

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Rendahnya kepercayaan diri pada remaja dari keluarga *broken home* sering kali ditandai dengan perilaku *introvert*, seperti pemalu, kurangnya kepercayaan diri, kebingungan dalam mengambil keputusan, menyelesaikan masalah menyikapi masalah diselesaikan sendiri dan kecenderungan untuk menarik diri dari interaksi sosial di lingkungan sekolah terutama tidak jauh berbeda dengan lingkungan sosial tempat tinggalnya.

Peserta didik dari keluarga *broken home* cenderung menyendiri, menghindari hubungan interpersonal dan enggan terlibat dalam kegiatan sekolah yang melibatkan banyak orang. Perilaku lain yang sering muncul adalah kecenderungan untuk menutup diri dan mudah mengalami depresi dikarenakan kurangnya keterbukaan kepada orang lain. Pernyataan diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Dinda (2021), yang menyatakan bahwa anak-anak dari keluarga *broken home* sering mengalami penurunan prestasi akademik, kurangnya motivasi belajar serta kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat.

Berdasarkan hasil observasi awal melalui wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti dengan guru Bimbingan dan Konseling pada tanggal 14 September 2024, ditemukan fenomena yang cukup unik yaitu kebingungan peserta didik dari keluarga *broken home* dalam memahami dan mengelola

konsep diri. Fenomena ini terlihat jelas dalam bentuk kurangnya kepercayaan diri yang ditunjukkan oleh peserta didik, baik dalam konteks akademik maupun hubungan sosial di lingkungan sekolah.

Salah satu layanan yang digunakan oleh guru BK untuk membantu dalam menyelesaikan masalah siswa dari keluarga *broken home* akibat perceraian dengan permasalahan rendahnya kepercayaan diri siswa adalah menggunakan layanan konseling individu melalui *pendekatan Rational Emotive behavior Therapy* (REBT) karena dipandang efektif dalam membantu menyelesaikannya dan permasalahan seperti ini perlu adanya privasi karena menyangkut permasalahan pribadi serta berharap dapat membantu siswa yang memiliki pikiran yang irasional dapat kembali rasional.

Konseling individu merupakan salah satu teknik konseling dengan pemberian bantuan secara individu serta secara langsung berkomunikasi. Dalam teknik ini pemberian bantuan bersifat *face to face relationship* (hubungan empat mata), atau pelaksanaannya dilakukan dengan wawancara antara konselor dengan klien. Masalah-masalah yang dipecahkan melalui konseling individu harus bersifat pribadi. Adapun tujuan umum dari konseling individu adalah membantu klien untuk menstrukturkan kembali masalahnya, membantu klien menyelesaikan masalahnya sendiri serta mengurangi pikiran atau penilaian negatif terhadap dirinya sendiri. Selain itu membantu klien dalam mengoreksi persepsinya terhadap lingkungan disekitarnya, agar klien bisa mengarahkan dan mengendalikan tingkah laku serta mengembangkan minat sosialnya (Masdudi, 2015).

Siswa Sekolah Menengah Atas termasuk ke dalam masa remaja yaitu antara umur 15-18 tahun. Masa remaja ini merupakan masa perkembangan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mencakup perubahan signifikan baik fisik, kognitif, sosial dan emosional (Farida Isroani, 2023). Dalam fase ini, remaja juga mulai mengeksplorasi identitas diri, membentuk hubungan yang lebih kompleks dengan teman sebaya dan berusaha memahami peran mereka dalam masyarakat. Pada masa ini juga remaja mulai melepaskan diri secara emosional dari orang tua dalam rangka menjalankan peran sosialnya yang baru dan menyesuaikan diri dengan harapan serta tanggung jawab yang datang seiring dengan beranjaknya usia.

Salah satu dampak yang cukup menonjol yaitu dalam pendidikannya, anak menjadi sulit bersosialisasi dilingkungan sekolah, tidak memiliki semangat untuk belajar serta kurangnya kepercayaan diri pada anak *broken home*. Kepercayaan diri merupakan aspek penting bagi remaja untuk dapat mengembangkan potensi dirinya. Jika individu memiliki kepercayaan diri yang baik maka individu tersebut akan mampu mengembangkan potensi dirinya secara bertahap. Namun, jika individu memiliki kepercayaan diri yang rendah, maka individu tersebut cenderung menarik diri, bingung dalam mengambil keputusan, bersikap acuh, canggung dalam berinteraksi dengan orang lain dan selalu menyalahkan dirinya sendiri serta sulit menerima kenyataan dirinya (Pratama, 2022).

