

BAB IV

PAPARAN DATA, TEMUAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Paparan Data dan Temuan Penelitian

1. Profil SMA Negeri 2 Pamekasan

a. Identitas Sekolah

| | |
|----------------|---|
| Nama Sekolah | : Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Pamekasan (SMAN 2 Pamekasan) |
| Alamat Sekolah | : Jl. Jokotole No. 234 Pamekasan |
| E-mail | : sman2pmksn@yahoo.com |
| Website | : https://www.sman2pamekasan.sch.id |
| Kepala Sekolah | : Drs. Ali Umar Arhab, M.Pd. |
| Akreditasi | : A |
| Program | : IPA dan IPS |
| Waktu belajar | : Pagi (07.00 – 14.30) WIB |

2. Kepercayaan Diri Siswa dari Keluarga *Broken Home* di SMA Negeri 2 Pamekasan

Pada penelitian ini, peneliti akan mengkaji terkait kepercayaan diri siswa dari keluarga *broken home*. Istilah *broken home* ini biasa dipakai untuk mengilustrasikan runtuhnya suatu keluarga dikarenakan orang tua tidak memenuhi perannya dalam menjalankan bahtera rumah tangga dan tidak akan memperdulikan keadaan keluarga beserta anak-anaknya. Orang tua tidak akan memperhatikan anaknya lagi, baik itu masalah dirumah, sekolah, sampai dengan lingkungan masyarakat.

Salah satu informan menyatakan terkait gambaran kepercayaan diri siswa dari keluarga *broken home* di SMAN 2 Pamekasan sebagai berikut:

Sesuai dengan hasil wawancara guru Bimbingan dan Konseling yang bernama bapak Nur Arifaizal Basri terkait gambaran kepercayaan diri siswa dari keluarga *broken home* di SMAN 2 Pamekasan sebagai berikut:

“Kalau kepercayaan dirinya ada yang rendah dan ada juga yang tinggi. Jadi mereka itu ada yang tidak menerima dengan kondisi keluarganya, dan ada yang dia itu menerima tapi malu jika teman-temannya sampai tahu dengan kondisinya. Terkadang diantara mereka ada mengalami perubahan perilaku, seperti halnya mereka menjadi sangat tertutup dan enggan untuk berbaur dengan sesama, dan mereka menjadi individu yang tidak bisa mengontrol emosinya. Interaksi mereka dengan temannya itu dia tidak mau menceritakan tentang keluarga dan dia malah sering menutupi keadaan keluarganya, kalau dengan guru dia tidak mau menceritakan tentang keluarganya dia berekspresi dia baik-baik saja dan hanya guru-guru tertentu yang peka yang akan tahu kondisi anak itu. Sebagian dari mereka ada yang tertarik dan tidak tertarik dengan aktivitas yang ada didalam sekolah. Bahkan ada yang jika sudah pulang dan keluar dari lingkungan sekolah dia itu seakan-akan sudah tidak kenal dengan teman-temannya lagi.”⁵⁷

Namun tidak cukup sampai disitu saja untuk mendapatkan suatu data yang akurat, detail, serta terpercaya peneliti juga melakukan observasi secara langsung di SMAN 2 Pamekasan serta melakukan wawancara dengan siswa yang bersangkutan untuk memperoleh data yang dibutuhkan oleh peneliti, diantaranya diperoleh hasil sebagai berikut:

⁵⁷ Nur Arifaizal Basri, Guru BK di SMAN 2 Pamekasan, *wawancara langsung* (Kamis, 19 Oktober 2023)

Pendapat lain juga disertakan oleh SC salah satu siswi di SMAN 2 Pamekasan terkait kepercayaan diri siswa dari keluarga *broken home* sebagai berikut:

“Saya berbaur dengan teman sewajarnya saja mbak, tapi saya punya satu orang sahabat. Tapi walaupun kita sahabatan, saya tidak pernah terbuka atau bercerita tentang keadaan keluarga saya. Karena menurut saya tidak semua hal harus kita ceritakan ke orang lain. Pada saat didalam kelas saya sering merasa takut dan minder saat ingin bertanya dan mengemukakan pendapat saya mbak. Saya takut aja gitu takut salah dengan jawaban saya. Iya mbak saya sering merasa tidak percaya diri, apalagi jika harus menyapa teman duluan itu saya enggan dan tidak berani gitu untuk menyapanya duluan.”⁵⁸

Dalam hal ini peneliti melakukan observasi secara langsung dan diketahui bahwa SC merupakan anak yang berasal dari keluarga *broken home*, kedua orang tuanya bercerai sejak ia masih berumur 5 tahun yang lalu karena ayahnya selalu bermain judi dan minum-minuman keras sampai akhirnya masuk kedalam penjara dan sekarang SC tinggal sendiri karena ibunya pergi merantau untuk memenuhi kebutuhan anak-anaknya. Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa SC sering merasa kesepian, dia hanya bisa berdiam didalam rumahnya dikarenakan dia termasuk siswa yang tidak pernah ikut berpartisipasi dalam kegiatan yang ada di sekolahnya. Ketika SC sudah pulang dari sekolah dia akan bersikap seolah-olah tidak kenal dengan siapapun termasuk teman-temannya.⁵⁹

Hal senada juga disampaikan oleh siswi yang bernama KN (nama samaran) sebagaimana petikan wawancara sebagai berikut:

”Saya berteman sewajarnya saja mbak enggak yang terlalu sok akrab gitu. Tapi kalau untuk teman dekat saya punya mbak satu teman

⁵⁸ SC, Siswi SMAN 2 Pamekasan, *wawancara langsung* (19 Oktober 2023)

⁵⁹ Observasi Langsung di SMAN 2 Pamekasan (19 Oktober 2023)

dekat di satu kelas dan juga satu teman dekat di kelas lain. Tetapi walaupun kami berteman baik saya termasuk orang yang tidak mau menceritakan apapun terkait privasi saya apalagi tentang keadaan keluarga saya. Karena menurut saya itu sesuatu yang tidak boleh orang lain tahu. Saya juga sering merasa saya ini kurang percaya diri, karena saya sering sekali merasa *overthinking* atau memikirkan sesuatu secara berlebihan gitu, dan saya juga sering merasa takut dan minder jika harus bertanya dan mengemukakan pendapat saya di dalam kelas. Sesuatu yang membuat saya kurang percaya diri itu karena rasa merasa kurang cantik dan saya selalu minder tentang diri saya. Saya juga selalu merasa iri kadang juga tidak percaya diri melihat keluarga orang lain yang utuh dan lengkap.”⁶⁰

Berdasarkan hasil observasi secara langsung diketahui bahwa KN merupakan anak yang berasal dari keluarga *broken home*, dan dia tidak mengetahui semenjak kapan orang tuanya itu berpisah. KN sebenarnya merasa bingung dengan keadaan keluarganya, karena semenjak dia kecil dia sudah bersama dengan tantenya. Ayah KN sudah mempunyai keluarga baru, tetapi KN sering berkomunikasi dan datang ke tempat ayahnya. KN tidak percaya diri dan tidak bisa terbuka mengenai keberadaan ibunya, ketika ditanya terkait ibunya dia hanya menjawab bahwa dia tidak pernah tahu dan tidak pernah melihat sosok ibunya. Dengan kondisi keluarganya, KN menyibukkan dirinya dengan mengikuti semua kegiatan yang ada disekolahnya. Setiap harinya dia selalu pulang sore, dia hanya tidak ingin terlalu berlarut larut dengan kondisi keluarganya dan dia juga tidak ingin selalu merasa *overthinking* jika hanya berdiam diri di kamarnya saja. Dia juga termasuk orang yang tidak percaya diri dan malu jika ada seseorang yang ingin bertanya mengenai keluarganya, karena pada saat ia ingin diwawancarai ia masih

⁶⁰ KN, Siswi SMAN 2 Pamekasan, *wawancara langsung* (20 Oktober 2023)

sempat meminta izin untuk sambil bermain *game* pada saat diwawancarai.⁶¹

Hal yang sama juga disampaikan oleh RQ sendiri (nama samaran) sebagaimana petikan wawancara berikut ini:

“Saya mudah sekali berbaur dengan teman-teman apalagi teman sekelas, saya juga punya satu teman dekat yang sekelas. Saya selalu terbuka terkait semua hal tentang saya termasuk tentang keluarga saya, saya tidak pernah menutup nutupi keadaan keluarga saya. Saya juga tidak pernah merasa takut untuk mengemukakan pendapat saya pada saat didalam kelas. Menurut saya, saya termasuk orang yang memiliki rasa percaya diri sih mbak.”⁶²

Berdasarkan hasil observasi di lapangan diketahui bahwa RQ merupakan anak terakhir dari dua bersaudara. RQ sekarang tinggal bersama kakek dan neneknya, dikarenakan ibunya sudah meninggal pada saat RQ masih duduk dibangku kelas 3 SD. Dan ayahnya sudah menikah lagi dan sudah mempunyai keluarga baru.⁶³



Gambar 4. 1 Kondisi Siswa di dalam Kelas

⁶¹ Observasi Langsung di SMAN 2 Pamekasan (20 Oktober 2023)

⁶² RQ, Siswa SMAN 2 Pamekasan, *wawancara langsung* (20 Oktober 2023)

⁶³ Observasi Langsung di SMAN 2 Pamekasan (20 Oktober 2023)

Pada gambar 4.1 menunjukkan kondisi siswa pada saat berada didalam kelas saat pelajaran berlangsung.⁶⁴

Temuan penelitian tentang kepercayaan diri siswa dari keluarga *broken home* di SMA Negeri 2 Pamekasan:

- a. Mayoritas siswa memiliki kepercayaan diri rendah, tetapi minoritas siswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Jadi siswa ada yang tidak bisa menerima keadaan keluarganya, walaupun tidak dapat dipungkiri ada beberapa yang dapat menerima keadaan keluarganya.
- b. Tertutup akan kondisi keluarga.
- c. Minder dan takut saat mengemukakan pendapat.

Tabel 4. 1 Triangulasi Sumber Fokus 1

| No | Sumber 1 Nur Arifaizal Basri (Guru BK) | Sumber 2 Siswa 1 | Sumber 3 Siswa 2 | Sumber 4 Siswa 3 | Keterangan |
|-----------|---|---|---|---|---|
| 1. | Fokus 1: Kepercayaan Diri Siswa dari Keluarga Broken Home di SMA Negeri 2 Pamekasan | | | | |
| | Kepercayaan diri siswa ada yang rendah dan ada juga yang tinggi. Mereka menjadi sangat tertutup dan enggan untuk berbaur dengan teman-temannya, serta mereka tidak bisa | Saya memiliki sahabat tetapi saya tidak pernah menceritakan apapun terkait keluarga. Saya sering merasa takut dan minder serta saya merasa bahwa saya tidak | Saya tidak pernah mau menceritakan terkait masalah keluarga, karena menurut saya itu termasuk hal yang bersifat privasi. Saya merasa saya termasuk orang yang terlalu | Saya memiliki seorang sahabat, dan saya selalu menceritakan semua termasuk keluarga saya. Saya merasa termasuk orang yang percaya diri. Saya tidak pernah takut | Sebagian siswa disana ada yang kepercayaan dirinya tinggi, namun ada juga yang tinggi. Mereka ada yang berani dalam berpendapat dan ada juga yang takut dalam |

