk pada prinsip SAMIIC Dalam proses Planning, konseli PGP membuat perencanaan untuk ke depan. Untuk bertemu dengan ibunya, PGP melakukan perencanaan di rumah. Ia juga mengaku mulai membangun keterlibatan yang lebih banyak di rumah ia berkomunikasi dengan ibunya membantu ibunya mencuci piring, bermain bersama adik tirinya serta streaming kartun bersama. Ia mulai membiasakan untuk tidak menyendiri di kamar. Akhirnya PGP meminta izin kepada kedua orang tuanya dengan jujur untuk menginap bersama ibunya ketika hari libur sekolah. Hasilnya, PGP diberi izin oleh ayahnya untuk bertemu dan menginap di rumah ibunya saat hari libur sekolah.

Ia menyadari untuk mewujudkan cita-citanya menjadi pramugari bukan hal yang mudah dan singkat. PGP mengaku sering melihat akun TikTok yang menayangkan hal-hal mengenai dunia penerbangan

dan pramugari. Ia mengaku selalu melihat akun influencer pramugari TikTok yang viral di TikTok. Ia juga mengaku mulai mempersiapkan diri untuk menjadi pramugari seperti yang dicita-citakan. PGP mulai mengenal dunia penerbangan dan alur untuk menjadi pramugari. Konseli menyadari bahwa ia dianugrahi tinggi badan yang lolos persyaratan tinggi badan minimum namun ia memiliki masalah berat badan dan mata minus dan kurang terampil berenang. Ia kemudian berencana menerapkan pola makan yang teratur dan mulai membatasi bermain gadget saat malam sehingga PGP memiliki waktu yang banyak untuk istirahat serta menghindari meningkatnya minus mata PGP. Ia juga berencana untuk mulai belajar berenang sehingga ia berencana untuk pergi ke tempat wisata bersama teman-temannya akhir pekan karena libur. Dengan cara itu ia juga mulai membangun komunikasi yang positif kepada teman-temannya.

6) Penilaian dan Tindak Lanjut

Langkah ini bertujuan untuk mengetahui hasil dari proses konseling dengan pemberian treatment yang dilakukan sebelumnya apakah berdampak pada permasalahan konseli. Setelah melakukan konseling pertemuan I pada tanggal 18 Januari 2023, pertemuan kedua pada tanggal 23 Januari 2023, pertemuan ketiga tanggal 27 Januari 2023. Konseli telah mengikuti seluruh proses konseling teknik WDEP. Adapun kegiatan evaluasi akhir berada pada akhir pertemuan yaitu pada tanggal 30 Januari 2023. Hasil evaluasi konseling setelah diberikan treatment

Tabel 4.5 Hasil Evaluasi Akhir

No	Gejala Konsep Diri Negatif	Sebelum Konseling (20 Januari 2021)				Setelah Konseling (30 Januari 2023)			
		SS	S	J	TP	SS	S	J	TP
1.	Merasa Iri dengan orang lain		✓						✓
2.	Merasa Kecewa		✓						✓
3.	Merasa kasih sayang yang diterima tidak cukup		✓						✓
4.	Mengurung diri di kamar		✓						✓
5.	Tidur larut malam		✓						✓
6.	Tidur di sekolah		✓						✓
7.	Berkonflik dengan orang lain		✓						✓
8.	Menyendiri		✓						✓