Berdasarkan observasi awal ke SMAN 1 Cipeundeuy, dikarenakan objeknya terlalu banyak dan tidak semuanya bisa diteliti agar penelitian ini

lebih fokus. Penelitian ini memiliki urgensi yang tinggi mengingat fenomena rendahnya kepercayaan diri pada peserta didik yang berasal dari keluarga *broken home* di SMAN 1 Cipeundeuy yang teridentifikasi melalui hasil observasi awal dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling. Kondisi ini tercermin dari perilaku siswa yang cenderung menarik diri, merasa tidak berharga, kebingungan dalam mengambil keputusan, hingga kesulitan membangun hubungan sosial baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Rendahnya kepercayaan diri pada masa remaja, yang merupakan fase transisi penting dalam pembentukan identitas diri, berpotensi menimbulkan masalah psikologis yang lebih serius apabila tidak segera ditangani.

Oleh karena itu, diperlukan upaya strategis yang dapat membantu siswa dalam meningkatkan kepercayaan dirinya. Salah satu pendekatan yang digunakan oleh guru BK di sekolah tersebut adalah layanan konseling individu melalui pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT). Namun, efektivitas penerapan pendekatan ini dalam konteks meningkatkan kepercayaan diri siswa *broken home* belum banyak dikaji secara ilmiah. Penelitian ini menjadi penting untuk menggali lebih dalam bagaimana proses konseling individu dengan pendekatan REBT dilaksanakan, kondisi kepercayaan diri siswa *broken home* sebelum dan sesudah mendapat layanan tersebut, serta sejauh mana perubahan positif yang terjadi.

Peneliti merasa tertarik untuk meneliti secara lebih jauh dan mendalam tentang konseling individu melalui pendekatan REBT dapat mengatasi masalah kepercayaan diri remaja dari keluarga *broken home*, maka dari itu peneliti

merumuskan judul “**KONSELING INDIVIDU MELALUI PENDEKTAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI ANAK *BROKEN HOME* (Pelitian di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy Desa Nanggeleng Kecamatan Cipeundeuy Kabupaten Bandung Barat)**”.

Peneliti berharap penelitian ini tidak hanya memberikan wawasan baru tentang dampak konseling terhadap pengembangan diri remaja, tetapi juga memberikan rekomendasi untuk praktik pelaksanaan konseling yang lebih baik untuk siswa dari latar belakang keluarga *broken home*.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan penulis sebelumnya, maka rumusan masalah peneliti ini adalah “Konseling Individu Melalui Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri *Anak Broken Home* di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy”

1. Bagaimana Kondisi Kepercayaan Diri Anak *Broken Home* di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy?
2. Bagaimana Proses Konseling Individu Melalui Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak *Broken Home* di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy?
3. Bagaimana Hasil Konseling Individu Melalui Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak *Broken Home* di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dirumuskan di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Konseling Individu Melalui *Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk meningkatkan Kepercayaan Diri Anak *Broken Home* di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy.”

1. Untuk Mengetahui Kondisi Kepercayaan Diri Anak *Broken Home* di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy.
2. Untuk Mengetahui Proses Konseling Individu Melalui *Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak *Broken Home* di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy.
3. Untuk Mengetahui Hasil Konseling Individu Melalui *Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak *Broken Home* di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy.

D. Kegunaan Penelitian

Bagian ini menjelaskan bagian sumbangan hasil penelitian, baik secara akademis maupun teoritis.

1. Kegunaan Akademis

Penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan teoritis bagi disiplin ilmu Bimbingan Konseling Islam. Hasil dari penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya hasil penelitian mengenai Konseling Individu melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terhadap pengembangan kepercayaan diri pada remaja dari keluarga *broken*

home. Selain itu diharapkan penelitian ini dapat memperkaya literatur yang ada dengan data yang relevan, yang bertujuan untuk memperbaiki konsep diri mereka.

4. Kegunaan Praktis

Penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat praktis bagi guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri siswa dari keluarga broken home melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Sehingga guru BK dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai acuan dalam merancang dan melaksanakan program konseling individu yang lebih efektif, sehingga dapat membantu siswa dalam mengatasi masalah emosional dan keyakinan negatif yang mereka miliki.

E. Tinjauan Pustaka

Pada bagian ini akan membahas landasan teoritis tentang teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* dan Teori humanistik serta kerangka konseptual

1. Landasan Teoritis

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) adalah pendekatan terapi kognitif yang dikembangkan oleh Albert Ellis pada tahun 1950-an. REBT berfokus pada bagaimana keyakinan irasional individu dapat memengaruhi emosi dan perilaku mereka, serta bagaimana mengubah keyakinan tersebut menjadi lebih rasional dan adaptif (Ellis, 1994). Menurut Ellis, gangguan emosional bukan disebabkan langsung oleh peristiwa yang dialami

seseorang, melainkan oleh interpretasi dan keyakinan mereka terhadap peristiwa tersebut.

Dapat dikatakan bahwa REBT merupakan suatu metode terapi yang menggunakan pendekatan kognitif dan perilaku untuk memahami serta mengatasi masalah emosi dan perilaku negatif yang berasal dari keyakinan-keyakinan atau pikiran-pikiran yang tidak rasional. REBT juga suatu pendekatan kognitif dan perilaku yang mengungkapkan fakta-fakta bahwa perilaku yang dihasilkan adalah dari keyakinan-keyakinan atau pikiran-pikiran yang tidak rasional.

Adapun tujuan dari REBT adalah membantu individu agar dapat menolong dirinya sendiri dengan cara mengubah keyakinan atau pikiran irasionalnya menjadi lebih rasional melalui pembelajaran serta latihan terhadap kognitif, emosi dan perilaku sehingga dapat memungkinkan bagi klien untuk melakukan koping dalam jangka waktu yang panjang pada masa yang akan datang (Yanti, 2018). Dengan demikian, tujuan utama dari konseling REBT ini ialah menunjukkan dan menghindarkan cara berpikir yang tidak irasional yang menjadi penyebab gangguan emosionalnya.

Ellis 1994, berasumsi bahwa manusia memiliki kecenderungan dalam berpikir secara irasional, tetapi juga memiliki kemampuan untuk belajar berpikir secara rasional. Asumsi lain menurut (Habsy, 2018) seperti :

- a. Pikiran, perasaan dan tingkah laku secara berkesinambungan dan saling berinteraksi dan mempengaruhi satu sama lain.
- b. Gangguan emosional disebabkan oleh faktor biologi dan lingkungan.

- c. Manusia dipengaruhi oleh orang lain dan lingkungan sekitar dan individu juga secara aktif dapat mempengaruhi orang-orang disekitarnya.
- d. Manusia merugikan dirinya sendiri secara kognitif, emosional dan perilaku. Individu sering berfikir hal-hal yang yang dapat menyakiti dirinya sendiri (*self-defeating behavior*) dan orang lain
- e. Ketika hal atau peristiwa yang tidak menyenangkan terjadi, individu cenderung memiliki keyakinan yang irasional tentang kejadian tersebut. Keyakinan irasional ini yang dapat menjadi penyebab terjadinya gangguan kepribadian pada individu.
- f. Terkadang manusia memiliki kecenderungan yang besar dalam membuat dan mempertahankan gangguan emosionalnya.

Teori Rational Emotive Behavioral Therapy cukup relevan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMAN 1 Cipeundeuy, khususnya bagi anak yang menghadapi tantangan emosional akibat dari latar belakang keluarga *broken home*. REBT berfokus pada identifikasi dan perubahan keyakinan irasional yang dapat menghambat perkembangan diri, seperti perasaan negatif dan merasa tidak mampu dalam berbagai hal. Melalui pendekatan ini, siswa diajarkan untuk merubah pola pikiran negatif dengan pola pikir yang positif atau rasional yang lebih mendukung, yang dapat meningkatkan harga diri dan kepercayaan diri siswa.

