

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Institusi keluarga merupakan wadah sosial pertama yang memiliki peran fundamental dalam pembentukan karakter serta pertumbuhan psikis seorang anak. Dalam lingkungan keluarga yang harmonis, anak memperoleh rasa aman, kasih sayang, dan nilai-nilai dasar yang menjadi salah satu realitas sosial yang berdampak besar terhadap perkembangan anak, khususnya remaja. *Broken home* merujuk pada suatu keadaan dimana ikatan keluarga telah kehilangan keharmonisannya, yang disebabkan oleh terjadinya disintegrasi hubungan antara anggota keluarga (Ayu, 2021). Kondisi ini sering kali mencerminkan kurangnya kerukunan dan kedamaian, dengan pertikaian dan perselisihan yang berujung pada pertengkaran dan perceraian. Kondisi ini juga dapat menimbulkan pengaruh yang kurang menguntungkan bagi anggota keluarga, khususnya bagi anak-anak atau remaja.

Kondisi *broken home* semakin menjadi perhatian serius mengingat angka perceraian di Indonesia terus meningkat dari tahun ke tahun. Data Badan Pusat Statistik (BPS, 2024) mencatat peningkatan kasus perceraian sebesar 15% dalam lima tahun terakhir, dengan jumlah kasus melebihi 500.000 per tahun. Angka ini mencerminkan betapa banyaknya individu pada fase remaja yang menjalani proses perkembangannya dalam struktur keluarga yang tidak lengkap. Dampak psikologis dari kondisi tersebut turut tercermin dalam data kesehatan mental global. Laporan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2025) menunjukkan bahwa

4,1% remaja berusia 10-14 tahun dan 5,3% berusia 15-19 tahun mengalami masalah kecemasan, sementara depresi mempengaruhi 1,3% dan 3,4% dari kelompok usia tersebut (Bring, 2025). Masalah ini sering terkait dengan rendahnya rasa percaya diri, kecemasan, dan depresi akibat situasi keluarga yang tidak stabil (Allen & Hawkins, 1999). Berbagai permasalahan tersebut memiliki korelasi yang signifikan dengan situasi keluarga yang disfungsi, yang pada umumnya menjadi latar belakang munculnya rendah kepercayaan diri, tekanan psikologis yang bersifat kronis, serta hambatan dalam proses pembentukan konsep diri yang sehat pada kalangan remaja (Ramadani, 2024).

Di antara berbagai konsekuensi psikologis yang paling dominan dijumpai pada remaja dari keluarga *broken home*, rendahnya kapasitas penerimaan diri menempati posisi yang paling menonjol. Penerimaan diri dapat dimaknai sebagai kesanggupan seseorang untuk mengakui keseluruhan aspek kepribadiannya secara komprehensif, meliputi kekuatan maupun keterbatasan yang dimiliki, serta mampu membangun orientasi yang konstruktif terhadap realitas kondisi kehidupan yang dijalaninya (Rogers, 2003). Penelitian yang dilakukan (Fai, 2018), dalam jurnal Psikologi Indonesia menemukan bahwa remaja dari keluarga tidak utuh memiliki tingkat penerimaan diri yang cenderung rendah, yang berdampak pada sulitnya beradaptasi di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Rendahnya penerimaan diri ini tidak hanya menghambat potensi individu, tetapi juga dapat memicu munculnya gangguan mental jangka panjang seperti kecemasan, depresi, dan perilaku destruktif.

Penerimaan diri pada remaja *broken home* merupakan aspek penting dalam perkembangan psikologis, karena rendahnya penerimaan diri tidak hanya menghalangi potensi individu tetapi juga mempengaruhi efisiensi masyarakat secara keseluruhan. Masalah ini umumnya berkaitan dengan tingkat kepercayaan diri yang rendah, kecemasan dan depresi yang muncul akibat kondisi keluarga yang kurang stabil. Di Indonesia, stigma sosial terhadap perceraian dan minimnya dukungan komunitas memperburuk situasi, membuat remaja rentan terhadap penurunan motivasi belajar dan masalah interaksi sosial (Teni Kartika putri, 2025). Penerimaan diri pada remaja *broken home* dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Secara internal, remaja sering menghadapi tantangan emosional seperti penolakan diri, rendah diri, dan ketidakpastian arah hidup akibat latar belakang keluarga (smith, 2021). Secara eksternal, dukungan sosial memainkan peran penting, remaja yang mendapat dukungan dari teman sebaya cenderung memiliki penerimaan diri lebih baik. Sebaliknya, kurangnya dukungan dapat menyebabkan isolasi dan penurunan adaptasi. Faktor budaya, seperti stigma perceraian, juga memperburuk kondisi.

Dalam konteks bimbingan dan konseling, layanan konseling individu dipandang sebagai salah satu bentuk intervensi yang efektif untuk membantu remaja *broken home* dalam meningkatkan penerimaan diri. Konseling individu merupakan layanan yang bersifat personal dan mendalam, memungkinkan konselor untuk membantu konseli memahami dirinya, mengelola emosi, serta mengembangkan pola pikir yang lebih adaptif (Corey, 2020). Beberapa penelitian terdahulu mendukung hal tersebut (Neneng Nurhasanah, 2021)

menemukan bahwa konseling individu mampu meningkatkan motivasi dan rasa percaya diri remaja dari keluarga kurang harmonis, sehingga berdampak pada tumbuhnya penerimaan diri yang lebih baik (Fahrurrazi & Casmini, 2020), juga menunjukkan bahwa proses konseling membantu remaja memproses emosi akibat konflik keluarga dan mengembangkan pandangan yang lebih positif terhadap diri sendiri.

