

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

1. Persiapan Penelitian dan Perizinan

Dalam penelitian ini, peneliti memilih untuk menggunakan informan penelitian yaitu remaja putri yang mengalami sebagai korban *broken home* oleh orang tuanya. Penelitian menggunakan *purposive sampling* yang mana informan penelitian sudah dipilih peneliti sesuai dengan tujuan penelitian. Peneliti berhasil mendapatkan informan penelitian dengan menanyakan kepada teman dan juga ada beberapa informan yang telah dikenal oleh peneliti walaupun sebelumnya peneliti belum cukup mengetahui bahwasanya informan tersebut termasuk dalam kategori karakteristik informan pada penelitian ini.

Peneliti memutuskan untuk mengambil lima informan saja dikarenakan pada waktu pengambilan data yang dibutuhkan sudah cukup. Hasil wawancara dari kelima informan tersebut memperlihatkan data yang tidak jauh berbeda tetapi tetap saja masing-masing dari informan memiliki ciri khas dari setiap penyampaian datanya. Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti meminta izin atas kesediaan informan terlebih dahulu untuk dijadikan sebagai informan penelitian. Pada saat informan sudah mengizinkan dan bersedia, peneliti mengatur jadwal untuk melakukan wawancara. Tidak lupa, peneliti juga meminta izin kepada salah satu orang tua dari salah satu informan. Kemudian, peneliti menyusun panduan wawancara, mempersiapkan *informan consent*, dan juga alat perekam yang digunakan untuk merekam hasil wawancara dalam proses wawancara berlangsung.

Sebelum melaksanakan wawancara dengan informan, peneliti mengambil data awal salah satu informan terlebih dahulu. Dari dua informan yang akan diwawancara oleh peneliti tidak membutuhkan waktu lama untuk pendekatan karena peneliti sudah cukup mengenal kepribadian informan tersebut. Sedangkan tiga informan lainnya, peneliti mencari informasi terkait tempat tinggalnya dimana dan mengunjungi sekaligus meminta izin kepada salah satu ibu informan sebagai pendekatan pada informan tersebut. Selanjutnya, peneliti mengatur kembali kapan akan melakukan wawancara.

2. Pelaksanaan Penelitian

Pengambilan data pada informan dilaksanakan dalam tempat dan waktu sebagai berikut.

Tabel 4.1. Waktu dan Tempat Penelitian

No	Keterangan	Informan 1	Informan 2	Informan 3	Informan 4	Informan 5
1	Perizinan kepada orangtua, penjelasan sedikit mengenai kondisi <i>broken home</i> dari orangtua, dan pendekatan informan	Sabtu, 1 Oktober 2022 (15.00 WIB) di rumah informan	Senin, 3 Oktober 2022 (19.15 WIB) di rumah informan	Selasa, 4 Oktober 2022 (16.30 WIB) di rumah informan	-	-
2	Wawancara dengan informan	Jum'at, 07 Oktober 2022 (19.00 WIB) di rumah informan	Minggu, 09 Oktober 2022 (16.30 WIB) di rumah informan	Senin, 10 Oktober 2022 (16.45 WIB) di rumah informan	Sabtu, 24 Oktober 2022 (16.50 WIB) di fasilitas umum Desa Tumpangkrak	Minggu, 25 Oktober 2022 (17.00 WIB) di fasilitas umum Desa Tumpangkrak

Selain data terkait waktu dan tempat dalam pelaksanaan penelitian, diperlukan juga adanya data-data mengenai beberapa informan yang termasuk sebagai subyek dalam pelaksanaan penelitian. Adapun data-data beberapa informan sebagai berikut:

Tabel 4.2. Data Informan 1

No.	Keterangan	Informan 1
1	Nama inisial	RZE
2	Usia	18 tahun
3	Jenis kelamin	Perempuan

4	Anak ke-	3
5	Jumlah saudara	3
6	Pekerjaan	Pelajar
7	Usia ibu	46 tahun
8	Usia ayah	47 tahun
9	Pekerjaan ibu	Ibu rumah tangga
10	Pekerjaan ayah	Karyawan swasta

Tabel 4.3. Data Informan 2

No.	Keterangan	Informan 2
1	Nama inisial	CAD
2	Usia	16 tahun
3	Jenis kelamin	Perempuan
4	Anak ke-	1
5	Jumlah saudara	2
6	Pekerjaan	-
7	Usia ibu	48 tahun
8	Usia ayah	48 tahun
9	Pekerjaan ibu	Ibu rumah tangga
10	Pekerjaan ayah	Buruh

Tabel 4.4. Data Informan 3

No.	Keterangan	Informan 3
1	Nama inisial	FRSP
2	Usia	18 tahun
3	Jenis kelamin	Perempuan
4	Anak ke-	1
5	Jumlah saudara	1
6	Pekerjaan	Pelajar
7	Usia ibu	45 tahun
8	Usia ayah	49 tahun
9	Pekerjaan ibu	Pengusaha
10	Pekerjaan ayah	Karyawan swasta

Tabel 4.5. Data Informan 4

No.	Keterangan	Informan 4
1	Nama inisial	ZRDA
2	Usia	17 tahun
3	Jenis kelamin	Perempuan
4	Anak ke-	1

5	Jumlah saudara	-
6	Pekerjaan	Pelajar
7	Usia ibu	40 tahun
8	Usia ayah	50 tahun
9	Pekerjaan ibu	Ibu rumah tangga
10	Pekerjaan ayah	Pengusaha

Tabel 4.6. Data Informan 5

No.	Keterangan	Informan 5
1	Nama inisial	AAP
2	Usia	18 tahun
3	Jenis kelamin	Perempuan
4	Anak ke-	1
5	Jumlah saudara	2
6	Pekerjaan	Pelajar
7	Usia ibu	39 tahun
8	Usia ayah	45 tahun
9	Pekerjaan ibu	Ibu rumah tangga
10	Pekerjaan ayah	TNI/POLRI

B. Deskripsi Data Penelitian

Broken home bisa dibilang sebagai keluarga sering terjadi konflik atau tidak sesuai seperti keluarga pada umumnya yang selalu rukun, damai, dan adem. Keributan dalam rumah tangga tersebut biasanya disebabkan atas dasar perasaan tidak mau mengalah satu sama lain untuk berdamai. Perlu diketahui bahwasanya anak yang menjadi korban *broken home* bukan berarti selalu dipandang sebagai anak yang berasal dari orang tuanya bercerai, melainkan ada anak yang berasal dari orang tuanya tidak bercerai tetapi suka ricuh hampir setiap hari.

Broken home menyisakan dampak tersendiri bagi anak terutama pada remaja putri dimana dampak tersebut dominan sekali jika dilihat dari segi psikologis. Hal tersebut memicu sang remaja putri untuk terus melanjutkan hidup dengan ketahanan diri dari dalam diri guna menerima segala kondisi yang terjadi serta menjalani fase dimana mental merasa depresi bahkan trauma karena terlalu sering merekam kejadian orang tuanya yang *broken home* di otak dan pikiran mereka.

Bentuk ketahanan diri dalam menghadapi situasi tersulit tersebut dinamakan resiliensi. Semua manusia mempunyai resiliensi yang berbeda-beda. Individu selalu memiliki cara tersendiri untuk

membangun resiliensinya. Terkadang ada individu yang sudah susah payah membangun resiliensi dirinya dengan segala usaha yang dirasa mampu tetapi pada akhirnya menyerah bahkan sampe mengakhiri hidupnya dikarenakan depresi berat sehingga mempengaruhi untuk tidak melanjutkan hidup. Adapula individu yang berhasil membangun resiliensinya dan memperkuat resiliensinya pada penerapan keseharian kondisi yang dialami sehingga individu tersebut pantang menyerah kemudian memilih untuk bertahan melanjutkan hidup.

Layanan konseling berperan penting untuk membantu mengoptimalkan potensi yang dimiliki seorang klien terutama dalam permasalahan yang dialami oleh remaja yang menjadi korban *Broken home* di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus. Proses pemberian bantuan tersebut dapat dilakukan melalui beberapa layanan seperti layanan bimbingan kelompok, layanan bimbingan klasikal, layanan konseling kelompok, dan layanan konseling individual. Akan tetapi, dalam penelitian ini, peneliti menggunakan layanan konseling individual dengan teknik *self talk*.

