

## MENINGKATKAN RESILIENSI SISWA *BROKEN HOME* MELALUI KONSELING KELOMPOK REALITA

Siti Masrokhatus Nida<sup>1\*</sup>, Endang Rifani<sup>2</sup>, Yusuf Hasan Baharuddin<sup>3</sup>

<sup>123</sup> Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali, Cilacap

\*Korespondensi E-mail: [masnidda@gmail.com](mailto:masnidda@gmail.com)

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan efektivitas konseling kelompok realita dalam meningkatkan resiliensi siswa *broken home*. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan *one group design*. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria sampel yaitu siswa dengan latar belakang keluarga *broken home* dengan resiliensi rendah. Sampel pada penelitian ini berjumlah 5 siswa yang dijadikan kelompok eksperimen dengan 5 sesi konseling kelompok realita. Skala resiliensi digunakan sebagai instrument pengumpulan data yang dilakukan setelah melalui uji validitas dan realibilitas. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan *uji paired sample-test* yang menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan realita terbukti efektif dalam meningkatkan resiliensi siswa yang berasal dari keluarga *broken home*.

**Kata Kunci:** *broken home, konseling kelompok realita, resiliensi*

## IMPROVING RESILIENCE OF BROKEN HOME STUDENTS THROUGH REALITY GROUP COUNSELING

### ABSTRACT

*This study aims to reveal the effectiveness of reality group counseling in increasing the resilience of broken home students. The type of research used is quantitative research with one group design. Sampling in this study used purposive sampling with sample criteria, namely students with broken home family backgrounds with low resilience. The sample in this study amounted to 5 students who were assigned to the experimental group with 5 reality group counseling sessions. The resilience scale is used as a data collection instrument which is carried out after going through validity and reliability tests. Data analysis in this study using paired sample-test showed that group counseling with a reality approach proved effective in increasing the resilience of students from broken home families.*

**Keywords:** *broken home, reality group counseling, resilience*

### PENDAHULUAN

Fenomena keluarga *broken home* sedang cukup ramai dikalangan masyarakat Indonesia (Ismalarinda, 2018), tepatnya pada Provinsi Jawa Tengah masuk ke 5 provinsi dengan kasus perceraian tertinggi berdasarkan data Badan Pusat Statistik Tahun 2024 yaitu terdapat 68.133 kasus. Keluarga yang mengalami *broken home* tidak hanya sebatas kasus perpisahan, menurut Chaplin (Sholeha, 2021) berpendapat keluarga yang mengalami *broken home* memiliki ciri yakni rusaknya struktur keluarga yang belum utuh. Menurut (Willis, 2016) keluarga yang

mengalami *broken home* bisa dipahami dari dua sudut pandang; keluarga mengalami perpecahan akibat perceraian atau meninggal dunia salah satu orang tua dan struktur keluarga utuh akan tetapi secara fungsional tidak utuh dikarenakan ayah atau ibu sering tidak dirumah.

Menurut (Massa, Rahman, dan Napu 2020) menjelaskan tentang penyebab keluarga *broken home* yaitu penyebab psikologis, penyebab fisik, penyebab ekonomi, penyebab sosial, dan penyebab ideologis. Menurut Prasetyo (Maghfiroh et al.,2022) *broken home* terjadi akibat ketidaksepahaman antara pasangan suami istri dalam rumah tangga, yang memicu pertengkaran dan pada akhirnya berujung kehancuran keluarga. Siswa yang terlahir dari keluarga yang kurang harmonis akan memberikan dampak yang negatif, tidak memiliki tanggungjawab seperti membolos, kurang percaya diri, menarik diri, dan berperilaku agresif (Khofifah, 2022). Didukung oleh (Khaira, 2023) mengatakan bahwa siswa *broken home* harus menerima kenyataan mereka tidak sama dengan orang lain bahkan siswa *broken home* seringkali harus menerima cacian yang dilontarkan kepada dirinya dari orang lain. Peristiwa diatas adalah suatu masalah yang sangat serius, karena nantinya akan menjadi penggerak dan pemimpin bangsa (Fatmasari, et al.,n.d).. Untuk menghadapi permasalahan yang dialami, maka pengembangan ketahanan dan kemampuan siswa menjadi sangatlah penting untuk menghadapi masalah dan kesulitan serta mengubahnya menjadi kearah yang lebih baik.

