

ABSTRAK

Nirmalawati: Pengaruh Konseling Individu Terhadap Tingkat Penerimaan Diri Remaja yang *Broken Home* (Penelitian Di Sekolah Menengah Atas Mekar Arum Cinunuk)

Kondisi keluarga *broken home* akibat perceraian atau disfungsi peran orang tua berdampak serius terhadap perkembangan psikologis remaja. Data BPS (2024) mencatat lebih dari 500.000 kasus perceraian per tahun di Indonesia dengan dampak utama berupa rendahnya penerimaan diri yang memicu kecemasan dan kesulitan penyesuaian sosial. Studi awal di SMA Mekar Arum menemukan 35 siswa dari keluarga *broken home* yang menunjukkan gejala rendah diri namun belum mendapat intervensi konseling yang terstruktur.

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh konseling individu terhadap tingkat penerimaan diri remaja *broken home* di SMA Mekar Arum, Kecamatan Cileunyi, Kabupaten Bandung, serta memberikan kontribusi empiris bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling yang efektif di sekolah.

Variabel konseling individu (X) dilandasi teori *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) Aaron T. Beck yang berfokus pada hubungan pikiran, perasaan, dan perilaku. Variabel penerimaan diri (Y) dilandasi teori Abraham Maslow (1954), yang menempatkan penerimaan diri sebagai ciri individu yang telah mencapai aktualisasi diri, yaitu mampu menerima diri secara utuh tanpa penolakan berlebihan. Kedua teori saling terkait: CBT memperbaiki pola pikir negatif, sementara teori Maslow mendeskripsikan kondisi psikologis yang ingin dicapai.

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *ex post facto*. Sampel berjumlah 35 siswa dipilih melalui *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner skala Likert 1–5, diuji validitas dengan korelasi Product Moment Pearson dan reliabilitas dengan Cronbach's Alpha ($X = 0,922$; $Y = 0,935$). Analisis data meliputi uji asumsi klasik (normalitas Shapiro-Wilk, linearitas, dan heteroskedastisitas Glejser) serta regresi linear sederhana dan koefisien determinasi (R^2) menggunakan SPSS versi 25.

Hasil penelitian menunjukkan konseling individu berpengaruh positif dan signifikan terhadap penerimaan diri remaja *broken home*, dibuktikan dengan nilai signifikansi $0,031 (< 0,05)$ dan koefisien regresi $0,346$, sehingga H_1 diterima. Nilai $R^2 = 0,133$ menunjukkan kontribusi konseling individu sebesar 13,3%, sedangkan 86,7% dipengaruhi faktor lain seperti dukungan sosial dan pola asuh. Layanan konseling individu berbasis CBT berperan nyata membantu remaja *broken home* membangun penerimaan diri yang lebih positif.

Kata Kunci: Konseling Individu, Penerimaan Diri, Remaja *Broken Home*, CBT, SMA Mekar Arum