Selain itu, penelitian (Tohari & Aminah, 2023) menambahkan bahwa konseling krisis dengan pendekatan realita terbukti efektif dalam meningkatkan penerimaan diri siswa dari keluarga harmonis, yang ditunjukkan melalui hasil pretest-posttest yang mengalami peningkatan signifikan setelah intervensi.

Namun, terdapat kekurangan dalam penelitian sebelumnya karena beberapa layanan konseling tidak menunjukkan hasil yang cukup berarti. Sebagai contoh, penelitian (Alni Oktaviani, 2025) tentang bimbingan kelompok menemukan bahwa meskipun terdapat kemajuan positif, peningkatan tersebut tidak signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan kelompok mungkin mampu memenuhi kebutuhan emosional individual remaja dari keluarga *broken home*, dibandingkan dengan konseling individu yang lebih mendalam dan berfokus pada dinamika personal setiap siswa. Karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut yang secara khusus menilai pengaruh konseling individu dalam membantu remaja *broken home* meningkatkan penerimaan diri mereka.

Urgensi penelitian ini semakin dikuatkan oleh temuan dari studi pendahuluan yang dilaksanakan pada 15 Oktober 2025 melalui kegiatan wawancara bersama guru Bimbingan dan Konseling di SMA Mekar Arum,

Kecamatan Cileunyi, Kabupaten Bandung. Berdasarkan informasi yang berhasil dihimpun, diketahui bahwa terdapat kurang lebih 35 peserta didik yang berasal dari keluarga broken home sebagai akibat dari perceraian orang tua. Sebagian di antara mereka menampakkan gejala rendah diri dan kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan realitas kondisi keluarga yang dialaminya. Guru BK menjelaskan bahwa selama ini sekolah telah memberikan layanan konseling kepada peserta didik yang mengalami permasalahan tersebut melalui dialog atau konseling tatap muka sesuai kebutuhan siswa. Namun, pelaksanaan layanan tersebut masih bersifat responsif dan belum pernah dilakukan evaluasi secara ilmiah mengenai apakah layanan konseling individu yang diberikan benar-benar memberikan pengaruh terhadap peningkatan penerimaan diri peserta didik. Dengan demikian, efektivitas layanan yang telah dilaksanakan masih belum dapat dibuktikan secara empiris.

Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara praktik layanan bimbingan dan konseling di sekolah dengan kebutuhan akan bukti ilmiah mengenai efektivitas layanan tersebut. Meskipun konseling individu telah dilaksanakan, belum terdapat data penelitian yang dapat menjelaskan sejauh mana layanan tersebut berpengaruh terhadap tingkat penerimaan diri remaja yang berasal dari keluarga broken home. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang menguji pengaruh konseling individu terhadap penerimaan diri sehingga hasilnya dapat menjadi dasar evaluasi sekaligus pengembangan layanan bimbingan dan konseling yang lebih efektif, terarah, dan sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

B. Rumusan Masalah

Berlandaskan pada pemaparan latar belakang sebagaimana telah diuraikan di atas, maka permasalahan pokok yang menjadi fokus kajian dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: "Bagaimana pengaruh konseling individu terhadap tingkat penerimaan diri remaja *broken home*?"

C. Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah yang telah ditetapkan sebelumnya, tujuan utama yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengkaji dan menganalisis sejauh mana pengaruh layanan konseling individual terhadap derajat penerimaan diri pada remaja yang berasal dari keluarga *broken home*..

D. Kegunaan Penelitian

Pada pelaksanaan penelitian tentu memiliki manfaat atau kegunaan yang bisa didapatkan oleh pembaca, maka dari itu penulis memberikan kegunaan penelitian yang ditulis menjadi dua yakni secara akademis dan juga secara praktis.

1. Kegunaan penelitian secara akademis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi pemahaman dan kemanfaatan yang berarti bagi pengembangan khazanah keilmuan di bidang bimbingan dan konseling, khususnya yang berkaitan dengan peran layanan konseling individual dalam memfasilitasi pembentukan penerimaan diri pada remaja yang berlatar belakang keluarga *broken home*. Di samping itu, penelitian ini diharapkan dapat berfungsi sebagai bahan kajian sekaligus inovasi dalam praktik bimbingan dan konseling yang berlandaskan pendekatan kuantitatif, serta memperluas cakrawala pemahaman mengenai signifikansi intervensi yang

bersifat personal dalam menangani permasalahan psikologis remaja. Lebih lanjut, penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai rujukan ilmiah bagi mahasiswa, akademisi, maupun peneliti yang berminat mengkaji dinamika kesehatan mental remaja dalam konteks struktur keluarga yang tidak utuh.