Teori humanistik yang dipelopori oleh Abraham Maslow pada tahun 1950-an, Maslow seorang psikolog yang berasal dari Amerika dan menjadi seorang

pelopor aliran psikologi humanistik. Menurut Maslow, individu yang mencapai aktualisasi diri adalah mereka yang dapat menggunakan potensi penuh mereka untuk mencapai kepuasan hidup dan kontribusi yang bermakna bagi lingkungan sekitarnya. Pendekatan ini menekankan bahwa setiap individu memiliki kapasitas untuk berkembang secara positif jika diberikan lingkungan yang mendukung dan kesempatan untuk mengeksplorasi potensinya. Dengan demikian, teori humanistik Maslow menjadi dasar dalam memahami motivasi dan perkembangan individu dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk pendidikan, pekerjaan, dan konseling (Maslow, 1954). Maslow juga percaya bahwa manusia bergerak untuk memahami dan dirinya sendiri sebisa mungkin. Maslow mengemukakan bahwa seseorang yang berperilaku pada dasarnya ditujukan untuk memenuhi kebutuhan yang bersifat hirarkis. (Dinata, 2021) Maslow menjelaskan bahwa manusia termotivasi untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidupnya. Adapun tujuan humanistik adalah untuk menjadi seorang yang lebih manusiawi dengan harapan agar bisa menjadi lebih peka terhadap lingkungan sekitar serta mampu memahami diri sendiri dalam meraih aktualisasi diri. Teori Maslow juga didasarkan pada asumsi bahwa didalam diri individu terdapat dua hal :

- a. Suatu usaha positif untuk berkembang
- b. Kekuatan untuk melawan atau menolak perkembangan itu.

Pendekatan humanistik dalam konseling individu berfokus pada pengembangan potensi manusia dan penekanan pada pengalaman subjektif setiap individu. Salah satu dasar dari pendekatan ini adalah penghargaan

terhadap martabat manusia serta keyakinan bahwa setiap individu memiliki kapasitas untuk tumbuh dan mencapai aktualisasi diri. Dalam konteks anak *broken home*, pendekatan humanistik menjadi relevan dikarenakan mereka sering menghadapi tantangan emosional yang memengaruhi kepercayaan diri dan pandangan mereka terhadap diri sendiri. Maslow 1954, mengemukakan adanya lima tingkatan hierarki seperti:

- a. Kebutuhan fisiologi / dasar (*Physiological Needs*)
- b. Kebutuhan akan keamanan(*Safety Needs*)
- c. Kebutuhan sosial dan rasa memiliki (*Love and Belonging Needs*)
- d. Kebutuhan akan penghargaan (*Esteem Needs*)
- e. Kebutuhan aktualisasi diri (*Self-Actualization Needs*)

Dalam konteks remaja *broken home*, hambatan dalam pemenuhan kebutuhan pada tingkat keamanan, sosial dan harga diri sering kali terjadi. ketidakharmonisan dalam keluarga, perpisahan orang tua atau kurangnya perhatian emosional dapat membuat anak tidak merasa aman, kurang kasih sayang dan kehilangan kepercayaan dirinya sendiri. Ketika kebutuhan ini tidak terpenuhi maka anak akan cenderung mengalami permasalahan menarik diri dari pergaulan atau merasa tidak berharga.

Percaya diri merupakan bagian dari kebutuhan akan penghargaan (*esteem needs*), yang terletak pada tingkat keempat dalam hierarki kebutuhan manusia. Maslow menjelaskan bahwa kebutuhan ini mencakup dua aspek utama yaitu penghargaan dari orang lain, seperti pengakuan dan apresiasi serta penghargaan

terhadap diri sendiri, yang mencakup rasa percaya diri, kompetensi, kemandirian dan perasaan mampu dalam menjalani kehidupan. (Maslow, 1954)

Menurut Maslow 1954, kepercayaan diri merupakan bagian penting dari kebutuhan harga diri. Kepercayaan diri membantu individu merasa mampu, percaya pada potensinya dan dapat menghadapi tantangan hidup dengan optimis. Jika kebutuhan harga diri ini dapat terpenuhi maka individu dapat mengembangkan kemampuannya secara optimal. Namun jika kebutuhan ini tidak terpenuhi maka individu cenderung mengalami keraguan, rasa tidak percaya diri.