4.2 Pembahasan

1. Gambaran Konsep Diri Negatif

Konsep diri adalah seperangkat pandangan subjektif individu terkait dengan dirinya sendiri sehingga konsep diri akan berpengaruh pada berbagai aspek kehidupan seorang individu. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di SMKN 3 Soppeng mengungkapkan bahwa dari beberapa siswa broken home yang telah dilakukan wawancara awal dalam mengetahui konsep dirinya, diketahui bahwa seorang siswa berinisial PGP memiliki perilaku sering berkonflik dengan siswa lainnya. Diketahui bahwa perilaku negatif diatas disebabkan konsep diri negatif yang dimiliki PGP. Hal ini sesuai dengan pendapat Calhoun dan Accocella (dalam Putri dkk., 2019) bahwa konsep diri menentukan bagaimana individu bertindak dalam berbagai situasi. Konsep diri juga berpengaruh pada resolusi konflik interpersonal (Anggeani & Asyah, 2022), Konsep diri negatif PGP dipengaruhi oleh kondisi keluarga yang retak (broken home). Pada hasil penelitian yang telah dilakukan kepada PGP ditemukan bahwa dinamika lingkungan keluarga yang broken home memengaruhi pembentukan konsep diri PGP mulai dari konflik kedua orang tuanya pasca perceraian, ayahnya merantau dan ibunya bekerja sehingga ia tumbuh besar dengan diasuh oleh nenek, dan akhirnya ia merasa iri dengan orang lain yang berkeluarga utuh. Ia merasa kurang kasih sayang dari kedua orang tuanya, dan ia merasa tertekan akibat kondisi keluarganya. Kondisi keluarga yang tidak utuh membuat perkembangan sosial anak. Disimpulkan bahwa Broken home berpengaruh pada kesedihan yang berkepanjangan dan gangguan kecemasan berdampak buruk pada kesehatan mental. Hal ini disebabkan karena dampak dari perpisahan dan keretakan keluarga yang telah dibangun sejak lama. Menurut Massa dkk (2020) bahwa salah satu akibat dari broken home yaitu anak cenderung menyalahkan dan membenci orang tuanya akibat kurangnya kasih sayang yang diterima. Perilaku PGP yang merasa tidak disukai oleh orang lain baik itu teman-temannya, kakak kelasnya, dan tetangganya membuat ia mengalami permasalahan pada aspek sosial. Hal ini sesuai dengan pendapat Paramitha dkk.(2020) bahwa anak dari keluarga broken home cenderung bersikap sinis pada hubungan dan memendam perasaan serta sulit percaya pada orang lain. Pada aspek sosial anak broken home mengalami permasalahan penyesuaian dengan lingkungannya, mengalami permasalahan harga diri yang rendah, kemampuan

penyelesaian konflik, dan keterlibatan awal pada aktivitas seksual. Pada kasus anak broken home ditandai dengan perilaku pemendam emosi. Penindasan emosional ini menyulitkan orang tua, guru dan konselor untuk membantu anak memproses perasaannya dengan cara yang sesuai dengan perkembangan anak karena absennya orang tua memainkan peran sebagai motivator bagi anak. Dari kondisi keluarga tersebut PGP ingin sekali bertemu dengan ibunya yang dan membuat kedua orang tuanya dapat berhubungan baik lagi, sehingga berbagai cara dilakukan untuk mencapai keinginannya. Salah satunya adalah ia berbohong kepada bapaknya untuk bertemu ibunya, namun hal itu membuat hubungan kedua orang tuanya menjadi semakin berkonflik sehingga membuat PGP merasa sedih, kecewa dan putus asa. Dampaknya ia mengurung diri di kamar dan mengalami insomnia. Insomnia tersebut membuat ia menjadi sering lesuh, sakit-sakitan, dan emosinya tidak stabil sehingga sensitif dengan teman-temannya.

2. Faktor yang menyebabkan konsep diri negatif

Seperti yang dijelaskan sebelumnya bahwa konsep diri dipengaruhi oleh faktor eksternal yaitu lingkungan dimana individu tersebut berada. Dalam hal ini Menurut Calhoun & Accocella (Zuraida, 2018) menngemukakan bahwa lingkungan yang dimaksud mencakup lingkungan keluarga, lingkungan teman sebaya, lingkungan masyarakat.

- a. Konseli merasa iri dengan orang lain yang berkeluarga utuh, merasa kurang kasih sayang di lingkungan keluarganya.
- b. Konseli berkonflik dengan teman sebayanya di sekolah baik itu teman sekelas dan kakak kelas disebabkan karena PGP merasa terganggu oleh teman sekelasnya dan merasa terintimidasi oleh kakak kelas di sekolah.
- c. Konseli tidak bergaul dengan lingkungan masyarakat karena tidak menyukai tetangganya yang dinilai gemar bergosip.

Dari hasil wawancara didapatkan bahwa konsep diri PGP dipengaruhi oleh lingkungannya. Hal ini sesuai dengan pendapat Calhoun & Accocella (Zuraida, 2018) bahwa pada dasarnya faktor yang memengaruhi pembentukan konsep diri seseorang adalah orang tua, teman sebaya serta masyarakat. Baldwin & Holmes menjelaskan bahwa konsep diri merupakan ciptaan sosial, hasil belajar individu dengan lingkungannya dan orang lain. Interaksi yang terjadi paling awal dan paling kuat adalah orang tua dalam keluarga. Sehingga dari hasil

interaksi dengan keluarga itulah yang akan membentuk konsep diri pada individu tersebut. Suasana yang terjadi dalam keluarga berperan penting dalam pembentukan dasar kepribadian, dan identitas diri. Apabila suasana yang tercipta adalah suasana yang kondusif, maka akan terbentuk konsep diri positif pada anak dan apabila suasana yang tercipta adalah suasana yang tidak kondusif maka akan membentuk konsep diri negatif sehingga dari pendapat-pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa lingkungan keluarga yang mengalami keretakan (broken home) berdampak dan dapat memengaruhi konsep diri individu untuk berperilaku negatif.

Lingkungan teman sebaya konseli juga memengaruhi permasalahan konsep diri negatif yang dialami. Konseli menghabiskan waktu lebih banyak dan lebih aktif pada lingkungan teman sebaya, dan berinteraksi dengan teman sebaya lebih banyak di sekolah. Sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti konseli dikenal sebagai pribadi yang sering berkonflik dengan teman sebayanya baik itu teman kelas, dan kakak kelas. Bentuk konfliknya dengan "perang dingin" dengan orang yang tidak disukai dan melakukan perilaku penghindaran. Hal ini menyebabkan ia sering menyendiri. Ia merasa bahwa kelasnya diisi dengan beberapa orang-orang yang membuatnya tidak nyaman.

Lingkungan masyarakat memengaruhi terbentuknya konsep diri negatif. Lingkungan masyarakat memberikan penilaian terhadap remaja tersebut. Misalnya siapa orang tuanya, suku dan bangsa, hal ini sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja tersebut. (Calhoun & Accocella dalam Zuraida, 2018). Siswa broken home berinisial PGP tidak berinteraksi dengan lingkungan masyarakat yang ada di sekitar rumahnya, hal ini disebabkan karena ia menilai bahwa ia tidak disukai oleh orang di lingkungan masyarakat dengan merasa digosip oleh tetangganya.

d. Dampak Kejenuhan Belajar selama *Learning from Home*

Dampak dari kejenuhan belajar yang terjadi pada setiap siswa tidaklah sama. Masing-masing siswa mengalami dampak yang berbeda-beda. Pada konseli SPR dampak dari kejenuhan belajar yang ia alami berdampak pada kondisi fisik dan juga pada prestasi atau hasil belajarnya selama *learning from home*. Sesuai dengan pendapat Widari dkk (Sugandi, 2020: 45) kejenuhan belajar dalam diri individu akan berdampak pada kognitif, emosi dan fisik individu. Kemudian menurut Sari dkk (2020) dampak yang sangat jelas

yang dirasakan adalah pada kesehatan. Jika keadaan *learning from home* terus berlanjut dalam jangka panjang, tentunya tidak hanya akan berdampak pada kondisi fisik siswa tetapi kondisi psikologis dan psikososial siswa akan jauh lebih berdampak. (Nurkholis, 2020).

Salah satu dampak nyata yang dapat dilihat dari seseorang yang sedang mengalami masalah kejenuhan belajar yaitu hilangnya semangat dan minatnya dalam belajar yang dimana hal ini dapat mengakibatkan tidak tercapainya prestasi belajar yang telah ditetapkan lebih dulu. Menurut Agustina dkk (2019) kejenuhan yang terjadi pada siswa dapat berdampak pada prestasi siswa dan pencapaian siswa yang ingin dicapai. Yusuf (Kurnia, 2021: 8) mengemukakan bahwa ketidakmampuan siswa dalam mencerna setiap informasi pelajaran yang diberikan oleh bapak/ibu guru dan tidak adanya tempat untuk bertanya sehingga timbul rasa bosan, jenuh dan malas pada diri siswa, maka dampaknya ialah menurunnya nilai yang telah diperoleh siswa.

e. Penanganan Konsep Diri Negatif pada Siswa PGP

Berikut adalah faktor utama penyebab konsep diri negatif pada siswa PGP yaitu merasa iri dengan orang lain yang berkeluarga utuh, orang tuanya berkonflik setelah perceraian, merasa kurang menerima kasih sayang, merasa tidak disukai oleh orang lain. Dalam mengubah konsep diri negatif konseli digunakan konseling individual dengan pendekatan realita yang mengacu pada perubahan konsep diri negatif yaitu dengan membangkitkan kemauan yang keras untuk menghilangkan persepsi dan pikiran negatif, konseli membiasakan memberanikan diri untuk menghadapi masalah, konseli mebiasakan untuk mengatur waktu belajar, dan istirahatnya sehingga tidak mengalami insomnia.