Untuk mencapai hal itu siswa harus memiliki resiliensi (Khaira, 2023). Saat seorang siswa mempunyai resiliensi dengan tingkat yang tinggi, ia akan cenderung bisa mengontrol emosi, menghadapi permasalahan dengan akal yang sehat dan tidak mengizinkan kondisi diri sendiri berada dalam situasi seperti itu. Resiliensi adalah kemampuan seseorang bangkit dari kesusahan, dalam kondisi seperti itu sangat diharapkan kondisi ketahanan mental akan semakin kuat dan memiliki sumber daya (Lestari, 2016). Resiliensi juga dapat diartikan sebagai kekuatan untuk bangkit dari keterpurukan. Pada penelitian yang dilakukan (Khofifah, 2022) terdapat siswa dari latar belakang *broken home* dan memiliki resiliensi rendah sering kali melakukan pelanggaran berupa merokok dilingkungan sekolah, menarik perhatian di kelas melalui tindakan usil terhadap teman, seringkali memicu pertengkaran antara sesama teman dikarenakan kesulitan dalam mengontrol emosi amarah.

Penelitian yang dilakukan oleh Ariska & Supriyanto (2018) menjelaskan bahwa konseling kelompok efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa, siswa dapat saling berbagi pengalaman, memperoleh dukungan sosial, dan mengembangkan kemampuan pemecahan masalah. Konseling kelompok adalah upaya untuk membantu siswa yang menghadapi berbagai permasalahan dalam hidup mereka melalui aktivitas dalam kelompok, dengan memiliki tujuan mendukung perkembangan mereka secara efektif dan maksimal. Menurut Wibowo (2019)

konseling kelompok merupakan tahapan terauputik yang memanfaatkan interaksi dalam kelompok sebagai faktor pendukung untuk mendorong perubahan sehingga tujuan konseling dapat dicapai.

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan realita atau konseling kelompok berbasis realita, konseling realita adalah metode yang didasarkan pada asumsi mengenai kebutuhan psikologis sepanjang kehidupan, seperti kebutuhan untuk membangun identitas diri (Latipun, 2015). Pendekatan realita adalah metode yang menekankan bahwa ketahanan dalam memenuhi kebutuhan dilandasi pada prinsip 3 R *Right* (normal), *Responsibility* (tanggungjawab), dan *reality* (realitas). Kondisi nyata yang dialami disekolah yaitu MAN 1 Cilacap ditemukan bahwa keluarga *broken home* menghadapi berbagai masalah seperti membolos, menyepelekan guru, dan ada beberapa siswa perempuan yang memiliki sifat *introvert*. Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada salah satu guru bimbingan dan konseling mengungkapkan bahwa siswa dari keluarga *broken home* rata-rata sering melakukan pelanggaran berupa kedisiplinan, contohnya ketika waktu sholat duhur mereka memilih ke kantin, terdapat siswa ketika diingatkan oleh temannya memberikan respon yang kurang baik. Hasil wawancara yang dilakukan dengan 3 siswa dengan latar belakang *broken home* menghasilkan siswa yang berasal dari keluarga yang tidak utuh masih sulit menerima kenyataan bahwa keluarga mereka disebut keluarga *broken home*. Ketika sedang menghadapi permasalahan mereka cenderung diam saja dan seringkali mengalami stress bahkan ada yang melakukan hal negatif berupa merokok. Guru bimbingan dan konseling juga belum pernah melaksanakan layanan konseling kelompok realita untuk meningkatkan resiliensi siswa. Guru bimbingan dan konseling seringkali hanya memberikan bimbingan klasikal dan konseling individu saja. Berdasarkan uraian diatas, maka penting untuk melakukan konseling kelompok realita guna meningkatkan resiliensi siswa di MAN 1 Cilacap, sehingga penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas konseling realita untuk meningkatkan resiliensi siswa *broken home*