2. Kegunaan penelitian secara praktis

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini dapat dijadikan landasan dalam merancang program intervensi konseling individual yang lebih terstruktur dan efektif bagi remaja yang berasal dari keluarga *broken home*. Program-program dimaksud dapat diorientasikan untuk meningkatkan kapasitas penerimaan diri, menumbuhkan pemahaman diri yang konstruktif, serta memperkuat kesejahteraan emosional dan kemampuan penyesuaian diri peserta didik, baik dalam lingkungan sekolah maupun dalam kehidupan sosialnya yang lebih luas.

Selain sebagai dasar pengembangan program intervensi, temuan penelitian ini juga memiliki nilai strategis dalam upaya pencegahan berbagai permasalahan psikologis dan sosial. Melalui peningkatan penerimaan diri yang difasilitasi oleh layanan konseling individual, remaja *broken home* diharapkan mampu mengelola emosi secara adaptif, bersikap lebih rasional dalam menyikapi kondisi keluarganya, serta terhindar dari kecenderungan perilaku maladaptif seperti kenakalan remaja, penyalahgunaan zat adiktif, dan gangguan kesehatan mental.

Adapun pihak-pihak yang dapat memperoleh manfaat dari hasil penelitian ini mencakup:

- a. Siswa : Remaja yang tengah menghadapi kondisi keluarga *broken home* akan secara langsung merasakan dampak positif dari penerapan layanan konseling

individual yang dikembangkan berdasarkan temuan penelitian ini, terutama dalam hal peningkatan penerimaan diri dan kesejahteraan psikologis secara menyeluruh.

- b. Orang tua: orang tua dari remaja *broken home* dapat memperoleh informasi dan wawasan baru mengenai pentingnya dukungan emosional serta komunikasi positif untuk membantu anak mengembangkan penerimaan diri.
- c. Pendidikan dan konselor sekolah: para guru serta konselor sekolah dapat memanfaatkan temuan penelitian ini sebagai acuan dalam menyusun strategi layanan bimbingan dan konseling yang lebih efektif dan tepat sasaran, khususnya dalam menangani permasalahan penerimaan diri pada peserta didik yang berasal dari keluarga yang tidak utuh.

E. Kerangka Pemikiran

Penelitian ini bertolak dari fenomena empiris bahwa sebagian remaja tengah menghadapi kondisi *broken home*, yakni situasi keluarga yang tidak lengkap maupun tidak harmonis, yang secara langsung memberikan dampak terhadap perkembangan psikologis mereka. Remaja yang berada dalam situasi demikian acapkali menampilkan indikasi-indikasi seperti defisit kepercayaan diri, kecenderungan menarik diri dari interaksi sosial, serta kesulitan dalam menghadapi dan menerima kenyataan hidup yang dialaminya. Kondisi-kondisi tersebut mengindikasikan adanya permasalahan yang berpusat pada dimensi penerimaan diri.

Konstruk penerimaan diri dalam penelitian ini dioperasionisasikan berdasarkan kerangka teoretis yang dikembangkan oleh Abraham Maslow. Teori

ini dipilih karena penerimaan diri merupakan bagian integral dari kebutuhan psikologis individu dalam hierarki kebutuhan yang dirumuskan Maslow, khususnya sebagai prasyarat menuju pencapaian aktualisasi diri. Menurut Maslow, individu yang memiliki penerimaan diri yang matang adalah individu yang mampu memahami serta mengakui kelebihan dan keterbatasan yang dimilikinya tanpa disertai penolakan terhadap eksistensi dirinya sendiri. Kerangka teoretis ini dipandang sangat relevan dengan variabel terikat dalam penelitian ini, yakni penerimaan diri, karena secara substantif menjelaskan kondisi psikologis individu dalam menerima dirinya, yang merupakan fokus utama kajian ini. Pada remaja yang berasal dari keluarga *broken home*, kebutuhan mendasar akan rasa aman dan kasih sayang seringkali tidak dapat terpenuhi secara optimal, sehingga menghambat perkembangan psikologis mereka dalam mencapai derajat penerimaan diri yang ideal.

Untuk mengatasi masalah tersebut, digunakan layanan konseling individu sebagai variabel X. Konseling individu dipilih karena adalah layanan yang bersifat personal, mendalam, dan memungkinkan konselor membantu remaja memahami masalah dirinya secara lebih spesifik. Dalam penelitian ini, konseling individu menggunakan pendekatan Cognitive Behavior Therapy (CBT) yang dikembangkan oleh Aaron T. Beck.

Pemilihan kerangka teoretis *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dalam penelitian ini dilandasi oleh kesesuaiannya yang erat dengan karakteristik permasalahan yang lazim dijumpai pada remaja *broken home*. Remaja yang berlatar belakang keluarga tidak harmonis cenderung mengembangkan pola

kognisi yang bersifat negatif dan irasional, yang antara lain termanifestasi dalam perasaan tidak berharga, kecenderungan menyalahkan diri sendiri, serta pandangan yang pesimistis terhadap diri maupun prospek masa depannya. Pendekatan CBT dipandang tepat untuk diterapkan dalam konteks ini mengingat orientasinya yang berfokus pada keterkaitan antara dimensi kognitif, afektif, dan perilaku individu. Melalui serangkaian teknik yang ditawarkan oleh CBT, individu difasilitasi untuk mengidentifikasi, mempertanyakan, sekaligus merekonstruksi pola pikir yang maladaptif menjadi kerangka berpikir yang lebih rasional dan fungsional dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan.

Dengan demikian, teori CBT sangat relevan dengan variabel X (konseling individu), karena secara langsung memberikan intervensi terhadap aspek kognitif yang menjadi penyebab rendahnya penerimaan diri. Perubahan pola pikir yang lebih positif akan berdampak pada peningkatan perasaan positif terhadap diri sendiri, yang pada akhirnya meningkatkan penerimaan diri sesuai dengan konsep dari Maslow.

Keterkaitan antara kedua variabel dalam penelitian ini terletak pada proses perubahan yang terjadi. Konseling individu berbasis CBT (variabel X) berperan dalam memperbaiki pola pikir negatif remaja broken home, sehingga mereka mampu melihat diri mereka secara lebih realistis dan positif. Perubahan ini memfasilitasi terpenuhinya kebutuhan psikologis individu, khususnya penerimaan diri (variabel Y) seperti yang dijelaskan dalam teori Maslow.

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa teori Aaron T. Beck digunakan karena sesuai dengan variabel X yang berfokus pada intervensi perubahan

kognitif melalui konseling individu, sedangkan teori Abraham Maslow digunakan karena sesuai dengan variabel Y yang menekankan pada penerimaan diri sebagai bagian dari perkembangan psikologis individu. Keduanya saling terkait dalam menjelaskan pengaruh konseling individu terhadap tingkat penerimaan diri remaja broken home.

Berdasarkan kerangka konseptual yang telah diuraikan sebelumnya, selanjutnya dapat disajikan matriks operasionalisasi variabel penelitian disajikan dalam table 1.1

Tabel 1. 1. Matriks Operasional Instrumen Penelitian

Variabel	Sub Variabel	Indicator	Sub Indikator
Konseling Individu (CBT, Aaron Beck)	Hubungan Konseling	Hubungan positif konselor dan konseli	1. Konseli merasa diterima 2. Konseli merasa dipahami 3. Konseli merasa dihargai
	Kenyamanan Konseli	Kenyamanan selama proses konseling	1. Konseli merasa aman saat bercerita 2. Konseli merasa tenang

Variabel	Sub Variabel	Indicator	Sub Indikator
			3. Konseli tidak takut mengungkapkan masalah
	Keterbukaan Diri	Kemampuan mengungkapkan diri	1. Konseli jujur saat bercerita 2. Konseli mampu mengungkapkan perasaan 3. Konseli terbuka terhadap saran
	Pemahaman Diri	Kesadaran terhadap diri dan masalah	1. Konseli memahami masalahnya 2. Konseli mengenali pikiran negative 3. Konseli memahami penyebab perilaku
	Perubahan Perilaku	Perubahan setelah konseling	1. Konseli mampu mengontrol emosi 2. Konseli menunjukkan perilaku positif

Variabel	Sub Variabel	Indicator	Sub Indikator
			3. Konseli lebih mampu menghadapi masalah
Kepercayaan diri (Abraham Maslow)	Penerimaan Kondisi Diri dan Keluarga.	Menerima Keadaan Keluarga	1. Menerima kondisi keluarga apa adanya 2. Memahami keadaan keluarga 3. Kepercayaan Diri Tidak menyalahkan keluarga
	Kepercayaan Diri	Keyakinan terhadap Kemampuan Diri	1. Percaya terhadap kemampuan diri 2. Yakin dapat menyelesaikan masalah 3. Memiliki keyakinan dalam bertindak

Variabel	Sub Variabel	Indicator	Sub Indikator
	Optimisme	Harapan terhadap Masa Depan	1. Memiliki harapan hidup 2. Yakin masa depan akan lebih baik 3. Memiliki tujuan hidup

a) Kerangka konseptual

Kerangka konseptual merupakan suatu struktur pemikiran yang mendeskripsikan keterkaitan antarvariabel yang menjadi objek analisis dalam penelitian. Tujuannya adalah untuk memberikan penjelasan yang jelas mengenai bagaimana variabel-variabel itu saling terhubung dan berpengaruh satu sama lain dalam konteks penelitian serta memberikan pedoman yang teratur dalam pelaksanaan penelitian. Adapun kerangka konseptual yang mendasari penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. 1 Kerangka Konseptual

Keterangan :

X: Konseling Individu

Y : Penerimaan Diri

Melihat dari berbagai teori mengenai Pengaruh Konseling individu dalam rangka meningkatkan derajat penerimaan diri pada remaja yang berasal dari keluarga broken home, dapat ditarik simpulan bahwa layanan konseling individual merupakan salah satu metode intervensi yang terbukti efektif dalam memfasilitasi peserta didik yang menghadapi kondisi broken home untuk mengembangkan dan memperkuat kapasitas penerimaan diri mereka. Problem yang dihadapi oleh siswa SMA Mekar Arum adalah bagaimana cara meningkatkan penerimaan diri siswa melalui layanan konseling individu. Berikut adalah urutan pemikiran yang menjadi dasar penelitian ini.

F. Hipotesis

Hipotesis merupakan suatu proposisi yang bersifat tentatif, di mana kebenarannya masih diragukan dan harus dibuktikan (Indra Jaya, 2019). Kebeneran dari

hipotesis yang diajukan perlu diuji menggunakan data yang dikumpulkan di lapangan penelitian.

