

## PENERAPAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA DALAM MENGUBAH KONSEP DIRI NEGATIF SISWA *BROKEN HOME*

Oleh:

Nuzul Wahyu Resesy<sup>1</sup>  
Nindia Harnes Prima Aidha<sup>2</sup>  
Ibnu Mahmudi<sup>3</sup>

Universitas PGRI Madiun<sup>1 3</sup>  
SMP Negeri 5 Madiun<sup>2</sup>

Alamat: JL. Setia Budi No.85, Kanigoro, Kec. Kartoharjo, Kota Madiun, Jawa Timur  
(63118).

JL. Semeru 63121 No.11, Pangongangan, Kec. Manguharjo, Kota Madiun, Jawa Timur  
(63121).

Korespondensi Penulis: [Nuzulwahyu18@gmail.com](mailto:Nuzulwahyu18@gmail.com),  
[nindiaaidha36@guru.smp.belajar.id](mailto:nindiaaidha36@guru.smp.belajar.id), [mahmudiibnu@unipma.ac.id](mailto:mahmudiibnu@unipma.ac.id).

**Abstract.** *This study aims to determine the effectiveness of group counseling using a reality therapy approach in transforming negative self-concepts of students from broken home backgrounds. The research subjects were two eighth-grade students of SMP Negeri 5 Madiun who demonstrated symptoms of low self-concept based on initial observations and interviews. This research is categorized as guidance and counseling action research (PTBK), carried out over two cycles. Each cycle consisted of planning, action implementation, observation, and reflection stages. Data collection techniques included observation, interviews, and self-concept questionnaires. The results showed a significant improvement in self-concept scores from the pre-cycle to the first and second cycles. The reality therapy approach proved effective in helping students recognize personal responsibility, challenge negative thoughts, and adopt a more constructive mindset. It also encouraged students to develop a more positive view of themselves and enhanced*

# **PENERAPAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA DALAM MENGUBAH KONSEP DIRI NEGATIF SISWA *BROKEN HOME***

*their ability to face emotional and social challenges. Therefore, group counseling with a reality approach can serve as a relevant intervention strategy to improve the self-concept of students from broken homes in the school setting.*

**Keywords:** *Group Counseling, Reality Therapy, Self-Concept.*

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita dalam mengubah konsep diri negatif pada siswa yang berasal dari keluarga *broken home*. Subjek penelitian adalah dua siswa kelas VIII-C di SMP Negeri 5 Madiun yang menunjukkan ciri-ciri konsep diri rendah berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) yang dilaksanakan selama dua siklus. Setiap siklus terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan tes berupa angket konsep diri. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor konsep diri dari pra-siklus ke siklus I dan siklus II. Pendekatan realita terbukti efektif dalam membantu konseli memahami tanggung jawab pribadi, menantang pikiran negatif, dan membentuk pola pikir yang lebih konstruktif. Layanan ini juga mendorong konseli untuk memiliki pandangan yang lebih positif terhadap diri sendiri dan meningkatkan kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan sosial maupun emosional. Dengan demikian, konseling kelompok pendekatan realita dapat menjadi strategi intervensi yang relevan untuk meningkatkan konsep diri siswa *broken home* di lingkungan sekolah.

**Kata Kunci:** Konseling Kelompok, Pendekatan Realita, Konsep Diri.

## **LATAR BELAKANG**

Keluarga memiliki peran yang penting dalam mempengaruhi kehidupan seorang anak. Interaksi awal dan yang paling kuat adalah dengan keluarganya, terutama orang tuanya, yang berguna sebagai modal bersosialisasi dengan lingkungan diluar keluarganya. Keluarga berfungsi sebagai pendidikan dasar pada anak. Pendidikan dalam keluarga merupakan pendidikan kodrati. Adanya ikatan antara anak dengan orang tuanya terjalin dari lahir bahkan sejak anak masih dalam kandungan. Di dalam lingkungan keluarga segala sikap dan tingkah laku kedua orang tuanya sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak, karena ayah dan ibu merupakan pendidik dalam kehidupan yang

nyata, sehingga sikap dan tingkah laku orang tua akan diamati oleh anak tidak sebagai teori mempengaruhi sikap dan tingkah laku anak (Pujosuwarno,1994: 22-23).

Menurut Vembriarto dalam Pujosuwarno (1994: 22) yang menyebabkan pentingnya peranan keluarga dalam proses sosialisasi anak adalah keluarga merupakan kelompok kecil yang anggota- anggotanya berinteraksi langsung secara tetap, dalam kelompok yang demikian perkembangan anak dapat diikuti dengan seksama oleh orang tuanya dan penyesuaian secara pribadi dalam hubungan sosial lebih mudah terjadi. Kondisi keluarga yang kondusif adalah terciptanya kebersamaan dan kasih sayang dalam lingkungan pribadi setiap anggotanya, terutama bagi pertumbuhan dan perkembangan dalam hal pembentukan sikap dan perilakunya sehari-hari. Sebab dalam pembentukan dan perkembangan kepribadian masa kanak-kanak dilingkungan keluarga mempunyai peranan yang sangat penting dalam pembentukan dasar kepribadian dan identitas, pribadi seseorang. Sehingga diperlukan kondisi keluarga yang harmonis untuk menciptakan pribadi yang baik pada anak.

Bimbingan dan Konseling merupakan upaya pro-aktif dan sistematis dalam memfasilitasi individu mencapai perkembangan yang optimal. Salah satu bentuk layanan dalam Bimbingan dan Konseling adalah layanan konseling individu sebagai upaya pengentasan dalam membantu konseli untuk mencapai kemandirian dalam hidupnya, perkembangan yang utuh dan optimal dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir, serta mencapai keselarasan antara pikiran, perasaan, dan perilaku. Konseling individu juga membantu konseli menstrukturkan kembali masalahnya dan menyadari *life style* serta mengurangi penilaian negatif terhadap dirinya sendiri serta perasaan-perasaan inferioritasnya.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara peserta didik (konseli), wawancara dengan wali kelas, dan guru mata pelajaran ditemukan peserta didik kelas VIII-C di SMP Negeri 5 Madiun mengalami diketahui ada beberapa siswa yang mengalami *broken home* menunjukkan perilaku yang negatif, seperti membolos, sering bertengkar, mudah tersinggung, merokok dan tidak memperhatikan saat pelajaran. Konseli merupakan siswa yang berprestasi dalam bidang olahraga, dia mengungkapkan bahwa sering mengikuti kejuaraan daerah hingga provinsi, hingga mendapatkan kepercayaan dari para guru. Beberapa perilaku negatif tersebut muncul sebagai wujud pelampiasan perasaan yang dirasakan siswa dalam keluarga yang kurang harmonis. Siswa kurang mendapat perhatian

# **PENERAPAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA DALAM MENGUBAH KONSEP DIRI NEGATIF SISWA *BROKEN HOME***

dari orang tuanya, sehingga siswa mencari perhatian dari orang lain. Pada dasarnya siswa belum bisa memahami tugas perkembangannya dengan baik dan belum bisa menerima kenyataan apapun yang sedang mereka alami termasuk masalah yang terjadi di dalam keluarganya, sehingga mereka perlu dapat mengontrol emosi dan menjalankan tugas perkembangannya dengan baik.

Dari fenomena tersebut dapat diketahui bahwa keretakan rumah tangga atau *broken home* dapat mempengaruhi konsep diri pada anak yang menjadikan anak berperilaku negatif. Munculnya keyakinan irrasional dan wacana diri atau pemahaman diri yang negatif. Konsep diri negatif tersebut perlu diubah menjadi konsep diri positif, agar siswa menemukan identitas diri yang sukses dan bisa menerima takdir hidupnya. Salah satunya dengan konseling kelompok menggunakan pendekatan realita.

## **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian tindakan Bimbingan dan Konseling ini yaitu:

1. Bagaimanakah gambaran konsep diri dari siswa yang memiliki latar belakang keluarga *broken home*?
2. Apakah pendekatan konseling realita efektif untuk mengubah konsep diri siswa *broken home*?

## **Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan pelaksanaan dalam penelitian tindakan Bimbingan dan Konseling ini yaitu:

1. Mengetahui bagaimanakah gambaran konsep diri dari siswa yang memiliki latar belakang keluarga *broken home*
2. Mengetahui efektifitas pendekatan konseling realita untuk mengubah konsep diri negatif siswa *broken home*

## **Kegunaan Penelitian**

Adapun kegunaan yang diharapkan dari penelitian tindakan Bimbingan dan Konseling ini, sebagai berikut:

1. Kegunaan Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif dalam mengembangkan sebuah keilmuan, khusus dalam bimbingan dan konseling. Selain itu, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi, referensi, serta pembandingan bagi peneliti selanjutnya apabila melakukan penelitian yang berkaitan dengan konseling kelompok pendekatan realita, konsep diri dan permasalahan *broken home*.

## 2. Kegunaan Praktis

- a. Bagi guru bimbingan dan konseling diharapkan sebagai bahan acuan untuk mengetahui permasalahan yang dihadapi oleh siswa, sehingga mampu membuat perencanaan layanan sesuai dengan kebutuhan siswa
- b. Bagi siswa diharapkan dapat berguna untuk menambah informasi berkaitan dengan konsep diri.
- c. Bagi sekolah hasil penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan sekolah untuk memberikan layanan secara terstruktur bagi siswa.
- d. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan menambah wawasan dan pengetahuan tentang permasalahan kepercayaan diri dan *treatment* yang tepat digunakan untuk mengatasi permasalahan tersebut.

## KAJIAN TEORITIS

### Konsep Diri

#### 1. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri adalah pemahaman tentang diri sendiri yang timbul akibat interaksi dengan orang lain. Konsep diri merupakan faktor yang menentukan (determinan) dalam komunikasi kita dengan orang lain (Riswandi, 2013: 64). Konsep diri adalah pandangan dan perasaan tentang diri kita. Persepsi tentang diri ini bisa bersifat psikologis, sosial dan fisis, menurut William D Brooks dalam Widiarti (2017).

Calhoun dan Acocella dalam Setyaningsih (2011) mengatakan bahwa konsep diri adalah gambaran mental diri sendiri yang terdiri dari pengetahuan tentang diri, pengharapan diri, dan penilaian terhadap diri. Konsep diri bukan hanya sekedar gambaran deskriptif, tetapi juga penilaian anda tentang diri anda. Jadi konsep diri meliputi apa yang anda pikirkan dan apa yang anda rasakan tentang diri anda (Rahmat, 1996: 99) dalam Setyaningsih 2011.

# **PENERAPAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA DALAM MENGUBAH KONSEP DIRI NEGATIF SISWA *BROKEN HOME***

Hurlock dalam Setyaningsih (2011) menyatakan konsep diri adalah gambaran yang dimiliki orang tentang dirinya. Konsep diri ini merupakan gabungan dari keyakinan yang dimiliki orang tentang diri mereka sendiri yang mencakup karakter fisik, psikologis, sosial dan emosional, aspirasi dan prestasi. Semua konsep diri mencakup citra fisik diri (penampilan fisik anak, daya tariknya dan kesesuaian atau ketidaksesuaian dengan jenis kelaminnya dan pentingnya berbagai bagian tubuh untuk perilaku dan harga diri anak itu di mata yang lain) dan citra psikologis diri sendiri di dasarkan pada pikiran, perasaan dan emosi. (kualitas dan kemampuan yang mempengaruhi penyesuaian pada kehidupan, sifat- sifat seperti berani, jujur, mandiri dan percaya diri serta berbagai jenis aspirasi dan kemampuan).

Dari berbagai pengertian konsep diri menurut para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah gambaran atau cara pandang terhadap diri sendiri, diantaranya memahami keadaan fisik yang dimiliki, memahami karakteristik, sifat, atau kepribadian yang dimiliki individu, memahami seperti apa diri kita yang kita inginkan, serta memahami tentang hubungan sosial yang baik dengan lingkungan. Pemahaman diri tersebut didasarkan pada pengalaman dan interaksi diri dengan lingkungannya.

## **2. Asal Konsep Diri**

(Hurlock, 2005: 59) Konsep diri didasarkan atas keyakinan anak mengenai pendapat orang yang penting dalam kehidupan mereka, yaitu orang tua, guru, dan teman sebaya, tentang diri mereka. Jadi konsep diri merupakan "bayangan cermin". Bila anak yakin bahwa orang-orang yang penting bagi mereka menyayangi mereka, maka mereka akan berpikir secara positif tentang diri mereka dan sebaliknya (dalam Setyaningsih 2011)

## **3. Jenis Konsep Diri**

### **a. Konsep diri Positif**

Menurut D.Brooks dan Emmert dalam Rakhmat (2005: 105) tanda-tanda individu yang memiliki konsep diri yang positif adalah :

#### **1) Yakin akan kemampuan dalam mengatasi masalah.**

Mempunyai rasa percaya diri sehingga merasa mampu dan yakin untuk mengatasi masalah yang dihadapi, tidak lari dari masalah, dan percaya bahwa setiap masalah pasti ada jalan keluarnya.