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *quasi eksperimental* dengan *one group design*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 5 siswa yang dijadikan kelompok eksperimen didapatkan melalui *purpusive sampling*, kriteria sampel pada penelitian ini yaitu siswa dari latar belakang keluarga *broken home* dan memiliki resiliensi rendah. Pengambilan data berdasarkan skala likert dengan 4 kategori penilaian yaitu (sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju ). Skala resiliensi dikembangkan oleh peneliti dari teori Reivich dan Shatte dengan 7 aspek resiliensi yaitu regulasi emosi, kontrol

impuls, optimis, efikasi diri, empati,. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis *paired sample t tes* dengan dibantu SPSS. 24.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis deskriptif pada penelitian ini yaitu, *pretest* disebarikan kepada 10 siswa dengan latar belakang *broken home* . dijelaskan pada tabel berikut :

**Tabel 1. Hasil Analisis Dreskriptif**

<b>Nama</b>	<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Skor</b>
VZP	Perempuan	41
AE	Perempuan	76
ARA	Laki-laki	46
AM	Perempuan	51
EM	Perempuan	74
NA	Perempuan	49
AS	Laki-laki	81
LO	Perempuan	83
NPD	Perempuan	76
SR	Perempuan	47

Berdasarkan tabel diatas dapat dijelaskan bahwa terdapat 5 siswa yang memiliki latar belakang *broken home* dan memiliki resiliensi dengan kategori rendah dengan rentan skor 29-55 yaitu VZP skor 41, ARA skor 46, AM skor 51, NA skor 49, SR skor 47. Untuk 5 siswa yang lain termasuk kategori tinggi dengan rentan skor 69-116. Setelah diketahui hasil *pretest* dilakukanlah *treatment* sebanyak 5 kali dengan aspek resiliensi. Setelah semua *treatment* selesai dilaksanakan *post test* untuk 5 siswa terssebut. Berikut ini tabel hasil perbedaan *pretest* dan *post test* .

**Tabel 2. Hasil Pre-test dan Post-test**

<b>Nama</b>	<b>Hasil <i>Pretest</i></b>	<b>Hasil <i>Post test</i></b>
VZP	41	90
ARA	46	91
AM	51	109
NA	49	100
SR	47	81

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa 5 siswa yang memiliki resiliensi rendah pada hasil *pretest*, mengalami peningkatan pada hasil *post test* yaitu VZP skor 90, ARA skor 91, AM skor 109, NA skor 100, SR skor 81.. Selanjutnya dilakukan hasil Uji T yaitu *Paired sample t test* sebagai berikut :

**Tabel 3. Hasil Uji Paired Sample t-Test**

	Paired Differences						t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95 % Confidence interval of the difference					
				Lower	Upper				
Pair 1 pretest- posttest	-47.400	8.849	3.957	-58.387	-36.413	-11.978	4	.000	

Berdasarkan tabel diatas maka diketahui bahwa mean adalah jumlah rata-rata sebelum diberikan perlakuan-setelah diberikan perlakuan yakni 5 siswa, nilai mean sebesar – 47.400, dan standar deviation sebesar 8.849 dan menghasilkan uji t sebesar – 11.978 serta dihasilkan sig. 2 tailed sebesar 0.000 maka berdasarkan data diatas bahwa 0.000 lebih kecil dari 0.05 sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Pada tabel *paired sample statistic* dapat dilihat bahwa mean rata-rata *pretest* 46.80 dan mean *post test* 94.20, dalam hal ini bahwa nilai mean atau rata rata *pre test* lebih rendah dari pada nilai rata-rata *post test*. Maka dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan yang signifikan antara *pre test* dan *post test* pada kelompok eksperimen

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan siswa yang dilatar belakangi *broken home* di MAN 1 Cilacap memiliki resiliensi dengan kategori rendah. Siswa belum memahami bagaimana cara menghadapi masalah dalam hidup mereka. Masih banyak siswa yang belum memiliki resiliensi tinggi. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan instrument kuisioner/ angket *pretest* dan *post test* yang diberikan kepada siswa dengan latar belakang *broken home* dengan resiliensi rendah terdapat 5 siswa yakni menjadi kelompok eksperimen. Kemudian kelompok eksperimen diberikan treatment sebanyak 5 kali.