Konseling realitas atau biasa disebut pendekatan realita adalah pendekatan yang memandang bahwa realisasi untuk tumbuh dalam rangka memuaskan kebutuhan harus dilandasi oleh prinsip 3 R (Right, Responsibility, dan Reality). Terapi realitas adalah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Terapis berfungsi sebagai guru dan model serta mengkonfrontasikan konseli dengan cara-cara yang bisa membantunya menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasarnya tanpa merugikan dirinya dan atau orang lain. Inti dari terapi realitas adalah adalah penerimaan tanggung jawab pribadi, yang dipersamakan dengan

kesehatan mental (Corey, 2009). Pada dasarnya konseling realita membantu individu dalam meraih identitas sukses. Konseling ini dimaksudkan untuk mengubah konsep diri negatif siswa broken home dan dalam memilih dan kemudian berkomitmen atas keputusannya. Dalam perkembangannya konseli lebih bertanggung jawab atas dirinya dan lebih percaya diri. Mampu menilai perilaku sendiri dan menyusun rencana-rencana perilaku yang tetap untuk tujuan hidupnya sendiri.

Tujuan konseling realita adalah membentuk individu untuk mencapai otonomi, yaitu kematangan yang diperlukan bagi kemampuan seseorang untuk mengganti dukungan lingkungan dengan dukungan internal. Sehingga individu diharapkan mampu bertanggung jawab atas siapa mereka dan ingin menjadi apa mereka, serta mengembangkan rencana-rencana yang bertanggung jawab dan realistis guna mencapai tujuan-tujuan mereka (Corey, 2013: 269). Hal ini sesuai dengan penjelasan Latipun (Adibah & Priyambodo, 2022) secara umum konseling realita memiliki tujuan yang sama dengan tujuan hidup, yaitu individu mencapai kehidupan dengan sukses identity. Oleh karena itu harus bertanggung jawab, memiliki kemampuan mencapai kepuasan terhadap kebutuhan personal mereka. Dalam hal ini konselor membantu konseli dalam menemukan alternatif-alternatif dalam mencapai tujuan konseling yang ingin dicapai yaitu mengubah identitas kegagalan menjadi identitas keberhasilan yang berhubungan dengan konsep diri siswa broken home. Dalam hal ini Glasser (Corey, 2013:264) menjelaskan bahwa konseling realitas ini membantu para konseli dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan psikologisnya, yang mencakup "kebutuhan untuk mencintai dan dicintai serta kebutuhan untuk merasakan kita berguna bagi diri kita sendiri maupun orang lain". Lebih lanjut Glasser (Corey, 2013:264) menjelaskan bahwa penderitaan pribadi dapat diubah hanya dengan perubahan identitas. Pandangan terapi realitas menyatakan bahwa, karena individu-individu bisa mengubah cara hidup, perasaan, dan tingkah lakunya, maka mereka bisa mengubah identitasnya. Perubahan identitas bergantung pada perubahan perilaku. Dari hasil pemberian konseling kepada konseli yang memiliki konsep diri negatif dapat teratasi dengan menggunakan konseling pendekatan realita. Ini terlihat dari perubahan atau perkembangan konseli sesudah pemberian tahapan intervensi.