2) Merasa setara dengan orang lain.

Selalu rendah diri, tidak sombong, tidak mencela atau meremehkan siapapun, selalu menghargai orang lain.

3) Menerima pujian tanpa rasa malu.

Menerima pujian tanpa rasa malu tanpa menghilangkan rasa rendah diri. Jadi meskipun menerima pujian, tidak membanggakan diri apalagi meremehkan orang lain.

4) Menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan dan keinginan serta perilaku yang tidak seharusnya disetujui oleh masyarakat. Peka terhadap perasaan orang lain sehingga akan menghargai perasaan orang lain meskipun kadang tidak di setujui oleh masyarakat.

5) Mampu memperbaiki karena sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang tidak disenangi dan berusaha mengubahnya. Mampu untuk mengintrospeksi dirinya sendiri sebelum menginstrospeksi orang lain, dan mampu untuk mengubahnya menjadi lebih baik agar diterima di lingkungannya.

b. Konsep Diri Negatif

Sedangkan tanda-tanda individu yang memiliki konsep diri negatif menurut D.Brooks dan Emmert dalam Rakhmat (2005: 105) adalah:

1) Peka terhadap kritik

Tidak tahan dengan kritik yang diterima dan mudah marah atau naik pitam. Hal ini berarti dilihat dari faktor yang mempengaruhi dari individu tersebut belum dapat mengendalikan emosinya, sehingga kritikan dianggap sebagai hal yang salah. Bagi orang seperti ini koreksi sering dipersepsi sebagai usaha untuk menjatuhkan harga dirinya. Dalam berkomunikasi orang yang memiliki konsep diri negatif cenderung menghindari dialog yang terbuka, dan bersikeras mempertahankan pendapatnya dengan berbagai logika yang keliru

2) Responsif sekali terhadap pujian

Walaupun mungkin berpura-pura menghindari pujian, tidak dapat menyembunyikan antusiasmenya pada waktu menerima pujian. Bagi orang seperti ini, segala macam *embel-embel* yang menjunjung harga dirinya

## **PENERAPAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA DALAM MENGUBAH KONSEP DIRI NEGATIF SISWA *BROKEN HOME***

menjadi pusat perhatian. Bersamaan dengan kesenangannya terhadap pujian, mereka pun hiperkritis terhadap orang lain.

3) Cenderung bersikap hiperkritis

Selalu mengeluh, mencela atau meremehkan apapun dan siapapun. Tidak pandai dan tidak sanggup mengungkapkan penghargaan atau pengakuan pada kelebihan orang lain.

4) Cenderung merasa tidak disenangi oleh orang lain

Merasa tidak diperhatikan, karena itulah kemudian bereaksi pada orang lain sebagai musuh, sehingga tidak dapat melahirkan kehangatan dan keakraban persahabatan. Berarti individu tersebut merasa rendah diri atau bahkan berperilaku yang tidak disenangi, misalkan membenci, mencela atau bahkan yang melibatkan fisik yaitu mengajak berkelahi (bermusuhan).

5) Bersikap pesimis terhadap kompetisi

Hal ini terungkap dari enggan untuk bersaing dengan orang lain dalam membuat prestasi. Menganggap tidak akan berdaya melawan persaingan yang merugikan dirinya.

Dengan melihat uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa karakteristik konsep diri dapat dibedakan menjadi dua yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif, keduanya memiliki ciri-ciri yang sangat berbeda antara ciri karakteristik konsep diri positif dan karakteristik konsep diri yang negatif. Individu yang memiliki konsep diri positif dalam segala sesuatunya akan menanggapi secara positif, dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang sangat bermacam-macam tentang dirinya sendiri. Tumbuh percaya diri, bersikap yakin dalam bertindak dan berperilaku. Sedangkan individu yang memiliki konsep diri negatif akan menanggapi segala sesuatu dengan pandangan negatif pula, dia akan mengubah terus menerus konsep dirinya atau melindungi konsep dirinya itu secara kokoh dengan cara mengubah atau menolak informasi baru dari lingkungannya.

#### **4. Faktor-faktor Konsep Diri**

Rakhmat (Dalam Setyaningsih 2011) menyatakan faktor yang mempengaruhi pembentukan konsep diri meliputi:

a. Orang lain

Konsep diri terbentuk karena pujian atau penilaian orang lain. Jika kita diterima orang lain, dihormati dan disenangi karena keadaan kita, kita akan cenderung bersikap menghormati dan menerima diri kita. Sebaliknya jika orang lain selalu meremehkan, menyalahkan dan menolak kita, kita akan cenderung tidak akan menyenangi diri kita.

b. Kelompok rujukan (*Reference Group*)

Kelompok rujukan adalah kelompok yang secara emosional mengikat dan berpengaruh terhadap pembentukan konsep diri individu. Tingkah laku seseorang dipengaruhi oleh situasi kelompoknya. Ada kelompok yang secara emosional mengikat kita dan berpengaruh pada pembentukan konsep diri kita, ini disebut rujukan. Dengan melihat kelompok ini orang mengarahkan perilakunya dan menyesuaikan dirinya dengan ciri-ciri kelompoknya. Kelompok rujukan adalah kelompok pergaulan individu di lingkungan sekolah yang mengikatnya secara emosi dan di dalamnya terbentuk suatu norma kelompok.

Kemudian Calhoun (Dalam Setyaningsih 2011) mengemukakan ada empat faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan konsep diri pada individu, yaitu:

a. Faktor Orang Tua

Orang tua adalah kontak sosial yang paling awal dan yang paling kuat yang dialami individu. Anak bergantung kepada orang tuanya untuk makanannya, perlindungannya, kenyamanannya, tentu saja untuk kelangsungan hidupnya. Akibatnya orang tua menjadi sangat penting di mata anak.

b. Faktor Kawan Sebaya

Kelompok kawan sebaya menempati kedudukan kedua setelah orang tua anak dalam mempengaruhi konsep diri individu tersebut. Untuk sementara individu merasa cukup hanya dengan mendapatkan cinta dari orang tua, tetapi kemudian individu membutuhkan penerimaan anak-anak lain dalam kelompoknya.

c. Faktor Masyarakat

Anak muda tidak terlalu mementingkan kelahiran mereka, kenyataan bahwa mereka hitam atau putih, orang Italia atau Amerika, anak laki-laki dari direktur bank lokal atau atau anak perempuan dari pemabuk lokal. Tetapi masyarakat mereka menganggap penting fakta-fakta semacam itu. Akhirnya penilaian ini sampai kepada anak dan masuk ke dalam konsep diri.