⁶⁴ Dokumentasi, 4 Desember 2023.

| | | | | | |
|--|---|---|--|--|---|
| | mengontrol emosi. Sebagian dari mereka ada yang tertarik dan ada juga yang tidak tertarik dengan aktivitas sekolah. | percaya diri dalam perihal menyapa teman terlebih dahulu. | <i>overthinking</i> dan tidak percaya diri. Serta saya sering iri jika melihat keadaan keluarga teman yang harmonis. | jika harus mengemukakan pendapat saya. | berpendapat . Dan sebagian dari mereka memang memiliki teman dekat, tetapi kebanyakan dari mereka tidak mau orang lain tahu terkait masalah keluarganya . |
|--|---|---|--|--|---|

3. Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Kepercayaan Diri Siswa di SMA Negeri 2 Pamekasan

Kondisi keluarga *broken home* pada siswa akan berdampak pada perilaku dan sikap siswa , karena siswa sering sekali merasa kekurangan kasih sayang dan merasa iri dengan teman-temannya yang memiliki keluarga lengkap dan harmonis. Dengan kondisi keluarganya yang *broken home* dapat berdampak positif dan juga negatif bagi siswa baik dilingkungan sekolah, rumah, dan masyarakat.

Salah satu informan dari guru BK atas nama bapak Nur Arifarizal Basri menyatakan terkait Dampak Keluarga *Broken Home* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa di SMA Negeri 2 Pamekasan yaitu sebagai berikut:

“Seperti yang sudah saya katakan tadi, jadi siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan memiliki dampak positif bagi dirinya, yaitu mentalnya sangat kuat dan juga mandiri dalam menghadapi masalahnya sendirian, jadi walaupun anak-anak ngebully yang penting jangan sampai ngebully tentang keluarganya karena dia bakalan sedih dan patah. Sedangkan siswa yang memiliki

kepercayaan diri yang rendah justru akan berdampak negatif bagi dirinya, yaitu mereka akan mudah emosi atau marah, jadi mereka kalau marah itu paling besar tetapi marahnya itu tidak meminta bantuan, hanya saja jika ada orang yang mengusiknya dia akan langsung ngeladenin karena dia sudah tidak mengontrol emosinya. Tetntunya kondisi seperti itu akan sangat berpengaruh terhadap kepercayaan dirinya mbak. Perilaku yang nampak pada siswa dari keluarga *broken home* terhadap kepercayaan dirinya yaitu, mudah takut dan tidak percaya akan kemampuannya jadi anak itu lebih banyak pasif tapi kalau disuruh atau diperintah mereka bisa.”⁶⁵

Hasil wawancara dengan siswa yang berinisial SC menyatakan terkait Dampak Keluarga *Broken Home* Terhadap Kepercayaan Diri di SMA Negeri 2 Pamekasan yaitu sebagai berikut:

“Kalau hubungan saya dengan ibu, baik-baik saja mbak. Karena saya juga tinggal sama ibu kan, tapi karena ibu saya pergi merantau untuk memenuhi kebutuhan mbak saya dan saya jadi saya sendirian dirumah. Kalau dengan ayah, saya sudah tidak berkomunikasi lagi dengan ayah saya mbak. Pastinya saya merasa sedih dan kaget aja gitu mbak kenapa keluarga saya harus seperti ini. Pengaruhnya yaitu saya sering merasa kesepian, dan saya sering menyimpulkan sesuatu yang tidak sesuai dengan realitanya gitu mbak, dan saya juga merasa tidak yakin akan kemampuan yang saya miliki mungkin karena kurangnya motivasi dan dukungan dari lingkungan sekitar.”⁶⁶

Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa SC sudah mengetahui bahwa kedua orang tuanya memang sudah tidak bersama lagi. Subjek termasuk orang yang tidak memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya dan selalu berfikiran irasional.⁶⁷

Adapun hasil wawancara dengan siswa yang berinisial KN menjelaskan terkait dampak keluarga *broken home* terhadap kepercayaan diri yaitu sebagai berikut:

“Hubungan saya dengan ayah baik-baik saja mbak, walaupun ayah saya sudah memiliki keluarga baru tapi ayah tetap ingat dan tetap berkomunikasi dengan saya. Kalau dengan ibu, saya saja tidak tahu

⁶⁵ Nur Arifarizal Basri, Guru BK di SMAN 2 Pamekasan, *wawancara langsung* (19 Oktober 2023)

⁶⁶ SC, Siswi SMAN 2 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (19 Oktober 2023)

⁶⁷ Observasi Langsung di SMAN 2 Pamekasan (19 Oktober 2023)

ibu saya siapa dan seperti apa. Karena sedari kecil saya memang sudah tinggal bersama bude saya dan bude saya memang tidak ingin menceritakan hal itu kepada saya agar saya tidak sedih katanya. Kalau berbicara tentang perasaan pastinya sedih dan kecewa mbak. Pengaruhnya itu saya merasa kurang kasih sayang serta dukungan dan saya sebagai anak perempuan merasa rindu akan sosok ayah, dan membuat saya menjadi seorang yang sering overthinking dan selalu mikir sesuatu yang sebenarnya itu tidak ada gitu, dan selalu menjadi seseorang yang terlalu pemikir dan takut salah dalam melakukan sesuatu.”⁶⁸

Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa KN memiliki kepercayaan diri yang rendah dan dia selalu beramsumsi, dan menganalisis suatu masalah tidak sesuai akal serta dia selalu pesimis dalam menghadapi segala hal tentang kemampuan dirinya. Dan dia juga termasuk siswa yang aktif pada kegiatan yang ada disekolah, tetapi ternyata semua itu dia lakukan hanya karena dia tidak betah dirumahnya, jadi dia selalu berusaha untuk menyibukkan dirinya dengan segala kegiatan yang ada disekolahnya.⁶⁹

Hasil wawancara serupa juga disebutkan oleh siswa berinisial RQ yang menjelaskan terkait dampak keluarga *broken home* terhadap kepercayaan diri sebagai berikut:

”Hubungan saya dengan ayah masih terjalin dengan sangat baik mbak walaupun ayah sudah berkeluarga tetapi ayah selalu ingat dan tetap membiayai sekolah saya. Kalau ibu saya sudah meninggal apada saat saya masih kelas 3 SD. Perasaan saya pada saat itu pastinya kacau mbak, apalagi seorang anak laki-laki ditinggalkan oleh ibunya untuk selama lamanya. Kalau pengaruh saya rasa saya bisa lebih mandiri, terus keluarga-keluarga yang lain kayak om dan tante itu lebih peduli dan sayang dengan saya mbak, saya merasa bisa lebih dikasihani juga oleh orang lain, dan saya lebih merasa optimis dalam menggapai cita-cita walaupun saya berasal dari keluarga *broken home*.”⁷⁰

⁶⁸ KN, Siswi SMAN 2 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (20 Oktober 2023)

⁶⁹ Observasi Langsung di SMAN 2 Pamekasan (20 Oktober 2023)

⁷⁰ RQ, Siswa di SMAN 2 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (20 Oktober 2023)

Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa RQ memiliki kepercayaan dirinya tergolong tinggi dikarenakan dia bisa lebih mandiri, optimis dan berfikiran positif bahwa dia bisa menjadi seorang yang sukses.⁷¹



Gambar 4. 2 Sosial Media Siswi

Gambar diatas merupakan salah satu akun sosial media siswi SC, terlihat bahwa sosial media siswi tersebut di privat.⁷²

Temuan penelitian tentang dampak keluarga *broken home* terhadap kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 2 Pamekasan:

- a. Dampak Positif dari keluarga *broken home* yaitu sebagai berikut:
- 1) Mentalnya lebih kuat.
 - 2) Lebih mandiri.
 - 3) Optimis.

⁷¹ Observasi Langsung di SMAN 2 Pamekasan (20 Oktober 2023)

⁷² Dokumentasi, 4 Desember 2023.

b. Dampak negatif keluarga *broken home* yaitu sebagai berikut:

- 1) Sulit mengontrol emosi.
- 2) Kekurangan kasih sayang dan rindu sosok ayah.
- 3) Merasa minder dan malu jika melihat teman yang memiliki keluarga harmonis.
- 4) Berfikiran irasional.

Tabel 4. 2 Triangulasi Sumber Fokus 2

| No | Sumber 1 Nur Arifaizal Basri (Guru BK) | Sumber 2 Siswa 1 | Sumber 3 Siswa 2 | Sumber 4 Siswa 3 | Keterangan |
|----------|---|---|---|--|--|
| 1 | Fokus 2: Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Kepercayaan Diri Siswa di SMAN 2 Pamekasan | | | | |
| | Dampak positifnya yaitu, mentalnya sangat kuat dan mandiri menghadapi masalah. Sedangkan dampak negatifnya, mudah emosi dan sulit mengontrol emosinya. Dan perilaku siswa yang nampak yaitu mereka tidak percaya akan kemampuan dirinya, serta pasif. | Berdampak negatif seperti halnya: merasa kesepian dan selalu berfikir yang tidak sesuai adanya, serta merasa tidak yakin dengan kemampuan dikarenakan kurangnya dukungan dari keluarga. | Dampak negatifnya yaitu: kurang kasih sayang dan kurang dukungan dari sosok ayah. Hal tersebut membuat saya mnejadi seseorang yang terlalu pemikir dalam melakukan sesuatu. | Saya merasa lebih mandiri, banyak yag peduli, merasa lebih dikasihani, serta merasa lebih optimis dalam menggapai cita-cita. | Terdapat dampak positif dan negatif. Dampak positifnya yaitu: mentalnya kuat, lebih mandiri, mendapatkan kasih sayang dari orang lain, dan optimis. Sedangkan dampak negatifnya: sulit mengontrol emosi, kesepian, tidak percaya dengan kemampuan diri, kurang kasih sayang. |

4. Upaya Guru BK Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa dari Keluarga *Broken Home* di SMAN Negeri 2 Pamekasan

Dalam hal ini peneliti akan mengkaji tentang upaya yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan kondisi keluarganya yang *broken home*. Namun sebelumnya perlu diketahui bahwa bimbingan dan konseling merupakan bagian integral dari proses pendidikan dan memiliki kontribusi terhadap keberhasilan proses pendidikan di sekolah. Untuk itu sekolah diharapkan bisa memberikan bantuan kepada siswa untuk mengatasi masalah-masalah yang muncul baik yang berkaitan dengan kegiatan belajar, sosial, karir, maupun masalah pribadi. Dalam hal ini layanan bimbingan dan konseling yang ada di sekolah itu sangatlah penting untuk dilakukan untuk membantu siswa dalam mengatasi masalah yang dihadapinya khususnya masalah terkait kepercayaan diri siswa dari keluarga *broken home*.