Setelah konseli mengikuti proses konseling dengan

pendekatan realitas, konseli mengalami sedikit-demi sedikit perubahan. Hasil yang didapatkan setelah proses konseling dengan menggunakan pendekatan realitas dengan teknik WDEP adalah konseli menerima keadaannya. Konseli mampu mengevaluasi tindakannya selama ini yang kurang tepat dalam mengatasi masalahnya. Konseli mengambil keputusan untuk menyusun rencana-rencana baru untuk mencapai keinginan dan kebutuhannya. Hal ini terlihat dari hasil konseling dan observasi yang menunjukkan perubahan pada diri konseli. Sebelum melakukan konseling, konseli memiliki perilaku yang negatif, berpikir irasional, konseli belum bisa menerima kondisi keluarganya secara realita sehingga konseli meluapkan pada perilaku yang tidak baik seperti mengurung diri, berkonflik dengan orang lain dengan bentuk menghindari orang-orang yang tidak disukai, baik itu teman-teman, kakak kelas, guru mata pelajaran, dan tetangganya. Setelah melakukan konseling konseli menerima keadaan saat ini ia menyadari bahwa ia dapat menerima kasih sayang dari orang tuanya meskipun telah bercerai, ia menyadari bahwa setiap orang punya seseorang yang tidak menyukainya dan itu normal dan meningkatkan diri kearah yang lebih baik, dan ia menyadari bahwa ia harus menggapai cita-citanya sebagai pramugari untuk bisa membahagiakan orang tuanya dan dirinya. Tindakan yang konseli lakukan dimulai dari ia mengomunikasikan keinginannya untuk bertemu ibunya kepada ayahnya, dan mulai membangun hubungan baik dengan ibu tiri dan saudara-saudaranya di rumah, dan mulai menyiapkan diri untuk mempersiapkan cita-citanya untuk menjadi pramugari sesuai yang ia cita-citakan. Tindakan yang dilakukan konseli untuk menggapai cita-citanya adalah mulai melakukan upaya peningkatan berat badan, mengubah jam tidur, belajar berenang dan update tentang informasi-informasi mengenai pramugari yang dilihat melalui media sosial dari akun influencer-influencer yang berprofesi pramugari.

Hambatan dalam proses konseling yang telah dilakukan adalah konseli cenderung tertutup untuk mengungkapkan perasaan kepada peneliti karena di ruang BK sering banyak orang dan kadang peneliti harus menunggu kondisi ruangan menjadi kondusif. Kemudian pada proses konseling sering ada orang yang lalu lalang pada saat proses konseling ini sehingga peneliti kadang memberikan sedikit jeda beberapa menit pada kondisi tertentu. Hal ini menyebabkan fokus konseli menjadi terbagi dan

kadang lupa dengan topik yang dibicarakan. Akan tetapi hal tersebut tidak memengaruhi besar dalam proses konseling karena peneliti dan konseli bisa memaklumi kondisi tersebut karena belum adanya ruangan yang khusus untuk digunakan dalam kegiatan konseling.

Pada akhir sesi konseling diberikan kembali lembar monitoring kepada konseli. Hal ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana perubahan yang dirasakan konseli terhadap dirinya dan juga menilai apakah konseling yang dilakukan berkesan terhadap konseli secara pribadi. Dari penilaian tersebut disimpulkan bahwa pertemuan konseling yang dilakukan berkesan bagi konseli secara pribadi dan ia mulai merasakan gejala-gejala konsep diri negatif yang dimilikinya dapat terselesaikan. Ia mulai menerima keadaan keluarganya, menerima penilaian dan perilaku orang terhadap dirinya dan mengevaluasi perilaku dan mendorong dirinya kearah yang lebih baik, serta memiliki tujuan untuk mencapai cita-citanya menjadi pramugari. Dari hal ini dapat disimpulkan bahwa konsep diri negatif siswa broken home dapat ditangani dengan menggunakan konseling realitas dengan teknik WDEP.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMKN 3 Soppeng pada siswa yang mengalami i konsep diri negatif maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

Siswa PGP mengalami konsep diri negatif yang ditandai dengan merasa kasih sayang yang diterima tidak cukup, berakibat pada perilaku sering berkonflik dengan orang lain. merasa tidak disukai oleh orang lain, iri dengan orang lain yang berkeluarga utuh. Konsep diri negatif tersebut membuat PGP memiliki perilaku negatif yaitu sering berkonflik dengan orang lain, menyendiri, mengurung diri di kamar, tidak bergaul dengan tetangganya.

Faktor utama penyebab PGP mengalami konsep diri negatif yaitu disebabkan oleh kondisi keluarga yang berlatar belakang broken home. Konflik antara orangtua kandung pasca perceraian dan kurang hangatnya komunikasi di rumah, kemudian kondisi teman sebaya di sekolah yang membuatnya sering berkonflik dengan teman sebaya, dan kondisi masyarakat yaitu tetangganya yang dinilai senang bergosip.

Penanganan konsep diri negatif pada PGP menggunakan konseling realitas teknik WDEP.