Hipotesis nol (H0) : “Layanan konseling individual tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan penerimaan diri peserta didik yang berasal dari keluarga *broken home*.”

Hipotesis alternatif (H1) : “Layanan konseling individual memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan penerimaan diri peserta didik yang berasal dari keluarga *broken home*.”

G. Langkah-langkah Penelitian

1. Lokasi penelitian

Lokasi penelitian ini adalah Sekolah Menengah Atas (SMA) Mekar Arum yang berlokasi di Jl. Raya Cinunuk No.82, Cibiru Wetan, Kec. Cileunyi, Kabupaten Bandung, Jawa Barat. Pemilihan lokasi tersebut sesuai dengan rumusan masalah yang dikaji, serta tujuan dari penelitian ini.

2. Paradigma dan Pendekatan

Penelitian ini berlandaskan pada paradigma *post-positivisme* yang berorientasi pada pengkajian hubungan pengaruh antarvariabel secara objektif, terukur, dan sistematis. Dalam paradigma ini, realitas sosial dipandang dapat diukur melalui

pendekatan ilmiah, meskipun kebenarannya tidak bersifat mutlak, melainkan probabilistik atau mendekati kebenaran (Tripathi, 2024). Oleh karena itu, peneliti menyadari adanya unsur subjektivitas dalam fenomena sosial, namun berupaya meminimalkannya melalui prosedur penelitian yang terstandarisasi dan terukur.

Paradigma post-positivisme menegaskan bahwa kebenaran ilmiah diperoleh melalui proses pengujian empiris dan verifikasi data. Dalam konteks penelitian ini, peneliti tidak melakukan intervensi secara langsung terhadap subjek yang diteliti, melainkan mengamati dan menganalisis fenomena yang telah berlangsung secara alamiah, yakni keterkaitan antara layanan konseling individual dan derajat penerimaan diri pada remaja yang berasal dari keluarga *broken home*. Dengan demikian, penelitian ini berupaya mendekati kebenaran ilmiah melalui pengukuran data yang terstruktur serta proses analisis yang berlandaskan objektivitas.

Berlandaskan pada paradigma tersebut, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif sebagai metode utamanya. Pendekatan ini dipilih mengingat penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh variabel konseling individual (X) terhadap penerimaan diri (Y) yang dapat dikuantifikasi secara numerik. Data yang berhasil dihimpun berupa angka-angka yang selanjutnya dianalisis menggunakan teknik statistik yang sesuai guna mengungkap arah hubungan serta besaran pengaruh antarvariabel yang diteliti.

Penetapan pendekatan kuantitatif dalam penelitian ini juga dilandasi oleh karakteristik kajian yang menitikberatkan pada pengujian hubungan kausalitas antarvariabel tanpa melibatkan pemberian perlakuan secara langsung kepada

subjek penelitian. Dalam hal ini, konseling individu dipandang sebagai variabel yang sudah berlangsung dalam setting alami (natural setting), sehingga peneliti hanya mengukur sejauh mana keberadaannya berpengaruh terhadap tingkat penerimaan diri siswa di SMA Mekar Arum.

Hal tersebut selaras dengan pandangan Suharsimi Arikunto yang menegaskan bahwa penelitian kuantitatif memanfaatkan data numerik dalam keseluruhan tahapan prosesnya, mulai dari pengumpulan data, pelaksanaan analisis, hingga penyajian hasil penelitian (Arikunto, 2019). Dengan menggunakan pendekatan ini, diharapkan penelitian dapat menghasilkan gambaran yang objektif dan terukur mengenai pengaruh layanan konseling individual terhadap penerimaan diri remaja *broken home*, meskipun perlu disadari bahwa generalisasi temuan tetap terbatas pada konteks dan kondisi spesifik yang melingkupi penelitian ini.

3. Metode Penelitian

Metode yang diterapkan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan jenis penelitian *ex post facto*. Penelitian *ex post facto* dapat didefinisikan sebagai suatu bentuk penelitian yang dilaksanakan untuk mengkaji peristiwa atau fenomena yang telah berlangsung sebelumnya, tanpa disertai pemberian perlakuan maupun manipulasi terhadap variabel yang menjadi objek kajian. Dalam konteks penelitian ini, peneliti tidak melakukan intervensi secara langsung terhadap subjek yang diteliti, melainkan mengamati dan menganalisis pengaruh layanan konseling individual terhadap derajat penerimaan diri remaja yang berasal dari keluarga *broken home* berdasarkan kondisi faktual yang telah berlangsung sebelum penelitian dilaksanakan.

Pemilihan metode *ex post facto* didasarkan pada tujuan penelitian, yaitu untuk mengetahui pengaruh antara variabel konseling individu (X) dan penerimaan diri (Y) tanpa adanya perlakuan khusus dari peneliti. Konseling individu dalam penelitian ini merupakan layanan yang telah dilaksanakan di sekolah, sehingga peneliti hanya mengkaji sejauh mana layanan tersebut berpengaruh terhadap penerimaan diri siswa.

