

Pembentukakan Jati Diri Remaja *Broken Home* Melalui Layanan Konseling Individu Di Desa Karanggungan, Kelurahan Tangkil, Kecamatan Sragen Tahun Pembelajaran 2021

Brigita Ringgit Wulandi¹, Lydia Ersta Kusumaningtyas², Ahmad Jawandi³

Universitas Slamet Riyadi Surakarta

E-mail: brigitaringgit25@gmail.com

No. HP : 089692814123

Abstract: The purpose of this research is to find out how individual counseling services can shape the personality of teenagers from broken families in Karanggungan, Tangkil, Sragen in 2021 academic year. This research was conducted in Tangkil, Sragen in 2021 academic year. This research is a qualitative descriptive research. Collecting data using interview, observation, and documentation techniques. In its implementation, this study involved 2 teenage victims from broken families as research subjects and several other people as informants. While the object of this research is the discovery of the personality of teenagers who were victims of broken families. Data testing is done by using triangulation. While data analysis obtained from data collection, data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results of interviews, observations, and documentation showed that by providing individual counseling services to the teenagers from broken families can help them in finding their personalities. Thus, it can be concluded that the formation of the personality of teenagers from broken families can be done through the provision of individual counseling services.

Keywords: Individual Counseling, Adolescent Personality from a broken family

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah layanan konseling individu berpengaruh dalam menyelesaikan masalah penemuan jati diri remaja *broken home* di Desa Karanggungan, Kelurahan Tangkil, Kecamatan Sragen tahun pembelajaran 2021.

Penelitian ini dilaksanakan di Kelurahan Tangkil, Kecamatan Sragen tahun pembelajaran 2021 di mana penelitian ini berbentuk deskriptif kualitatif dan pengumpulan data yang diambil tersebut dilakukan dengan menggunakan teknik berupa wawancara, observasi dan dokumentasi. Dalam pelaksanaannya, penelitian ini dilaksanakan dengan melibatkan 2 remaja korban *Broken Home* sebagai subjek dan beberapa orang lainnya (narasumber). Sedangkan objek penelitian ini adalah penemuan jati diri remaja korban *broken home*. Pengujian kepercayaan data dilakukan dengan triangulasi, sedangkan dalam analisis data didapatkan dari pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil wawancara, observasi dan dokumentasi dapat menunjukkan bahwa dengan pemberian layanan Konseling Individu pada remaja *broken home* dapat mempengaruhi penemuan jati dirinya. Dengan begitu, dapat disimpulkan bahwa konseling individu cukup memberi pengaruh dalam menemukan jati diri remaja *broken home*.

Kata Kunci : Konseling Individu, Jati Diri Remaja *Broken Home*

PENDAHULUAN

Keluarga memiliki arti yang sangat mendalam, yang dapat dimaknai dengan berbagai pemikiran dari berbagai sudut pandang yang berbeda pada setiap orang. Pada umumnya, keluarga merupakan kelompok kecil yang anggotanya adalah ayah, ibu dan anak. Keluarga juga dapat disebut sebagai rumah yang sesungguhnya, karna rumah adalah tempat untuk pulang. Memiliki keluarga yang lengkap atau utuh dan harmonis menjadi harapan bagi setiap orang, dimana setiap anggota keluarga dapat saling berbagi kasih sayang, tanggung jawab, memberikan penguatan dan kehangatan. Keluarga juga merupakan tempat pertama kali anak mendapat pendidikan dan bimbingan dari orang tua sehingga banyak orang yang mengatakan bahwa pendidikan pertama adalah keluarga. Selain itu, peran terpenting dalam keluarga adalah saling memberikan energi positif bagi setiap anggota keluarga.

Setiap orang akan menganggap bahwa tempat untuk pulang adalah keluarganya sehingga dalam segala kondisi yang dihadapinya, ia tetap akan pulang di rumahnya. Hal tersebut terjadi karena di dalam rumah terdapat perasaan diterima, perasaan aman, damai sejahtera, perasaan dinantikan kehadirannya, disayangi dan bebas mengekspresikan perasaan mereka. Setiap anak mengharapkan keluarganya harmonis seperti keluarga lain yang terlihat sangat harmonis yang selalu nampak bahagia, damai dan menyenangkan. Hal tersebut menunjukkan betapa pentingnya kondisi hubungan keluarga. Sudut pandang mengenai keluarga adalah rumah yang sesungguhnya untuk pulang akan berbanding terbalik apabila kondisi keluarga tidak utuh.

