



PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM

2025

TUGAS AKHIR ARTIKEL

TEKNIK CBT: SELF REGULATED LEARNING
PADA SISWA BROKEN HOME

Dosen Pembimbing

MASNIDA, M.AG

NIPY. 3151706068901

Penulis

PUTRI NUR FADIYAH

NIM:2112211051



MOTTO

فَارْفَعْ بِالضَّمِّ وَأَنْصِبْ فَتْحًا وَجْزًا ﴿٦٠﴾ كَسْرًا كَذِكْرُ اللَّهِ عَبْدَهُ يَسُرُّ

**BERCITA-CITALAH SETINGGI LANGIT, DAN
BERETIKALAH YANG MULIA, SERTA
RENDahkanLAH HATIMU. INSYA ALLAH DIRIMU
AKAN MENDAPAT KEMUDAHAN SERTA
KEBAHAGIAAN DAN MENINGGAL DENGAN
HUSNUL KHOTIMAH**

UIMSYA

ARTIKEL

**TEKNIK CBT: *SELF REGULATED LEARNING* PADA SISWA
*BROKEN HOME***



Oleh:

Putri Nur Fadiyah (2112211051)

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM

UNIVERSITAS KH MUKHTAR SYAFAAT

BLOKAGUNG-BANYUWANGI

2024

ARTIKEL

**TEKNIK CBT: SELF REGULATED LEARNING
PADA SISWA BROKEN HOME**



Putri Nur Fadiyah

NIM : 2112211051

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
(UIMSYA)
BLOKAGUNG BANYUWANGI**

2025



PRASYARAT GELAR
TEKNIK CBT: *SELF REGULATED LEARNING* PADA
SISWA BROKEN HOME

ARTIKEL

Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
Universitas KH. Mukhtar Syafaat Blokagung Banyuwangi
Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan
Program Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh :
PUTRI NUR FADIYAH
NIM : 2112211051

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
(UIMSYA)
BLOKAGUNG BANYUWANGI
2025

PENGESAHAN PENGUJI

Artikel dengan Judul:

TEKNIK CBT: *SELF REGULATED LEARNING* PADA SISWA *BROKEN HOME*

Telah disetujui untuk diajukan dalam sidang ujian munaqosyah

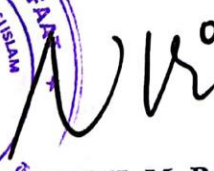
Pada tanggal: 26 Desember 2024

Mengetahui,

Ketua Prodi

Pembimbing




NURIN BAROROH, M. Psi., Psikolog
NIPY. 3152304039301


MASNIDA, M.Ag
NIPY. 3151706068901

PENGESAHAN PENGUJI

Artikel Putri Nur Fadiyah telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Artikel
Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH. Mukhtar Syafaat
(UIMSYA) Blokagung Banyuwangi pada tanggal:

03 Juli 2025

Dan telah diterima dan disahkan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Sosial (S.Sos.)

Tim Penguji:

Ketua

MASNIDA, M.Ag

NIPY. 3151706068901

Penguji 1

Ginanjari Prastyanto, S.Th.I, M.Si
NIPY. 3151614078901

Penguji 2

Coach.A.Syamsul Muarif, S.Sos., MA.
NIPY. 3152123069701

Mengetahui,

Dekan



Agus Rahmaqi, S.Ag., M.i.Kom

NIPY: 315012810720

Moto:

تَعْلَمُ فَلَيْسَ الْمَرْءُ تَوَلَدَ عَالِمًا

**“ Belajarlah tidak ada manusia di muka bumi ini dilahirkan dalam keadaan alim/pintar”.
(Imam Syafi’i)**

Persembahan:

Dengan penuh rasa syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat karunianya, Karya sederhana ini kupersembahkan untuk mereka yang tak pernah lelah menjadi cahaya dalam gelapku dan pelita dalam langkahku:

1. Allah SWT dan rosulnya yang telah memberikan hidayah serta inayahnya karena tanpa ridho dan pertolongannya artikel ini bisa selesai.
2. Segenap pengasuh pondok pesantren Darussalam Puncak terkhusus KH.Abdul malik syafa’at, Ny.Hj Sriwahyuni dan ning Jilan Syarofina Malik penyejuk hati dengan segenap kalam hikamhnya.
3. Kedua orang tuaku tercinta tercinta yang sabar mendidiku sejak kecil, membimbingku dengan doa disetiap langkahku dan menguatkan ku dalam setiap lelahku, Terimakasih atas segala pengorbanan dan cinta yang tak terukur.
4. Dosen pembimbing saya Bapak Masnida, M.Ag terimakasih banyak yang dengan sabar telah memberikan arahan, bimbingan, serta ilmu yang sangat berharga selama proses penyusunan Artikel ini.
5. Seluruh Dosen Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Islam Universitas KH.Mukhtar Syafa’at Blokagung, Terimakasih atas ilmu dan inspirasi yang diberikan selama masa perkuliahan.
6. Terimakasih kepada sekolah MAN 2 Banyuwangi yang telah membantu mensukseskan tugas akhir dan telah menjadi objek

penelitian.

7. Untuk seseorang dalam bagian proses ini, Terima kasih atas doa, semangat, dan pengertian yang telah diberikan, yang menjadi salah satu booster langkah saya hingga titik ini. Semoga segala kebaikan dibalas dengan kebaikan yang lebih luas, dan semoga langkah ke depan selalu dimudahkan dalam kebaikan.
8. Untuk Teman-teman BKI, yang selalu hadir memberikan dukungan moral, semangat, dan tawa di tengah kesulitan. Kebersamaan yang terjalin menjadi bagian penting dalam perjalanan ini. Semoga tulisan ini, walau sederhana, dapat menjadi wujud kecil dari cinta, dedikasi, dan harapan yang besar. Sebuah langkah awal menuju ilmu yang bermanfaat dan amal yang tak terputus.
9. Almamater tercinta yang telah menjadi tempat bertumbuh, belajar dan mengukir cerita kehidupan, tempat dimana mimpi-mimpi kecil mulai tumbuh dan menjadi saksi bahwa setiap usaha pasti akan menemukan jalannya.
10. Untuk diriku sendiri yang pernah nyaris menyerah namun tetap memilih bertahan dan percaya bahwa segala lelah akan berubah jadi berkah.