Konseling teknik WDEP terbagi menjadi 4 tahap yaitu Eksplorasi Want and Needs, Doing and Direction, Evaluation, Planning. Tujuan pemberian konseling realitas adalah untuk mengubah konsep diri negatif yang dimilikinya. Konseling realitas membantu konseli untuk menemukan identitas sukses dan menghilangkan identitas gagalannya sehingga ia mulai menerima realitas dan mulai bertanggung jawab dengan perilakunya. Berfokus pada masa kini dan mempersiapkan masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, F. N., Supriatna, E., & Pahlevi, R. (2022). Studi Deskriptif *Self Concept* Siswa SMP Negeri 1 Batujajar. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, Volume 5 No. 1, 26-32. <http://dx.doi.org/10.22460/fokus.v5i1.8309> (diakses 20 April 2023)
- Abrantes, L. F., & Casinillo, L. F. (2020). The Impact Of Broken Homes On Students' Academic Performance. *Indonesian Journal Of Educational Research and Review*, (Online), Vol 3 No.3, <https://doi.org/10.23887/ijerr.v3i3.28592> (diakses 5 Agustus 2022)
- Adibah, D., & Priyambodo, A. B. (2022). Keefektifan Penerapan Konseling Realita Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Siswa Dalam Belajar Di Smk Siding Puri Lenteng. *Flourishing Journal*, 2(6), 468-478.
- Anggeani, V., & Asyah, N. (2022). Hubungan Konsep Diri Dengan Kemampuan Resolusi Konflik Interpersonal Pada Siswa Di SMK Istiqlal Deli Tua. *EduGlobal: Jurnal Penelitian Pendidikan*, (Online) Vol. 1 No. 3. <https://www.jurnallp2m.umnaw.ac.id/index.php/EduGlobal/article/view/1285> (diakses 7 Agustus 2022)
- Arini, T., & Amalia, R. N. (2019, November). Peran Keluarga Dalam Pembentukan Konsep Diri Anak Untuk Menentukan Karakter. In *Prosiding Seminar Nasional: Pertemuan Ilmiah Tahunan Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta* (Online) Vol. 1, No. 1, pp. 20-30). jurnal.poltekeskhjogja.ac.id (diakses 29 Mei 2023)
- Astriyani, A., Triyono, T., & Hitipeuw, I. (2018). Hubungan Motivasi Belajar dan Tindakan Guru dengan Prestasi Belajar Siswa dengan Latar Belakang *Broken home* Kelas V Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, (Online), Vol. 3 No.6, <http://dx.doi.org/10.17977/jptpp.v3i6.11220> (diakses 6 Agustus 2022)
- Astuti, D. W., & Muslikah, M. (2019). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Perilaku Asertif Siswa Kelas XI. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, (Online) Vol. 5 No.2 <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/cobaBK/article/view/5122>, (diakses 5 Agustus, 2022)
- Cahyani, N.F. (2021) Konseling Individu Bagi Siswa Korban *Broken home* (Studi Kasus di SMP Negeri 5 Makassar) *Skripsi*, Makassar. Universits Negeri Makassar.
- Corey, G. (2013). Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi. Bandung:Refika Aditama
- Dewi, I., & Herdiyanto, Y. (2018). Dinamika Penerimaan Diri Pada Remaja *Broken home* Di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, (Online) Vol. 5 No. 2 <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/40414> (diakses 11 Agustus 2022)
- Fatchurrahmi, R., & Sholichah, M. (2020). *Mindfulness for Adolescents from Broken home Family*. *International Journal of Latest Research in Humanities and Social Science (IJLRHSS)*, (Online), Vol 4 No. 2 <http://www.ijlrhss.com/paper/volume-4-issue-2/9-HSS-932>. (diakses 3 Agustus 2022)
- Fauziah, M., Kasih, F., Yandri, H., (2014) Konsep Diri Remaja yang Berasal dari Keluarga Broken Home (Studi Deskriptif di SMP Negeri 1 Pantai Cermin Kabupaten Solok) (Online) <https://adoc.pub/konsep-diri->

