ABSTRAK

Rahmadiniya Putri: Layanan Konseling Individu untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa Broken Home

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu dalam mengelola, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi secara tepat sesuai dengan situasi yang dihadapi. Namun, pada kenyataannya masih terdapat siswa yang mengalami hambatan dalam regulasi emosi, khususnya siswa yang berasal dari keluarga broken home, seperti kesulitan mengendalikan amarah, kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial, mudah cemas, serta munculnya perilaku impulsif akibat tekanan psikologis dari kondisi keluarga yang tidak harmonis. Hal ini menunjukkan perlunya layanan bimbingan dan konseling yang mampu membantu siswa dalam meningkatkan regulasi emosinya secara berkelanjutan. Salah satu layanan yang menarik untuk diteliti adalah layanan konseling individu.

Penelitian ini bertujuan untuk: mengetahui kondisi regulasi emosi pada siswa kelas XII SMAN 1 Cileunyi, mendeskripsikan implementasi layanan konseling individu terhadap siswa kelas XII SMAN 1 Cileunyi, dan mengetahui hasil layanan konseling individu dalam peningkatan regulasi emosi pada siswa kelas XII SMAN 1 Cileunyi.

Landasan teori penelitian ini menggunakan teori regulasi emosi dari Gratz dan Roemer, yang meliputi aspek kesadaran dan pemahaman emosi, penerimaan emosi, kemampuan mengendalikan perilaku impulsif, serta kemampuan menggunakan strategi regulasi emosi yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan tahapan konseling individu menurut Prayitno sebagai kerangka acuan dalam menganalisis proses pelaksanaan layanan, mulai dari tahap pengantaran, penjajakan, penafsiran, pembinaan, hingga penilaian.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi terhadap guru bimbingan dan konseling, siswa yang menerima layanan konseling individu, serta teman sebaya siswa. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara sistematis untuk menghasilkan kesimpulan penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: kondisi regulasi emosi siswa kelas XII SMAN 1 Cileunyi sebelum mendapatkan layanan konseling individu isi sesuai temuan lapangan, pelaksanaan layanan konseling individu berjalan melalui tahapan pengantaran, penjajakan, penafsiran, pembinaan, dan penilaian isi sesuai temuan lapangan, hasil pelaksanaan layanan konseling individu menunjukkan adanya perubahan pada regulasi emosi siswa isi sesuai temuan lapangan. Dengan demikian, layanan konseling individu dapat meningkatkan regulasi emosi pada Siswa broken home.

Kata Kunci: Konseling Individu, Regulasi Emosi, Siswa Broken Home

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI