

**PENGARUH PENDEKATAN KONSELING REALITAS  
UNTUK MENINGKATKAN KONSEP DIRI SISWA  
BROKEN HOMESMAN1 SIKUR**

**Dewi Yulianti<sup>1</sup>, Yuli Hardianti<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Fakultas ilmu pendidikan Universtias  
Hamznawadi

[dewiyulianti@gmail.com](mailto:dewiyulianti@gmail.com)

<sup>2</sup>Fakultas ilmu pendidikan Universtias  
Hamznawadi

[yulihardianti@gmail.com](mailto:yulihardianti@gmail.com)

**Abstrak**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengaruh pendekatan konseling Realitas untuk meningkatkan konsep diri siswa “broken home” SMAN 1 Sikur Tahun Pelajaran 2017/2018. Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan desain penelitian subyek tunggal menggunakan desain (A-B). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan satu orang siswa yang bermasalah sebagai sampel yaitu yang diambil dengan teknik purposive. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Analisis data dilakukan pada fase baseline (A) dan fase intervensi (B), dan menggunakan rumus eksperimen subyek tunggal dengan menghitung banyaknya data poin (skor) dalam setiap kondisi, banyaknya variabel terikat yang ingin diubah, tingkat stabilitas data dan perubahan level data dalam satu kondisi atau antar kondisi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian layanan pendekatan konseling Realitas untuk meningkatkan konsep diri siswa “broken home” kelas XI SMAN 1 Sikur.

**Kata Kunci :** Pendekatan Konseling Realitas, Konsep Diri Siswa “Broken Home”.

**PENDAHULUAN**

Keluarga berfungsi sebagai pendidikan dasar pada anak. Pendidikan dasar pada anak merupakan pendidikan yang bersifat kodrati bahkan wajib, ikatan pada anak dengan orang tua terjalin dari lahir bahkan sejak anak masih dalam kandungan seorang ibu. Didalam lingkungan keluarga segala sikap dan tingkah laku kedua orang tua sangat berpengaruh terhadap perkembangan dan dalam membentuk konsep diri seorang anak, karena seorang ayah dan ibu merupakan pendidik yang utaman dalam kehidupan yang nyata, sehingga sikap dan tingkah laku orang tua akan diamati oleh anak secara langsung. Yang menyebabkan

pentingnya peranan keluarga dalam proses pembentukan konsep diri anak adalah keluarga merupakan kelompok yang terdiri dari ayah ibu dan anak, berinteraksi antara satu dengan yang lain. Dengan demikian dalam pembentukan konsep diri anak diluar lingkungan keluarga akan lebih mudah. Sehingga diperlukakn kondisi keluarga yang harmonis untuk menciptakan pribadi yang baik pada anak. Berdasarkan hasil penelitian Sheldon dan Eleanor (dalam William, 2004) "*untraveling juvenile deliquency*" menunjukkan bahwa remaja yang nakal relative lebih mungkin berasal dari rumah tangga yang bercerai dari pada utuh. Tetapi anak-anak dari rumah tangga seorang janda atau duda hampir 50% kemungkinan menjadi nakal dari pada rumah tangga yang utuh. Kemungkinan bahwa rumah tangga yang demikian akan menghasilkan remaja yang nakal hampir dua kali lebih tinggi. Seperti yang terjadi dan kenyataan di lapangan. Setelah peneliti melakukan observasi selama kurang lebih tiga bulan di SMA Negeri 1 Sikur. Dan penyebaran instrumen berupa daftar cek masalah (DCM), dan angket sosiometri di kelas X jurusan IPA dan IPS sebanyak delapan kelas, serta pada kelas XI IPS 4, terdata dari hasil diatas sebagai berikut, 10% anak-anak yang keluarganya *broken home*(bercerai), dan 5% anak-anak yang keluarganya kurang harmonis. Dari hasil keterangan diatas maka jelas masalah ini perlu diperhatikan oleh peneliti dan khususnya guru bimbingan dan konseling di sekolah terkait, untuk sama-sama mencari alternatif solusi atau jalan keluar yang tepat dari masalah yang di hadapi oleh siswa itu sendiri.

Selanjutnya dari hasil pengamatan peneliti selama magang. Dan dari data diatas, maka sudah jelas anak yang lahir dari keluarga yang "*broken home*" cenderung memiliki konsep diri yang negatif. Konsep diri anak yang lahir dari keluarga "*broken home*" cenderung memisahkan dirinya dengan teman-temannya, kurang percaya diri, slalu menyalahkan keadaan dengan semua masalah yang terjadi, tidak fokus dalam belajar. Dan yang lebih parah lagi anak tidak bisa menerima keadaan lingkungan keluarganya dan yang terjadi pada dirinya sekarang. Karena anak merasa kehilangan figur seorang ayah dan ibu sebagai pelindung dalam segala hal dan tempat berbagi kasih sayang, karena pada dasarnya merekalah yang merasakan dampak dari perceraian orang tua. Anak-

anak sering kali terjebak dalam perceraian orang tua, mereka tidak memiliki siapapun untuk menolong dan mendukung mereka. Sepertinya tak seorang pun memahami tekanan yang mereka rasakan akibat perceraian orang tua. Hal ini karena anak sangat memerlukan dukungan dan kasih sayang dari orang tua, selain itu karena anak lebih tergantung pada orang tua dalam hal perasaan aman dan bahagia. Berdasarkan kenyataan dan yang seharusnya diatas, bahwa masalah tersebut tergolong penting dan serius untuk diteliti. Kenyataannya masih banyak perceraian terjadi dan anak-anak yang menjadi korban “*broken home*” (perceraian). Dari dampak perceraian orang tua yang menghambat perkembangan konsep diri anak-anak untuk menemukan jati diri yang seharusnya dimiliki. Menurut Hurlock (dalam Triyono, 2014: 19) konsep diri didasarkan atas keyakinan anak mengenai pendapat orang yang penting dalam kehidupan mereka, nyaitu orang tua, guru, dan teman sebaya, tentang diri mereka. Jadi konsep diri merupakan “Banyangan Cermin” bila anak yakin bahwa orang-orang penting bagi mereka menyayangi mereka, maka mereka akan berpikir positif tentang diri mereka dan sebaliknya. Adapun menurut William D Books (dalam Rahkmat, 2009: 99). Konsep diri sebagai “*those physical, social, and psychological perceptions of ourselves that we have derived from experiences and our interaction with others.*” Jadi konsep diri adalah pandangan dan perasaan kita tentang diri kita. Persepsi tentang diri ini boleh bersifat psikologi, dan sosial. Atwater (dalam Desmita, 2011: 163) menyebutkan bahwa konsep diri adalah keseluruhan gambaran diri, yang meliputi persepsi seseorang tentang diri, perasaan, keyakinan, dan nilai-nilai yang berhubungan dengan dirinya. Adapun menurut Cawagas (dalam Desmita, 2011: 164) “menjelaskan bahwa konsep diri mencakup seluruh pandangan individu akan dimensi, fisiknya, karakteristik kepribadiannya, motivasinya, kelemahannya, kelebihanannya, atau kecakapannya, kegagalannya dan sebagainya.” Menurut Triyono dan Mastur(2014: 22) dalam konsep diri terdapat beberapa aspek yang meliputi: (1) Aspek fisik, meliputi penilaian individu terhadap segala sesuatu yang dimilikinya, seperti tubuh, pakaian, benda miliknya, dan lain sebagainya. (2) Aspek psikis, meliputi pikiran, perasaan, dan sikap yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri. (3) Aspek

sosial, meliputi peranan sosial yang dimainkan individu dan penilaian individu terhadap peran tersebut. (4) Aspek moral, meliputi nilai dan prinsip yang memberi arti serta arah bagi kehidupan seseorang. Berdasarkan uraian aspek diatas, konsep diri siswa “*broken home*” memiliki beberapa aspek yang penting yakni, aspek fisik, aspek psikis, aspek sosial, aspek moral. Menurut Triyono dan Mastur(2014: 23) adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi proses pembentukan konsep diri antara lain:

- a. Pola asuh orang tuadapat mempengaruhi konsep diri yang terbentuk,sikap positif orang tua yang terbaca oleh anak, akan menumbuhkan konsep dan pemikiran yang positif serta sikap yang menghargai diri sendiri.
- b. Kegagalan yang terus menerus dialami seringkali menimbulkan pertanyaan kepada diri sendiridan berakhir dengan kesimpulan bahwa semua penyebabnya terletak pada kelemahan diri. Kegagalan membuat orang merasa dirinya tidak berguna.
- c. Depresi, orang yang mengalami depresi akan mempunyai pemikiran yang cenderung negatif dalam memandang dan merespon segala sesuatunya, termasuk menilai diri sendiri.
- d. Kritik diri, terkadang, mengkritik diri memang membutuhkan untuk menyadarkan seseorang akan perbuatan yang telah dilakukan. Kritik terhadap diri sendiri sering berfungsi sebagai identitas diri dalam bertindak dan berperilaku agar keberadaan kita diterima oleh masyarakat dan dapat beradaptasi dengan baik.
- e. Faktor kawan sebaya, kelompok kawan sebaya menempati kedudukan kedua setelah orang tua, dalam mempengaruhi konsep diri individu.

Hurlock (dalam Kertamuda, 2009: 105) mengatakan bahwa: rumah tangga yang pecah karena perceraian dapat lebih merusak anak dan hubungan keluarga dibandingkan rumah tangga yang pecah karena kematian. Terdapat dua alasan untuk hal tersebut. Pertama, periode penyesuaian terhadap perceraian lebih lama dan sulit bagi anak dari pada penyesuaian yang menyertai kematian orang tua. Kedua, perpisahan yang disebabkan perceraian orang tua bisa dikategorikan sebagai suatu hal yang serius sebab mereka cenderung membuat anak berbeda dihadapan teman-temannya. Adapun menurut:

Willis (2008: 66) Istilah “*broken home*” biasanya digunakan untuk menggambarkan keluarga yang tidak harmonis dan tidak berjalan layaknya keluarga yang rukun dan sejahtera akibat sering terjadi konflik yang menyebabkan

pada pertengkaran yang bahkan dapat berujung pada perceraian. Hal ini akan berdampak besar terhadap suasana rumah yang tidak lagi kondusif, orang tua tidak lagi perhatian terhadap anak-anaknya sehingga berdampak pada perkembangan anak khususnya anak remaja.

Anak yang “*broken home*” jika kurang mendapatkan perhatian mengakibatkan anak, prustasi, susah tidur, pikiran tidak tenang, dan akan mengganggu dalam proses belajar. anak yang lahir dari keluarga “*broken home*” cenderung memiliki konsep diri negatif yang akan menghambat perkembangan konsep diri anak tersebut. Sama seperti ketika kita membuang sampah terus menerus sehingga tempat sampah tersebut tertumpuk penuh dengan berbagai macam sampah, dan akan menimbulkan bau yang sangat busuk, sewaktu-waktu sampah tersebut akan terbakar dengan sendirinya. Itulah ibarat gambaran anak “*broken home*” dengan berbagai macam permasalahan yang disimpan atau ditimbun yang menyebabkan perkembangan anak terhambat, salah satunya belum menemukan konsep diri (jati diri ) yang dimiliki. Berdasarkan gambaran anak atau profil siswa yang kelurganya “*broken home*” seperti yang kita lihat dan berdasarkan pengngalaman sendiri, anak yang memiliki gambaran seperti diatas harus mendapatkan penanganan segera. Dan sebagai acuan dalam melakukan konseling peneliti menggunakan Bk pola 17 plus, salah satunya adalah konseling individu dengan menggunakan pendekatan Realitas. Adapun menurut Corey (2010: 263) Konseling Realitas adalah memberikan layanan konseling yang difokuskan pada tingkah laku sekarang, konseling ini berfungsi untuk membantu klien menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri maupun orang lain. Adapun dikatakan bahwa:

Menurut Nelson-Jones (2011: 299-308) ada beberapa teknik dalam melaksanakan konseling Realitas adalah sebagai berikut: “*What do you want?*” (apa yang diinginkan konseli) pertanyaan ini diajukan konselor bila konseli telah siap menjalankan konseling, selanjutnya konselor bertanya “seberapa keras anda ingin berusaha mengatasi masalah tersebut?”. Pada tahap ini konselor perlu membantu konseli untuk memfokuskan pada apa yang mungkin untuk dicapai konseli dan agar konseli juga memikul tanggung jawab pribadi untuk mencapai tujuannya, “*What are you doing and in what direction are you going?*” (apa yang sedang dilakukan dan arah globalnya), ketika konseli telah mengetahui apa yang diinginkan dan dibutuhkannya langkah selanjutnya adalah menanyakan, “apa yang

sedang anda lakukan sekarang?” di samping itu konselor bertanya “kemana pilihan-pilihan hidup anda selama ini akan membawa anda, apakah menuju keberhasilan atau kegagalan? dan bagaimana sebaiknya pilihan-pilihan hidup itu anda harus putuskan?” “*Conduct a thorough self-evaluation?*” (Lakukan evaluasi-diri), konselor meminta agar konseli melakukan evaluasi-diri dari dalam batin sendiri. Tujuannya adalah untuk memeriksa efektivitas hidup konseli. Selanjutnya konselor mengajukan pertanyaan, “apakah tingkah laku anda sekarang ini membantu anda untuk mencapai apa yang diinginkan?, apakah tingkah laku tersebut tidak melanggaraturan?, apakah yang diinginkan benar-benar baik bagi anda?” “*What is your plan?*” (Apa rencana anda), agar konselor dan konseli dapat menyusun rencana dengan baik maka keduanya perlu membahas hal-hal berikut: Mencari dan menemukan perilaku alternatif, menegosiasikan rencana, mendapatkan komitmen konseli pada rencana, mengembangkan perilaku yang relevan, mengevaluasi kemajuan dalam implementasi rencana.

Suratmi (2015) melakukan penelitian dengan judul: Hubungan antara ketidak harmonisan keluarga dengan konsep diri negatif siswa kelas X MA NW Wanasaba tahun pelajaran 2015/2016. Hasil penelitian tersebut menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian layanan yang signifikan terhadap konsep diri negatif siswa. Yanti (2013) melakukan penelitian dengan judul: pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan tehnik peer group terhadap konsep diri siswa kelas VIII SMPN 1 Labuhan Haji tahun pelajaran 2013/2014. Hasil penelitian tersebut menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian layanan yang signifikan terhadap konsep diri siswa. Hamni (2015) melakukan penelitian dengan judul: Pengaruh layanan konseling individu dalam pembentukan konsep diri positif (studi kasus kelas IX) di SMP Laboratorium Hamzanwadi Pancor tahun pelajaran 2015/2016. Hasil penelitian tersebut menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian layanan yang signifikan terhadap konsep diri negatif siswa.

Dari uraian-uraian diatas peneliti menawarkan sesuatu tindakan dengan konseling Realita, siswa diharapkan mampu menerima masa lalu dan masa sekarang yang dijalani atau dihadapi, siswa dituntut untuk bertanggung jawab terhadap apa yang sudah dilakukan, agar siswa mampu menerima kenyataan sekarang dan menemukan solusi yang terbaik dan bertanggung jawab atas yang terjadi. Baik dalam meningkatkan harga dirinya, jati diri (konsep diri), dan memahami dirinya dalam meningkatkan harga diri yang dimilikinya, dan menemukan jalan yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhan kebutuhannya.

Semua itu tidak lepas dari konseling Realita sebagai jalan untuk menemukan jawaban-jawaban yang diinginkan oleh siswa dan untuk semua individu yang mengalami masalah yang sama.

#### **METODE**

Menurut Lovaas (dalam Sunanto, Takeuchi, Nakata, 2005: 55) prosedur utama yang ditempuh dalam desain A-B meliputi pengukuran (*target behavior*) pada (*fase baseline*) dan setelah *trend* dan *level* datanya stabil kemudian (*intervensi*) mulai diberikan. Selama (*fase intervensi*) (*target behavior*) secara kontinyu dilakukan pengukuran sampai mencapai data yang stabil. Jika terjadi perubahan (*target behavior*) pada (*fase intervensi*) setelah dibandingkan dengan (*baseline*), diasumsikan bahwa perubahan tersebut karena adanya pengaruh dari variabel indeviden atau (*intervensi*). Adapun menurut Sugiono (2010: 199) “angket (kuesioner) merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.” Pendapat lain mengatakan “angket (kuesioner) adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan serangkaian pernyataan dan pertanyaan tertulis yang diajukan kepada responden untuk memperoleh jawab” Purwoko (2007: 26). Instrumen dalam penelitian ini menggunakan angket adalah alat yang digunakan untuk memperoleh data mengenai pemberian layanan konseling Realitas untuk meningkatkan konsep diri siswa *broken home*.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Bedasarkan hasil analisis subyek tunggal dari data hasil panggabungan (*fase baseline*) dan (*fase intervensi*) dapat disimpulkan bahwa, terdapat perbedaan skor setelah diberikan angket (*fase besaline*) dan setelah diberikan layanan konseling individu dengan pendekatan Realitas (*fase Intervensi*). Dengan skor (*fase baseline*) skor tertinggi= 83, skor terendah= 65 sedangkan setelah diberikan layanan konseling Realitas (*fase intervensi*) skor tertinggi= 93 skor, skor terendah= 70. Dengan skor rata-rata mean ideal= 75 dan skor rata-rata (*intervensi*)= 82,6. Jadi terdapat perbedaan skor setelah diberikan angket (*fase baseline*) dan setelah diberikan konseling dengan pendekatan Realitas (*fase*

*intervensi*) skor rata-rata (*intervensi*) lebih tinggi dari skor rata-rata (*baseline*). Jadi hasil skor akhir dari hasil analisis data diatas rata-rata atau penelitian yang dilakukan bisa dikatakan berhasil.

Menganalisis perubahan data dalam satu kondisi misalnya kondisi *baseline* atau kondisi (*intervensi*), sedangkan komponen yang akan dianalisis meliputi komponen seperti tingkat stabilitas, kecenderungan arah, dan tingkat perubahan (*level change*). Menunjukkan data (*baseline*) dimana pada sesi pertama belum stabil kemudian pada sesi selanjutnya menjadi stabil. Ketidak stabilan pada sesi pertama diperkirakan karna subyek belum memahami tugas yang diberikan dalam rangka pengukuran data. Setelah beberapa sesi menjadi stabil hal ini terjadi sebagai bentuk proses adaptasi (penyesuaian). Tingkat stabilitas pada (*fase baseline*) diatas menunjukkan lima kali pemberian angket dan didapatkan data yang stabil. Rentang skor data stabil antara 80-83 secara konsisten berada pada 75 dari meannya. Kecenderungan arah pada (*fase baseline*) diagram diatas menunjukkan cenderung meningkat dari data sebelumnya. Dengan demikian intervensi dapat segera dilakukan.

Untuk memulai menganalisis perubahan antar kondisi, data yang stabil harus mendahului kondisi yang akan dianalisis. Misalnya ketika data (*fase baseline*) bervariasi (tidak stabil) maka akan mengalami kesulitan untuk menginterpretasi pengaruh pada (*fase intervensi*) terhadap variabel terikat, juga tergantung pada perubahan level dan besar kecilnya overlap yang terjadi antara dua kondisi yang sedang dianalisis. Secara umum biasanya pembaca lebih tertarik pada perubahan level yang jelas antara (*fase baseline*) dengan (*fase intervensi*). Untuk menganalisis pengaruh pada (*fase intervensi*) terhadap variabel terikat peneliti tidak hanya terpaku pada perubahan level saja tetapi harus memperhatikan panjang pendeknya (*intervensi*) atau pengukuran yang diberikan pada dua kondisi. Disamping itu perbedaan prosedur pengukuran antar kondisi juga perlu diperhatikan. tingkat stabilitas pada (*fase baseline*) diatas menunjukkan 80-83 rentang skornya secara konsisten berada antara 75 dari meannya, dengan data pada (*fase baseline*) seperti yang diatas mengindikasikan bahwa (*intervensi*) dapat dilakukan. Data pada (*fase baseline*) menunjukkan perubahan stabilitas level yang



