

ABSTRAK

Fitri Oktavia Salsabila: Konseling Individu Melalui Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak *Broken Home* Didik (Penelitian di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy Desa Nanggaleng Kecamatan Cipeundeuy Kabupaten Bandung Barat).

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena rendahnya kepercayaan diri pada peserta didik yang berasal dari keluarga broken home di SMAN 1 Cipeundeuy. Kondisi *broken home* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap aspek psikologis peserta didik, terutama dalam hal membentuk konsep diri dan rasa percaya diri. Menanggapi permasalahan tersebut, salah satu upaya yang dilakukan oleh guru Bimbingan Konseling individu melalui pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy*.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kondisi kepercayaan diri peserta didik broken home di SMAN 1 Cipeundeuy, mendeskripsikan proses pelaksanaan konseling individu melalui pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT), serta menggambarkan hasil atau perubahan yang ditunjukkan oleh peserta didik setelah diberikan layanan konseling individu melalui pendekatan tersebut.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Adapun langkah-langkah pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan REBT meliputi identifikasi pikiran irasional, disputing (menantang pikiran irasional), serta penguatan dan penanaman pikiran rasional.

Penelitian ini didasarkan pada teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* yang dikembangkan oleh Albert Ellis yang berfungsi untuk membantu individu mengenali, menantang, dan mengubah pikiran-pikiran irasional menjadi rasional. Teori ini sangat relevan dengan kondisi di lapangan, di mana peserta didik broken home menunjukkan banyak pemikiran irasional seperti merasa tidak berharga, merasa tidak dicintai, atau merasa selalu gagal. Selain itu, pendekatan humanistik digunakan sebagai landasan untuk memandang bahwa setiap individu memiliki potensi untuk berkembang dan berubah secara positif apabila diberikan ruang dan dukungan yang tepat dalam proses konseling.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling individu melalui pendekatan REBT terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik broken home. Pendekatan ini mampu mengubah cara berpikir peserta didik dari irasional menjadi rasional, sehingga mereka lebih mampu menerima diri, meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan diri, serta bersikap lebih terbuka dan positif terhadap lingkungan sosialnya.

Kata Kunci: Konseling Individu, *Rational Emotive Behaviour Therapy*, Kepercayaan Diri, Anak *Broken Home*.