Hasil wawancara dengan guru BK yang bernama bapak Nur Arifaizal Basri menyatakan bahwa upaya guru BK dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dari keluarga *broken home* di SMA Negeri 2 Pamekasan yaitu sebagai berikut:

“Layanan yang diberikan oleh guru BK dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dari keluarga *broken home* yaitu dengan memberikan memberikan suatu pembinaan dan melakukan suatu proses konseling kepada siswa, agar mereka bisa lebih percaya diri. Untuk pelaksanaan layanan BK dalam meningkatkan kepercayaan dirinya kita menggunakan layanan konseling individual, dikarenakan jika menyangkut masalah keluarga lebih tepat menggunakan layanan individual agar siswa bisa lebih terbuka terkait masalah yang sedang mereka alami. Dan untuk pelaksanaan layanannya dilakukan di ruang BK atau diruang khusus dan tertutup.

Pelaksanaan layanan konseling individual dengan menggunakan metode *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) teknik *Cognitive Restructuring* (CR). Kita lebih sering menggunakan teknik *cognitive restructuring* dimana kita bisa mengubah pola pikir yang salah pada siswa dan mengganti pemikiran irasionalnya menjadi pemikiran yang rasional serta bisa lebih berfikir positif. Hambatan-hambatan yang sering terjadi saat melaksanakan layanan yaitu: sebagian siswa sulit untuk diajak berkomunikasi, sebagian dari siswa juga selalu tertutup terkait permasalahannya sehingga guru BK juga mengalami kesulitan dalam memberikan layanan yang sesuai dengan permasalahan siswa tersebut, tidak adanya dukungan dari orang tua siswa terkait tindakan yang diberikan oleh guru BK dikarenakan juga dilihat dari keadaan keluarganya yang sudah tidak adanya kerjasama dan hubungan yang baik lagi.”⁷³

Berdasarkan hasil observasi di SMA Negeri 2 Pamekasan tentang upaya guru BK terhadap kepercayaan diri siswa adalah guru BK harus memiliki banyak cara agar siswa bisa merasa percaya diri. Guru BK selalu memberikan layanan dan tetap menanyakan perkembangan siswa lewat chat *whatsapp* agar siswa tidak hilang dari pantauan guru BK apalagi siswa yang tinggal sendiri dirumahnya.⁷⁴

Hasil wawancara dengan siswa yang berinisial SC menyatakan terkait upaya guru BK dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dari keluarga *broken home* di SMA Negeri 2 Pamekasan yaitu sebagai berikut:

“Iya saya pernah dipanggil keruang bk dan saya menceritakan terkait permasalahan yang sedang saya alami. Guru BK memberikan suatu layanan konseling individual, dimana dalam satu ruangan itu hanya ada saya dan juga guru bk. Setelah melaksanakan layanan tersebut awal-awal memang saya merasa lebih percaya diri, namun seiring berjalannya waktu saya merasa kepercayaan diri saya itu rendah lagi.”⁷⁵

⁷³ Nur Arifaizal Basri, Guru BK di SMAN 2 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (19 Oktober 2023)

⁷⁴ Observasi Langsung di SMAN 2 Pamekasan (19 Oktober 2023)

⁷⁵ SC, Siswi SMAN 2 Pamekasan, *Wawancara Langsung* (19 Oktober 2023)

Adapun hasil wawancara dengan siswa yang berinisial KN menjelaskan terkait upaya guru BK dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dari keluarga *broken home* yaitu sebagai berikut:

“Iya saya pernah datang keruang BK untuk bercerita dan meminta bantuan terkait masalah saya. Metode yang diberikan oleh guru BK yaitu memberikan suatu layanan konseling individu, dimana metode yang diberikan oleh guru BK sudah tepat dan sangat sesuai. Tetapi entah kenapa setelah melaksanakan konseling tersebut saya merasa tidak ada perubahan dari diri saya.”⁷⁶

Hasil wawancara serupa juga disebutkan oleh siswa berinisial RQ yang menjelaskan terkait upaya guru BK dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dari keluarga *broken home* terhadap kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 2 Pamekasan sebagai berikut:

“Iya pernah. Guru BK melaksanakan konseling berupa layanan individu yang dilakukan di ruang bk dan hanya ada saya dan guru tersebut. Dan saya rasa upaya yang diberikan oleh guru BK sudah sangat tepat, karena setelah saya melaksanakan proses konseling tersebut, saya merasa lebih percaya diri dan bisa lebih berfikiran positif terkait masalah yang sedang saya hadapi.”⁷⁷



Gambar 4. 3 Proses Layanan Konseling

⁷⁶ KN, Siswi SMAN 2 Pamekasan, wawancara langsung (20 Oktober 2023)

⁷⁷ RQ, Siswa di SMAN 2 Pamekasan, Wawancara Langsung (20 Oktober 2023)

Pada gambar 4.3 merupakan dokumentasi terkait proses pemberian layanan konseling individual dengan siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah dari keluarga *broken home*.⁷⁸

Temuan penelitian tentang upaya guru BK dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dari keluarga *broken home* di SMA Negeri 2 Pamekasan:

- a. Guru BK memberikan suatu layanan konseling individual dengan menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) teknik *Cognitive Restructuring* (CR).