rendah ke level yang tinggi dengan skor presentase antara 65-83, sedangkan data pada (*fase intervensi*) menunjukkan perubahan stabilitas level yang rendah ke level yang lebih tinggi dengan skor presentase antara 70-93. Menunjukkan adanya perubahan treatment dan diikuti oleh perubahan level setelah diberikan (*intervensi*). Pada kondisi (*fase baseline*) diatas datanya stabil sedangkan setelah dilakukan konseling (*fase intervensi*) trendment menunjukkan data meningkat. Dalam penelitian ini peneliti menginginkan (*target behavior*). Ada tidaknya pengaruh (*intervensi*) terhadap variabel terikat, jika dilihat dari perubahan arah trendment setelah diberikan (*baseline*) menunjukkan arah yang stabil dan sesudah diberikan konseling (*intervensi*) menunjukkan arah trendment meningkat, menunjukkan bahwa ada pengaruh (*intervensi*) yang diberikan terhadap variabel terikat (kosep diri siswa *broken home*).

## KESIMPULAN

Profil konsep diri siswa *broken home* yang diambil seorang siswa yang paling bermasalah, profil masalah konseli yang paling menonjol terlihat pada aspek moral, pada aspek tersebut rata-rata skor yang diperoleh konseli mencapai 39 poin, skor tersebut termasuk dalam katagori tinggi berdasarkan hasil angket yang sering dicontreng/dipilih oleh konseli dari setiap aspek yang ada. itu artinya konseli dapat diperkirakan memiliki masalah yang lebih serius pada aspek moral mengenai konsep diri konseli. Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa pemberian layanan konsling Realitas dapat memberikan pengaruh terhadap meningkatnya konsep diri siswa *broken home*. Hal ini terlihat dari adanya perbedaan hasil skor sebelum dan setelah pemberian layanan pada sampel. Hasil angket yang diberikan kepada siswa kelas XI menunjukkan jumlah skor keseluruhan (*fase baseline*) 373 dengan kategori sedang, sedangkan skor keseluruhan (*fase intervensi*) 413 dengan kategori tinggi.

## DAFTAR PUSTAKA

Anonim. <http://yogie-civil.blogspot.com/2010/11/broken-home.html>. Hari Jum'at, 25 Maret, 08.30 WITA

- Corey, Gerald. (2010). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT Rafika Aditama
- Desmita. (2011). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Kertamuda, E. Fatchiah. (2009). *Konseling Pernikahan Untuk Keluarga Indonesia*. Jakarta: PT. Salemba Humanika.
- Nelson-Jones, Richard. (2011). *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi Edisi Keempat*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rakhmat, Jalaluddin. (2009). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Sugiono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Juang Sunanto, Koji Takeuchi, Hideo Nakata (2005). *Pengantar Penelitian Dengan Subyek Tunggal*. Indonesia: criced University Of Tsukuba
- Suratmi. (2015). *Hubungan antara ketidak harmonisan keluarga dengan konsep diri negatif siswa*. Universitas Hamzanwadi: Skripsi ini tidak diterbitkan.
- Triyono & Mastur. (2014). *Materi Layanan Klasikal Bimbingan & Konseling, Bidang Bimbingan Pribadi*. Yogyakarta: PT. Paramita Publishing.
- Willis, S. Sofyan. (2008). *Konseling Keluarga*. Bandung: PT. Alfabeta.