Menurut (Arikunto, 2019), mendefinisikan penelitian *ex post facto* sebagai suatu bentuk penelitian yang dilaksanakan untuk mengkaji kejadian yang telah berlangsung, kemudian menelusuri faktor-faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya peristiwa tersebut. Pandangan ini relevan dan selaras dengan orientasi penelitian ini yang berupaya mengidentifikasi serta menganalisis pengaruh layanan konseling individual terhadap penerimaan diri remaja yang berasal dari keluarga *broken home*.

Melalui penerapan metode ini, peneliti dapat menghimpun data secara objektif dengan memanfaatkan instrumen penelitian berupa angket atau kuesioner, yang selanjutnya dianalisis menggunakan teknik statistik yang relevan guna mengungkap ada atau tidaknya pengaruh serta mengukur besaran pengaruh variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y). Berdasarkan pertimbangan tersebut, metode ini dipandang tepat dan sesuai untuk diterapkan dalam penelitian yang bertujuan menguji hubungan kausalitas secara tidak langsung dalam kondisi yang berlangsung secara alamiah (*natural setting*).

Metode pengukuran dalam penelitian ini menggunakan skala Likert yang dirancang untuk mengukur sikap dan persepsi responden, yang terbagi ke dalam

lima tingkatan skor berdasarkan derajat persetujuan dengan menggunakan SS (Sangat Setuju), S (Setuju), R (Ragu), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju).

Table 1. 2. Pengukuran Skala Likert

NO	Keterangan	Skor
1	Sangat Setuju (SS)	5
2	Setuju (S)	4
3	Ragu (R)	3
4	Tidak Setuju (TS)	2
5	Sangat Tidak Setuju (TST)	1

4. Jenis Data dan Sumber Data

1. Jenis Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif. Data kuantitatif mencakup informasi yang tersaji dalam bentuk angka dan dapat diukur secara objektif. Sumber data tersebut diperoleh melalui pengisian kuesioner berskala Likert, yang dirancang untuk mengukur sejauh mana tingkat penerimaan diri remaja dalam menghadapi kondisi *broken home*, sesudah memperoleh layanan konseling individual.

Data kuantitatif tersebut selanjutnya dimanfaatkan untuk menganalisis perubahan skor penerimaan diri yang tersaji dalam bentuk numerik. Dengan demikian, pengujian hipotesis mengenai dampak layanan konseling individual

terhadap penerimaan diri remaja yang berasal dari keluarga tidak utuh dapat dilaksanakan melalui penerapan teknik analisis statistik inferensial yang sesuai.

2. Sumber Data

1) Sumber Data Primer

Data primer merupakan informasi yang diperoleh secara langsung oleh peneliti dari sumber asalnya, yakni melalui interaksi dan pengumpulan data secara langsung dari remaja yang berasal dari keluarga *broken home* sebagai subjek penelitian. Proses pengumpulan data dilaksanakan dengan menggunakan instrumen angket yang dirancang untuk mengukur derajat penerimaan diri setelah subjek memperoleh layanan konseling individual. Selain itu, peneliti juga melaksanakan wawancara awal dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) guna memperoleh informasi tambahan mengenai kondisi psikologis peserta didik yang berlatar belakang keluarga *broken home*.

2) Sumber Data Sekunder

Adapun data sekunder dalam penelitian ini bersumber dari berbagai referensi pendukung, meliputi buku teks, jurnal ilmiah, tesis, artikel akademik, serta hasil-hasil penelitian terdahulu yang memiliki relevansi dengan topik yang dikaji. Sumber-sumber tersebut dimanfaatkan untuk memperkuat landasan teoretis penelitian, khususnya yang berkaitan dengan konseling individual, pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), serta teori penerimaan diri menurut Abraham Maslow, sehingga mampu menunjang proses analisis dan pembahasan temuan penelitian secara komprehensif.

5. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh peserta didik di Sekolah Menengah Atas Mekar Arum yang berasal dari keluarga *broken home* dan telah mengikuti layanan konseling individual di sekolah. Penetapan populasi tersebut didasarkan pada kesesuaiannya dengan fokus kajian penelitian, yakni untuk menganalisis pengaruh layanan konseling individual terhadap derajat penerimaan diri remaja yang menghadapi kondisi keluarga tidak utuh.

Menurut (Arikunto, 2019), mendefinisikan populasi sebagai keseluruhan subjek penelitian yang memiliki karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti. Berdasarkan definisi tersebut, populasi dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan karakteristik spesifik, yaitu peserta didik yang berlatar belakang keluarga *broken home* dan telah memperoleh layanan konseling individual di sekolah.

b. Sampel

Teknik Teknik penarikan sampel yang diterapkan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, yakni suatu teknik penentuan sampel yang didasarkan pada pertimbangan dan kriteria tertentu yang disesuaikan dengan tujuan penelitian. Adapun kriteria yang ditetapkan dalam penentuan sampel penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Siswa dan siswi SMA Mekar Arum
- 2) Siswa yang berasal dari keluarga *broken home*
- 3) Siswa yang telah mengikuti layanan konseling individu

- 4) Bersedia menjadi responden dalam penelitian

6. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

a. Kuesioner (angket)

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilaksanakan dengan cara menyampaikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Kuesioner dalam penelitian ini disusun berdasarkan indikator-indikator dari variabel konseling individual (X) dan penerimaan diri (Y) yang menjadi objek kajian.