Tabel 4. 3 Triangulasi Sumber Fokus 3

| No | Sumber 1 Nur Arifaizal Basri (Guru BK) | Sumber 2 Siswa 1 | Sumber 3 Siswa 2 | Sumber 4 Siswa 3 | Keterangan |
|----------|---|--|---|---|--|
| 1 | Fokus 3: Upaya Guru BK dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa dari Keluarga <i>Broken Home</i> di SMAN 2 Pamekasan | | | | |
| | Layanan yang diberikan oleh guru BK yaitu memberikan pembinaan dan konseling kepada siswa. Layanannya berupa layanan konseling individual dengan menggunakan metode <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT) | Guru BK memberikan suatu layanan konseling individual dalam suatu ruangan yang hanya ada siswa dan guru BK. Pada saat awal-awal selesai konseling memang merasa percaya diir, tetapi lama kelamaan kepercayaan | Metode yang diberikan oleh guru BK yaitu memberikan suatu layanan konseling individu. Tetapi saya merasa tetap saja tidak ada perubahan walaupun sudah melakukan konseling. | Guru BK melaksanakan konseling berupa layanan konseling individu yang terdiri dari siswa dan guru BK tersebut. Upaya yang dilakukan sudah sangat tepat, karena saya merasa lebih percaya diri setelah diberikan | Guru BK memberikan suatu layanan konseling berupa layanan konseling individual. Dan untuk metode yang digunakan yaitu metode <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT) teknik <i>Cognitive Restructuring</i> (CR). |

⁷⁸ Dokumentasi, 4 Desember 2023

| | | | | | |
|--|---|-----------------------------|--|-------------------|--|
| | dengan teknik <i>Cognitive Restructuring</i> (CR) | dirinya merasa rendah lagi. | | layanan tersebut. | |
|--|---|-----------------------------|--|-------------------|--|

B. Pembahasan

1. Kepercayaan Diri Siswa dari keluarga *Broken Home* di SMAN 2

Pamekasan

Berdasarkan hasil penelitian bahwa kepercayaan diri siswa *broken home* di SMAN 2 Pamekasan yaitu mayoritas siswa memiliki kepercayaan diri yang rendah. Hal ini dapat dilihat dari sikap yang kurang percaya diri (*minder*) dan takut saat ingin berpendapat, tidak menerima kondisi keluarganya serta tertutup dengan kondisi keluarganya terhadap orang lain. Namun minoritas siswa malah terbilang memiliki kepercayaan diri yang tinggi, dikarenakan dia sudah bisa menerima keadaan keluarganya dan yakin akan kemampuan dirinya.

Menurut Lauster kepercayaan diri (*Self Confidence*) adalah suatu mentalitas atau rasa percaya berkenaan dengan kemampuan diri sehingga individu yang bersangkutan tidak gelisah disetiap aktivitas, tanpa pamrih melaksanakan yang digemarinya dan berkewajiban atas setiap perbuatan yang dilaksanakan, berkelakuan hangat dan penuh hormat saat berkolaborasi dengan orang lain.⁷⁹

⁷⁹ Amandha Unzilla Deni dan Ifdil, "Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri," *Jurnal EDUCATIO* 2, no. 2 (2016): 44, <https://jurnal.iicet.org/index.php/j-edu/article/view/72>.

Seseorang yang memiliki rasa percaya diri tinggi pasti ingin membangun kemampuannya secara stabil. Namun, jika seseorang membutuhkan rasa percaya diri, mereka akan lebih sering menarik diri, mudah menyerah saat menghadapi masalah, canggung dalam menjalin hubungan dengan orang lain, dan sulit menoleransi apa yang sedang terjadi.⁸⁰

Pada umumnya yang terjadi di lingkungan masyarakat, orang tua sesudah berpisah melalaikan kewajiban dan tanggung jawabnya sebagai orang tua dalam mendidik anaknya. Terkadang anaknya harus tinggal bersama dengan kakek dan neneknya atau ikut bersama keluarga salah satu dari orang tuanya. Sehingga kebanyakan dari mereka merasa minder, malu, dan tidak percaya diri akan dirinya.

Rendahnya rasa percaya diri pada remaja yang pernah mengalami keretakan keluarga tercermin dari rendahnya ciri-ciri pribadi yang percaya diri. Sebagaimana dijelaskan oleh Mardatillah, seseorang yang percaya diri adalah orang memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Memahami kelebihan dan kekurangan serta mampu meningkatkan kemampuan.
2. Menciptakan atau mempunyai standar dalam mencapai tujuan hidup dan membagi imbalan atas keberhasilan yang dicapai.
3. Cobalah untuk tidak menuding orang lain atas kekecewaan anda, namun bersikaplah kontemplatif.

⁸⁰ Rina Aristiani, "Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Informasi Berbantuan Audiovisual," *Jurnal Konseling GUSJIGANG* 2. N0. 2 (Desember, 2016): 183, <https://jurnal.umk.ac.id/index.php/gusjigang/article/view/717>.

4. Mampu melewati perasaan tertekan dan kekurangan yang menimpa diri.
5. Dapat mengatasi kegelisahannya.
6. Selalu berfikir positif.⁸¹

Adapun menurut jurnal karya Pipih Ratna Putri, Asep Samsudin, dan Riesa Rismawati Siddik yang berjudul layanan bimbingan kelompok pada siswa MI Muslimin yang memiliki kepercayaan diri rendah, dijelaskan bahwa ada juga manifestasi dari rasa kurang percaya diri, seperti ketidakmampuan bersosialisasi dengan orang lain dan kurang percaya diri, berujung pada terabaikannya kehidupan bermasyarakat.⁸²

Siswa *broken home* di SMAN 2 Pamekasan merasa kepercayaan dirinya itu rendah dan sering merasa minder karena mereka merasa ada yang kurang dalam dirinya yaitu sosok atau figur orang tua yang meninggalkan mereka.

Adapun kepercayaan diri seorang siswa dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Sebagaimana dijelaskan oleh Thursan hakim bahwa faktor-faktornya yaitu sebagai berikut:

1. Fisik, tubuh yang bagus dan penampilan yang profesional akan membuat seseorang semakin percaya diri karena tampil cantik di mata orang lain.