PERNYATAAN ORISINALITAS

Bismillahirrahmanirrohim

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Putri Nur Fadiyah
Nim : 2112211051
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
Alamat : Desa Tapung Makmur, Kab Kampar Riau

Dengan sungguh-sungguh menyatakan bahwa artikel ini secara keseluruhan adalah hasil karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.



Banyuwangi 03 juni 2025
Yang menyatakan,



[Handwritten signature]
Putri Nur Fadiyah
NIM: 211221105

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan rasa syukur kepada Allah yang Maha pengasih dan penyayang, penulis sangat bersyukur atas semua rahmat dan hidayahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Artikel dengan judul "Teknik CBT: Self Regulated Learning pada siswa Broken Home" ini dapat terselsaikan dengan baik. Artikel ini bukan sekedar pemenuhan tugas akhir, melainkan cerminan keprihatian dan kepedulian penulis pada realita yang sering terpinggirkan, perjuangan siswa dari keluarga broken home dalam mengelola emosi membangun motivasi, dan mempertahankan semangat belajar di tengah luka yang tak terlihat. melalui pendekatan Teknik CBT di padukan dengan konsep self Regulated Learning. penulis berharap penelitian ini menjadi langkah kecil menuju perubahan besar agar pendidikan menjadi di ruang pemulihan bukan tekanan. penyusunan karya tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungandari berbagai pihak. dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih dan penghargaan yang tulus dan ikhlas kepada:

1. Dr. KH. Abdul Kholiq Syafa'at, M.A. Selaku Ketua Senat Universitas KH. Mukhtar Syafaat (UIMSYA) Blokagung Banyuwangi
2. Dr. KH. Ahmad Munib Syafa'at, Lc., M.E.I. Selaku Rektor Universitas KH. Mukhtar Syafaat (UIMSYA) Blokagung Banyuwangi
3. Agus Baihaqi, S.Ag., M.I.Kom. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
4. Nurin Baroroh, M.Psi., Psikolog. Selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam
5. Masnida, M.Ag selaku dosen pembimbing dalam penulisan skripsi ini
6. Seluruh Dosen Universitas KH. Mukhtar Syafaat (UIMSYA) Blokagung Banyuwangi
7. Kepada keluarga tercinta bapak Sudarman dan ibu Muslihatun yang selalu menjadi sumber kekuatan dan dukungan tanpa syarat, baik dalam bentuk doa, semangat, maupun perhatian selama menempuh pendidikan..
8. Rekan-rekan mahasiswa Bimbingan dan konseling Islam, yang telah menjadi teman belajar, berbagai ide, dan memberi semangat dalam menyelesaikan proses studi ini.
9. Dan semua pihak yang telah memberikan tenaga dan

pikirannya baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari sempurna, namun semoga setiap halaman dari artikel ini dapat menjadi awal dari dialog, kebijakan, dan tindakan yang lebih peduli pada mereka yang terluka dalam diam. Akhir kata semoga artikel ini dapat memberi manfaat bagi pembaca dan menjadi kontribusi kecil untuk dunia pendidikan dan bimbingan psikologis.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL LUAR

HALAMAN SAMPUL DALAM.....i

PRASYARAT GELAR ii

PERSETUJUAN PEMBIMBING..... iii

PENGESAHAN PENGUJI.....iv

MOTO DAN PERSEMBAHAN..... v

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN ARTIKELvii

KATA PENGANTAR.....viii

DAFTAR ISI x

BAB PENDAHULUAN 3

BAB METODELOGI 5

BAB HASIL DAN PEMBAHASAN 5

1. Hasil penelitian 5

2. Pembahasan 8

1. Proses Konseling Individu dengan Pendekatan Teknik
CBT 9

2. *Teori Self Regulated Learning* 10

BAB PENUTUP 12

5.1 Kesimpulan..... 13

DAFTAR PUSTAKA 13

LAMPIRAN-LAMPIRAN

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Keterangan Penerima Jurnal (LOA)

Lampiran 2: Surat Pengantar Penelitian

Lampiran 3: Surat keterangan Penelitian

Lampiran 4: Surat Plagiasi 23%

Lampiran 5: Pedoman Wawancara

Lampiran 6: Verbatim I

Lampiran 7: Verbatim II

Lampiran 8: Kartu Bimbingan

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 wawancara dengan guru BK

Gambar 2 wawancara dengan klien atau siswa

Gambar 3 dengan nenek

TEKNIK CBT: *SELF REGULATED LEARNING* PADA SISWA *BROKEN HOME*

Putri Nur Fadiyah¹, Masnida

^{1,2}Universitas KH. Mukhtar Syafaat Blokagung, Banyuwangi, Indonesia

Email: Fadiyahputrinur@gmail.com¹, masni_da@iaida.ac.id²

Article Info

Abstrak

Submit:
28 November
2024 Revised:
2 Maret 2025
Published:
31 Maret 2025

Kata Kunci:
Teknik CBT;
Siswa Broken
home; Self-
Regulated
Learning;
Kesejahteraan
mental; Remaja

Keywords:
CBT techniques;
Broken home
students; Self-
Regulated Learning;
Mental Well-being;
Teenager

Lingkungan keluarga yang tidak harmonis, seperti dalam situasi broken home, dapat berdampak negatif pada perkembangan psikologis dan emosional anak. Konflik dalam keluarga sering kali memicu perasaan tidak dihargai, kehilangan motivasi hidup, dan kecenderungan menarik diri. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dampak psikologis yang dialami siswa dari keluarga broken home dan mengeksplorasi penerapan teknik Cognitive Behavioral Therapy (CBT): Self-Regulated Learning untuk membantu siswa mengatasi masalah tersebut. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan studi kasus terhadap seorang siswa berusia 17 tahun yang mengalami kesulitan emosional akibat kondisi keluarga yang tidak stabil. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik CBT efektif dalam mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif, memperbaiki hubungan sosial, meningkatkan rasa percaya diri, serta membangun kembali motivasi hidup siswa. Selain itu, pendekatan ini membantu siswa dalam mengembangkan strategi coping yang lebih adaptif dalam menghadapi tekanan hidup. Temuan ini memberikan kontribusi bagi pengembangan strategi konseling yang lebih efektif dalam mendukung kesejahteraan mental remaja dari keluarga broken home.