# **PENERAPAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA DALAM MENGUBAH KONSEP DIRI NEGATIF SISWA *BROKEN HOME***

## **d. Faktor Belajar**

Konsep diri kita adalah hasil belajar. Belajar ini berlangsung secara terus setiap harinya, biasanya tanpa kita sadari. Belajar dapat didefinisikan sebagai perubahan psikologis yang relatif permanen yang terjadi dalam diri kita sebagai akibat dari pengalaman (Hilgard dan Bower, 1966). Pengalaman- pengalaman individu dari hasil berinteraksi dengan orang lain dan lingkungan yang lebih luas akan menyebabkan perubahan pada diri individu dalam menilai diri dan nantinya dapat merubah konsep dirinya.

Selain itu, faktor motivasi yang diterima individu juga akan mempengaruhi konsep diri individu. Semakin besar motivasi merubah konsep dirinya ke arah yang lebih baik, maka semakin baik pula penilaian individu terhadap dirinya dan dalam menjalankan peranannya dengan bergaul dan berinteraksi dengan orang lain dalam mewujudkan konsep dirinya.

## ***Broken Home***

### **1. Pengertian *Broken Home***

Bangabua (2024) Broken home diartikan sebagai pecahnya suatu unit keluarga, terputus dan retaknya struktur peran sosial, jika satu atau beberapa anggota keluarga gagal menjalankan kewajiban peran mereka dengan baik. Maka orang tua tidak lagi menjadi tauladan yang baik untuk anaknya. Penyebab terjadinya perceraian adalah orangtua kurang dewasa, ketidakharmonisan rumah tangga, ada pihak ketiga, kurangnya pendidikan kekeluargaan, kebiasaan buruk orangtua, faktor ekonomi dan tidak mendapat keturunan. Sehingga berdampak kepada anak-anak. Dampak akibat ayah dan ibu yang tidak mempertimbangkan anak saat mereka lebih mementingkan diri sendiri dari pada keluarga akan berdampak anak- 81 anak tertekan, menyendiri, tidak sabar, tidak patuh, dan sangat tidak sopan.

Kondisi keluarga yang kurang baik biasanya terdapat pada keluarga yang mengalami banyak masalah yang tidak dapat terselesaikan sampai mengakibatkan *broken home*, yaitu keretakan di dalam keluarga yang berarti rusaknya hubungan satu dengan yang lain di antara anggota keluarga tersebut (Setyaningsih 2011).

Sedangkan menurut JP. Chaplin dalam kamus psikologi (Setyaningsih 2011) , *broken home* adalah keluarga atau rumah tangga tanpa hadirnya salah seorang dari

kedua orang tua (ayah dan ibu) disebabkan oleh meninggal, perceraian, meninggalkan keluarga dan lain-lain. *Broken home* dapat dilihat dari dua aspek : (1) keluarga itu terpecah karena strukturnya tidak utuh sebab salah

satu dari kepala keluarga itu meninggal dunia atau telah bercerai; (2) orang tua tidak bercerai akan tetapi struktur keluarga itu tidak utuh karena ayah atau ibu sering tidak di rumah, dan atau tidak memperlihatkan hubungan kasih sayang lagi (Willis, 2009: 66). Menurut Gerungan (2004: 199) keluarga dikatakan tidak utuh apabila tidak ada ayah, ibu, atau keduanya, ayah dan ibu jarang pulang ke rumah karena dan berbulan-bulan meninggalkan anak-anaknya karena tugas atau hal-hal lain, dan hal itu terjadi berulang-ulang. Demikian juga ketika ayah dan ibunya bercerai, maka keluarga itu tidak utuh lagi.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa sebuah keluarga dikatakan *broken home* apabila salah satu dari orang tuanya (ayah atau ibu) sudah meninggal, karena perceraian, atau karena pergi meninggalkan keluarga dengan urusan pekerjaan atau urusan yang lainnya. Kurang perhatiannya ayah atau ibu akan menimbulkan anak menjadi kehilangan salah satu peran dalam keluarganya, panutan atau teladan, kurang mendapat perhatian dan mengakibatkan anak akan frustrasi, susah diatur, nakal, dan akan mengganggu dalam prestasi belajarnya.

## **2. Penyebab *Broken Home***

Penyebab timbulnya keluarga yang *broken home* menurut Asfriyati (Setyaningsih 2011) antara lain:

### **a. Orang tua yang bercerai**

Perceraian menunjukkan suatu kenyataan dari kehidupan suami istri yang tidak lagi dijiwai oleh rasa kasih sayang dasar dasar perkawinan yang telah terbina bersama telah goyah dan tidak mampu menopang keutuhan kehidupan keluarga yang harmonis. Dengan demikian hubungan antara suami istri tersebut makin lama makin renggang, masing-masing atau salah satu membuat jarak sehingga komunikasi terputus. Hubungan itu menunjukan situasi keterasingan dan keterpisahan yang makin melebar dan menjauh ke dalam dunianya sendiri. Jadi ada pergeseran arti dan fungsi sehingga masing- masing merasa serba asing tanpa ada rasa kebertautan yang intim lagi.

## **PENERAPAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA DALAM MENGUBAH KONSEP DIRI NEGATIF SISWA *BROKEN HOME***

### **b. Kebudayaan bisu dalam keluarga**

Kebudayaan bisu ditandai oleh tidak adanya komunikasi dan dialog antar anggota keluarga. Problem yang muncul dalam kebudayaan bisu tersebut justru terjadi dalam komunitas yang saling mengenal dan diikat oleh tali batin. Problem tersebut tidak akan bertambah berat jika kebudayaan bisu terjadi diantara orang yang tidak saling mengenal dan dalam situasi yang perjumpaan yang sifatnya sementara saja. Keluarga yang tanpa dialog dan komunikasi akan menumpukkan rasa frustasi dan rasa jengkel dalam jiwa anak-anak.

Menurut Hurlock (dalam Setyaningsih 2011) penyebab perpecahan dalam keluarga ada tiga yaitu :

### **a. Kematian**

Apabila anak menyadari bahwa orang tuanya tidak akan pernah kembali, mereka akan bersedih hati dan akan mengalihkan kasih sayangnya pada orang tua yang masih ada dengan harapan memperoleh kembali rasa aman sebelumnya. Jika orang tua yang masih ada tenggelam dalam kesedihan dan masalah praktis yang ditimbulkan keluarga yang tidak lengkap lagi, anak akan merasa ditolak dan tidak diinginkan. Seandainya anak kehilangan kedua orang tuanya, pengaruhnya akan lebih serius lagi. Anak harus melakukan perubahan besar dalam pola kehidupannya dan menyesuaikan diri dengan pengasuh orang lain, yang mungkin tidak dikenalnya.