⁸¹ Pipih Ratna Puri, Asep Samsudin, dan Riesa Rismawati Siddik, "Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa MI Muslimin yang Memiliki Kepercayaan Diri Rendah," *FOKUS* 4, NO. 3 (2021): 196, <https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/view/7171>.

⁸² Pipih Ratna Puri, Asep Samsudin, dan Riesa Rismawati Siddik, "Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa MI Muslimin yang Memiliki Kepercayaan Diri Rendah," *FOKUS* 4, NO. 3 (2021): 196, <https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/view/7171>.

2. Wajah, pesona setiap orang bergantung pada banyak faktor, termasuk wajah. Wajah cantik atau *good looking* membuat seseorang lebih percaya diri.
3. Ekonomi, status ekonomi sedang atau rendah dapat mempengaruhi rasa percaya diri seseorang.
4. Edukasi serta kesanggupan.
5. Penyesuaian diri, kemampuan seseorang dalam beradaptasi, kemampuan seseorang untuk tidak fleksibel dalam berinteraksi sosial akan mempengaruhi rasa percaya diri seseorang.
6. Kecenderungan stres dan bingung, kecenderungan stress dan bingung yang dibingkai dari dini akan menjadikan individu kurang percaya diri.
7. Keluarga, anak yang kecil kemungkinannya merasa ditinggalkan dan dikucilkan dari keluarga, kecil kemungkinannya untuk percaya pada dirinya sendiri.⁸³

2. Dampak Keluarga Broken Home Terhadap kepercayaan Diri Siswa di SMA Negeri 2 Pamekasan

Keluarga adalah tempat seorang anak dapat merasakan kenyamanan, cinta, dukungan dan pendidikan, baik itu pendidikan moral, sosial, budaya atau agama. Interaksi pertama dan terkuat adalah dengan keluarganya. Khususnya bagi orang tua sebagai role model, role model

⁸³ Zulfriadi Tanjung dan Sinta Huri Amelia, "Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa," *JRTI (Jurnal riset Tindakan Indonesia)* 2, no. 2 (2017): 3, <https://jurnal.iicet.org/index.php/jrti/article/view/205>.

sangat membantu dalam berkomunikasi dengan orang diluar keluarga inti.

Broken home adalah hancurnya suatu keluarga karena salah satu orang tua tidak mampu melaksanakan tugas mengurus keluarga sesuai aturan Islam. Kehancuran keluarga dapat dilihat dari dua perspektif, yaitu (1) hancurnya keluarga karena struktur keluarga yang selama ini tidak sempurna karena matinya atau berpisahnya pimpinan keluarga, (2) para wali tidak dipisahkan, struktur keluarga saat ini tidak bercacat karena para wali seringkali berjauhan satu sama lain atau jauh dari rumah untuk berkomunikasi atau membalas kasih sayang.⁸⁴ Setelah perceraian, remaja akan mengalami emosi seperti: kesedihan, ditinggalkan, rasa bersalah, malu, sakit hati, terkejut, sedih atau kesal. Hal seperti itu akan membuat siswa merasa tidak nyaman dengan situasi yang dialami keluarganya. Meski ada sebagian orang yang tampak biasa saja dan hidup dalam kondisi seperti itu namun tetap tabah dan sabar.

Berdasarkan hasil paparan data diatas ditemukan bahwa terdapat dampak positif dan dampak negatif dari kondisi keluarga broken home terhadap kepercayaan diri siswa di SMA Negeri 2 Pamekasan, diantaranya:

a. Dampak positif keluarga *broken home* terhadap siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi, yaitu sebagai berikut:

1) Mentalnya lebih kuat.

⁸⁴ Diana Fathonah, Heros Hendriana, dan Tita Rosita, "Gambaran *Self Esteem* dari Keluarga *Broken Home* di SMAN 1 Ciwidey," *FOKUS* 3, no. 4 (Juli, 2020): 130, <https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/view/5788>.

- 2) Lebih mandiri.
 - 3) Optimis.
- b. Dampak negatif keluarga *broken home* terhadap siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah, yaitu sebagai berikut:
- 1) Sulit mengontrol emosi.
 - 2) Kekurangan kasih sayang dan rindu sosok ayah.
 - 3) Merasa minder dan malu jika melihat teman yang memiliki keluarga harmonis.
 - 4) Berfikiran irasional.

Menurut Rosdiana terdapat beberapa dampak negatif pada anak pasca *broken home*, yaitu sebagai berikut:

- a. Terlalu pemalu dan kurang keterampilan sosial.
- b. Tidak memiliki rasa percaya diri.
- c. Takut dan cemas berlebihan (irasional).
- d. Enggan untuk percaya dengan orang lain.
- e. Emosionalnya tinggi.
- f. Anti-sosial.⁸⁵

Hal ini juga dapat dilihat dari aspek-aspek kepercayaan diri menurut Lauster sebagai berikut:

- a. Percaya akan kemampuan diri

⁸⁵ Wiwin Mistiani, "Dampak Keluarga *Broken Home* Terhadap Psikologis Anak," *MUSAWA* 10, no. 2 (Desember 2018), 339-343, <https://jurnal.iainpalu.ac.id/index.php/msw/article/download/528/347>.

Keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri merupakan pandangan semangat individu terhadap dirinya sendiri. dia benar-benar sehat untuk melaksanakan apa yang dia lakukan.

b. Optimisme

Optimisme merupakan sikap positif seseorang yang selalu mempunyai pandangan positif terhadap suatu hal dan kemampuannya.

c. Pandangan pribadi

Seseorang yang memandang suatu masalah atau sesuatu berdasarkan kebenarannya sendiri, bukan berdasarkan kebenaran pribadinya.

d. Tanggung jawab

Tanggung jawab merupakan kesiapan individu dalam menanggungakibat dari segala sesuatunya.

e. Logis dan praktis

Logis dan praktis adalah penelaahan terhadap suatu persoalan, benda, atau peristiwa memakai gagasan yang memuaskan serta setara dengan fakta.⁸⁶

3. Upaya Guru BK dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa dari Keluarga Broken Home di SMA Negeri 2 Pamekasan.