Abstract

A disharmonious family environment, such as in broken home situations, can negatively affect children's psychological and emotional development. Family conflicts often lead to feelings of unappreciation, loss of life motivation, and a tendency to withdraw. This study aims to understand the psychological impacts experienced by students from broken home families and explore the application of Cognitive Behavioral

Therapy (CBT): Self-Regulated Learning techniques to address these issues. The research method used is a qualitative approach with a case study of a 17-year-old student who experienced emotional difficulties due to unstable family conditions. Data were collected through interviews, observations, and documentation. The results showed that CBT techniques were effective in identifying and changing negative thought patterns, improving social relationships, increasing self-confidence, and rebuilding students' motivation to live. In addition, this approach helps students develop more adaptive coping strategies in dealing with life pressures. These findings contribute to the development of more effective counseling strategies in supporting the mental well-being of adolescents from broken homes.

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan taman pendidikan pertama yang terpenting dan terdekat bagi anak (UUD RI, 2003). Anak akan tumbuh menjadi remaja, sebuah fase kehidupan yang sering digambarkan sebagai masa yang penuh tantangan dan pemberontakan (Hasanah et al., 2017). Data menunjukkan bahwa tidak semua remaja mendapatkan lingkungan keluarga yang kondusif. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS, 2023), angka perceraian di Indonesia terus meningkat, dengan lebih dari **408.347 kasus perceraian** pada tahun tersebut, yang berkontribusi terhadap meningkatnya jumlah anak dari keluarga broken home. Lingkungan keluarga yang tidak harmonis, seperti dalam situasi broken home, dapat memengaruhi perkembangan mental dan emosional anak secara signifikan. Konflik dalam keluarga sering kali menjadi sumber utama permasalahan bagi anak-anak, terutama jika interaksi antar anggota keluarga kurang harmonis atau orangtua tidak memberikan perhatian yang memadai terhadap perkembangan anak, baik dalam hal prestasi belajar maupun motivasi pribadi (Simanjuntak, 2013).

Menurut **teori perkembangan psikososial Erikson (1968)**, remaja yang tidak mendapatkan dukungan emosional dari keluarga berisiko mengalami krisis identitas dan kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal (Erikson, 1968a). Sudarsono juga menyatakan bahwa kondisi keluarga yang tidak harmonis seperti ini dapat mendorong anak ke arah perilaku kenakalan (delinquency), memperburuk perkembangan kepribadian mereka (S.H. Sudarsono, 1993). Sebuah studi oleh Indari, Priasmoro, dan Fatma (2021) menunjukkan bahwa remaja dalam keluarga yang hancur memiliki tingkat ketakutan dan depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan kaum muda dalam keluarga yang tidak terluka (Indari et al., 2021). Anak-anak dari keluarga broken home cenderung mengalami krisis kepribadian yang serius, sehingga mereka lebih rentan terhadap gangguan emosional bahkan neurotik (Sofyan, 2016). Situasi seperti ini memperburuk peluang mereka untuk tumbuh dan berkembang secara sehat, baik secara psikologis maupun social. Penelitian menunjukkan bahwa banyak siswa mengalami rendahnya rasa percaya diri, kecemasan, dan kesulitan dalam mengungkapkan pendapat. Hal ini sering kali disebabkan oleh kurangnya dukungan dari lingkungan keluarga dan sekolah (Putra Sinaga et al., 2022).

Di era sekarang, dampak dari keluarga broken home jarang sekali dibahas. Banyak orang tua yang berkerja keras untuk menopang keuangan keluarga demi memenuhi kebutuhan anak-anak, namun sering kali tanpa memberikan teladan yang baik. Perilaku orang tua yang memperlihatkan keegoisan di depan anak dapat memberikan dampak buruk pada perkembangan kepercayaan diri anak. Ketika orang tua bersikap egois atau hanya memikirkan kepentingan sendiri, anak sering kali merasa kurang dihargai dan tidak dianggap penting. Hal ini secara bertahap menimbulkan perasaan bahwa kebutuhan atau perasaan mereka tidak diakui, yang akhirnya dapat mengikis kepercayaan diri anak (Sulistiyanto, 2017). Keadaan broken home seperti perceraian tidak hanya berdampak pada remaja secara individual, tetapi juga dapat memicu perilaku negatif yang dipengaruhi oleh kondisi kejiwaan mereka, yang sangat rentan terhadap hal-hal negatif. Dengan demikian, penting untuk memahami bahwa setiap remaja yang mengalami broken home memiliki latar belakang dan respons yang berbeda, namun secara umum, dampak negatif dari situasi ini dapat dirasakan

oleh semua anggota keluarga (Aziz, 2015). Meneliti dampak broken home adalah penting tidak hanya untuk memahami pengalaman mereka yang mengalaminya, tetapi juga untuk mengembangkan intervensi yang akan membantu mengatasi dampaknya. Penelitian lebih lanjut dapat membantu mengembangkan rekomendasi untuk orang tua, pendidik, dan konsultan

Dampak dari broken home tersebut ternyata sungguh buruk terhadap anak-anak terutama dalam pertumbuhan mereka. Yang sungguh mengherankan banyak suami istri tetap tidak mau menyadari bahwa keegoisan mereka berdampak buruk terhadap anak-anak mereka. Akibatnya dari ketidaktahuan suami-istri, Penulis mengamati bahwa kasus **broken home** atau keluarga yang berpisah semakin banyak terjadi, dan dampaknya cukup besar bagi anak-anak, baik yang masih kecil maupun yang sudah remaja. Anak-anak dari keluarga broken home sering kali mengalami berbagai masalah emosional dan sosial yang dapat memengaruhi mereka dalam kehidupan sehari-hari (Sitohang & Hermanto, 2022).

Adapun beberapa teori yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu: 1. Pembelajaran Self-Regulated in Education (SRL). Mandiri Pembelajaran Mandiri (SRL) adalah proses di mana individu secara aktif mengelola pembelajaran mereka melalui perencanaan, pemantauan, dan evaluasi strategi pembelajaran. Menurut (Zimmerman, 2002), SRL terdiri dari tiga fase utama: (1) perencanaan, perencanaan di mana individu menentukan tujuan dan strategi pembelajaran, (2) implementasi, individu memantau dan menyesuaikan strategi pembelajaran mereka (3) individu merefleksikan efektivitas dari sedang belajar. Sehubungan dengan siswa di rumah yang rusak, keterampilan SRL yang sangat baik dapat membantu Anda mengatasi keterbatasan lingkungan keluarga dan meningkatkan pembelajaran dan kemandirian yang emosional. 2. Teori attachment dan pengaruhnya terhadap anak broken home yang dikembangkan oleh (Bowlby et al., 1992) adalah bahwa kualitas hubungan antara anak-anak dan pengawas utama adalah perkembangan emosional dan sosial anak. Tumbuh di lingkungan rumah yang rusak, anak-anak sering mengalami ikatan yang tidak pasti. Teknik CBT dalam konteks ini berperan dalam merekonstruksi cara berpikir tentang hubungan interpersonal dan meningkatkan daya tahan psikologis. 3. Eric Erikson, menurut Theory of Youth Development (1968), remaja adalah tahap pengembangan identitas terhadap kebingungan. Orang-orang muda yang telah mengalami broken home, mereka sering mengalami kesulitan membentuk identitas mereka sendiri karena kurangnya dukungan dari keluarga mereka (Erikson, 1968). Dalam konteks ini, CBT membantu mengidentifikasi keyakinan yang membatasi dan menggantikan kaum muda ke pola pikir yang lebih adaptif, sehingga mereka lebih aman untuk memeriksa identitas mereka.

Dalam artikel ini akan dilakukan studi kasus pada salah satu remaja yang berasal dari keluarga broken home. Pendekatan studi kasus ini bertujuan untuk menggali secara mendalam dampak yang dialami remaja tersebut, serta bagaimana konselor dapat melakukan proses pendampingan dengan menggunakan teknik CBT. Penelitian akan melibatkan beberapa tahap yang meliputi identifikasi masalah, diagnosis, prognosa, treatment, dan evaluasi.

Dalam konseling ini, diharapkan konselor dapat memberikan pendampingan yang lebih komprehensif bagi remaja broken home. Artikel ini diharapkan dapat memberikan kontribusi

dalam memperdalam pemahaman mengenai teknik CBT: self regulation learning pada siswa broken home.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus, bertujuan untuk mendalami dampak psikologis yang dialami oleh siswa dari keluarga broken home dan mengeksplorasi efektivitas teknik Cognitive Behavioral Therapy (CBT): Self-Regulated Learning. Subjek penelitian adalah seorang siswa perempuan berusia 17 tahun yang dipilih melalui teknik purposive sampling berdasarkan kriteria spesifik, yaitu mengalami konflik keluarga, memiliki gejala emosional, dan bersedia mengikuti proses konseling. Penelitian dilakukan di lingkungan tempat tinggal subjek dengan melibatkan berbagai pihak seperti keluarga dan konselor untuk memperkaya data. Data dikumpulkan melalui tiga teknik utama: wawancara mendalam, observasi langsung, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan untuk menggali perasaan, pengalaman, dan pola pikir subjek secara mendetail, sementara observasi digunakan untuk mengamati perilaku subjek selama proses konseling dan interaksi dengan lingkungannya. Dokumentasi meliputi catatan konseling, riwayat keluarga, serta data pendukung lainnya seperti laporan akademik dan keuangan subjek. Prosedur penelitian melibatkan beberapa tahapan, yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosa, treatment dengan CBT, dan evaluasi hasil intervensi.

Analisis data dilakukan menggunakan teknik interaktif Miles dan Huberman, yang terdiri atas reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan memilah informasi yang relevan dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, kemudian disajikan dalam bentuk narasi untuk mempermudah interpretasi (Creswell & Poth, 2016). Penarikan kesimpulan dilakukan dengan mengidentifikasi pola dan tema utama yang muncul dari data. Untuk memastikan validitas data, penelitian ini menerapkan triangulasi metode dan meminta konfirmasi dari subjek terkait temuan penelitian. Hasil analisis memberikan gambaran mendalam tentang kondisi psikologis subjek dan efektivitas CBT dalam membantu mengatasi tantangan yang dihadapinya (Sugiyono, 2013).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Siswa yang berinisial M, seorang remaja perempuan berusia 17 tahun, mangli adalah siswa kelas X-c MAN 2 Banyuwangi, mangli berasal dari keluarga broken home. Orang tuanya bercerai, dan M tinggal bersama ibu kandung dan ayah tirinya sebelum akhirnya pindah ke rumah nenek. Dalam lingkungan keluarga barunya bersama ayah tiri dan ibu kandung, M sering merasa diperlakukan tidak adil. Ia merasa dibanding-bandingkan dengan anak kandung ayah tirinya dan diperlakukan lebih keras oleh keluarganya. Perasaan ini semakin membuat M merasa tidak diinginkan dan tertekan sehingga membuat M menutup diri.