Konseling realita di cetuskan pertama kalinya oleh Wiliam Glasser yang lahir tahun

1925 dan menghabiskan masa remajanya di Cliveland. Glasser adalah seorang insinyur kimia sekaligus psikiater. Glasser berpendapat bahwa pandangan Freud mengenai dorongan perlu direvisi dengan dasar teori yang lebih kokoh. Menurutnya, banyak gagasan dalam psikiatri konvensional didasarkan pada asumsi yang kurang tepat. Oleh karena itu, Glasser mengembangkan pendekatan realitas yang disusun melalui prinsip-prinsip dan langkah-langkah yang sistematis untuk membantu konseli meraih keberhasilan.

Konseling kelompok adalah upaya untuk memberikan bantuan kepada siswa yang menghadapi permasalahan dalam hidupnya melalui aktivitas dalam kelompok, dengan tujuan mencapai perkembangan diri yang maksimal. Konseling realita adalah suatu pendekatan yang didasarkan pada asumsi bahwa setiap individu memiliki kebutuhan psikologis sepanjang hidupnya, seperti kebutuhan untuk memiliki identitas diri, sebagaimana dijelaskan oleh Latipun (2015:109). Adapun penelitian yang dilakukan oleh Khofifah (2022) menghasilkan bahwa konseling kelompok realita berpengaruh untuk meningkatkan resiliensi siswa dengan latar belakang *broken home*.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa siswa dengan latar belakang *broken home* di MAN 1 Cilacap cenderung memiliki tingkat resiliensi yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mereka belum mampu memahami dan mengatasi permasalahan hidup yang dihadapi. Setelah diberikan treatment berupa konseling kelompok realita sebanyak 5 kali pertemuan, terjadi peningkatan resiliensi siswa. Konseling kelompok realita terbukti efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa *broken home*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Fatmasari, F., Karomah, F., Rifani, E., Studi Bimbingan dan Konseling, P., & Nahdlatul Ulama Al-Ghazali, U. (n.d.). *Studi Literasi: Analisis Perilaku Kenakalan Remaja Pada Siswa Melalui Pendekatan Behavioral*. [https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j\\_consilia](https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia)
- Khaira, N. (2023). Homeroom Management in Shaping The Character Of Students At SD IT Diana As-Saffa Islamic. *eL Bidayah: Journal of Islamic Elementary Education*, 5(2), 101-113.
- Khofifah, Siti. 2022. "Pengaruh Konseling Kelompok Realita Terhadap Resiliensi Siswa Dari Keluarga Broken Home Pada Siswa Kelas XI SMA Institut Indonesia Semarang Siti." *Jurnal Pendidikan dan Konseling* 4(5): 2321–28. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/6949/5244>.
- Latipun. 2015. "Psikologi Konseling." *Malang: UMM Press*: 109.

- Lestari, S. 2016. “Psikologi Keluarga : Penanaman Nilai Dan Penanaman Konflik Dalam Keluarga.” *Prenada Media*.
- Maghfiroh, Novi Laila, Rahma Dani Siregar, Devi Sinta Sagala, and Khadijah. 2022. “Dampak Tumbuh Kembang Anak Broken Home.” *Al-Irsyad* 4(4): 42–48.  
<https://core.ac.uk/download/pdf/322599509.pdf>.
- Massa, Nurtia, Misran Rahman, and Yakob Napu. 2020. “Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Perilaku Sosial Anak.” *Jambura Journal Community Empowerment* 1(1): 1–10.
- Sholeha. 2021. “Keluarga Broken Home.” *Jurnal Pendidikan dan Konseling*.
- Wibowo, M. E. (2019). *Konseling Kelompok Perkembangan Edisi Revisi Tahun 2019*.
- Willis, sofyans. 2016. “Konseling Keluarga (Family Counseling ).” *Alfabeta. Bandung*: 52–65.