Pada bagian ini, akan disajikan oleh peneliti berupa data-data hasil penelitian yang sudah peneliti temukan selama observasi berlangsung di lapangan. Peneliti menyajikan data yang meliputi tentang gambaran kondisi *Broken home* orang tua remaja putri di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus, resiliensi remaja putri korban *Broken home* di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus, penerapan konseling individual dalam meningkatkan resiliensi remaja korban *Broken home* serta faktor pendukung dan faktor penghambat penerapan konseling individual teknik *self talk* yang dialami oleh remaja putri korban *broken home* dalam meningkatkan resiliensinya. Maka berikut ini adalah data-data yang peneliti peroleh selama observasi di lapangan berlangsung guna memperjelas dan memberikan kemudahan kepada pembaca dalam memahaminya.

1. Gambaran Kondisi *Broken home* Orang Tua Remaja Putri di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus

Peneliti melakukan proses penggalan data mengenai gambaran kondisi *broken home* orang tua remaja putri di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus. Dalam proses penggalan data tersebut, peneliti melakukan tahap wawancara dengan 5 informan. Informan 1 berinisial RZE mempunyai gambaran kondisi *broken home* orang tua secara ringkas sebagai berikut:

Tabel 4.7. Gambaran Kondisi *Broken Home* Orang Tua Informan 1

No.	Keterangan	Informan 1
1	Kondisi sebelum <i>broken home</i>	Sering melihat orang tuanya sedang berkonflik
2	Penyebab <i>broken home</i>	Adanya ego kedua orang tua yang tinggi sehingga tidak ada yang mau mengalah
3	Masa terjadinya <i>broken home</i>	Ketika SD kelas 1, ayah dan mama sering bertengkar sampai main fisik
4	Kondisi setelah <i>broken home</i>	Orang tua memutuskan untuk bercerai dan tinggal bersama ibu

Dalam penelitian ini, gambaran terkait bagaimana kondisi *Broken home* orang tua RZE sebagai informan 1 menyampaikan:

“Dulu itu ibu sama ayah menikah karena kejadian hamil diluar nikah. Nah, yang dikandung pas itu adalah kakak. Jadi mau gamau ibu dan ayah menikah padahal keluarga ngga saling setuju. Mulai dari situlah ibu dan ayah sering cekcok entah itu gara-gara permasalahan ekonomi atau lainnya. Disatu sisi terkadang permasalahan sepele tapi dibesar-besarkan karena gaada yang mau mengalah... sebenarnya orang tua Broken home udah sering terjadi pas era kakakku di masa kecil mbak dan terus berlanjut sampai aku sebesar ini. Aku sering melihat hampir setiap hari ibu sama ayah bertengkar bahkan ayah sampai main fisik ke ibu didepan mataku padahal aku masih kelas 1 SD. Tiap bertengkar mesti ada darah. Pada akhire ibuku sudah tidak sanggup dan memilih jalan buat berpisah resmi dari ayah mbak terus ngajuin gugatan perceraian ke pengadilan pas aku kelas 3 SMP dimana waktu itu aku sibuk-sibuke ujian. Awale ayahku ga setuju pisah sama ibu, tetapi berakhir setuju karena ibuku tetap kekeh minta cerai mbak soale ngerasa dah gabisa buat diperbaiki...”⁹⁰

⁹⁰ RZE, Wawancara oleh Penulis, 07 Oktober 2022, Wawancara 1, Transkrip.

Selanjutnya, gambaran tentang kondisi *Broken home* orang tua yang berinisial CAD sebagai informan 2 dalam penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 4.8. Gambaran Kondisi *Broken Home* Orang Tua Informan 2

No.	Keterangan	Informan 2
1	Kondisi sebelum <i>broken home</i>	Mengetahui bahwa kedua orang tua bertengkar tetapi jarang sekali
2	Penyebab <i>broken home</i>	Persoalan perselingkuhan yang dilakukan oleh ibu hingga memicu <i>broken home</i> terus menerus
3	Masa terjadinya <i>broken home</i>	Kelas 5 SD, bapak dan ibu sudah mulai bertengkar terus menerus
4	Kondisi setelah <i>broken home</i>	Orang tua berpisah ranjang namun tidak bercerai secara hukum.

Pada tahap wawancara peneliti dengan informan 2 tentang bagaimana gambaran kondisi *Broken home* yang terjadi pada orang tuanya, CAD mengatakan:

“Singkat cerita ya mbak... dulu aku masih kelas 5 SD udah liat bapak dan ibu berantem. Aku liate bapak marah ke ibu karena ibu sering komunikasi sama selingkuhane.. terus selain itu mbak, bapak sering mergoki ibu pergi sama selingkuhane itu ngga cuma sekali dua kali loh.. awale bapak masih baik usaha buat nasehatin ibuku mbak... bahkan bapak tidak sampai main fisik pas semisal lagi emosi banget, tapi ya ibuku tetep sama kek gitu gaada perubahan. Akhire bapak bener-bener ngerasa capek sama sikap ibuku terus mutusin buat pisah ranjang tapi masih serumah mbak. seingetku pas itu aku udah masuk sekolah kelas 8 SMP mbak. Lah semenjak pisah ranjang tu aku gapernah liat bapak sama ibu ngobrol lagi alias saling diem-diem satu sama lain. Paling kalo mereka ngobrol gara-gara pas ada yang penting aja dan itupun jarang banget..”⁹¹

Disisi lain, data gambaran kondisi *Broken home* orang tua informan 3 adalah sebagai berikut:

⁹¹ CAD, Wawancara oleh Penulis, 09 Oktober 2022, Wawancara 2, Transkrip.

Tabel 4.9. Gambaran Kondisi *Broken Home* Orang Tua Informan 3

No.	Keterangan	Informan 3
1	Kondisi sebelum <i>broken home</i>	Baik-baik saja seperti tidak ada apa-apa
2	Penyebab <i>broken home</i>	Adanya orang ketiga dalam rumah tangga ayah dan ibu
3	Masa terjadinya <i>broken home</i>	Ketika kelas 1 SMP ayah dan ibu bertengkar secara terang-terangan di depan anak
4	Kondisi setelah <i>broken home</i>	Tidak sampai bercerai

Informan 3 berinisial FRSP mengungkapkan kepada peneliti mengenai orang tuanya:

“Dulunya tuh gaada kejadian apa-apa kok... ayah dan ibu adem ayem tanpa ribut. Semisal ayah dan ibu lagi bertengkar pasti nyembunyiin dari anak-anaknya. Nyelesaiinnya sembunyi-sembunyi biar anak-anaknya pada gatau mbak. Tapi semenjak ayah ketauan selingkuh ya, terus ibu ga terima. Ibu sering marah malah melampiaskan emosi ke anak-anaknya. Terus tak bilangin mbak ayah saya pun kayak ga merasa salah sama ibu saya astaghfirullah. Jadi setiap ada permasalahan yang mancing keributan hampir karena ibu sering ngungkit perselingkuhan ayah mbak. Ayah juga sering pergi jarang pulang kerumah kalo malem mungkin karena sikap ibu saya. Tapiiii itu pas kondisinya mereka lagi berantem aja mbak. Selebihe nek ga berantem ya ayah tetep pulang kerumah nek habis pulang kerja. Broken home orang tua saya bisa dibilang dah mayan lama ya mbak soalnya tu pas itungannya saya kelas 1 SMP sampe sekarang saya kelas 2 SMA kadang berlanjut.”⁹²

Untuk gambaran kondisi *Broken home* orang tua pada informan 4, peneliti menyajikan data secara ringkas sebagai berikut:

⁹² FRSP, Wawancara oleh Penulis, 10 Oktober 2022, Wawancara 3, Transkrip.

Tabel 4.10. Gambaran Kondisi *Broken Home* Orang Tua Informan 4

No.	Keterangan	Informan 4
1	Kondisi sebelum <i>broken home</i>	Saling akur, saling sayang satu sama lain
2	Penyebab <i>broken home</i>	Masalah perekonomian
3	Masa terjadinya <i>broken home</i>	Dari kelas 3 SMP sering ada percekocokan
4	Kondisi setelah <i>broken home</i>	Ibu meninggalkan rumah tapi tidak bercerai

Dimana informan 4 yang memiliki inisial ZRDA ini menyampaikan kepada peneliti:

“Kondisi orang tuaku dulu baik-baik saja, mereka saling akur, saling sayang satu sama lain. Sampe dimana gara-gara faktor permasalahan perekonomian di rumah pas ndelalah turun, makane hal itu jadi buat bapak dan ibuku bertengkar gak sekali dua kali malah sering mbak. Bapakku kan seorang pengusaha kan mbak sempet ngalamin penghasilan yang turun waktu itu di masa corona tahun lalu pas lagi muncak-muncak e. Lah berawal dari situ, ibuku tuh ngerasa kurang uang belanja bulanan yang dikasih sama bapakku. Padahal ibuku tau kalau pengusaha itu ada pasang surutnya. Ditambah seharuse ibu ngerti keadaane kayak gitu pas pandemi. Tapi tetep wae ibuku gamau mengerti bapak mbak. Aku udah pernah nyoba jelasin sekalian ngasih pemahaman ke ibu dengan tujuan biar ibu tau plus ngerti eh ternyata sama wae malah aku dimarahi dikira ikut campur urusan mereka mbak. Bapakku ya pusing terus mungkin karena udah muak ya marah sama sikap ibuku mbak.. wong bapak malah sempet ngeluarin kata-kata sing bikin hati ibu sakit. Terusan ibuku mutusin buat pergi ninggalin rumah mbak dan memilih untuk bekerja di luar kota. Sampai sekarang ibuku belum pulang kerumah balik ke Kudus....”⁹³

Sedangkan gambaran kondisi *Broken home* orang tua pada informan 5 dimana informan 5 ini peneliti ambil sebagai subjek penelitian, gambaran singkat mengenai kondisi *Broken home* orang tuanya sebagai berikut:

⁹³ ZRDA, Wawancara oleh Penulis, 24 Oktober 2022, Wawancara 4, Transkrip.

Tabel 4.11. Gambaran Kondisi *Broken Home* Orang Tua Informan 5

No.	Keterangan	Informan 5
1	Kondisi sebelum <i>broken home</i>	Tidak ada apa-apa
2	Penyebab <i>broken home</i>	Perselingkuhan yang dilakukan oleh ayah
3	Masa terjadinya <i>broken home</i>	Sejak SMP kelas 2, mama mengetahui ayah selingkuh dan emosinya meledak
4	Kondisi setelah <i>broken home</i>	Bercerai

Informan 5 berinisial AAP menceritakan kronologis dari adanya *Broken home* yang terjadi pada orang tuanya kepada peneliti:

“Perselingkuhan yang dilakuin sama ayah itu keknya awal yang nimbulin kedua orang tuaku jadi Broken home dirumah kok mbak. Kan perselingkuhan itu dah dari lama, seingetku pas itu aku masih dibangku kelas 5 SD.. habis itu mamaku ngebongkar semuane pas aku beranjak remaja lebih tepate kelas 2 SMP. Jadi awale mama pura-pura gatau nek ayahku selingkuh mbak... Mamaku nahan-nahan dikira ayahku bakal berubah ga kontakan sama selingkuhane tapi malah masih kontakan. Disitu ya ikut sakit hati ngerasain sedih banget ngeliatt ayah mamaku berantem. Aku tuh sempet mikir nek keluargaku itu keluarga yang harmonis gaada berantem-berantem dan segala macam antara ayah dan mama yaAllah mbakkk..... Soale ayah mama dulu emang jarang buanget berdebat terus seperti kek gaada masalah. Semenjak ayah selingkuh, ayah mama sering marah-marah, teriak-teriak berantem di depanku sama adikku mbak. Mamaku juga nangis karena saking ga tahan ngerasa engga ikhlas sama sekali nek ayahku mendua. Akhire ayah mama malah lebih milih buat jalan hidup masing-masing pas aku masih kelas 2 SMA mbak karena dirasa dah engga bisa ada perbaikan lagi buat buka lembaran baru ngelupain semua kesalahan satu sama lain.. Terus ayah sama mama resmi bercerai dan aku ikut mama mbak, nek adikku laki-laki ikut ayahku...”⁹⁴

⁹⁴ AAP, Wawancara oleh Penulis, 25 Oktober 2022, Wawancara 5, Transkrip.

Dari hasil wawancara dengan kelima informan diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa gambaran kondisi *Broken home* orang tua masing-masing sangat berbeda. Ada yang orang tuanya bercerai ada pula yang orang tuanya sering berkonflik namun tidak sampai bercerai. Selain itu, ada juga salah satu orang tua dari informan sampai meninggalkan rumah. Tentunya gambaran kondisi seperti itu memberikan dampak mental kepada kelima informan yang berbeda-beda.

2. Resiliensi Remaja Putri Korban *Broken Home* di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus

Remaja yang menghadapi permasalahan keluarga *broken home* maka dibutuhkan pengembangan kemampuan serta ketahanan fisik maupun emosional yang dipergunakan untuk menghadapi kesulitan yang terjadi dari permasalahan tersebut serta mengubahnya menjadi positif. Hal tersebut dapat dilakukan dengan adanya kemampuan resiliensi. Resiliensi merupakan sebuah kerja keras suatu individu untuk bangkit dari penderitaan dengan harapan dapat terbentuk mental yang lebih kuat.

Hasil observasi yang diperoleh peneliti bahwa resiliensi remaja putri korban *broken home* di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus juga merupakan bentuk usaha dalam ketahanan diri ketika sedang dihadapkan pada keadaan yang sulit menurut masing-masing individu. Usaha tersebut nantinya menumbuhkan cikal bakal motivasi perbaikan diri yang diperuntukkan untuk prestasi masa depan gemilang.

Mengenai hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan beberapa informan, dimana informan 1 mengungkapkan bahwa dirinya memiliki gambaran adaptasi yang dirinya lalui dalam keadaan yang sulit, membuat trauma, atau penuh tekanan saat orang tua mengalami *broken home*. Penjelasan RZE sebagai berikut:

“Seperti biasa adaptasi yang aku lakuin pertama lebih meyakinkan diri sendiri sih ya mbak biar tetep tegar ngeliat orang tua broken home kayak gitu. Nggak lupa juga membentuk afirmasi positif ke diri sendiri bahwa aku tuh pasti mampu melewati masa-masa sulit menurut versiku ini. Bahkan jika diperlukan, kadang aku mau gamau harus menunjukkan sikap bodoamat demi kesehatan mentalku mbak hehe... Terus kalau aku pas ngeliat orang tua lagi berantem tuh asline kepala kek mau pecah rasanya. Pernah sekali nyoba mendamaikan suasana ayah sama mamaku biar udahan berantemnya eh malah ga berhasil dan alhasil aku di dorong sama ayah sampe jatuh ke lantai. Jadine

semenjak itu udah gamau ikut campur waktu ngeliat mamah sama ayah lagi cekcok ya, sering aku pergi dan ngunci pintu kamar terus nangis bareng kakak adek juga”

“Kita bener-bener sebagai anak dah gatau harus berbuat apa ya makane kita ngunci kamar. Ngomong-ngomong soal dampak yang aku rasain setelah ngelakuin adaptasi dengan kondisi keluarga kayak gitu ya palingan saya ngerasa lebih agak tenang sih mbak. Selain itu juga ga gampang stress hehe.. Udah dua itu aja udah ngerasa alhamdulillah banget. Kalau aku ga ngelakuin penyesuaian diri setiap hari ya jelas aku mesti ngalamin stress berat. Apalagi nggak semua orang itu punya mental kuat kan. Pasti diri ini pernah ngalamin di fase terbawah dan cuma kita sendiri yang mampu bangkit gitu. Posisinya aku masih sekolah kelas 3 SMA harus pinter-pinter jaga pikiran sekaligus mood biar fokus sekolahnya karena kalau bukan aku sendiri yang ngatur mau siapa lagi. Kakak adek saya pun juga punya ketahanan diri sendiri beda-beda nggak bisa disamaratakan.”⁹⁵

Resiliensi tiap orang berbeda-beda. Seseorang mampu mengkondisikan bagaimana dirinya akan bertahan ketika pada keadaan yang sulit menurut versinya masing-masing. Untuk hasil wawancara dengan informan 2 inisial CAD menjelaskan mengenai bagaimana resiliensinya:

“Adaptasi yang bisa tak lakuin itu usaha gamau tau tentang permasalahan apa sing nyebabin ibu bapak bertengkar ya walaupun asline aku udah paham sih mbak. Tapi menurutku jauh lebih baik kalau aku pura-pura enggak paham. Karena pura-pura enggak paham bisa bikin aku lega walaupun sedikit. Setidak e pikiranku ga nambah beban. Apalagi disisi lain aku jadi anak pertama harus pinter-pinternya ngasih support ke adik-adik yang memang keadaannya ngerasa hancur karena punya lingkungan keluarga yang seperti ini. Sebagai kakak pun aku kudu pinter-pinter nyembunyiin rasa sedihku biar ga ketahuan adik-adikku mbak...”

“Gamungkin dong aku sebagai kakak keliatan lemah sedangkan adik-adikku sangat butuhin sosok kakak buat

⁹⁵ RZE, Wawancara oleh Penulis, 07 Oktober 2022, Wawancara 1, Transkrip.

penenang di setiap kondisi apapun. Memang pas itu tuh ngeliat kedua orang tua Broken home jadi patah semangat mbak bahkan membuat akuputus sekolah gara-gara gaada motivasi jadine cuma sampe tamat SMP loh.. tapi adik-adikku alhamdulillah e masih berlanjut sekolah. Yaudah akhire aku usaha buat bangkit terus lebih milih nyari kerja soale aku kepengen jadi orang berpenghasilan, sebenere dituntut juga buat ngehidupin keluarga karena ayahku pekerjaane serabutan ditambah ibuku cuma ibu rumah tangga mbak. Ditambah lagi salah satu adikku ada sing sering sakit-sakitan kadang sewaktu-waktu bisa kambuh penyakit."⁹⁶

Sedangkan hasil wawancara informan ke 3 yaitu FRSP ini dengan peneliti seperti ini obrolannya:

"Jujur saya kek gaada penyesuaian diri yang lebih spesifik kek gimana gitu ya mbak. Saya cuma lebih ke gamau ikut campur sama urusan ayah ibu waktu itu. Saya malah fokus ke sekolah gara-gara masih kelas 1 SMP dan pikiran yang muncul saat itu ya saya pengen jadi anak yang membanggakan orang tua walaupun keadaan orang tua saya seperti itu. Alhamdulillah beruntungnya sekolah SMP dulu sering dapet peringkat pertama sampe lulus dapet nilai yang bisa dibilang memuaskan banget si mbak hehe.. soale ibu pernah ngajarin saya ngasih contoh yang bagus ke adek gitu. Gapeduli gimana keadaan ayah sama ibu sekarang ya saya bersyukur banget bisa melewati masa-masa sulit di hidup saya"

"Dimana aslinya diriku ini tu istilahnya syok pake banget ngeliat ayah ibu berantem untuk pertama kalinya kan mbak. Kalo dibilang trauma ya trauma wong kesan pertama yang orang tuaku kasih itu keharmonisan eh malah jadi Broken home gini.. ga nyangka... jadi tiap ada cowo yang deketin saya tu saya dah mikir suudzon duluan mbak gara-gara takut kayak ayah saya hehe... ya walaupun gitu saya masih baik mikir mereka orang tuaku gitu mbak. Kalo gaada mereka ya saya gabakal lahir disini a mbak. Pada intine

⁹⁶ CAD, Wawancara oleh Penulis, 09 Oktober 2022, Wawancara 2, Transkrip.

saya berhusnudzon aja di setiap kehidupan yang terjadi sama sama mbak entah apapun itu..”⁹⁷

Setiap permasalahan yang terjadi dalam hidup tidak melulu seseorang bisa menerimanya. Terkadang ada sebuah proses yang tidak dilalui untuk mempertahankan resiliensi seseorang tersebut. Informan 4 yang berinisial ZRDA mengungkapkan ini pada saat diwawancarai:

“Sedih aku mbak ditinggal sama ibuku... rasanya aku berat banget buat jalanin hidup. Apa-apa pengen nyerah, ngeluh setiap hari. Bahkan sempet aku down banget perkara sekolah tapi gaada yang bisa aku ceritain. Tapi aku juga kasian sama bapak yang berjuang sendiri ngurus usahane walaupun nek aku dah pulang sekolah gitu bisa bantuin dikit-dikit. Tapi tetep aja bapak yang paling capek mbak.. ga tega aku asline tapi disisi lain aku juga ngurus rumah, ngurus keperluan apa yang dibutuhin buat bapak jualan. Ditambah aku harus ngurus maem kita berdua sehari-hari. Karena semenjak ibu kerja diluar kota harus dituntut apa-apa mandiri. Nek pas bapak sakit ya nggak bisa jualan wong aku sekolah kan mbak. Lah adaptasi yang bisa tak lakuin palingan menerima semuane dengan ikhlas walaupun bagiku susah pol mbak. Soale aku gabisa nuntut keadaan juga nek pilihan ibuku kerja di luar kota”

“Aku berharape ibuku bisa secepatet pulang karena ibu disana gapernah ngasih aku kabar apa-apa mbak.. Kadang kalo moodku ngerasa sedih rasane aku pengen marah gasanggup bahkan pengen bunuh diri. Masalahe bapak ya pernah ngeluarin kata-kata yang bikin hatiku sakit mbak. Aku gatahan e gara-gara itu. Apa-apa aku dimaki pas ngelakuin hal sing sekirane bapakku itu salah. Tapi apa dayaku aku takut sama bapak apalagi aku masih butuh keperluan sekolah ke bapakku mbak. Sekarang apa-apa aku lebih pasrah ke semuanya meh gimana ntar kedepane mbak..”⁹⁸

⁹⁷ FRSP, Wawancara oleh Penulis, 10 Oktober 2022, Wawancara 3, Transkrip.

⁹⁸ ZRDA, Wawancara oleh Penulis, 24 Oktober 2022, Wawancara 4, Transkrip.

Hasil wawancara dengan informan 5 AAP tentang bagaimana resiliensinya pada saat melihat keadaan orang tuanya *Broken home* :

“Hmm jujur aku kadang kangen ayahku mbak. Meskipun ayah selingkuh tapi bukan berarti aku benci sepenuhe sama ayahku mbak. Sulit sebenere ada diposisi antara mama dan ayah. Jadi aku mutusin buat netral ditengah-tengah mereka. Tapi aku sebel mbak semenjak ayah sama mama pisah tu ayah gapernah kasih tanggung jawab buat menuhin kebutuhanku preh aku ikut mamaku mbak. Karena hal itu mamaku sering marah ke aku dikira aku gaapernah minta ke ayah. Aku dianggap nyusahin mamah bahkan mamah pernah bilang ke aku nek aku beban buat mamah. Padahal aku setiap hari dah minta ke ayah kek minta sembako dan uang buat kebutuhan lainnya tapi gapernah dikasih ayah”

“Aku stress banget disalah-salahin ayah juga gara-gara ayah bilang mau Menuhin kebutuhan hidup lagi tapi dengan syarat mama harus keluar dari rumah yang aku tinggalin sama mamah. Rumah itu punyane ayahku mbak. Tapi aku gapernah tega bilang ke mama, Kalo aku bilang rasane kek ngusir mamaku sendiri mbak. Maka dari itu aku lebih milih diem saking cuapek disalahin mereka. Aku hampir gamau nerusin hidup alias ada keinginan bunuh diri pake pisau tapi balik lagi aku sering ngucap istighfar karena itu gabaik. Jadi bisa dibbilang adaptasiku lebih kearah mendekatkan diri sama Allah mbak. Yang awalnya dulu aku sering nunda sholat sekarang alhamdulillah kalo udah dengar adzan langsung ambil wudhu terus sholat. Selain itu aku sekarang ngelakuin sholat sunnah juga. Jadine sekarang aku lebih adem hawane ga gampang emosian mbak hehe...”⁹⁹

Dari semua hasil wawancara 5 informan diatas, dapat disimpulkan resiliensi remaja putri korban *Broken home* di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus meliputi resiliensi *I have* (kemauan bersikap mandiri) dengan membentuk afirmasi positif bahwa dirinya mampu melewati masa-masa sulit sendiri, memilih untuk bekerja, tetap fokus belajar mempertahankan prestasi di sekolah, menggantikan peran ibu, dan tidak meminta bantuan kepada orang lain. Resiliensi *I am* (pribadi yang penuh angan) dengan keinginan

⁹⁹ AAP, Wawancara oleh Penulis, 25 Oktober 2022, Wawancara 5, Transkrip.

untuk menjadi anak yang membanggakan orang tua, sukses dengan hasil ujian di kelas akhir, dan berhasil menjadi orang yang mengangkat derajat orang tua. Resiliensi *I can* (memiliki strategi coping) dengan tidak mau ikut campur dalam urusan orang tua, mendekati diri kepada Allah, dan berusaha ikhlas menerima segala sesuatu yang terjadi dalam hidupnya.

3. Penerapan Konseling Individual Teknik *Self Talk* Dalam Meningkatkan Resiliensi Remaja Putri Korban *Broken home* di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus

Penerapan konseling individual teknik *self talk* remaja putri korban *broken home* dalam meningkatkan resiliensi dilakukan diri sendiri seiring dengan begitu rapuhnya mental kebanyakan suatu individu berkaitan dengan permasalahan yang sedang dihadapi terutama mengenai orang tua *broken home* ini memiliki dampak yang besar terhadap remaja putri. Maka tidak jarang ditemukan para remaja putri sanggup bertahan dan melewati masa-masa sulitnya. Oleh karena itu, mengingat begitu pentingnya resiliensi yang harus dimiliki remaja putri korban *broken home* dibutuhkan adanya *self talk* sehari-harinya agar memicu motivasi menjadi pribadi mandiri dan kuat.

Hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti, diperoleh data bahwa proses penerapan konseling individual teknik *self talk* biasanya dilakukan oleh remaja putri korban *broken home* di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus pada saat dirinya merasa down mentalnya dan membutuhkan motivasi dari orang lain sehingga menimbulkan *self talk* pada dirinya sendiri. Dari *self talk* itulah remaja putri tersebut mengaku bahwa resiliensi dalam dirinya meningkat hingga membuat dirinya mandiri dan kuat.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan informan 1 RZE, mengatakan bahwa:

“Self talk itu mulai aku pas ngerasa lagi dibawah butuh cerita itu kadang aku curhat ke nenek mbak. Habis itu nenek ngasih wejangan sekalian support ke aku mbak. Setelah dapet wejangan dari nenek itu secara ga sadar aku self talk bentuk afirmasi positif yang sebelumnya aku dah jelasin tadi mbak.. dari itu kek ngerasa meningkat sikap resilienku mbak..”

Hasil wawancara dengan informan 2, CAD mengemukakan bahwa:

“Kalo aku self talk berasal dari temen mbak dikasih support ditenangin pokoe diajak deep talk lah istilahe terus aku agak

mikir sama diriku sendiri dan secara ga sadar itu aku langsung ngerasa self talk lah aku harus bisa ini itu, aku berani ngadepin semuanya gitu si mbak kurang lebihe..”

Untuk informan 3, FRSP hasil wawancara dengan peneliti yaitu:

“Saya biasa cerita atau curhat ke budhe mba. Dibilangin diarahin dikuatin dan segala macam biar saya terus kuat terus semangat. Dari situ a mba tiba-tiba saya sering self talk sama diri saya sendiri nyiapin apa yang harus saya lakuin tanpa paksaan pokonya. Jadi saya nyaman ngelakuin apa-apa mba..”

Hasil wawancara dengan informan 4, ZRDA mengatakan bahwa:

“Aku sering ngobrol sama mbah mbak. Di nasehatin ini itu, dikuatin, disuruh sabar dan segala macam. Pas aku lagi dikondisi terpuruk sampai aku pengen nangis. Akhirnya dinasehatin sama mbah kalo aku bisa apa apa sendiri. Alhasil ya gitu mbak self talk ku.”

Sedangkan untuk informan kelima AAP, hasil wawancaranya:

“Jadi gini mbak.....Kalau aku lebih sering ngungkapin cerita ke sahabatku. Biasanya sahabatku itu kadang Cuma dengerin ceritaku aja kadang juga ngasi solusi ke aku. Walaupun gitu endingnya aku self talk lagi sama diriku sendiri. Aku paham harus ngelakuin apa ya kaya lebih sabar, ikhlas, dan termotivasi sampai bikin aku bertahan sampai sekarang.”

Maka dapat disimpulkan bahwa dari kelima remaja putri tersebut mengaplikasikan penerapan konseling individual teknik *self talk* berawal dari arahan orang lain, tetapi yang di maksudkan disini orang lain tersebut adalah dari keluarga selain ayah dan ibu. selain itu, terdapat juga support dari teman mereka sendiri yang pada akhirnya berhasil meningkatkan resiliensi remaja putri korban *broken home* tersebut.

4. Faktor Pendukung dan Penghambat Layanan Konseling Individual Teknik *Self Talk* Dalam Meningkatkan Resiliensi Remaja Putri Korban *Broken Home* di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus

a. Faktor Pendukung

Resiliensi adalah upaya pertahanan diri yang dilakukan oleh remaja putri korban *broken home* dimana permasalahan tersebut menyebabkan dirinya trauma, stress, depresi, dan lain sebagainya. Resiliensi dapat terbentuk akibat motivasi yang muncul dari luar ataupun dalam diri sehingga memicu penguatan untuk bertahan dan bangkit melawan itu semua permasalahan di masa sekarang. Konseling individual memiliki pengertian serangkaian berhubungan langsung pada individu dengan tujuan membantu individu tersebut untuk mengubah perilaku dan tindakannya. *Self talk* merupakan ucapan yang diperuntukkan diri sendiri secara positif dalam kondisi tertentu. Konseling individual teknik *se*

lf talk ini dapat memberikan dampak ke diri sendiri dengan mempunyai rasa tahan banting dalam setiap keadaan yang terjadi sebagai bekal untuk masa depan agar nantinya jika menghadapi masalah lain tidak merasa lemah dan sulit.

Hasil wawancara dengan informan 1 tentang faktor pendukung, RZE mengungkapkan bahwa:

“Buat faktor pendukung yang bikin aku kuat sampe detik itu pacar saya mbak hehe. Aku punya pacar yang selalu ada plus support aku pas aku lagi butuh dia mbak. Pacar aku selalu nguatin aku pas aku lagi down juga. Pokoe dia bener-bener orang yang motivasi aku buat kuat terus gaboleh nyerah karena aku dikasih statement kalo aku dah berjuang dari dulu masa sekarang mau nyerah gitu hehe... Kalo temen itu aku malah gapunya mbak soale aku orange introvert jadine lebih nyaman cerita ke pacar daripada temen atau sahabat. Akhirnya self talk kan terus bikin aku kuat bertahan sampe sekarang ini mbak...”¹⁰⁰

Peneliti melakukan wawancara dengan CAD selaku informan 2 mengenai faktor pendukung teknik *self talk* dalam peningkatan resiliensinya selama menjadi korban *Broken home* orang tuanya. CAD mengungkapkan bahwa:

¹⁰⁰ RZE, Wawancara oleh Penulis, 07 Oktober 2022, Wawancara 1, Transkrip.

“Nek tentang faktor pendukung kenapa aku sekuat ini ya buat bapak sama adik-adikku mbak. Udah itu gaada yang lain hehe. Aku mati-matian kerja keras selama ini buat mereka aja. Self talk bikin motivasi di diriku pengen ada perubahan di kehidupanku mbak. Eh tapi alhamdulillah e aku punya temen-temen sing nguatke sama nyupport aku juga kok mbak. Soale temen-temenku tau gimana kehidupanku”¹⁰¹

Selain itu, FRSP sebagai informan 3 mengutarakan faktor pendukung resiliensinya sebagai berikut:

“Self talk saya ngomong ke diri sendiri nek saya harus husnudzon ke setiap kejadian yang terjadi dihidup saya mbak, lah berarti faktor pendukung resiliensi saya itu semata-mata karena Allah. Faktor pendukung lain itu mengarah ke adek saya karena saya pengen ngasih contoh yang baik ke adek saya. Mbak tau sendiri ayah sama ibu Broken home itu dah ngasih contoh buruk ke adek saya... orang ayah sama ibu nek berantem didepan saya sama adek..”¹⁰²

Selanjutnya hasil wawancara dengan ZRDA dimana selaku informan ke 4 menyampaikan bahwa faktor pendukung *self talk* dalam peningkatan resiliensi dalam dirinya adalah:

“Faktor pendukung yang pol dominan itu diri sendiri mbak hehehe.. kenapa kok aku sendiri ya karena aku anak tunggal gitu. Ada si temen yang ngasih semangat tapi bisa diitung kok. Soale zaman sekarang kan kadang ada temen yang bener-bener bukan temen mbak makane aku ga sembarang cerita ke orang lain sekalipun itu temen sendiri. Gimana ya jelasine hehe.. pokoe ada temen yang memotivasi tapi ga banyak dah itu aja si..”¹⁰³

Sedangkan faktor pendukung yang diutarakan AAP sebagai informan 5 dalam penelitian ini, AAP menyampaikan bahwa:

¹⁰¹ CAD, Wawancara oleh Penulis, 09 Oktober 2022, Wawancara 2, Transkrip.

¹⁰² FRSP, Wawancara oleh Penulis, 10 Oktober 2022, Wawancara 3, Transkrip.

¹⁰³ ZRDA, Wawancara oleh Penulis, 24 Oktober 2022, Wawancara 4, Transkrip.

“Aku lebih ke nenek mbak.sama keluarga dekat laine misal om tante dll. Mereka banyak ngasih aku semangat gituuu. Temen gaada gara-gara aku orange introvert mbak hehe.. introvert banget malah. Selain itu ada juga yang ngertiin aku ya cowo aku hihi..”¹⁰⁴

b. Faktor Penghambat

Seseorang yang memiliki resiliensi baik bisa melewati kehidupannya lebih memberi kesan, dapat menghadapi masa keterpurukan dengan cepat, percaya diri tidak gampang putus asa sehingga pandangan hidup bisa muncul dengan positif, dan hubungan dengan orang lain semakin baik. Namun selain faktor pendukung, ada juga faktor penghambat dari penerapan konseling individual teknik *Self talk* yang bisa menimbulkan resiliensi seseorang itu menurun.

RZE inisial informan 1 memaparkan akan faktor penghambat yang dirinya ketahui:

“Perihal tetanggaku mbak. Tetanggaku jadi faktor penghambat resiliensiku sih. Tetanggaku kek keliatan banget gaseneng sama anak-anaknya ayah sama mamaku. Seneng nyebarin gosip ini itu padahal gatau kenyataannya gimana. Kakak, adek, aku ngerasa nek kita diremehkan sama dikucilin tetangga mbak. Jadine kek bikin aku pribadi gakuat ngadepin ini semua..”¹⁰⁵

Hasil wawancara dengan informan ke 2 yang berinisial CAD tersebut memberikan penjelasan akan faktor penghambat sebagai berikut:

“Kalo aku faktor penghambate lebih ke sodarane bapak ibuk mbak. Sebenere tetangga juga tapi ga terlalu mempengaruhi. Yang paling mempengaruhi ki malah sodara bapak sama ibukku. Sodara bapak ibuk tu malah bikin down semangatku mbak. Karena sering kejadian yang di keluargaku tu dibuat bercandaan...”¹⁰⁶

Untuk informan 3, FRSP menyatakan bahwa:

“Faktor penghambat gaada kayae mbak. Palingan diri saya sendiri biasane ada masa dimana sering mikir

¹⁰⁴ AAP, Wawancara oleh Penulis, 25 Oktober 2022, Wawancara 5, Transkrip.

¹⁰⁵ RZE, Wawancara oleh Penulis, 07 Oktober 2022, Wawancara 1, Transkrip.

¹⁰⁶ CAD, Wawancara oleh Penulis, 09 Oktober 2022, Wawancara 2, Transkrip.

negative terhadap suatu hal tapi saya tetap berusaha husnudzon saja”¹⁰⁷

Selanjutnya, hasil wawancara dengan informan ke 4 dengan inisial nama ZRDA menyampaikan faktor penghambat ketika melakukan *self talk* sehingga resiliensi yang dimiliki mengalami penurunan ketika berada pada kondisi orang tuanya *Broken home* :

*“Faktor penghambat nek bagiku tetangga mbak. Diomongin semua kejelekan dari keluargaku yang bikin aku sakit hati mbak. Selebihe gaada..”*¹⁰⁸

Sedangkan informan 5 berinisial AAP juga menyampaikan terkait faktor penghambat *self talk* yang menurunkan resiliensinya:

*“Nek aku lingkungan masyarakat mbak. Gatau kenapa kek setiap anak *Broken home* itu pasti disepeluin sama tetangga. Entah dari sudut pandang mana tu mereka selalu mencela. Terus nek setiap kesusahan gapernah ada yang sukarela bantu mbak.. jadi aku gaseneng banget sama tetanggaku..”*¹⁰⁹

Dari beberapa hasil wawancara informan dengan peneliti, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor pendukung dan penghambat penerapan konseling individual teknik *self talk* dalam meningkatkan resiliensi remaja putri korban *Broken home* dua hal yaitu faktor dari dalam (keluarga) dan dari luar (lingkungan masyarakat). Resiliensi dalam individu tidak mudah diciptakan oleh suatu individu, tetapi resiliensi akan merubah pandangan hidup suatu individu yang terkesan gelap menjadi terang.

C. Analisis Data Penelitian

1. Gambaran Kondisi *Broken Home* Orang Tua Remaja Putri di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus

Broken home dapat diartikan sebagai keadaan keluarga yang tidak harmonis atau sering terjadi ribut serta perselisihan yang membuatnya tidak menjadi rukun, damai, dan sejahtera sehingga

¹⁰⁷ FRSP, Wawancara oleh Penulis, 10 Oktober 2022, Wawancara 3, Transkrip.

¹⁰⁸ ZRDA, Wawancara oleh Penulis, 24 Oktober 2022, Wawancara 4, Transkrip.

¹⁰⁹ AAP, Wawancara oleh Penulis, 25 Oktober 2022, Wawancara 5, Transkrip.

terkadang berakhir dengan perceraian. Akan tetapi. *Broken home* tidak semata-mata hanya dipandang sebagai perceraian. Namun banyak sekali konflik yang terjadi dalam rumah tangga tanpa kearah perceraian dimana 5 informan dalam penelitian ini yang menunjukkan bahwa orang tuanya ada yang tidak bercerai dan sampai ada yang bercerai. Selain itu, ada juga salah satu dari orang tuanya yang pergi meninggalkan rumah akibat dari *Broken home* itu sendiri tanpa ada status cerai.

Dapat diketahui bahwa RZE sebagai informan 1, pada saat kondisi sebelum orang tuanya *broken home* dirinya mengaku bahwasanya dari dulu sering melihat ayah dan mama berantem dihadapannya hingga ayahnya main fisik terhadap ibunya. Penyebab *broken home* adalah adanya ego yang sama-sama tinggi antara ayah dan mamanya RZE ini sehingga tidak ada yang berkenan untuk mengalah hingga menimbulkan perselisihan. Masa terjadinya *broken home* saat itu dimulai dari RZE sekolah kelas 1 dan sekarang sudah kelas 9 jadi dapat dibilang sangat lama sekali dan menimbulkan dampak yang banyak pada diri RZE. Kondisi setelah *broken home*, kedua orang tua RZE memutuskan untuk bercerai secara agama dan hukum karena dirasa sudah sama-sama tidak cocok satu sama lain.

Sementara itu, CAD merupakan informan 2 dengan gambaran kondisi orang tuanya yang *broken home* berbeda dari informan 1. Kondisi sebelum terjadi *broken home* bahwasanya CAD pernah melihat bapak dan ibunya bertengkar tetapi sangat jarang sekali. Penyebab *broken home* dikarenakan adanya perselingkuhan yang dilakukan oleh ibunya dan menyebabkan konflik dengan ayahnya terus menerus. Untuk masa terjadinya *broken home*, CAD masih kelas 5 SD dimana ayah dan ibunya tidak pernah mau rukun. Hal itu menyebabkan kondisi setelah *broken home*, orang tuanya CAD berpisah ranjang namun masih tetap berada diatap rumah yang sama dan tidak bercerai. Tetapi disisi lain, ayah dan ibu CAD tidak pernah saling berkomunikasi kecuali dalam keadaan penting.

Informan 3 mempunyai inisial nama FRSP mengatakan bahwa gambaran kondisi orang tuanya sebelum *broken home* itu baik-baik saja kelihatan tidak pernah cekcok. Misal orang tuanya sedang cekcok sangat benar-benar diusahakan untuk tidak terdengar oleh anak dan sembunyi-sembunyi ketika menyelesaikan masalah tersebut. Hingga sampai suatu saat muncullah penyebab apa yang membuat orang tuanya *broken home* ialah dikarenakan perselingkuhan yang dilakukan oleh ayahnya sampai membuat

ibunya tidak bisa terima. Akibat dari rasa tidak terima itu, setiap ada konflik lain pasti ibu FRSP mengungkit permasalahan tentang perselingkuhan tersebut kepada ayahnya. Masa terjadinya *broken home* sendiri saat FRSP menduduki bangku kelas 1 SMP yang mana FRSP sendiri bilang jika itu pertama kalinya dirinya melihat ayah dan ibu berselisih secara terang-terangan dihadapannya. Kondisi setelah *broken home*, ayahnya jarang pulang kerumah sampai saat ini.

Untuk kondisi orang tua dari ZRDA sebagai informan 4 ini sebelum mengalami *broken home* itu terlihat ayah dan ibunya keliatan akur dan saling sayang satu sama lain. Kemudian muncul penyebab adanya *broken home* diantara ayah dan ibunya yang disebabkan oleh masalah perekonomian yang turun drastis karena masa pandemi tahun lalu mempengaruhi penghasilan ayah dari ZRDA. Dari situlah ibu ZRDA menuntut banyak hal dari segi ekonomi tanpa mengerti keadaan yang dialami oleh ayah ZRDA. Pada masa terjadinya *broken home* ZRDA sedang menempuh pendidikan kelas 3 SMP yang akan menghadapi ujian kelulusan. Kondisi setelah orang tuanya *broken home*, ibu ZRDA ini memutuskan untuk meninggalkan rumah dengan alasan ingin bekerja diluar kota karena dirasa ayah ZRDA tidak sanggup untuk memenuhi kebutuhan hidup. Diketahui sampai sekarang ibu ZRDA belum pulang kerumah.

AAP adalah informan 5 dalam penelitian ini. AAP mengungkapkan terkait bagaimana kondisi sebelum orang tuanya mengalami *broken home* pada saat itu aman-aman saja terlihat harmonis bahkan hampir tidak pernah ada perdebatan. Sampai dimana penyebab adanya *broken home* muncul dikarenakan orang ketiga dalam rumah tangga kedua orang tuanya. Orang ketiga tersebut masuk akibat dari ayah AAP. Masa terjadinya orang tua *broken home* ketika AAP di bangku kelas 2 SMP. Dan kondisi setelah *broken home*, ayah dan mama AAP memilih untuk bercerai. Mama AAP tidak sanggup untuk meneruskan rumah tangganya karena sudah terlanjur sakit hati dan emosi sejak mengetahui ayah AAP berselingkuh dibelakangnya.

2. Resiliensi Remaja Putri Korban *Broken Home* Orang Tua Remaja Putri di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus

Resiliensi dipergunakan untuk bekal diri sendiri ketika berada di kondisi yang terpuruk. Menurut Grothberg ada 3 sumber resiliensi yaitu *I have*, *I am*, dan *I can*. Individu yang resilien akan maju dengan berani menerima perubahan yang terjadi secara cepat dikarenakan mereka fleksibel, cerdas, kreatif, mampu

menyesuaikan diri, dan terlebih lagi dapat belajar dari pengalaman sebelumnya.¹¹⁰

Seperti halnya kelima informan dalam penelitian ini, dalam resilien *I have, I am, I can* masing-masing mempunyai cara mengekspresikan bagaimana resiliensi ketika menghadapi situasi orang tuanya yang *broken home*. RZE informan 1 dirinya berusaha untuk membentuk afirmasi yang positif bahwa dirinya mampu untuk melewati masa-masa sulit versi dirinya. Untuk resilien *I am*, RZE berusaha untuk menjaga pikiran dan mood agar tetap fokus sekolah guna mendapatkan nilai ujian yang memuaskan karena berhubung dirinya kelas 3 SMA yang sebentar lagi ada kelulusan. Dan resiliensi *I can*, RZE lebih meyakinkan diri untuk bersikap tegar menerima kenyataan hidup yang tidak sesuai dengan keinginannya.

Informan 2 CAD dalam resiliensi *I have*, walaupun dirinya tidak melanjutkan sekolah karena hanya tamat di SMP tetapi CAD berusaha untuk bekerja menghidupi dirinya sendiri dengan tekad menjadi anak yang mandiri tidak menyusahkan orang tuanya. Dari situlah muncul juga resiliensi *I am*, CAD berkeinginan untuk menjadi orang berpenghasilan supaya dapat membeli kebutuhan yang dirinya perlukan sekaligus ingin mengangkat derajat orang tuanya. Sedangkan resiliensi *I can* disini CAD memberlakukan sikap pura-pura tidak paham atas semua yang terjadi pada bapak dan ibunya sekalipun sejatinya dirinya paham betul akan permasalahan tersebut.

Informan 3 FRSP mempunyai resiliensi *I have* berupa sikap tetap fokus belajar hingga sering mendapatkan peringkat pertama di sekolahnya tanpa memperdulikan bagaimana keadaan orang tua yang seringkali cekcok didepannya. Resiliensi *I am* nya disini FRSP mempunyai cita-cita menjadi anak yang membanggakan orang tuanya dari segi akademik. Resiliensi *I can* yang dilakukan FRSP tidak mau ikut campur dengan urusan ayah dan ibunya.

Informan 4 yang inisialnya ZRDA pengaplikasian resiliensi *I have* harus mampu menggantikan pekerjaan rumah yang seharusnya dilakukan oleh seorang ibu serta membantu ayahnya. Untuk resiliensi *I am*, yang dilakukan ZRDA masih tetap semangat walaupun sudah sampai pada tahap pasrah dengan harapan bisa menjadi anak yang tidak merepotkan orang tuanya. Dan resiliensi *I*

¹¹⁰ Nariswari Galih, “Gambaran Sumber-Sumber Resiliensi Pada Mahasiswa yang Bekerja Part Time”, Fakultas Psikologi, Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma (2016), 6-7.

can, ZRDA menerima dengan ikhlas terhadap sesuatu yang terjadinya dalam hidupnya.

Sedangkan informan 5 AAP ini dalam resiliensi *I have* AAP menunjukkan sikap berusaha sendiri tidak meminta bantuan orang lain walaupun sering disalahkan oleh orang tuanya. Resiliensi *I am*, AAP tidak jadi bunuh diri dan berusaha tetap melanjutkan hidup dengan harapan berusaha menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Resiliensi *I can* disini AAP dengan cara mendekatkan diri kepada Allah sehingga menimbulkan efek tidak mudah emosian dalam menyikapi permasalahan.

Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa semua informan sudah berusaha semaksimal mungkin dalam mempertahankan diri bahkan membangkitkan dirinya dari keadaan yang membuat mereka lemah dan patah semangat. Hal ini diperkuat oleh penelitian Fransisca, dkk yang mengatakan bahwa individu yang resilien pasti akan percaya jika segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih positif dengan harapan dan yakin dapat mengontrol arah kehidupannya yang baik pula.¹¹¹

3. Penerapan Konseling Individual Teknik *Self Talk* Dalam Meningkatkan Resiliensi Remaja Putri Korban *Broken home* di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus

Self talk dapat dikatakan sebagai individu yang spontan secara sadar dan sengaja mengeluarkan kalimat yang positif dengan tujuan menguntungkan diri sendiri agar dapat membentuk sebuah motivasi atau pencapaian yang lebih baik dari sebelumnya ketika dihadapkan pada kondisi sedang mengalami permasalahan. Pada penerapan konseling individual yang dilakukan oleh remaja korban *broken home* di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus menggunakan teknik *self talk* guna meningkatkan resiliensi dalam dirinya. Konseling individual merupakan sebuah proses bantuan yang dilaksanakan dengan wawancara dilakukan oleh dua orang yang terdiri dari orang lain yang paham dengan konseling dan individu yang bersangkutan.¹¹² Disini remaja putri korban *broken home* mengaku bahwasanya dirinya kerap bercerita kepada kerabat keluarga seperti nenek, budhe, atau bahkan sahabatnya sendiri. Dirinya mengatakan jika efek setelah bercerita atau melakukan konseling mempunyai peranan besar dalam dirinya berupa *self talk*

¹¹¹ Fransisca Dewi, dkk, "Hubungan Antara Resiliensi dengan Depresi Pada Perempuan Pasca Pembedahan Payudara", *Jurnal Psikologi* Vol 2 No. 2 (2004), 11-12.

¹¹² Muhammad Andri Setiawan, *Layanan-Layanan Bimbingan Konseling Pendekatan Qur'ani* (Sleman: CV Budi Utama, 2021), 73.

yang memunculkan motivasi yang lebih hingga meningkatkan sikap resiliensinya.

Self talk adalah proses berbicara, berdialog, bahkan melakukan peneguran terhadap diri sendiri. Sebenarnya *Self talk* ini sudah sering dilakukan oleh semua orang, namun tak banyak yang sadar bahwa mereka telah melakukan *self talk*. Teknik ini digunakan pada saat kondisi yang menyebabkan harus mengambil keputusan ataupun sedang mengalami keadaan yang memang sedang diperlukan *self talk*.¹¹³

Informan 1, RZE mengemukakan bahwasanya *self talk* yang dilakukan karena adanya faktor yang berasal dari neneknya. RZE mengungkapkan jika neneknya memberikan sebuah wejangan yang berisi mengenai arahan dan motivasi saat RZE bercerita atau curhat dengan neneknya sehingga memicu RZE untuk meningkatkan resiliensinya dalam menghadapi orang tuanya yang *broken home*. Proses bercerita atau curhat yang dilakukan RZE dengan neneknya dinamakan proses konseling individual dengan bimbingan orang tua.

CAD sebagai informan 2, menjelaskan bahwa dirinya secara sadar melakukan *self talk* pada dirinya akibat terpengaruh dari teman-temannya. CAD mengatakan dirinya selalu mengutarakan perasaan sedihnya ke teman-teman terdekatnya. Dari situlah teman-temannya sering menjadi pendengar setianya kemudian memberikan arahan kepada CAD yang bersangkutan.

Informan 3 berinisial FRSP mengutarakan segala keluh kesahnya kepada budhanya. Dirinya curhat dengan budhanya karena dirasa jika budhanya adalah orang yang sudah dipercaya oleh FRSP ini. Pada saat proses konseling berjalan, FRSP curhat dengan segala problem yang terjadi pada orang tuanya. Setelah proses konseling itu berakhir, budhe dari FRSP bisa dibilang sering memberikan semangat kepada FRSP dan tak lupa membantu memberikan solusi berupa arahan untuk FRSP senantiasa mandiri dan kuat.

ZRDA sebagai informan 4, neneknya selalu menjadi alasan terbentuk *self talk* dirinya sendiri. Tak lupa neneknya pun juga memberikan semangat serta arahan kepadanya. Lalu terbentuklah *self talk* dalam dirinya. Sedangkan AAP mengungkapkan kalau

¹¹³ Risnawati, Skripsi: “Layanan Konseling Individual Teknik *Self Talk* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa *Broken Home*”, Universitas Tadulako Program Studi Bimbingan dan Konseling (2021), 16.

dirinya membentuk *self talk* karena sahabatnya. AAP mengaku sahabatnya selalu ada untuk dirinya ketika dirinya sedang butuh.

Adapun pendekatan yang dilakukan oleh keluarga atau sahabat dari remaja putri korban *broken home* sebagai penerapan konseling individual teknik *self talk* di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus dapat disimpulkan:

a. Pemberian Motivasi

Dalam hal ini, keluarga maupun sahabat remaja putri yang bersangkutan memberikan arahan dan motivasi dengan cara menyempatkan waktu untuk mendengar keluh kesah yang diutarakan oleh remaja putri korban *broken home* kemudian dilanjutkan dengan merespon balik atau feedback sebuah wejangan yang berguna sebagai penguat dalam melewati keadaan yang baginya sulit. Motivasi adalah kekuatan yang muncul dari dalam diri atau dari luar diri demi membangkitkan semangat seseorang untuk mencapai sesuatu yang diinginkan. Berkat adanya motivasi ini, remaja putri korban *broken home* di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus dapat menjadi remaja yang kuat mental dan mandiri.

b. Pemberian Arahan

Arahan merupakan suatu petunjuk yang dibutuhkan suatu individu saat ingin mencapai sesuatu yang diinginkan. Dalam hal ini, arahan yang dimaksud adalah arahan apa yang harus dilakukan oleh individu tersebut jika mengalami stress bahkan merasakan down mental sehingga tidak membuat individu melakukan hal-hal yang tidak diinginkan. Selain itu, arahan tersebut berguna sebagai contoh petunjuk untuk remaja putri korban *broken home* meningkatkan sikap resiliensinya.

4. Faktor Pendukung dan Penghambat Penerapan Konseling Individual Teknik *Self talk* Dalam Meningkatkan Resiliensi Remaja Putri Korban *Broken Home* di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus

a. Faktor Pendukung

Faktor pendukung merupakan sebuah bentuk dorongan guna menunjang resiliensi remaja putri korban *broken home* di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus. Adapun beberapa faktor pendukung tersebut didalamnya, yaitu:

- 1) Yang pertama ada faktor dari dalam diri sendiri yaitu beberapa remaja putri sadar bahwasanya setiap usaha yang dilalui diperlukan adanya dorongan diri sendiri untuk bangkit dari permasalahan yang sedang dihadapi. Jika tanpa adanya dorongan dari diri sendiri maka dirasa dorongan

yang timbul dari luar tidak akan memberikan pengaruh apapun dalam meminimalisir rasa trauma, stress, dan depresi dimana rasa tersebut muncul akibat dari permasalahan itu sendiri. Remaja putri korban *broken home* merasa memiliki dorongan dalam diri seperti tuntutan mau tidak mau harus mau dan sanggup bertahan melewati keadaan dimana orang tuanya *broken home* secara terang-terangan didepan dirinya.

- 2) Kedua berasal dari teman dekat. Ada salah satu remaja putri yang mengaku bahwasanya dirinya termotivasi dari pasangan mereka. Menurutnya pasangan bisa lebih mengerti keadaan dan kondisi yang terjadi dalam keluarga. Maka tak jarang dijumpai kini banyak remaja putri yang memiliki pasangan guna memotivasi agar tidak mudah menyerah, selalu kuat, serta bersabar.
 - 3) Ketiga berasal dari anggota keluarga yaitu adik. Beberapa remaja putri korban *broken home* bertahan demi adik yang baginya bisa memicu motivasi untuk lebih kuat guna menjadi contoh atau teladan yang baik sebagai kakak paling tua.
- b. Faktor Penghambat

Terdapat beberapa faktor penghambat yang menjadi problem resiliensi remaja putri korban *broken home* di Desa Tumpangkrasak Jati Kudus, yaitu:

- 1) Lingkungan masyarakat, lingkungan masyarakat disini dimaksudkan kepada tetangga disekitar lingkungan rumah informan yang bersangkutan. Informan kebanyakan mengatakan bahwasanya tetangga sekitar rumah sangat berpengaruh pada sikap resiliensi yang telah dibangun dari dalam diri dikarenakan tetangga tersebut tidak memberikan dukungan justru malah sering memberikan perlakuan dan perkataan tidak menyenangkan kepada informan sehingga membuat informan down serta tekanan mental.
- 2) Keluarga, keluarga ini bukan dari keluarga inti seperti ayah, ibu, maupun kakak adik. Namun keluarga disini tertuju keluarga dari ayah dan ibu dari salah satu informan. Ada salah satu informan yang mengungkapkan bahwasanya keluarga bukan inti juga terkadang menjadi hambatan *Self talk* dalam meningkatkan resiliensi karena sering mendengar perkataan yang dilontarkan walaupun hanya sebuah candaan itu sering membuat dirinya merasa sakit hati dan kecewa sampai mempengaruhi motivasi dalam dirinya untuk selalu kuat melewati proses kehidupan yang ada.