- remaja-yang-berasal-dari-keluarga-broken-home-st.html (diakses 23 November 2022)
- Fitri A.A., Firmansyah., Nirmala, A. P., & Sigit, K. N. (2022) Religiusitas dan Konsep Diri dengan Tingkat Kenakalan Remaja di Kabupaten Pematang. *Jurnal Multidisiplin Ilmu* (Online) Vol. 1 No. 1 <http://download.garuda.kemdikbud.go.id> (diakses 27 Mei 2022)
- Fitriani, N. (2019). Pengembangan Media Pembelajaran Audio-Visual Powtoon Tentang Konsep Diri dalam Bimbingan Kelompok Untuk Peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Bangsa*, (Online) Vol. 6 No. 1 <https://ejournal.bbg.ac.id/tunasbangsa/article/view/950> (diakses 9 Agustus 2022)
- Hardianti, Y. (2018). Pengaruh Pendekatan Konseling realitas Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa *Broken home* Sman1 Sikur. *JKP (Jurnal Konseling Pendidikan)*, Vol 2 No. 1, 64-73 (Online) <https://ejournal.hamzanwadi.ac.id/index.php/jkp/article/view/2363> (diakses 25 November 2022) .
- Massa, N dkk (2020). Dampak Keluarga *Broken home* Terhadap Perilaku Sosial Anak. *Jambura Journal of Community Empowerment*, (Online) Vol. 1 No. 1 <https://doi.org/10.37411/jjce.v1i1.92> (dikases 20 Agustus 2022)
- Paramitha, N., Nuraeni, N., & Setiawan, A. (2020). Sikap Remaja Yang Mengalami Broken Home: Studi Kualitatif. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, (Online). Vol. 3 No.3. <http://mcrhjournal.or.id/index.php/jmcrh/article/view/136/pdf> (diakses 20 Agustus 2022)
- Pratiwi, I. W., & Handayani, P. A. L. (2020). *Konsep Diri Remaja yang Berasal dari Keluarga Broken*. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM*, (Online) Vol.9 No.1 <https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/view/721> (diakses 7 Agustus 2022)
- Putri, K. H., Zakso, A., & Salim, I. Pengaruh Solidaritas Teman Sebaya Terhadap Pembentukan Konsep Diri Siswa SMA Negeri 2 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, Vol. 8 No. 3 (Online), <http://dx.doi.org/10.26418/jppk.v8i3.32254> (diakses 3 Agustus 2022)
- Rezi, Y. G. A. (2022). Analisis Terhadap Konsep Diri Remaja Pecinta Anime di Komunitas Genesis Art Semarang. *MAJALAH LONTAR*, (Online) Volume 34 No. 1, 59-75. <https://doi.org/10.26877/ltr.v34i1.12469> (diakses 20 April 2023)
- Oktavirahmi, N. (2021). Gambaran Konsep Diri pada Remaja dari Keluarga *Broken Home* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Siregar, M. D., & Wadi, A. A. (2019). Pengaruh Konseling Realita Terhadap Kesulitan Anak Menerima Keadaan Keluarga Broken Home. *JKP (Jurnal Konseling Pendidikan)*, Volume 3 No. 1 (dakses 21 Mei 2023)
- Sugiono. 2018. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Penerbit Alfabeta
- Suhaida, P., & Mardison, S. (2019). Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Konsep Diri Siswa Kelas VIII di MTsN Lembah Gumanti Kabupaten Solok. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan dan Konseling Islami*, (Online) Volume 5 No. 1 <https://doi.org/10.15548/atj.v5i1.752>
- Suryani, I., & Hutabarat, R. (2020). Konsep Diri Siswa di MAN 3 Medan. *Al-Mursyid: Jurnal Ikatan Alumni Bimbingan dan Konseling Islam (IKABKI)*,(Online) Vol. 2 No.1. <http://jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/almursyid/article/view/715/548> (diakses 7 Agustus 2022)

- Syahraeni, A. (2020). Pembentukan Konsep Diri Remaja. *Jurnal Al Irsyad Al Nafs* (Online) Vol. 7 No. 1 https://journal3.uin-alauddin.ac.id/index.php/Al-Irsyad_Al_Nafs/article/view/14463/8738 (Diakses 12 Agustus 2022)
- Tanadi, M., Hartini, S., & Putra, A. I. D. (2020). Motivasi Berprestasi Ditinjau Dari Konsep Diri Pada Siswa/Siswi Methodist 5 Medan. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 22 No.1 (Online) <http://ejournal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/psikologi/article/view/951/698> (diakses 4 Agustus 2022)
- Wulandari, D., & Fauziah, N. (2019). Pengalaman Remaja Korban *Broken home* (Studi Kualitatif Fenomenologis). *Jurnal Empati*, Vol 8 No. 1 (Online), <https://doi.org/10.14710/empati.2019.23567> (diakses 13 Agustus 2022)
- Zuraida, Z. (2018). Konsep Diri pada Remaja dari Keluarga yang Bercerai. *Jurnal Psikologi Kognisi*, (Online) Vol. 2 No. 2. <http://dx.doi.org/10.22303/kognisi.2.2.2018.88-97> (diakses 13 Agustus 2022)