### **b. Perceraian**

Perceraian akan menyebabkan anak dan hubungan keluarga menjadi rusak, karena masa penyesuaian terhadap perceraian lebih lama dan sulit bagi anak daripada masa penyesuaian karena kematian orang tua. Menurut Hozman dan Froiland telah menemukan lima tahap dalam penyesuaian, yaitu (1) penolakan terhadap perceraian, (2) kemarahan yang ditujukan pada mereka yang terlibat situasi tersebut, (3) tawar menawar dalam usaha menyatukan orang tua, (4) depresi, dan (5) menerima perceraian.

Perceraian juga menyebabkan anak menjadi malu dan serba salah saat ditanya dimana orang tuanya, mengapa mereka mempunyai orang tua baru. Sehingga anak merasa berbeda dengan teman kelompoknya atau sebayanya. Selain itu mungkin anak akan merasa bersalah jika lebih menikmati atau lebih suka tinggal dengan

orang tua yang tidak tinggal bersama daripada tinggal dengan orang tua yang mengasuh mereka.

c. **Perpisahan sementara**

Kondisi ini lebih membahayakan hubungan keluarga daripada perpisahan yang tetap permanen. Misalnya ayah atau ibunya pergi sementara untuk bekerja dalam waktu yang cukup lama. Perpisahan yang sementara dapat menimbulkan situasi yang menegangkan bagi anak dan orang tua, dan akan mengakibatkan memburuknya hubungan keluarga. Keluarga harus menyesuaikan dengan perpisahan itu kemudian harus menyesuaikan kembali setelah kembali berkumpul.

### **3. Dampak-Dampak Keluarga *Broken Home***

Menurut Atrieli (dalam Setyaningsih 2011) dampak-dampak dari keluarga *broken home* adalah sebagai berikut :

- a. *Academic problem* : malas belajar, tidak bersemangat berprestasi
- b. *Behavioral problem*: berontak, kasar, masa bodoh, kebiasaan merusak seperti (merokok, minum, merokok, ke tempat pelacuran).
- c. *Sexual problem*: krisis kasih coba ditutupi dengan mencukupi hawa nafsu
- d. *Spiritual problem* : anak kehilangan *figure father*.

Kondisi keluarga yang tidak utuh dapat mempengaruhi perkembangan sosial anak. Anak akan merasa berbeda dengan teman-temannya, malu dengan kondisi keluarganya, merasa tidak ada yang menyayangnya, suka memberontak, menjadi pendiam, masa bodoh, dan sikap yang mengarah pada kenakalan. Selain itu kondisi keluarga tidak utuh juga akan mempengaruhi akademiknya, anak jadi malas belajar, karena merasa orang tuanya tidak memperdulikannya, sehingga mengakibatkan prestasi belajarnya menurun.

### **4. Sikap Negatif Anak *broken home***

Sikap negatif anak *broken home* menurut Atrieli (dalam Setyaningsih 2011) adalah sebagai berikut :

- a. *Denial*. Anak tidak menunjukkan reaksi apa-apa bahkan cenderung menyangkal “ah mereka memang begitu, tapi ah, kenapa memang?”. Mereka tidak tertarik untuk membicarakannya. Padahal disaat-saat seperti ini dia butuh bimbingan dan kekuatan dari orang lain yang dapat membimbing dalam kebenaran.

## **PENERAPAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA DALAM MENGUBAH KONSEP DIRI NEGATIF SISWA *BROKEN HOME***

- b. *Shame*. Dibalik penyangkalan sebenarnya dia malu akan keberadaan hidupnya. Ditunjukkan dengan adanya khayalan-khayalan seandainya saya memiliki keluarga yang bahagia.
- c. *Guilt*. Kecil hati, merasa dirinya menjadi penyebab keributan atau perceraian orang tua atau merasa tidak bisa berbuat apa-apa.
- d. *Anger*. Kesal karena keributan orang tua tidak rasional.
- e. *Lini Secure*. Anak merasa kemana ia harus lari, keluarga sudah menjadi tempat yang menakutkan, tidak aman dan damai.

### **Konseling Kelompok**

Corey (Dalam Sanyata 2010) menjelaskan bahwa pemahaman terhadap konseling kelompok harus dilakukan dalam pendekatan integratif dan eklektif. Integrasi secara teoretis berusaha mengkolaborasi dengan perspektif lain untuk memperkaya kajian sehingga konseling tidak berkembang secara mandiri dan terpisah tetapi terintegrasi dengan prinsip-prinsip keilmuan yang lain. Dalam perspektif multikultural maka konseling kelompok akan bersinggungan dengan masalah nilai, keyakinan, dan perilaku pada komunitas tertentu. Kesadaran budaya meliputi usia, jenis kelamin, orientasi seksual, agama dan status sosial-ekonomi. Perspektif budaya menjadi orientasi yang penting dalam kelompok karena latar belakang budaya akan mempengaruhi sikap dan perilaku anggota kelompok.

Konseling kelompok bukan sebagai sebuah perspektif tetapi sebagai suatu teknik dan strategi dalam konseling. Banyak tulisan yang mendiskusikan tentang konseling individual namun demikian konseling kelompok kurang banyak menjadi bahan kajian dalam forum-forum konseling. Schmidt (2003) mengemukakan bahwa konseling kelompok dan bimbingan kelompok merupakan dua proses yang digunakan oleh konselor sekolah untuk mengatasi antara lain perhatian dan minat siswa (Sanyata 2010)

### **Pendekatan Realita**

Realita merupakan suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Konselor dalam konseling realita mengajarkan tingkah laku yang bertanggung jawab agar individu mampu menghadapi segala kenyataan yang harus dijalani dan memenuhi kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain. Inti terapi realita

adalah penerimaan tanggung jawab pribadi, yang dipersamakan dengan kesehatan mental (Setyaningsih 2011)

Terapi realita sangat berguna apabila menganggap identitas dalam pengertian “identitas keberhasilan” dan “identitas kegagalan”. Dalam pembentukan identitas, masing-masing dari kita mengembangkan keterlibatan dari orang lain dan dengan bayangan diri, sehingga kita merasa relatif berhasil atau tidak berhasil. Orang lain memiliki peran penting dalam membantu kita menjelaskan dan memahami identitas diri kita. Identitas diri ini berkaitan dengan konsep diri yang dimiliki individu. Oleh karena itu konseling realita digunakan sebagai pendekatan dalam membantu mengubah konsep diri negatif menjadi konsep diri yang positif pada siswa *broken home*.

### **Kerangka Berpikir**

Menurut Sugiyono kerangka pemikiran merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Kerangka berpikir juga disebut gambaran mengenai hubungan antar variabel penelitian. Kerangka berpikir yang baik mampu menjelaskan secara teoritis hubungan antar variabel yang diteliti (Sugiyono, 2018).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan realita terhadap konsep diri siswa dari keluarga *broken home*. Penelitian ini mengasumsikan bahwa penerapan pendekatan realita dalam layanan konseling kelompok dapat meningkatkan konsep diri pada peserta didik dari keluarga *broken home*, dimana hal tersebut juga akan meningkatkan efektivitas layanan konseling tersebut. Berdasarkan kajian literatur dan fakta yang ada, ditemukan beberapa faktor yang mempengaruhi konsep diri pada peserta didik dari keluarga *broken home*.

### **Hipotesis Tindakan**

Hipotesis yang akan diuji dinamakan Hipotesis Nol ( $H_0$ ) dan Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ). Hipotesis Nol ( $H_0$ ) diartikan sebagai tidak adanya pengaruh atau perbedaan antara ukuran populasi dengan ukuran sampel, sedangkan Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ) diartikan sebagai adanya pengaruh atau perbedaan antara ukuran populasi dengan ukuran sampel. Dari penjelasan di atas maka hipotesis penelitian ini adalah :

# **PENERAPAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA DALAM MENGUBAH KONSEP DIRI NEGATIF SISWA *BROKEN HOME***

H0 = Pendekatan Realita tidak efektif untuk meningkatkan konsep diri pada siswa.

Ha = Pendekatan Realita dapat meningkatkan konsep diri pada siswa.

## **METODE PENELITIAN**

### **Tempat dan Waktu Penelitian**

#### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian PTBK ini dilakukan di SMP Negeri 5 Madiun yang merupakan tempat melakukan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) peneliti. Secara spesifik penelitian dilakukan di kelas VIII-C dengan responden berjumlah 1 siswa yang mengalami permasalahan konsep diri rendah.

#### **2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan selama tiga bulan pada bulan Februari hingga bulan Mei tahun 2025 terhadap 1 siswa yang mengalami permasalahan konsep diri rendah dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan realita.

### **Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Penelitian ini termasuk dalam Penelitian Tindakan Bimbingan Dan Konseling (PTBK), Penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) merupakan salah satu aktivitas pada unsur inovasi dan penulisan karya ilmiah yang perlu dilaksanakan oleh setiap guru BK untuk menghasilkan produk yang mendukung upaya peningkatan mutu pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah (Hartono et al., 2022) Tindakan dalam PTBK dimaksudkan untuk memperbaiki kualitas proses pelayanan bimbingan konseling dan hasil yang diperoleh peserta didik sesudah mengikuti layanan konseling, PTBK adalah sebuah aktivitas yang dilakukan dengan tujuan untuk mengidentifikasi suatu permasalahan, mengembangkan solusi, dan melakukan perbaikan terhadap program pendidikan di sekolah (Budiono, 2021).

Penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) merupakan suatu bentuk penelitian yang bersifat reflektif dengan melakukan tindakan-tindakan tertentu agar dapat memperbaiki dan atau meningkatkan pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling agar lebih profesional. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan empat komponen penelitian tindakan, sebagai berikut:

1. Perencanaan tindakan
2. Pelaksanaan tindakan
3. Observasi
4. Refleksi/evaluasi

### **Subjek Penelitian**

Menurut Arikunto, subjek penelitian adalah subjek yang ditunjuk untuk di teliti oleh penelitian yakni subjek yang menjadi pusat perhatian atau sasaran penelitian (Arikunto, 2002). Dalam penelitian kualitatif, manusia sebagai sumber data mempunyai peranan penting sebagai individu yang memiliki informasi. Informan merupakan tumpuan pengumpulan data bagi peneliti dalam mengungkapkan permasalahan penelitian. Adapun yang menjadi subyek dalam penelitian adalah peserta didik yang mengalami permasalahan kepercayaan diri berdasarkan hasil observasi dan wawancara kelas VIII-C berjumlah 2 siswa. Jadi, subjek penelitian itu merupakan sumber informasi yang digali untuk diungkapkan fakta-fakta lapangan.

### **Teknik Pengumpulan Data**

#### **1. Observasi**

Observasi (pengamatan) adalah suatu cara untuk memperoleh data dengan menggunakan pengamatan langsung di lapangan. Pengamatan ini didasarkan atas pengamatan langsung (Sugiyono, 2018). Dimana observasi ini dilakukan pada saat pelaksanaan layanan bimbingan klasikal di kelas dan proses pembelajaran berlangsung. Metode ini digunakan peneliti untuk memperoleh data mengenai permasalahan yang terjadi proses pembelajaran konseli di kelas.

#### **2. Wawancara**

Wawancara adalah pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, tetapi juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam. Teknik pengumpulan data ini mendasarkan diri pada laporan tentang diri sendiri atau *self-report* atau setidaknya pada pengetahuan atau keyakinan

# **PENERAPAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA DALAM MENGUBAH KONSEP DIRI NEGATIF SISWA *BROKEN HOME***

pribadi (Sugiyono, 2006). Wawancara dilakukan terhadap konseli dan wali kelas untuk mengetahui permasalahan yang sedang terjadi pada konseli.

## **Prosedur Penelitian**

Prosedur penelitian yang akan dilakukan ialah penelitian ini akan dilaksanakan dalam II siklus pada siswa kelas VIII-C di SMP N 5 Madiun dengan prosedur penelitian tindakan bimbingan kelompok. Selanjutnya akan dilaksanakan penyebaran angket tentang Konsep diri sebagai asesmen awal kepada peserta didik dan pembuatan RPLBK. Setelah itu akan dilaksanakan siklus I dan dilaksanakan refleksi serta evaluasi. Setelah dilaksanakan evaluasi siklus I dilaksanakan konseling kelompok siklus II dengan menggunakan pendekatan realita. Setelah dilaksanakan siklus I dan II dilaksanakan evaluasi dan refleksi untuk melihat peningkatan peserta didik tentang konsep diri negatif pada siswa *broken home*.