Pelayanan bimbingan dan konseling adalah usaha yang metedis, adil, bijaksana dan tiada henti yang dilakukan oleh para ahli dengan tujuan agar klien dapat memupuk kebebasan, sebagai kemampuan

⁸⁶ M. Nur Ghufon dan Rini Rismawati S, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014)

memahami, mengakui, memimpin, memutuskan dan memandang dirinya secara sadar untuk mencapai kebahagiaan dan kesuksesan dalam menjalani kehidupan.

Upaya guru BK dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa dari keluarga broken home di SMA Negeri 2 Pamekasan yaitu dengan memberikan suatu layanan bimbingan dan konseling berupa konseling individual, dengan menggunakan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) teknik *Cognitive Restructuring* (CR).

Layanan Konseling Individual merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa menerima layanan tatap muka, tatap muka dengan guru BK. Hal itu dilakukan dalam rangka berdiskusi dan meringankan masalahnya.⁸⁷ *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) secara khusus, teknik modifikasi perilaku dan mengubah keyakinan maladaptif. Terapis membantu orang-orang dengan menggantikan penjelasan-penjelasan yang tidak masuk akal mengenai kejadian-kejadian dengan penjelasan-penjelasan yang lebih realistis atau sebaliknya, bantulah mengendalikan reaksi-reaksi mendalam yang kesal, seperti rasa gugup dan murung, dengan mengajari mereka cara-cara yang lebih tepat dalam menafsirkan pengalaman mereka.⁸⁸ Menurut Ellis Teknik *Cognitive Restructuring* (CR) merupakan adalah pemusatan perhatian dalam upaya mengenali serta memperbaiki

⁸⁷ Prayitno dan Erma Amti, *dasar-dasar bimbingan dan konseling* (Jakarta: rineka cipta,2004), 114.

⁸⁸ Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2001), 214.

pemikiran dan pernyataan negatif atau irasional menjadi positif dan rasional.⁸⁹

Dalam pelaksanaannya Teknik *Cognitive Restructuring* (CR) meliputi langkah sebagai berikut:

- a. Rasionalitas, penggunaan rasionalitas akan memperkuat penegasan klien bahwa pernyataan dan keyakinannya dapat mempengaruhi perilakunya.
- b. Identifikasi dan klasifikasi masalah. Terdapat tiga hal yang harus diamati, yaitu uraian masalah yang dilakukan melalui wawancara yang dilakukan antara guru BK dan siswa. Kemudian dengan mencontohkan keadaan dengan emosi, siswa akan mengetahui pemikiran yang mengganggu dan konselor akan memandu pikiran-pikiran terkait emosi tersebut untuk diwujudkan. Kemudian langkah selanjutnya adalah pemodelan yang dilakukan oleh konselor atau siswa itu sendiri, siswa akan diminta untuk memodelkan kedua dari pikiran negatif yang dimilikinya.
- c. Memperkenalkan dan melatih berpikir adaptif. Saat ini, pikiran negatif dipindahkan ke pikiran positif.
- d. Ubah pemikiran serta permasalahan negatif menjadi strategi penanggulangan.
- e. Mengenalkan dan melatih penguatan berpikir positif.

⁸⁹ Latifatus Sholekah, Rosalia Dewi Nawantara, dan Setya Adi Sancaya, "Penerapan Teknik *Cognitive Restructuring* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa," *Seminar Nasional Virtual* (2021), 28, <https://proceeding.unpkediri.ac.id/index.php/kkn/article/download/1387/1084/4959>.

f. Penilaian dilanjutkan dengan perencanaan lebih lanjut.⁹⁰

Hal ini sesuai dengan jurnal yang berjudul Penerapan Strategi *Cognitive Restructuring* untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa kelas X IPS 1 SMAN 1 Ponggok Kabupaten Blitar yang disusun oleh Anisa Ultari Lisananti yang menyatakan bahwa berdasarkan hasil skor *pre-test* angket percaya diri dan angket berpikir positif diketahui masih terdapat siswa yang berada dalam kategori rendah, namun berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan dengan angket berpikir positif diperoleh adanya perbedaan antara *pre-test* dan *post-test* yaitu skor *post-test* lebih tinggi daripada skor *pre-test* . sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan strategi *cognitive restructuring* dapat meningkatkan percaya diri siswa kelas X IPS 1 SMAN 1 Ponggok Kabupaten Blitar.

91

⁹⁰ Angga Dwi Prastiyo dan Abdul Muhid, “Koseling Kelompok dengan Teknik *Cognitive Restructuring* Menurunkan Prokrastinasi Akademik: *Literature review*,” *Jurnal Konseling Pendidikan* 6, no. 1 (Juni, 2022), 25, <https://e-journal.hamzanwadi.ac.id/index.php/jkp/article/viewFile/4966/2741>.

⁹¹ Petricia Anggi Agustine dan Elisabeth Christiana, “Penerapan Strategi *Cognitive Restructuring* untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa kelas X IPS 1 SMAN 1 Ponggok Kabupaten Blitar,” *Jurnal BK UNESA* 8, no. 1 (2018), 102, <https://www.neliti.com/id/publications/253612/penerapan-strategi-cognitive-restructuring-untuk-meningkatkan-percaya-diri-siswa>.