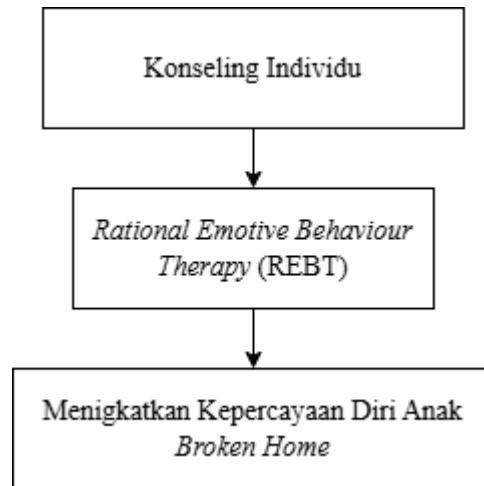
Teori humanistik sangat relevan untuk diterapkan dalam upaya meningkatkan kepercayaan diri di SMAN 1 Cipeundeuy. Teori ini menekankan bahwa setiap individu memiliki potensi bawaan untuk berkembang dan mencapai aktualisasi diri. Dalam konteks sekolah, pendekatan humanistik dapat membantu siswa merasa diterima, dihargai dan didukung dalam mengembangkan kepercayaan diri siswa. Dengan memberikan perhatian pada pengalaman dan perasaan siswa secara empatik, guru BK juga dapat menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung, sehingga siswa mampu mengenali nilai diri dan mengatasi rasa rendah diri.

Teori humanistik memiliki relevansi yang signifikan dengan pendekatan *Rational emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam konseling individu untuk meningkatkan kepercayaan diri anak *broken home*. Teori humanistik yang dikembangkan oleh Maslow, menekankan bahwa setiap individu memiliki

potensi bawaan untuk berkembang dan mencapai aktualisasi diri. Prinsip ini sejalan dengan tujuan REBT, yaitu membantu individu merubah keyakinan atau pikiran irasional yang menghambat perkembangan diri mereka dengan keyakinan rasional yang dapat mendukung pertumbuhan diri. Dalam pendekatan humanistik, pemahaman terhadap perasaan, pengalaman dan kebutuhan individu cukup relevan dengan fokus REBT pada identifikasi dan pengelolaan emosi negatif akibat pola pikir yang tidak rasional.

Baik teori *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) maupun teori humanistik memiliki tujuan yang sejalan dalam membantu individu mencapai kesejahteraan emosional dan pengembangan diri. REBT yang berfokus pada identifikasi dan perubahan pola pikir irasional yang dapat menghambat perkembangan individu, sedangkan teori humanistik menekankan pentingnya pemahaman terhadap potensi dan pengalaman pribadi individu. Teori keduanya juga mengedepankan pentingnya konselor dengan klien yang empatik dan *non-judgmental*, serta menciptakan ruang yang aman dan nyaman bagi individu untuk mengeksplorasi dan mengubah pemikiran serta perasaan siswa.

2. Kerangka Konseptual



Gambar 1.1 Kerangka Konseptual

F. Langkah-langkah Penelitian

Berikut adalah langkah-langkah dari penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini, diantaranya :

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlokasi di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy yang terletak di Jl. Cinangsi, Desa Nanggeleng, Kecamatan Cipeundeuy, Kabupaten Bandung Barat, Jawa Barat. Lokasi ini dipilih karena mudah dijangkau oleh peneliti dan tersedia data yang relevan untuk mendukung kelancaran proses penelitian.

Selain itu, pemilihan lokasi juga didasarkan pada adanya permasalahan yang berkaitan dengan peserta didik yang berasal dari keluarga *broken home* akibat perceraian. Permasalahan tersebut dinilai relevan dengan fokus penelitian, yaitu meningkatkan kepercayaan diri siswa

melalui konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT).

2. Paradigma dan Pendekatan

Paradigma adalah suatu pandangan fundamental tentang apa yang menjadi pokok persoalan dalam ilmu pengetahuan. Selain itu paradigma juga membantu merumuskan apa yang harus dipelajari, pertanyaan-pertanyaan apa yang harusnya dijawab dan aturan-aturan apa yang harus diikuti dalam menafsirkan jawaban yang diperoleh. Paradigma juga dapat membedakan antara instrumen-instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah paradigma konstruktivisme. Paradigma ini berfokus pada pemahaman bahwa realitas sosial dibentuk oleh interaksi individu serta pengetahuan adalah konstruksi sosial yang dibangun melalui pengalaman dan persepsi (Amruddin, 2020).

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian kualitatif adalah pendekatan fenomenologis. Pendekatan fenomenologis dengan paradigma konstruktivisme yang bermaksud melihat dari sudut pandang. Pendekatan fenomenologis berusaha untuk mengungkapkan dan menjabarkan makna secara psikologis dari suatu pengalaman hidup individu terhadap suatu fenomena melalui penelitian yang mendalam. Selain itu pendekatan fenomenologis memusatkan perhatian pada pengalaman subjektif, pendekatan ini juga berhubungan dengan pandangan pribadi mengenai dunia dan penafsiran mengenai berbagai kejadian yang dialaminya (Nuryana, 2019).

3. Metode penelitian

Metode penelitian adalah sebagai suatu kegiatan ilmiah yang terencana, terstruktur, sistematis dan memiliki tujuan tertentu baik secara praktis maupun teoritis. Selain itu juga penelitian sebagai sesuatu kegiatan yang terorganisir, sistematis berdasarkan data yang dilakukan secara kritis, objektif untuk mendapatkan jawaban atau pemahaman yang lebih mendalam atas suatu masalah. Metode penelitian juga sebagai suatu pendekatan atau penelusuran untuk mengeksplorasi serta memahami suatu masalah (Semiawan, 2019).

Metode penelitian yang diambil adalah kualitatif pendekatan fenomenologi, metode penelitian kualitatif fenomenologi adalah strategi penelitian dimana di dalamnya peneliti mengidentifikasi hakikat pengalaman anak broken home di Sekolah menengah Atas 1 Cipeundeuy tentang suatu fenomena tertentu yang dialami anak tersebut. dalam memahami pengalaman-pengalaman hidup manusia menjadikan filsafat fenomenologi ini sebagai salah satu metode penelitian yang prosedur-prosedurnya mengharuskan peneliti mengkaji sejumlah subjek dengan terlibat secara langsung dan relatif lama dan di dalamnya bertujuan untuk mengembangkan pola-pola dan relasi-relasi makna (Kusumastuti, 2019).

4. Jenis Data dan Sumber Data

a. Jenis Data

Jenis data merupakan hasil jawaban atas pertanyaan yang berkaitan dengan fokus dan tujuan penelitian. Oleh karena itu jenis data yang digunakan dalam penelitian ini, diantaranya:

- 1) Data mengenai program konseling individu melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan kepercayaan diri anak *broken home* di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy.
- 2) Data mengenai proses konseling individu melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan kepercayaan diri *anak broken home* di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy.
- 3) Data mengenai hasil konseling individu melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan kepercayaan diri *anak broken home* di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy.

b. Sumber Data

Sumber data utama dalam penelitian kualitatif adalah kata-kata dan tindakan selebihnya adalah data tambahan seperti dokumentasi dan lain-lain. Sumber data dibagi menjadi dua menurut (Nasution, 2023), diantaranya:

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer dalam penelitian ini adalah guru Bimbingan Konseling dan tiga peserta didik di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy. Data yang diperoleh berupa informasi dalam bentuk lisan yang diperoleh penulis secara langsung dari guru BK dan peserta didik di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Cipeundeuy.

b. Sumber Data Skunder

Data skunder merupakan data-data yang didapatkan atau diperoleh dari subjek penelitian atau sumber pertama yang digunakan dalam penelitian. Data skunder ini bersifat pelengkap dan penguat dari data primer, sumber data skunder mencakup dokumen, buku, artikel, jurnal hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan penelitian ini.