## **Indikator Kinerja**

Layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan Realita dilakukan untuk mengatasi konsep diri negatif pada siswa *broken home*. Pendekatan realita dilakukan diharapkan dapat memberikan dampak signifikan pada peningkatan konsep diri pada siswa. Penelitian ini dikatakan berhasil apabila konsep diri pada siswa setelah diberikan layanan berada pada rentang skor yang baik, yaitu berkisar antara 76% - 100%,.

## **Teknik Analisis Data**

Desain dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian tindakan kelas dengan tujuan peningkatan kecerdasan emosi di SMP 5 Madiun. Penelitian ini menggunakan model yang dikemukakan oleh Kemmis & Mc Taggart dengan beberapa langkah setiap siklusnya yaitu, (1) perencanaan, (2) pelaksanaan, (3) pengamatan, dan (4) refleksi.

Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif, dimana data yang diperoleh akan dideskripsikan secara nyata, mulai dari data awal sebelum adanya tindakan dan setelah ada tindakan. Data yang diperoleh akan dianalisis secara deskriptif yang mana data akan diuraikan dan dijelaskan dengan tujuan memberi gambaran bagaimana proses pelaksanaan konseling kelompok dengan penerapan pendekatan

Realita. Analisis data dilakukan setiap saat pengumpulan data di lapangan secara berkesinambungan. Diawali dengan proses klarifikasi data agar tercapai konsistensi, dilanjutkan dengan langkah abstraksi-abstraksi teoritis terhadap informasi lapangan, dengan mempertimbangkan menghasilkan pernyataan- pernyataan yang sangat memungkinkan dianggap mendasar dan universal. Gambaran dan informasi tentang peristiwa atas obyek yang dikaji tetap mempertimbangkan derajat koherensi internal, masuk akal dan berhubungan dengan peristiwa faktual dan realistik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* mengenai perencanaan , melalui hasil dari layanan selama 2 siklus terdapat hasil *post test* yang menunjukkan peningkatan mulai dari awal pra siklus sampai dengan *post test* yang dilakukan di setiap siklusnya, hasilnya menunjukkan bahwa adanya peningkatan dalam konsep diri negatif pada siswa *broken home*. Peserta didik paham atas upaya yang ditingkatkan dalam perencanaan , peserta didik telah berhasil mengatasi tantangan-tantangan yang mungkin dan mengarahkan langkah-langkah peningkatan. Adapun hasil pretest dan *post test* 1 dan 2 yaitu sebagai berikut :

| Responden | Nilai      |          |           |
|-----------|------------|----------|-----------|
|           | Pra-siklus | Siklus I | Siklus II |
| Kevin     | 66         | 68       | 75        |
| Andhi     | 64         | 65       | 72        |

### Pembahasan

Penelitian tindakan bimbingan dan konseling yang dilakukan di kelas VIII-C SMP Negeri 5 Madiun ini telah berhasil dilaksanakan melalui dua siklus dengan masing-masing siklus terdiri dari satu pertemuan. Setiap siklus mengikuti tahapan yang sistematis, yakni perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi, yang merupakan komponen penting dalam model penelitian tindakan kelas. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk secara berkesinambungan mengidentifikasi masalah, menerapkan intervensi, mengamati respon peserta didik, dan melakukan evaluasi untuk perbaikan tindakan pada siklus berikutnya. Kriteria keberhasilan yang ditetapkan dalam

## **PENERAPAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA DALAM MENGUBAH KONSEP DIRI NEGATIF SISWA *BROKEN HOME***

penelitian ini adalah adanya peningkatan kepercayaan diri minimal sebesar 75% dari jumlah konseli yang mengikuti layanan bimbingan kelompok.

Data hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam konsep diri konseli setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita. Peningkatan tersebut tidak hanya tercermin dari peningkatan skor dalam tes konsep diri, tetapi juga dari perubahan nyata dalam sikap dan perilaku konseli selama proses konseling berlangsung. Konseli mampu mengenali dan mengatasi permasalahan internal yang berkaitan dengan perasaan negatif terhadap diri sendiri, khususnya yang muncul akibat latar belakang keluarga *broken home*. Mereka menunjukkan kemampuan untuk menantang dan menggantikan keyakinan atau pikiran negatif dengan pola pikir yang lebih positif dan adaptif. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan realita sangat efektif dalam membantu konseli mengembangkan kesadaran diri dan tanggung jawab personal dalam menghadapi masalah yang mereka alami.

Pendekatan realita yang digunakan dalam layanan konseling kelompok berfokus pada kesadaran dan tanggung jawab individu untuk memilih perilaku yang sehat dan konstruktif. Dalam konteks siswa *broken home*, pendekatan ini memberikan ruang bagi mereka untuk memahami bahwa meskipun kondisi keluarganya kurang ideal, mereka tetap memiliki kendali atas bagaimana mereka merespon dan menjalani kehidupan. Pendekatan ini membantu konseli untuk memperbaiki cara pandang terhadap diri sendiri dan masa depan, sehingga konsep diri yang negatif dapat bertransformasi menjadi konsep diri yang lebih positif dan optimis. Selain itu, konseling kelompok memungkinkan terjadinya proses sosial dan dukungan antar peserta, yang dapat memperkuat motivasi dan rasa keterhubungan emosional, sehingga membantu mereka merasa tidak sendirian dalam menghadapi masalah.

Selain dampak psikologis, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dapat memberikan kontribusi pada peningkatan kualitas interaksi sosial dan komunikasi konseli di lingkungan sekolah. Dengan meningkatnya konsep diri, siswa menjadi lebih percaya diri dalam berinteraksi dengan teman sebaya dan guru, yang pada gilirannya dapat meningkatkan prestasi akademik dan kesejahteraan emosional mereka. Hal ini sejalan dengan tujuan utama layanan bimbingan dan konseling di sekolah, yaitu membantu siswa mengembangkan potensi secara optimal dan menghadapi tantangan hidup secara lebih efektif.

Dengan demikian, hasil pembahasan ini menggarisbawahi pentingnya penggunaan pendekatan realita dalam layanan konseling kelompok sebagai metode yang efektif untuk meningkatkan konsep diri siswa, khususnya yang berasal dari keluarga *broken home*. Implementasi pendekatan ini diharapkan dapat dijadikan model intervensi yang aplikatif dalam praktik bimbingan dan konseling di sekolah-sekolah lain yang menghadapi masalah serupa. Selain itu, penelitian ini juga menekankan perlunya dukungan dari berbagai pihak, seperti guru, orang tua, dan tenaga konselor, untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi pertumbuhan psikologis dan sosial siswa.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) ini dilaksanakan di SMP Negeri 5 Madiun, khususnya di kelas VIII-C, dengan tujuan untuk meningkatkan konsep diri siswa yang memiliki permasalahan konsep diri negatif sebagai akibat dari latar belakang keluarga *broken home*. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, dengan menggunakan layanan konseling kelompok berbasis pendekatan realita. Pendekatan ini berfokus pada peningkatan kesadaran tanggung jawab pribadi, pengambilan keputusan yang rasional, serta penolakan terhadap pikiran dan keyakinan negatif yang memengaruhi persepsi diri siswa.

Melalui tahapan-tahapan dalam PTBK, yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi, diperoleh data yang menunjukkan adanya peningkatan konsep diri siswa dari pra-siklus ke siklus II. Hasil data kuantitatif menunjukkan peningkatan skor pada dua siswa yang menjadi subjek penelitian, yaitu dari skor awal 64–66 pada pra-siklus menjadi 72–75 pada *post-test* siklus II. Peningkatan ini mencerminkan keberhasilan layanan konseling kelompok berbasis pendekatan realita dalam membantu siswa mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi, membentuk pola pikir yang lebih positif, serta meningkatkan tanggung jawab dan kemampuan mengambil keputusan secara mandiri.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita efektif dalam meningkatkan konsep diri siswa yang berasal dari keluarga *broken home*. Pendekatan ini dapat dijadikan sebagai alternatif model layanan

# **PENERAPAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN REALITA DALAM MENGUBAH KONSEP DIRI NEGATIF SISWA *BROKEN HOME***

intervensi yang relevan dan aplikatif bagi guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam menangani permasalahan konsep diri negatif di lingkungan sekolah.

## **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan simpulan yang diperoleh, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

### **1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK):**

Diharapkan dapat mengoptimalkan penggunaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan realita sebagai salah satu alternatif intervensi untuk membantu siswa yang memiliki konsep diri negatif, khususnya mereka yang berasal dari keluarga *broken home*. Pendekatan ini terbukti efektif dalam membentuk tanggung jawab pribadi dan pola pikir yang lebih positif pada siswa.

### **2. Bagi Sekolah:**

Sekolah diharapkan memberikan dukungan penuh terhadap pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling, terutama dalam menyediakan waktu, ruang, serta suasana yang kondusif bagi pelaksanaan konseling kelompok. Dukungan ini penting agar proses layanan dapat berjalan secara optimal dan berkelanjutan.

### **3. Bagi Siswa:**

Siswa yang mengalami permasalahan konsep diri diharapkan dapat lebih terbuka terhadap layanan konseling yang diberikan serta berpartisipasi aktif dalam proses konseling kelompok. Keterlibatan aktif sangat membantu dalam proses pembentukan pola pikir dan perilaku yang lebih positif serta adaptif.

### **4. Bagi Peneliti Selanjutnya:**

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan pada jumlah subjek dan cakupan masalah. Oleh karena itu, disarankan bagi peneliti berikutnya untuk mengembangkan penelitian dengan melibatkan lebih banyak peserta serta memperluas fokus pada aspek-aspek psikologis lain, seperti kepercayaan diri, regulasi emosi, atau keterampilan sosial, agar hasilnya dapat lebih komprehensif dan aplikatif..

## **DAFTAR REFERENSI**

Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Bangabua, R. (2024). *Pola asuh dalam keluarga broken home dan dampaknya terhadap perilaku anak*. Jakarta: Pustaka Keluarga.
- Budiono. (2021). Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) sebagai Upaya Peningkatan Mutu Pelayanan BK di Sekolah. *Jurnal Konseling Indonesia*, 10(2), 101–112.
- Budiono. (2021). Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) sebagai Upaya Peningkatan Mutu Pelayanan BK di Sekolah. *Jurnal Konseling Indonesia*, 10(2), 101–112.
- Burns, R. B. (1993). *Konsep Diri: Teori, Pengukuran, Perkembangan, dan Perilaku*. (Dikutip dalam Setyaningsih, 2011).
- Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (9th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Gerungan, W. A. (2004). *Psikologi Sosial*. Bandung: Refika Aditama.
- Glasser, W. (2005). *Reality Therapy in Action*. New York: HarperCollins.
- Hartono, A., Wibowo, A., & Ramadhani, S. (2022). Implementasi PTBK dalam Layanan Bimbingan Konseling Sekolah. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 12(1), 45–56.
- Hartono, A., Wibowo, A., & Ramadhani, S. (2022). Implementasi PTBK dalam Layanan Bimbingan Konseling Sekolah. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 12(1), 45–56.
- Hilgard, E. R., & Bower, G. H. (1966). *Theories of learning* (3rd ed.). New York: Appleton-Century-Crofts.
- Hurlock, E. B. (2005). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi kelima). Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (dalam Setyaningsih, S.). (2011). *Perkembangan Anak*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kemmis, S., & McTaggart, R. (1990). *The Action Research Planner*. Geelong: Deakin University Press.
- Pujosuwarno. (1994). *Dasar-Dasar Ilmu Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Rahmat, J. (1996). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Rakhmat, J. (2005). *Psikologi Komunikasi* (Edisi Revisi). Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Riswandi. (2013). *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

**PENERAPAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN  
REALITA DALAM MENGUBAH KONSEP DIRI NEGATIF SISWA  
BROKEN HOME**

- Sanyata, R. (2010). *Konseling Kelompok: Perspektif Integratif dan Multikultural*. Bandung: Alfabeta.
- Schmidt, J. J. (2003). *Counseling in Schools: Essential Services and Comprehensive Programs*. Boston: Pearson Education.
- Setyaningsih, R. (2011). *Pengaruh Konsep Diri terhadap Prestasi Belajar Siswa*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, 2(1), 15–21.
- Setyaningsih, R. (2011). *Pengaruh Konsep Diri terhadap Prestasi Belajar Siswa*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, 2(1), 15–21.
- Setyaningsih, S. (2011). *Pengaruh Keluarga Broken Home terhadap Perkembangan Anak*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sugiyono. (2006). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutoyo. (2020). *Layanan Konseling Kelompok dalam Setting Sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Widiarti, E. (2017). *Konsep Diri dan Pengaruhnya terhadap Perilaku Sosial Siswa*. Jurnal Konseling Relasi, 2(2), 45–54.
- Willis, Y. (2009). *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Erlangga.
- Yusuf, S. (2021). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.