Setelah beberapa waktu tinggal bersama ibu dan ayah tirinya, M memutuskan untuk tinggal bersama neneknya. Meskipun demikian, kondisi kehidupan dengan neneknya juga tidak sepenuhnya memadai dari segi dukungan emosional. Neneknya menuntut M untuk mandiri, baik secara fisik maupun mental. M hanya menerima tempat tinggal dan makanan dari neneknya, tanpa dukungan finansial tambahan selain uang bulanan yang sangat terbatas sebesar Rp200.000 dari ayah tirinya. Ketidalcukupan dukungan ini membuat M merasa semakin terisolasi dan kurang semangat menjalani hidup.

Dalam kehidupan sehari-harinya, M menunjukkan tanda-tanda kehilangan motivasi hidup. Ia merasa tidak memiliki arah atau tujuan yang jelas dan cenderung hidup tanpa semangat. Hubungannya dengan nenek pun sempat terhambat oleh tuntutan kemandirian yang membuatnya semakin tertekan. M merasa bahwa dirinya tidak mendapatkan perhatian atau dukungan yang cukup baik dari keluarga dekatnya, baik secara emosional maupun finansial.

a. *Rapport*

Nama : Mangi Nur
Naila Tempat tanggal lahir: 20 Juli 2008
Agama : Islam
Jenis kelamin : Perempuan

Kasus: Pada tahap ini, membangun hubungan yang baik dengan klien menjadi prioritas utama. Dalam pertemuan pertama, konselor berupaya untuk menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman agar M merasa diterima dan didengar. Konselor memberikan perhatian penuh pada cerita M tanpa menghakimi, serta menunjukkan empati terhadap situasi hidup yang dihadapinya, terutama terkait hubungan yang kurang harmonis dengan ayah tiri dan ibu kandung. Dengan cara ini, M dapat merasa lebih terbuka dan percaya pada proses konseling. Konselor juga berusaha untuk menciptakan suasana yang santai agar M bisa merasa nyaman berbicara tentang perasaannya, serta menghindari perasaan cemas atau takut.

b. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dilakukan melalui wawancara tanya jawab secara mendalam untuk memahami situasi yang dihadapi oleh M. Dari hasil wawancara, ditemukan beberapa masalah utama yang mempengaruhi kondisi psikologis dan emosional M :

- 1) Hubungan buruk dengan ayah tiri dan ibu kandung: M merasa sering dibandingkan dengan anak kandung ayah tiri dan diperlakukan keras, baik secara fisik maupun emosional.
- 2) Perasaan tidak dihargai: M merasa tidak mendapatkan perhatian yang cukup dari keluarganya, baik dari ayah tiri, ibu kandung, maupun neneknya.
- 3) Kurang dukungan finansial: M hanya mendapatkan uang saku yang sangat terbatas (200 ribu rupiah per bulan) dari ayah tirinya, sementara dari neneknya dia hanya diberikan tempat tinggal dan makanan.

- 4) Kurangnya motivasi hidup: M menunjukkan tanda-tanda hilangnya semangat hidup, dengan perasaan tidak ada tujuan yang jelas atau motivasi untuk menjalani hidup.

c. Diagnosa

Berdasarkan hasil identifikasi masalah, M mengalami gangguan emosional yang disebabkan oleh trauma keluarga, perasaan tidak diinginkan, dan kurangnya dukungan dari lingkungan terdekat. Kondisi ini berdampak pada harga diri yang rendah, perasaan tidak berharga, serta membuat M semakin menutup diri pada siapapun. M cenderung menarik diri dan menunjukkan perilaku pasif dalam menghadapi masalah hidup.

Selain itu, pola asuh yang keras dari ayah tiri dan tekanan untuk menjadi mandiri tanpa dukungan emosional dari neneknya membuat M merasa terisolasi. Diagnosa sementara adalah depresi ringan yang disebabkan oleh faktor-faktor lingkungan dan keluarga yang disfungsional.

d. Prognosa

Untuk menangani kasus M, metode konseling yang digunakan adalah Cognitive Behavioral Therapy (CBT): self-regulated learning. Metode ini dipilih karena dapat membantu M mengidentifikasi pola pikir negatif yang menghalangi dirinya untuk melihat sisi positif dalam hidup. CBT juga dapat membimbing Mangli untuk mengembangkan keterampilan coping yang lebih baik dalam menghadapi situasi sulit.

e. Treatment

Tujuan dari treatment ini adalah:

- 1) meningkatkan rasa menghargai diri sendiri dan perasaan berharga dalam diri M.
- 2) Membantu M membangun hubungan yang lebih sehat dan positif dengan neneknya serta lingkungan terdekat.
- 3) Meningkatkan motivasi hidup dengan menanamkan pemahaman bahwa ia memiliki kontrol atas masa depannya.

Langkah-langkah treatment dalam CBT: self-regulated learning meliputi:

- 1) Mengidentifikasi pikiran-pikiran negatif yang mendominasi persepsi Mangli terhadap dirinya dan lingkungannya.
- 2) Mengubah pola pikir tersebut dengan cara lebih realistis dan positif.
- 3) Mengajarkan teknik relaksasi dan mindfulness untuk mengelola stres.
- 4) Membangun rencana hidup jangka pendek dan jangka panjang untuk memunculkan kembali semangat dan motivasi dalam hidup.

Sesi 1: Pada pertemuan pertama, fokus konselor adalah membangun kepercayaan dan rasa nyaman M. Setelah menjalin rapport, M diberi kesempatan untuk bercerita lebih dalam tentang perasaannya terhadap keluarga dan situasi hidupnya. Konselor kemudian mulai mengidentifikasi pikiran negatif yang sering muncul, seperti perasaan tidak dihargai dan merasa kurang perhatian.

Pada tahap ini, Mangli juga diberikan tugas untuk mulai mengamati pikiran negatif yang muncul sehari-hari.