Keluarga yang tidak utuh (*Broken Home*) merupakan kondisi di mana sebuah keluarga mengalami perpecahan atau terputusnya struktur peran anggota keluarga yang disebabkan oleh beberapa hal. Pengertian *broken home* yang dimaksud pada karya tulis ini adalah keluarga yang tidak utuh karena perceraian. *Broken home* dapat menyebabkan anak merasa kehilangan arti keluarga di dalam hidupnya, mengganggu kondisi mental anak bahkan memicu anggapan bahwa dirinya yang menjadi penyebab orang tuanya berpisah.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari remaja menuju dewasa, di mana pada masa ini setiap remaja berusaha untuk menemukan jati diri mereka masing-masing. Namun, sedikit berbeda dengan anak yang berada di dalam keluarga broken home. Seringkali mereka mengalami kesulitan dalam melalui fase tersebut, tidak sedikit juga yang kehilangan arah dalam proses pencarian jati dirinya. Remaja yang mengalami kesulitan dalam menemukan jati dirinya akan jauh lebih menderita karena akan lebih banyak lagi dampak negatif yang terus mengikutinya. Hal tersebut terjadi oleh karena dampak negatif dari perpisahan yang terjadi di dalam keluarganya. Remaja yang mengalami *broken home* justru cenderung menarik diri atau minder, emosional, brutal, susah diatur, tidak mudah menaruh kepercayaan pada orang lain,

sulit beradaptasi dengan lingkungan baru bahkan bisa tidak percaya diri. Dampak negatif ini, kebanyakan menyerang mental anak remaja yang mengalami *broken home*. Mental mereka cenderung lemah, merasa hidupnya tidak seberuntung orang lain, merasa dirinya tidak berharga dan banyak pandangan-pandangan yang kurang lurus, sebagai akibat dari kurangnya perhatian maupun asuhan yang tepat dari orang tua mereka dalam mengatasi dampak negatif akibat perpisahan orang tuanya. Jika anak tidak dapat menerima kondisi keluarga yang *broken home*, memungkinkan terjadinya pemikiran remaja untuk memilih jalan hidupnya sendiri sesuai dengan pola pikir yang negatif, sehingga membawa perilakunya kearah yang negatif juga.

Dampak negatif maupun positif yang diterima oleh remaja yang mengalami *broken home*, biasanya dipengaruhi oleh pola asuh dan pengawasan orang tua yang merawatnya. Orang tua yang dapat memaknai perpisahan akan sebaik mungkin mengasuh dan menemani anaknya melalui perpisahan atau kehilangan yang dialaminya. Orang tua yang seperti inilah yang akan mudah beradaptasi dan tidak menemui masalah dalam mengasuh anak, sehingga dapat menemani pertumbuhan anak dan memenuhi kebutuhan anak baik secara harafiah maupun afeksi. Berbeda halnya dengan remaja yang mengalami dampak negatif. Mereka akan mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan kondisi barunya, dan mungkin membutuhkan waktu yang cukup panjang untuk memulai beradaptasi kembali.

Remaja yang mengalami dampak negatif akan kesulitan menemukan jati diri mereka karena sulit percaya orang lain tetapi juga remaja berada pada fase proses membangun identitas mereka dan mulai melepaskan individualisme pada keluarga, yang akibatnya mereka enggan mengungkapkan problem-problem yang dialaminya pada keluarganya. Untuk dapat menemukan jati dirinya kembali, remaja membutuhkan bantuan orang lain yang dinilai dapat menemani mereka berpikir jernih dan menyadari kondisi terpuruknya untuk bangkit. Tentunya remaja membutuhkan orang yang benar-benar dipercayainya dan dapat menyelesaikan perasaan maupun perilaku kurang tepat yang tidak disadarinya. Masalah yang dihadapi remaja dapat dengan mudah diatasi dengan menawarkan konseling individu pada mereka. Layanan konseling individu pada remaja yang mengalami *broken home* dapat menjadi salah satu jawaban untuk remaja dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya sehingga remaja akan memiliki pemikiran yang positif dalam memaknai perpisahan. Selanjutnya, remaja dapat menemukan jati dirinya kembali dengan pemberian motivasi dan *treatment* didalam konseling individu. Pemberian motivasi menjadi salah satu cara untuk membangkitkan gairah remaja dalam menemukan jati diri mereka yang positif, dan *treatment* dalam konseling yang dilakukan beberapa kali, diharapkan dapat memudahkan konseli memecahkan masalahnya secara mandiri.

Berdasarkan informasi yang diperoleh penulis dari beberapa warga Desa Karanggungan menunjukkan bahwa terdapat beberapa remaja yang mengalami kasus *broken home* akibat dari perceraian orang tua. Seperti yang telah ditulis sebelumnya, mengenai dampak negatif dari broken home, maka peneliti membuat sebuah studi pendahuluan untuk memberi gambaran mengenai kasus tersebut. Berikut data dari hasil observasi awal yang dilakukan peneliti kepada 12 keluarga yang mengalami broken home.

Tabel 1.1 Hasil Observasi Awal 1

NO	INDIKATOR	JUMLAH REMAJA
1.	Sulit beradaptasi ditempat yang baru	7 dari 12 Remaja (58%)
2.	Sulit mempercayai orang lain	10 dari 12 remaja (83%)
3.	Sulit berpikir jernih.	8 dari 12 remaja (66%)
4.	Mengalami ketakutan akan kehilangan atau perpisahan	6 dari 12 remaja (50%)
5.	Sering minder atau rendah percaya diri	12 dari 12 remaja (100%)
6.	Sering menyendiri	6 dari 12 remaja (50%)
7.	Sulit bersosialisasi	9 dari 12 remaja (75%)

Hasil dari studi pendahuluan di atas, telah memberi gambaran mengenai kondisi umum remaja yang mengalami kasus broken home. Dari 12 remaja yang mengalami *broken home* tidak semua memiliki latar belakang dan efek negatif yang sama antara satu dengan yang lainnya. Untuk menyelesaikan permasalahan mereka, peneliti akan memberikan layanan konseling individu yang bertujuan untuk membantu remaja dalam menghadapi dan memecahkan masalah-masalah yang sedang di hadapinya kususny pada remaja yang mengalami beberapa aspek yang lebih kompleks. Layanan konseling individu sangat dibutuhkan remaja dalam mengatasi masalah pribadinya. Secara khusus, yang terkait dengan dampak negatif remaja yang mengalami *broken home* sehingga kesulitan menemukan jati dirinya.

Bedasarkan latar belakang yang telah sampaikan, peneliti tertarik mengambil judul penelitian “PEMBENTUKAN JATI DIRI REMAJA *BROKEN HOME* MELALUI LAYANAN KONSELING INDIVIDU DI DESA KARANGGUNGAN, KELURAHAN TANGKIL, KECAMATAN SRAGEN TAHUN PEMBELAJARAN 2021”.

METODE

Penelitian ini akan dilaksanakan di Desa Karanggungan, Kelurahan Tangkil, Kecamatan Sragen dari bulan Juli sampai Agustus 2021. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan bentuk penelitian deskriptif kualitatif dan strategi yang digunakan adalah studi kasus tentang

pembentukan jati diri remaja *broken home* dengan layanan konseling individu. “Metode penelitian kualitatif adalah sebagai metode penelitian ilmu-ilmu sosial yang mengumpulkan dan menganalisis data berupa kata-kata (lisan maupun tulisan) dan perbuatan-perbuatan manusia serta peneliti tidak berusaha menghitung atau mengkuantifikasi data kualitatif yang telah diperoleh dan dengan demikian tidak menganalisis angka-angka” (Afrizal, 2014: 13).

Sumber data dalam penelitian ini adalah 2 remaja *broken home* di Desa Karanggunan, orang tua serta teman sebaya. Teknik pengumpulan data yang di gunakan adalah Observasi, Wawancara, dan Dokumentasi. Kemudian Teknik keabsahan data menggunakan triangulasi. Teknik triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik.

HASIL

Peneliti menuliskan karya ilmiah ini berdasarkan dari pengumpulan data yang dilakukan secara langsung maupun tak langsung di lapangan. Beberapa pengumpulan data yang dilakukan peneliti adalah dengan melakukan wawancara, observasi dan dokumentasi. Dimana dari pengumpulan data tersebut kemudian peneliti mem-*filter* atau menganalisis lebih lagi sehingga data tersebut dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya. Untuk itu, setelah data diperoleh, maka peneliti melakukan uji keabsahan data dengan triangulasi sumber dan teknik dalam menentukan keabsahan datanya. Kemudian peneliti menganalisis hingga dihasilkan sebuah kesimpulan bahwa konseling individu pada remaja *broke home* cukup memengaruhi kemampuan remaja dalam menemukan jati dirinya.

Subjek D mulai menemukan jati dirinya dimana subjek sebenarnya memiliki potensi yang besar bahkan potensinya bisa menghasilkan uang dan mengarahkannya pada masa depan yang baik. Dari sini dapat dilihat pula bahwa subjek telah mampu berpikir jernih dan tidak terlalu minder. Ketidaksediaan orang tua dalam membiayai sekolah, justru membuat subjek termotivasi untuk bangkit dengan merencanakan masa depannya. Komunikasi antar keluarganya semakin membaik karena subjek mau memulai. Subjek tidak lagi melakukan kenakalan remaja dan subjek memilih kembali menyibukkan diri dengan kegiatan yang positif supaya tidak dipandang sebelah mata. Subjek dapat mengurangi perilaku atau pikiran negatif terkait kenakalan remaja sebagai pelampiasan subjek sebelumnya. Subjek termotivasi untuk berpikir positif karena dengan berpikir positif, ia merasa lebih tenang dan motivasi dalam dirinya menghasilkan keputusan-keputusan yang baik untuk memperbaiki hubungannya dengan keluarganya, maupun bersikap dengan bijak. Subjek mencoba bersosialisasi pada keluarga maupun tetangganya dengan cara sering berada dirumah sehingga mengurangi pikiran buruk tetangganya kepada keluarganya. Subjek mulai terbuka bahwa dirinya belum bisa memaafkan masalah, sehingga setelah dimotivasi konselor,

subjek memutuskan untuk memaafkan masalahnya dengan ikhlas. Kemudian subjek nampak lega dan lebih bahagia dari sebelum-sebelumnya karena bebannya terurai satu persatu.

Sedangkan subjek E mengalami beberapa perubahan dari sebelum dan sesudah konseling, yaitu Subjek merasakan jauh lebih baik dan mampu mencari kesibukan untuk menghindari pikiran-pikiran yang tidak jernih. Selain itu, subjek telah mampu berpikir dengan jernih mengenai keluarganya yang terpisah merupakan cara terbaik untuk orang tuanya tidak saling melukai lebih dalam. Subjek sudah berusaha membangun komunikasi dengan keluarganya, namun respon orang tuanya yang kurang perhatian, membuatnya sedikit enggan untuk mencoba berkomunikasi dengan baik lagi. Subjek ingin mempertemukan keluarganya untuk mengatakan perasaan dan pikirannya selama ini namun belum dapat terealisasikan. Subjek mampu berdamai dengan dirinya sendiri sehingga memutuskan untuk memutus kebiasaan buruknya dalam menghadapi stres, yaitu perilaku *self-harm*. Subjek mampu memiliki pemikiran yang positif terhadap masa depannya. Subjek mampu menempatkan pemikirannya pada masa depan tanpa ketakutan yang berlebihan baik dalam cita-cita maupun membangun rumah tangga, sekalipun memungkinkan masih sangat membutuhkan waktu yang cukup panjang. Subjek mulai sedikit percaya dengan teman sebayanya dalam menceritakan pengalamannya sehingga dapat membuatnya lega dan tidak terlalu terbebani. Subjek sudah mau memulai bersosialisasi karena merasa diterima dengan baik. Subjek lebih dapat terbuka kepada keluarganya sekalipun belum mendapat penerimaan.

SIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Penulisan skripsi ini diawali dengan pra-observasi yang telah dilakukan peneliti terhadap narasumber, yaitu kepada beberapa remaja di Karanggunan, Tangkil, Sragen yang mengalami kesulitan menemukan jati dirinya akibat dari orang tuanya yang broken home. Dari beberapa banyaknya remaja di tempat tersebut, peneliti memilih dua orang anak yang sangat berkecenderungan memiliki ciri-ciri karakteristik remaja yang sulit menemukan jati dirinya sebagai akibat dari perpisahan orang tua. Peneliti menuliskan karya ilmiah ini berdasarkan dari pengumpulan data yang dilakukan secara langsung maupun tak langsung di lapangan. Beberapa pengumpulan data yang dilakukan peneliti adalah dengan melakukan wawancara, observasi dan dokumentasi. Dimana dari pengumpulan data tersebut kemudian peneliti mem-filter atau mengalisis lebih lagi sehingga data tersebut dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya. Untuk itu, setelah data diperoleh, maka peneliti melakukan uji keabsahan data dengan triangulasi sumber dan teknik dalam menentukan keabsahan datanya. Kemudian peneliti menganalisis hingga dihasilkan sebuah kesimpulan bahwa konseling individu pada remaja broke home cukup memengaruhi kemampuan remaja dalam menemukan jati dirinya.

Subjek D mulai menemukan jati dirinya dimana subjek sebenarnya memiliki potensi yang besar bahkan potensinya bisa menghasilkan uang dan mengarahkannya pada masa depan yang baik. Dari sini dapat dilihat pula bahwa subjek telah mampu berpikir jernih dan tidak terlalu minder. Ketidaksediaan orang tua dalam membiayai sekolah, justru membuat subjek termotivasi untuk bangkit dengan merencanakan masa depannya. Komunikasi antar keluarganya semakin membaik karena subjek mau memulai. Subjek tidak lagi melakukan kenakalan remaja dan subjek memilih kembali menyibukkan diri dengan kegiatan yang positif supaya tidak dipandang sebelah mata. Subjek dapat mengurangi perilaku atau pikiran negatif terkait kenakalan remaja sebagai pelampiasan subjek sebelumnya. Subjek termotivasi untuk berpikir positif karena dengan berpikir positif, ia merasa lebih tenang dan motivasi dalam dirinya menghasilkan keputusan-keputusan yang baik untuk memperbaiki hubungannya dengan keluarganya, maupun bersikap dengan bijak. Subjek mencoba bersosialisasi pada keluarga maupun tetangganya dengan cara sering berada di rumah sehingga mengurangi pikiran buruk tetangganya kepada keluarganya. Subjek mulai terbuka bahwa dirinya belum bisa memaafkan masalah, sehingga setelah dimotivasi konselor, subjek memutuskan untuk memaafkan masalahnya dengan ikhlas. Kemudian subjek nampak lega dan lebih bahagia dari sebelum-sebelumnya karena bebannya terurai satu persatu.

Sedangkan subjek E mengalami beberapa perubahan dari sebelum dan sesudah konseling, yaitu Subjek merasakan jauh lebih baik dan mampu mencari kesibukan untuk menghindari pikiran-pikiran yang tidak jernih. Selain itu, subjek telah mampu berpikir dengan jernih mengenai keluarganya yang terpisah merupakan cara terbaik untuk orang tuanya tidak saling melukai lebih dalam. Subjek sudah berusaha membangun komunikasi dengan keluarganya, namun respon orang tuanya yang kurang perhatian, membuatnya sedikit enggan untuk mencoba berkomunikasi dengan baik lagi. Subjek ingin mempertemukan keluarganya untuk mengatakan perasaan dan pikirannya selama ini namun belum dapat terealisasikan. Subjek mampu berdamai dengan dirinya sendiri sehingga memutuskan untuk memutus kebiasaan buruknya dalam menghadapi stres, yaitu perilaku self-harm. Subjek mampu memiliki pemikiran yang positif terhadap masa depannya. Subjek mampu menempatkan pemikirannya pada masa depan tanpa ketakutan yang berlebihan baik dalam cita-cita maupun membangun rumah tangga, sekalipun memungkinkan masih sangat membutuhkan waktu yang cukup panjang. Subjek mulai sedikit percaya dengan teman sebayanya dalam menceritakan pengalamannya sehingga dapat membuatnya lega dan tidak terlalu terbebani. Subjek sudah mau memulai bersosialisasi karena merasa diterima dengan baik. Subjek lebih dapat terbuka kepada keluarganya sekalipun belum mendapat penerimaan.

B. SARAN

Berdasarkan penarikan kesimpulan di atas, maka penulis memberikan saran kepada pihak-pihak yang terlibat secara langsung dalam mendukung remaja dalam menemukan jati dirinya yang positif, adapun saran yang diberikan sebagai berikut :

1. Orang Tua Remaja

Perceraian tetap memberikan dampak psikologis pada anak, sebagai orang tua harus memahami dampaknya dan kebutuhan anak sebelum bercerai. Jika memang harus bercerai, lebih baik memberi penjelasan pada anak dengan jujur, jangan sampai anak mencari jawaban-jawaban itu sendiri. Jika anak salah menyimpulkan ujungnya anak harus merasakan perasaan negatif yang seharusnya tidak dia rasakan. Maka dari itu untuk para orang tua yang bercerai setidaknya tetap lakukan hal yang bijaksana, seperti :

- a) Meskipun bercerai usahakan tetap lakukan komunikasi yang baik dengan mantan pasangan demi anak. Supaya anak tidak kehilangan salah satu sosok orangtuanya yang akan berdampak pada perkembangan mentalnya hingga dewasa.
- b) Hindarkan pertengkaran kalian dari pandangan sang anak. Dan berhenti menjadikan anak sebagai tempat pelampiasan kebencian kalian terhadap mantan pasangan.
- c) Jangan larang anak untuk menemui ayah/ ibunya, karna mantan suami/istri memang ada, tapi mantan anak tidak ada.
- d) Sekalipun mempunyai kesibukan, tetap memberikan perhatian dan pendampingan perkembangan anak remajanya yang masih berada pada tahap penemuan jati diri sehingga remaja mampu menemukann jati dirinya dengan positif.
- e) Mengusahakan untuk selalu memenuhi kebutuhan setiap perkembangan remaja.
- f) Mendisiplinkan anak dengan memberikan *reward* dan *punishment* terhadap perilaku yang sesuai dan tidak sesuai.
- g) Dan juga jalin komunikasi yang baik dengan anak. Berkomunikasi bukan sekedar basa-basi tapi dari hati ke hati. Terkadang anak hanya ingin didengarkan tanpa penghakiman atau perdebatan.

2. Teman Sebaya

Mungkin sebagai teman tidak bisa berbuat banyak untuk membantu teman kalian untuk sembuh total dari kesedihannya. Tapi kita bisa menjadi teman yang baik dengan tunjukkan kalau kalian peduli dengan mereka, seperti :

- a) Menjadi teman yang baik dan memberikan dampak positif pada remaja.

- b) Menjadi teman yang bersedia mendengar dan menemani dalam berbagi pengalaman dan mengambil keputusan.
- c) Tidak mengucilkan seseorang yang memiliki label *broken home*.
- d) Mengajak bersosialisasi pada grup atau organisasi yang positif dimana kalian bergabung juga. Terkadang berkumpul dengan remaja lain dapat memberi rasa nyaman dan melupakan kesedihannya.
- e) Selalu berikan semangat dan motivasi untuk terus menjadi pribadi yang lebih baik.
- f) Beri tahu pada teman kalian yang mengalami *broken home* bahwa mereka tidak sendiri.