5. Penentuan Informan atau Unit Penelitian

Pemilihan informan dapat didasarkan pada dua aspek yaitu teori dan praduga, yang keduanya berlandaskan pada pemahaman atau pengalaman dari responden atau informan (tidak didasarkan pada pilihan acak). Jika pemilihan informan berdasarkan teori maka tujuan utama untuk mengumpulkan data adalah untuk mengembangkan teori secara substantif. Sedangkan teknik dengan pemilihan informan dengan praduga sering digunakan dalam penelitian yang dilakukan untuk informan yang berdasarkan masalah dan tujuan penelitian (Haryana, 2022).

a. Informan dan Unit Analisis

Informan adalah subjek penelitian yang dapat memberikan informasi mengenai fenomena atau permasalahan yang diangkat dalam suatu penelitian. Dalam penelitian kualitatif informan terbagi menjadi tiga, yaitu:

1) Informan Kunci

Informan Kunci adalah informan yang memiliki informasi secara menyeluruh tentang permasalahan yang diangkat oleh peneliti. Informasi kunci juga bukan hanya mengetahui tentang suatu kondisi atau fenomena pada subjek melainkan memahami informasi tentang informan utama.

2) Informan Utama

Informan utama dalam penelitian kualitatif mirip dengan “pemeran utama” dalam sebuah kisah atau cerita. Dapat dikatakan informan utama adalah orang yang mengetahui secara teknis dan detail tentang masalah penelitian yang akan dipelajari.

3) Informan Pendukung

Informan pendukung merupakan orang yang dapat memberikan informasi tambahan sebagai pelengkap analisis dan pembahasan dalam penelitian kualitatif. Informan pendukung juga terkadang memberikan informasi yang tidak diberikan oleh informan utama atau informan kunci (Haryana, 2022).

Unit analisis dalam penelitian kualitatif adalah “lokasi” atau tempat penelitian yang dilakukan. Jika unit analisis penelitian adalah individu maka hasil studi difokuskan pada analisis terhadap perilaku, pendapat, opini atau sikap individu tersebut. Begitu pula jika program sebagai unit analisis maka fokus analisis akan diarahkan kepada gambaran program tersebut.

b. Teknik Penentuan Informan

Teknik penentuan informan adalah teknik pengambilan informan atau narasumber dengan tujuan tertentu sesuai dengan tema penelitian karena orang tersebut dianggap memiliki informasi yang diperlukan bagi penelitian. Dalam hal ini peneliti memilih informan yang dianggap mengetahui permasalahan yang akan dikaji yang mampu memberikan informasi yang dapat dikembangkan untuk memperoleh data (Nasution, 2023).

6. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada dasarnya bersifat tentatif karena penggunaannya ditentukan oleh konteks permasalahan dan gambaran data yang akan diperoleh. Data dikumpulkan ketika arah dan penelitiannya sudah jelas dan ketika sumber data yaitu informan atau partisipan telah diidentifikasi, dikonfirmasi dan diberikan persetujuannya untuk mengeluarkan informasi yang diperlukan. Data penelitian kualitatif biasanya berupa teks, foto, cerita, gambar dan bukan berupa angka hitung-hitungan. Dalam teknik pengumpulan data yang diperoleh yaitu melalui

berbagai macam teknik seperti wawancara, observasi dan dokumen (Thalhah, 2022). Berikut penjelasan dari berbagai teknik pengumpulan data:

a. Observasi

Pada penelitian ini, observasi akan dilakukan untuk mengamati perilaku siswa dari keluarga *broken home* di lingkungan sekolah, khususnya dalam hal interaksi sosial, partisipasi dalam kegiatan sekolah, serta tingkat kepercayaan diri yang mereka tunjukkan. Tujuan dari observasi ini adalah untuk memperoleh data mengenai bagaimana konsep diri siswa dari keluarga *broken home* tercermin dalam perilaku mereka sehari-hari di sekolah. Observasi ini dilakukan karena siswa sering kali tidak menyadari atau enggan mengungkapkan kondisi psikologis mereka dalam wawancara atau angket, sehingga pengamatan langsung dapat memberikan data yang lebih objektif.

b. Wawancara

Wawancara dalam penelitian ini akan dilakukan dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMAN 1 Cipeundeuy serta beberapa peserta yang berasal dari keluarga *broken home*. Tujuan dari wawancara ini adalah untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai konsep diri dan tingkat kepercayaan diri siswa dari perspektif guru BK serta pengalaman langsung dari siswa yang mengalami kondisi tersebut. Wawancara digunakan karena teknik ini memungkinkan peneliti untuk menggali informasi lebih detail dan memperoleh data

kualitatif yang tidak dapat diperoleh hanya melalui observasi atau angket.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah metode yang digunakan untuk mendapatkan data tambahan atau data pendukung melalui dokumen-dokumen yang akan ada kaitannya dengan penelitian. Dokumentasi sendiri adalah teknik yang digunakan untuk mendapatkan data dengan cara mempelajari, mencatat arsip atau data yang ada kaitannya dengan masalah yang akan diteliti sebagai bahan untuk menganalisis permasalahan. Dalam penelitian ini dokumentasi lebih fokus pada pengumpulan data-data penelitian yang dibutuhkan.