Setiap butir pernyataan dalam kuesioner menggunakan skala Likert dengan rentang skor 1 hingga 5, yang dirancang untuk mengukur persepsi responden terhadap masing-masing indikator variabel yang diteliti. Kuesioner tersebut didistribusikan secara langsung oleh peneliti kepada responden, yakni peserta didik SMA Mekar Arum yang terpilih sebagai anggota sampel penelitian. Hal ini dilakukan dengan tujuan memperoleh data primer yang objektif dan akurat berkenaan dengan variabel X dan variabel Y.

b. Dokumentasi

Dokumentasi menurut (Sugiyono, 2019) merupakan suatu cara yang ditempuh untuk memperoleh data dan informasi yang bersumber dari buku, arsip, dokumen, catatan angka, maupun gambar berupa laporan dan keterangan yang relevan serta mampu mendukung pelaksanaan penelitian. Studi dokumentasi dalam penelitian ini akan dilaksanakan terhadap berbagai dokumen yang berkaitan dengan layanan konseling dan memiliki relevansi dengan fokus kajian.

Data dan informasi yang diperoleh dari dokumen-dokumen tersebut selanjutnya akan dianalisis guna memperkuat dan melengkapi data primer yang bersumber dari hasil kuesioner dalam penelitian ini.

7. Validitas dan Reliabilitas

Guna menguji kelayakan penggunaan instrumen dalam penelitian ini, akan dilaksanakan uji validitas dan uji reliabilitas sebagai berikut:

a. Uji Validitas

Uji validitas dalam penelitian ini akan dilaksanakan dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 25. Pengujian ini dilakukan terhadap 30 responden di luar sampel penelitian yang memiliki karakteristik serupa dengan sampel yang ditetapkan, yakni peserta didik SMA Mekar Arum.

Uji validitas dilaksanakan dengan tujuan untuk mengidentifikasi sejauh mana instrumen penelitian mampu mengukur apa yang seharusnya diukur secara tepat. Sebagaimana dikemukakan oleh (Sugiyono, 2019), alid berarti instrumen tersebut dapat difungsikan untuk mengukur objek yang memang menjadi sasaran pengukurannya. Suatu instrumen pengukuran dapat dinyatakan valid apabila nilai r hitung lebih besar dari r tabel pada taraf signifikansi sebesar 0,05 (Janna dan Herianto). Adapun rumus yang digunakan dalam pengujian validitas adalah:

$$r = \frac{N(\sum XY) - (\sum X \cdot \sum Y)}{\sqrt{\{N \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan

R_{xy} : Koefisien korelasi antara variable X dan Y

N : Jumlah responden

X : Jumlah skor item

Y : Jumlah skor total sosial

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas instrumen dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen dalam mengukur objek yang hendak diukur secara berulang. Pengujian reliabilitas ini dilakukan dengan memanfaatkan perangkat lunak SPSS versi 25. Proses uji validitas dan reliabilitas ini tidak hanya berkontribusi dalam meningkatkan kualitas data yang dihimpun, tetapi juga memperkuat landasan bagi interpretasi dan generalisasi temuan penelitian. Hal ini menjadi sangat krusial mengingat implikasi potensial yang dapat ditimbulkan oleh penelitian ini terhadap kebijakan maupun praktik layanan konseling di lingkungan sekolah.

Di antara berbagai teknik pengujian reliabilitas yang tersedia, penelitian ini menggunakan metode *Cronbach's Alpha* sebagai pendekatan yang dipilih. Berdasarkan metode tersebut, Notoatmojo dalam Janna dan Herianto (2021) menegaskan bahwa suatu instrumen penelitian dinyatakan reliabel apabila nilai r hitung yang diperoleh lebih besar dari r tabel pada taraf signifikansi 5%. Adapun rumus yang digunakan dalam pengujian reliabilitas adalah sebagai berikut:

$$r_i = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

rac : Realibilitas (Cronbach's Alpha)

k : Jumlah Responden

$\sum \sigma_b^2$: Jumlah varian butir soal

σ_b^2 : Jumlah varian soal total

8. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan prosedur yang ditempuh oleh peneliti dalam mengolah data mentah yang diperoleh dari hasil penelitian guna menghasilkan simpulan yang akurat dan selaras dengan tujuan penelitian (Margono, 2014). Seluruh proses analisis data dalam penelitian ini dilaksanakan dengan memanfaatkan perangkat lunak SPSS versi 25. Adapun teknik analisis data yang diterapkan terdiri atas dua tahapan, yakni uji asumsi klasik dan uji analisis regresi linear sederhana.

a. Uji Asumsi Klasik

Sebelum analisis regresi dilaksanakan, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi klasik guna memastikan bahwa data yang digunakan telah memenuhi persyaratan statistik yang diperlukan, sehingga hasil analisis regresi yang diperoleh bersifat valid dan dapat diinterpretasikan secara tepat. Menurut (Ghozali, 2021), uji

asumsi klasik merupakan prasyarat yang wajib dipenuhi dalam model regresi linear agar estimasi yang dihasilkan memenuhi kriteria BLUE (*Best Linear Unbiased Estimator*). Uji asumsi klasik yang dilaksanakan dalam penelitian ini meliputi uji normalitas, uji linearitas, dan uji heteroskedastisitas.

1) Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengidentifikasi apakah data residual dari model regresi yang dibangun berdistribusi normal atau tidak. Suatu model regresi yang baik mensyaratkan data residual yang mengikuti distribusi normal (Ghozali, 2021). Dalam penelitian ini, uji normalitas dilaksanakan menggunakan metode *Shapiro-Wilk* dengan bantuan program SPSS versi 25. Kriteria pengujian yang diberlakukan adalah sebagai berikut: apabila nilai signifikansi (*Asymp. Sig.*) lebih besar dari 0,05, maka data residual dinyatakan berdistribusi normal; sebaliknya, apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka data residual dinyatakan tidak berdistribusi normal (Sugiyono, 2019). Terpenuhinya asumsi normalitas menjadi syarat penting agar hasil uji regresi yang dilakukan dapat dipercaya dan digunakan sebagai dasar penarikan kesimpulan secara inferensial.

2) Uji Linearitas

Uji linearitas dilaksanakan untuk mengidentifikasi ada atau tidaknya hubungan yang linear secara signifikan antara variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Pengujian ini penting dilakukan sebagai prasyarat dalam analisis regresi linear, mengingat pendekatan tersebut hanya dapat diterapkan secara tepat apabila hubungan antara kedua variabel memang bersifat linear (Sugiyono, 2019). Dalam

penelitian ini, uji linearitas dilaksanakan menggunakan *Test for Linearity* pada program SPSS versi 25. Kriteria pengujian yang digunakan adalah: apabila nilai signifikansi pada baris *Deviation from Linearity* lebih besar dari 0,05, maka hubungan antara variabel X dan variabel Y dinyatakan linear; sebaliknya, apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka hubungan antara kedua variabel tersebut dinyatakan tidak linear (Ghozali, 2021). Terpenuhiya asumsi linearitas memastikan bahwa model regresi linear yang diterapkan sesuai dan tepat dengan karakteristik data penelitian.

3) Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk mengetahui apakah dalam model regresi terdapat ketidaksamaan varians dari residual antara satu pengamatan dengan pengamatan lainnya. Model regresi yang baik adalah model yang bersifat homoskedastis, yakni varians residualnya konstan dan tidak mengalami heteroskedastisitas (Ghozali, 2021). Dalam penelitian ini, uji heteroskedastisitas dilaksanakan menggunakan metode *Glejser*, yaitu dengan cara meregresikan nilai absolut residual terhadap variabel bebas. Kriteria pengujian yang digunakan adalah: apabila nilai signifikansi variabel bebas terhadap nilai absolut residual lebih besar dari 0,05, maka model regresi dinyatakan bebas dari heteroskedastisitas; sebaliknya, apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka heteroskedastisitas dinyatakan terjadi dalam model (Ghozali, 2021). Terpenuhiya asumsi ini memastikan bahwa estimasi koefisien regresi yang dihasilkan bersifat efisien dan tidak bias.

b. Uji Analisis Regresi Linear Sederhana

Setelah seluruh uji asumsi klasik dinyatakan, analisis dilanjutkan dengan uji analisis regresi linear sederhana guna menjawab rumusan masalah dan menguji hipotesis penelitian. Analisis regresi linear sederhana digunakan untuk mengukur pengaruh satu variabel bebas terhadap satu variabel terikat (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini, analisis ini digunakan untuk mengetahui pengaruh konseling individu (X) terhadap tingkat penerimaan diri remaja broken home (Y) di SMA Mekar Arum.

1) Regresi Linear Sederhana

Regresi linear sederhana merupakan teknik statistik yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y), serta mengetahui arah dan besarnya pengaruh tersebut. Menurut Sugiyono (2019).

Kriteria pengujian hipotesis yang digunakan adalah: apabila nilai signifikansi (Sig.) $< 0,05$, maka H_1 diterima yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan variabel X terhadap variabel Y; sebaliknya, apabila nilai signifikansi $\geq 0,05$, maka H_1 ditolak dan H_0 diterima (Ghozali, 2018). Koefisien regresi (b) yang bernilai positif menunjukkan bahwa semakin tinggi nilai variabel X, maka semakin tinggi pula nilai variabel Y, dan sebaliknya.

2) Analisis Koefisien Determinasi

Analisis koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk mengukur seberapa besar kontribusi variabel bebas (X) dalam menjelaskan variasi yang terjadi pada

variabel terikat (Y). Menurut (Ghozali, 2021), koefisien determinasi (R^2) menunjukkan proporsi atau persentase sumbangan pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Nilai R^2 berkisar antara 0 hingga 1, di mana semakin mendekati nilai 1 berarti semakin besar kemampuan variabel bebas dalam menjelaskan variasi variabel terikat, dan sebaliknya apabila nilai R^2 mendekati 0 maka pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat semakin kecil (Sugiyono, 2019).

Interpretasi nilai koefisien determinasi digunakan untuk menggambarkan seberapa besar pengaruh konseling individu terhadap tingkat penerimaan diri remaja broken home secara persentase. Adapun sisa persentase yang tidak dijelaskan oleh variabel X merupakan kontribusi dari faktor-faktor lain di luar penelitian ini, seperti dukungan sosial, kondisi lingkungan keluarga, dan faktor psikologis individu lainnya.