3. Remaja

Terluka karna perpisahan orang tua memang terasa menyakitkan, tapi memaafkan adalah cara untuk membebaskan diri dari kebencian. Pengalaman *broken home* memang bukan hal yang remeh dan mudah dilalui, namun sebagai orang yang dituntut dewasa oleh keadaan kita bisa mengontrol diri kita, cara pandang kita dan apa yang kita lakukan untuk menjadi pribadi yang lebih baik di masa depan, seperti :

- a) Identifikasi perasaan, lakukan *mindfulness* artinya kesadaran diri untuk tetap berada dimasa ini dengan cara berlatih menyadari napas, melatih menyadari pikiran, ingatan dan tidak hanyut dalam memori masa lalu.
- b) Bicarakan rasa sakit itu dengan lebih terbuka kepada keluarga dan sahabat sehingga dapat mengatasi masalah dengan baik tanpa adanya kesalahpahaman antar anggota keluarga.
- c) Tetapkan *Bpondaries*/ batasan. Beri ruang dan waktu untuk mendapatkan kembali pikiran dan kepercayaan diri.
- d) Membangun motivasi dalam diri sehingga tidak mudah putus asa dalam menghadapi masalah, tetapi justru dapat menyelesaikan masalah dengan pemikiran yang jernih. Mampu merangkul segala baik dan buruk.
- e) Berusaha membangun komunikasi dengan keluarga dan membiasakan diri untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitar.

Berdamai dengan diri sendiri untuk membangun cinta pada diri sendiri, sehingga tidak melukai diri sendiri, mampu menyadari kemarahan dan mampu hidup dengan norma yang ada.

DAFTAR RUJUKAN

- Chaplin, J. P. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Rajawali Pers. → **Buku**
- Djam'an Satori dan Aan Komariah. (2017). *Metodologi Penelitian kualitatif*. Bandung: CV Alfabeta → **Buku**
- Geldard, Kathryn & Geldard, David. (2011). *Konseling Keluarga (Membangun Relasi Untuk Saling Memandirikan Antaranggota Keluarga)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. → **Buku**
- Ghufron & Rini. (2017). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta; Ar-Ruzz Media
https://id.m.wikipedia.org/wiki/Tangkil,_Sragen,_Sragen . Diunduh pada tanggal 21 Agustus 2021 → **Journal**
<https://www.google.com/search?biw=360&bih=564&tbm=isch&sxsrf=ALeKk03n36w5QtNkV4wwLS5r7iJsT9zWpQ%3A1629480646920&sa=1&q=kelurahan+tangkil+sragen&aq=kelurahan+tangkil&aqs=mobile-gws-lite.0.0l4#imgc=4MQaEVRkSwnkUM>. Diunduh pada tanggal 21 Agustus 2021. → **Journal**
<http://pdpi.sragenkab.go.id/detail-gambar.php?id=1> . Diunduh pada tanggal 21 Agustus 2021 → **Journal**
- Mohammad Ali dan Mohammad Asrori. (2012). *Psikologi Remaja (Perkembangan Peserta Didik)*. Jakarta: PT Bumi Aksara. → **Buku**
- Muri A. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Gabungan*. Jakarta : Kencana → **Journal**
- Nova Nur Baiti (2019) Layanan Konseling Individu pada Kepribadian Remaja Korban Broken Home di Madrasah Aliyah Ma'arif Bumirestu Palas Lampung Selatan. *Skripsi UIN Raden Intan Lampung*. Hlm ii. Didownload pada 29 Agustus 2021 → **Journal**
- Pangestu Tri Wulan Ndari. (2016). Dinamika Psikologis Siswa Korban Broken Home Di SMP Negeri 5 Sleman. *Jurnal BK UNY* (Vol 5, No.11). Hlm 476-486. Didownload pada tanggal 5 Mei 2021 → **Journal**
- Satori D dan Komariah Aan. 2017. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Alfabeta : Bandung. → **Buku**
- Subagyo. 2014. *Pengantar Riset Kuantitatif dan Kualitatif*. Yayasan Kalam Hidup : Bandung → **Buku**
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Bandung: Alfabeth*. → **Buku**
- Suharsimi Arikunto. 2013. *Prosedur Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta → **Buku**
- Sofyan S. Willis. (2011). *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Bandung: CV Alfabeta. → **Buku**
- Sofyan S. Willis. (2013). *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: CV Alfabeta. → **Buku**
- Syamsu Yusuf & J Nurhisnan. (2013). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung : Remaja Rosdakarya → **Buku**