7. Teknik Penentuan Keabsahan Data

Teknik penentuan data penelitian adalah kepercayaan atas data penelitian yang diperoleh dan bisa dipertanggung jawabkan kebenarannya. Teknik penentuan keabsahan juga merupakan metode yang digunakan untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan dalam suatu penelitian benar, valid dan dapat dipercaya. Keabsahan data dalam penelitian kualitatif menurut , meliputi:

a. Uji Kredibilitas

Uji kredibilitas merupakan uji kepercayaan terhadap data hasil penelitian kualitatif. Uji kredibilitas juga memiliki dua fungsi untuk melaksanakan pemeriksaan dalam tingkat kepercayaan penemun yang dicapai, dan fungsi yang kedua untuk mempertunjukkan kepercayaan

hasil-hasil penemuan dengan cara pembuktian terhadap kenyataan ganda yang sedang diteliti.

b. Uji Transferabilitas

Uji transferabilitas adalah teknik untuk menguji validitas eksternal dalam penelitian kualitatif. Uji ini dapat menunjukkan ketepatan atau dapat diterapkan hasil penelitian ke populasi dimana sampel diambil.

c. Uji Dependabilitas

Uji dependabilitas didalam penelitian kualitatif dilakukan dengan cara audit terhadap keseluruhan proses didalam penelitian. Uji dependabilitas dilakukan dengan cara mengaudit segala keseluruhan proses penelitian.

d. Uji Konfirmabilitas

Uji konfirmabilitas merupakan uji objektivitas didalam penelitian kualitatif, penelitian ini bisa dikatakan objektif apabila penelitian ini telah disepakati oleh orang banyak dapat diartikan juga menguji hasil penelitian yang dihubungkan dengan proses penelitian.

2. Teknik Analisis Data

Setelah data diperoleh dari lapangan maka langkah selanjutnya adalah dengan analisis data. Adapun beberapa data yang dapat dilakukan dalam menganalisis data. Menurut Miles dan Huberman ada beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk menganalisis data (Nasution, 2023) :

a. Reduksi Data

Setelah data primer dan data sekunder terkumpul, langkah selanjutnya adalah dengan memilah data, membuat tema-tema, mengkategorikan, memfokuskan data sesuai bidangnya, membuang dan menyusun data dalam suatu cara serta membuat ringkasan-ringkasan dalam satuan analisis, setelah itu baru pengecekan data kembali dan mengelompokkannya sesuai dengan masalah yang diteliti. Setelah data direduksi maka data yang sesuai dengan tujuan penelitian dideskripsikan dalam bentuk kalimat sehingga dapat diperoleh gambaran yang utuh tentang masalah penelitian.

b. Penyajian Data

Penyajian data adalah data serta informasi yang didapat lapangan dimasukkan dalam suatu matriks, data yang disajikan sesuai dengan data yang diperoleh dalam penelitian di lapangan sehingga peneliti akan dapat menguasai data yang didapat dan tidak ada kesalahan dalam menganalisis data serta dalam penarikan kesimpulan. penyajian data bertujuan untuk menyederhanakan informasi yang kompleks menjadi data yang sederhana sehingga dapat lebih mudah dipahami.

c. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan merupakan usaha untuk mencari atau memahami makna, keteraturan dalam pola kejelasan serta alur sebab akibat atau proporsisi. Kesimpulan yang ditarik harus segera diperivikasi dengan cara melihat catatan agar memperoleh pemahaman

yang lebih. Penarikan kesimpulan juga adalah proses berpikir yang digunakan untuk menarik sebuah keputusan atau kesimpulan berdasarkan informasi, bukti atau argumen yang ada. Proses ini melibatkan data atau fakta yang tersedia, lalu menyimpulkan suatu hal yang lebih umum atau menyeluruh berdasarkan informasi yang didapat.