Sesi 2: Pada pertemuan kedua, M melaporkan bahwa hubungannya dengan nenek mulai membaik setelah dia berusaha memberikan perhatian lebih kepada neneknya. Konselor memberikan apresiasi terhadap upaya tersebut dan mulai memperkenalkan teknik CBT untuk mengatasi pikiran negatif. M diajak untuk menantang pikiran-pikiran tersebut dengan lebih logis, dan diarahkan untuk mulai fokus pada aspek-aspek positif dari dirinya dan situasi yang dihadapinya.

f. Evaluasi dan *Follow-Up*

Setelah 2 sesi konseling, dilakukan evaluasi terhadap perkembangan M. Evaluasi dilakukan dengan memeriksa perubahan dalam pola pikir, emosi, serta hubungan sosial M dengan lingkungan terdekatnya. Pada akhir sesi, M menunjukkan peningkatan dalam hal komunikasi dengan neneknya, serta penurunan gejala-gejala depresi ringan. Konselor juga mengevaluasi peningkatan motivasi M dalam menjalani kehidupan sehari-hari, dan M berhasil menetapkan tujuan hidup yang lebih jelas. Sebagai tindak lanjut, konselor menyarankan M untuk tetap terlibat dalam kegiatan-kegiatan positif di luar rumah guna meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri.

Dengan proses konseling ini diharapkan M dapat terus berkembang menjadi remaja yang lebih resilient dan optimis dalam menghadapi tantangan hidupnya. Diharapkan pula bahwa dukungan dari nenek dan lingkungan sekitar akan berkontribusi pada kemajuan positif M dalam jangka panjang.

PEMBAHASAN

Kasus M memberikan wawasan mendalam mengenai tantangan yang dihadapi remaja dari keluarga broken home. Hasil analisis menunjukkan bahwa situasi kehidupan yang tidak stabil dan kurangnya dukungan emosional dari lingkungan terdekat dapat berdampak negatif pada kesehatan mental remaja. M mengalami perasaan tidak dihargai, kurangnya motivasi hidup, dan kecenderungan untuk menarik diri, yang semuanya merupakan gejala depresi ringan. Pendekatan konseling yang diterapkan, yaitu Cognitive Behavioral Therapy (CBT), terbukti efektif dalam membantu M mengatasi pikiran negatif dan membangun hubungan yang lebih positif dengan neneknya. Evaluasi yang dilakukan setelah beberapa sesi konseling menunjukkan adanya peningkatan dalam komunikasi dan motivasi hidup M, yang menunjukkan potensi positif dari intervensi konseling. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa model konseling berbasis Cognitive Behavioral Counseling (CBC), seperti Creative Cognitive-Behavior Counseling Model (CCBCM), efektif dalam membantu siswa mengembangkan SRL dan meningkatkan kesejahteraan mental mereka (Saputra et al., 2021). Hal ini memperkuat temuan dalam penelitian ini bahwa CBT dapat menjadi pendekatan yang tepat dalam membantu siswa dari keluarga broken home mengembangkan keterampilan regulasi diri yang lebih baik. Dengan adanya dukungan dari teknik CBT, siswa dapat lebih mandiri dalam menghadapi tantangan akademik dan sosial mereka.

Dalam konteks teori, beberapa pendekatan dapat digunakan untuk memahami dinamika yang dialami oleh M. Berdasarkan teori pembelajaran yang diatur sendiri (Zimmerman, 2002), siswa yang dapat secara mandiri mengelola strategi pembelajaran mereka cenderung termotivasi pada tingkat yang lebih tinggi. Ini mengikuti temuan penelitian yang menunjukkan bahwa siswa meningkatkan perencanaan akademik dan partisipasi dalam proses pembelajaran setelah menggunakan CBT. Siswa mulai menetapkan tujuan pembelajaran yang lebih spesifik, menghadapi tantangan akademik, dan mengembangkan strategi untuk mencerminkan lebih banyak layanan mereka. Oleh karena itu, penggunaan teknik CBT tidak hanya akan membantu siswa dengan regulasi emosional, tetapi juga membantu dalam efektivitas pembelajaran sesuai dengan prinsip SRL.

Teori (Bowlby et al., 1992) menunjukkan bahwa anak-anak dengan ikatan yang tidak pasti cenderung mengalami kesulitan mengatasi emosi dan membangun hubungan sosial yang sehat. Dalam kasus siswa broken home yang menjadi subjek penelitian ini, siswa ditemukan pertama kali menunjukkan pola lampiran yang tidak pasti dengan yang paling dekat dengan mereka. Namun, setelah menghadiri konferensi CBT, ada perubahan dalam pola interaksi sosial. Siswa mulai mengembangkan hubungan yang lebih positif dengan keluarga mereka, meningkatkan kepercayaan diri dan menjadi lebih terbuka untuk komunikasi dengan lingkungan. Ini menunjukkan bahwa CBT berperan dalam mengatasi efek negatif dari adhesi yang tidak pasti dengan membangun pola pikir yang lebih sehat dan strategi sosial.

Teori keluarga menekankan bahwa dinamika dalam keluarga memainkan peran penting dalam perkembangan individu (Minuchin, 2018). Ketidakstabilan keluarganya dan perlakuan diskriminatif dari orang tua angkatnya menciptakan konflik emosional yang berdampak pada kesehatan mentalnya. Selain itu, teori perkembangan remaja, seperti yang diungkapkan oleh Erik Erikson, menunjukkan bahwa masa remaja merupakan periode penting dalam pengembangan identitas (Erikson, 1968), di mana M menghadapi krisis identitas akibat situasi keluarganya. Teori kognitif juga menunjukkan bahwa pola pikir individu memengaruhi emosi dan perilakunya (Beck, 1991); dalam hal ini, pikiran negatif M yang muncul akibat perbandingan dengan anak kandung ayah tirinya memperburuk kondisi emosionalnya. Sementara itu, teori resiliensi menunjukkan bahwa individu dapat mengembangkan kemampuan untuk bangkit kembali dari situasi sulit (Masten, 2001), yang terlihat pada upaya M dalam sesi konseling.

Penelitian menunjukkan bahwa self-regulated learning (SRL) berdampak positif terhadap ketahanan akademik. Siswa dengan SRL yang lebih tinggi lebih mampu mengatasi tantangan akademik dan memiliki ketahanan psikologis yang lebih besar dibandingkan siswa dengan SRL yang lebih rendah. Pada penelitian sebelumnya, kontribusi SRL terhadap ketahanan akademik mencapai 16,56%, dan faktor lain seperti efikasi diri, harga diri, dukungan sosial, dan lingkungan juga berperan dalam meningkatkan ketahanan akademik siswa (Saufi et al., 2022). Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa pendekatan terapi kognitif-perilaku (CBT) efektif dalam mengembangkan pengendalian diri dan meningkatkan kesejahteraan emosional pada siswa yang mengalami kesulitan belajar di rumah.

Perlu dicatat bahwa dalam konteks efektivitas CBT untuk siswa broken home, keberhasilan terapi ini juga tergantung pada dukungan lingkungan. Siswa yang menerima dukungan dari guru, teman dan keluarga cenderung menunjukkan lebih banyak perubahan positif daripada mereka

yang tidak memiliki dukungan sosial yang tepat. Oleh karena itu, integrasi CBT ke dalam sistem pendidikan harus melibatkan partisipasi aktif dari berbagai pemangku kepentingan untuk memaksimalkan hasil intervensi. Selanjutnya, aspek penting dari keberhasilan CBT adalah konsistensi ketika menggunakan teknik yang ditentukan selama sesi pengobatan. Oleh karena itu, program konsultasi yang berkelanjutan dan pertemuan tindak lanjut sangat diperlukan untuk memastikan bahwa perubahan positif terjadi dalam jangka panjang. CBT juga berperan dalam meningkatkan keterampilan siswa dalam mengembangkan kepercayaan diri. Melalui terapi ini, siswa dapat mengenali emosi mereka dan memahami bagaimana emosi mereka mempengaruhi tindakan dan keputusan mereka. Peningkatan kepercayaan diri membantu siswa untuk lebih baik menyesuaikan diri untuk mengatasi tekanan akademik dan sosial.

Dalam beberapa kasus, siswa yang terpapar terapi CBT juga menunjukkan peningkatan kemandirian pembelajaran. Ini terkait dengan konsep pembelajaran mandiri (SRL), yang memungkinkan siswa untuk mengelola tujuan akademik mereka sendiri dan menemukan solusi untuk hambatan yang muncul. Oleh karena itu, CBT tidak hanya mempengaruhi kesehatan mental, tetapi juga mempengaruhi prestasi akademik siswa. Terakhir, pendekatan ini telah terbukti efektif tanpa dukungan sosial yang kuat. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa interaksi positif dengan guru dan teman sebaya memainkan peran penting dalam meningkatkan hasil pengobatan. Oleh karena itu, strategi yang digabungkan CBT dengan pendekatan berbasis masyarakat akan menjadi solusi yang lebih komprehensif untuk memastikan pengembangan optimal untuk siswa yang rusak dapat dikembangkan secara optimal.

Faktor-faktor yang Memengaruhi *Self Regulated Learning*

Zimmerman (1989), mengatakan bahwa SRL ditentukan oleh tiga faktor yaitu diri sendiri, lingkungan dan perilaku.

a. Diri Sendiri (Person/Self)

Self-regulated learning pada siswa dipengaruhi oleh proses dalam diri sendiri yang saling berhubungan. Proses yang terjadi di dalam diri sendiri yaitu pengetahuan yang dimiliki siswa, proses pengambilan keputusan metakognitif, tujuan dan kondisi akademis, dan kondisi afektif

1. Pengetahuan yang dimiliki oleh siswa: Pengetahuan deklaratif

- Pengetahuan yang berupa pernyataan. Informasi yang diterima berupa pengetahuan yang didapat sesuai dengan lingkungan tanpa melalui proses pemikiran lebih lanjut.
- Pengetahuan cara mengarahkan diri

Pengetahuan self-regulated learning siswa diasumsikan ada dua. Pengetahuan prosedural mengarah pada pengetahuan bagaimana menggunakan strategi, sedangkan pengetahuan bersyarat merujuk pada pengetahuan kapan dan mengapa strategi tersebut berjalan efektif.

2. Proses pengambilan keputusan metakognitif mengarahkan usaha pengontrolan belajar dan mempengaruhi timbal balik dari usaha tersebut.
3. Tujuan akademis menjadi alasan adanya variasi dalam penggunaan strategi self-regulated learning diantara siswa yang berprestasi tinggi dan rendah
4. Kondisi afektif Afektif merupakan bentuk emosi yang dimiliki siswa.

a) Faktor kebiasaan (behavior) ada tiga: observasi diri, penilaian diri, dan reaksi diri.

b) Faktor lingkungan (Enviroment)

c) Faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi SRL dibagi menjadi dua yaitu:
Pengalaman sosial dan Struktur lingkungan.

Penelitian terdahulu mendukung temuan dalam kasus M. Penelitian Dalimunthe dkk. mengungkapkan bahwa anak yang mengalami broken home akibat dari keluarga yang tidak harmonis, disebabkan oleh akibat dari perceraian orang tua, kurangnya komunikasi diantara keluarga terutama ayah dan ibu, dan hubungan orang tua dan anak kurang baik disebabkan faktor ekonomi, dan berdampak pada psikologis anak, prestasinya menurun, dan perilaku terhadap remaja (Dalimunthe et al., 2023). Hal ini selaras dengan kasus M, yang menghadapi masalah hubungan buruk dengan ayah tiri dan ibu kandungnya, serta kurangnya dukungan emosional dan finansial dari keluarganya. Tekanan emosional dan tuntutan untuk mandiri secara berlebihan tanpa dukungan yang memadai berdampak pada motivasi hidupnya yang menurun, sehingga ia mengalami kesulitan dalam menemukan semangat dan tujuan hidup.

Selain itu, penelitian oleh Indari dkk. menunjukkan bahwa remaja dari keluarga broken home memiliki tingkat kecemasan dan depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja dari keluarga utuh (Indari et al., 2021), sejalan dengan hasil kasus ini. Penelitian Nasution dkk. menyatakan bahwa dampak psikologis yang dialami anak akibat perceraian orang tua perlu diatasi, dampak yang paling signifikan bagi anak broken home akibat perceraian adalah si Anak menjadi pemurung dan penyendiri, ia sama sekali jarang bergaul dengan teman-teman sebayanya (Nasution et al., 2021). Hal ini berkaitan erat dengan hasil yang ditemukan dalam kasus M. Seperti yang diidentifikasi melalui proses konseling, Mc menunjukkan tanda-tanda penarikan diri dari lingkungannya, merasa kurang dihargai, dan kehilangan motivasi hidup. Penelitian oleh Haris dan Ulhaq menemukan bahwa masalah ekonomi dan kurangnya perhatian orangtua berkontribusi pada penurunan motivasi belajar dan kesehatan mental anak (Haris & Ulhaq, 2023), yang juga mencerminkan kondisi M. Penelitian oleh Mahendra dkk. mengungkapkan bahwa remaja dari keluarga yang tidak harmonis cenderung mengalami gangguan emosional (Mahendra et al., 2022) dan hasil konseling Mangli menunjukkan bahwa dukungan emosional yang baik dari lingkungan terdekat memiliki pengaruh positif dalam proses pemulihan.

Penelitian Saragih dkk. menunjukkan bahwa pemberian konseling tersebut cukup memberikan hasil yang baik kepada masing-masing individu. Hal ini terlihat pada perubahan dan perkembangan dari para siswa setelah diberikan konseling realita (Saragih et al., 2023). Temuan ini berkaitan dengan kasus M, di mana setelah menjalani proses konseling, terjadi perbaikan dalam pola pikir, hubungan sosial, dan motivasi hidupnya. Konseling yang dilakukan pada M berhasil membantu mengatasi beberapa gejala depresi ringan serta meningkatkan hubungan emosionalnya dengan neneknya.

Dari sudut pandang penulis, kasus M menekankan pentingnya intervensi psikologis yang tepat bagi remaja dari keluarga broken home. Dukungan emosional yang memadai dari keluarga dan lingkungan sangat krusial untuk perkembangan mental yang sehat. Konseling yang berbasis teori kognitif dapat memberikan dampak positif dalam membantu remaja mengatasi trauma dan membangun kembali motivasi hidup. Melihat kemajuan M, penulis berpendapat bahwa program konseling harus diintegrasikan dengan dukungan sosial yang lebih luas, termasuk keterlibatan komunitas, untuk menciptakan jaringan dukungan yang lebih kuat. Penting juga bagi orang tua

dan anggota keluarga lainnya untuk memahami dampak perilaku mereka terhadap kesehatan mental remaja, agar dapat menciptakan lingkungan yang lebih mendukung. Dengan pendekatan yang terstruktur dan fokus pada kebutuhan emosional remaja, seperti yang dilakukan dalam kasus M, diharapkan dapat membantu mereka menghadapi tantangan hidup dan mencapai potensi penuh mereka. Secara keseluruhan, penelitian ini tidak hanya memberikan wawasan akademik, tetapi juga memiliki berbagai efek praktis, dari mengembangkan metode konseling yang lebih baik untuk anak broken home, hingga kesadaran sosial yang semakin besar akan pentingnya anak-anak dari keluarga hingga peran masyarakat dalam mengatasi tantangan hidup. Dengan pendekatan yang tepat dan dukungan berkelanjutan, kaum muda dalam keluarga yang broken home memiliki peluang lebih besar untuk mengembangkan ketahanan psikologis (perlawanan) dan mencapai potensi terbaik mereka.

SIMPULAN

Teknik Cognitive Behavioral Therapy (CBT): Self-Regulated Learning terbukti ditemukan efektif dalam pengembangan siswa di rumah yang broken home, meningkatkan kesehatan intelektual dan rekonstruksi diri sendiri. Pendekatan ini memiliki efek positif pada aspek psikologis dan sosial dan membantu siswa mengelola tantangan yang muncul karena kondisi keluarga. Selain itu, temuan penelitian ini menyoroti pentingnya teori (Bowlby et al., 1992) yang menunjukkan pentingnya manajemen diri dalam pembelajaran dan efek hubungan interpersonal pada anak-anak. Dengan memahami bagaimana CBT berkontribusi pada pengembangan emosional dan akademik rumah yang rusak, penelitian ini telah memberikan wawasan kepada para praktisi dan konsultan pendidikan dalam pengembangan strategi pedoman yang lebih efektif. Dengan pendekatan yang tepat, siswa yang berjuang karena kondisi keluarga mereka dapat menerima dukungan yang lebih baik dan meningkatkan kemandirian mereka dalam menghadapi tantangan hidup. Studi ini menunjukkan bahwa intervensi sistematis dalam bentuk terapi CBT dapat membantu siswa membangun pemikiran adaptif, mengembangkan keterampilan sosial yang lebih baik, dan meningkatkan ketahanan psikologis. Oleh karena itu, menerapkan metode ini di sekolah dan masyarakat adalah langkah strategis untuk mendukung siswa dari rumah yang rusak dan memastikan pengembangan yang optimal.

Saran untuk penelitian ini yaitu bahwa sekolah disarankan untuk mengembangkan instruksi berbasis CBT dan program penasihat untuk siswa yang mengalami kesulitan psikologis. Program ini akan membantu siswa mengatasi masalah emosional dan akademik dan menyediakan lingkungan belajar yang lebih kolaboratif. Untuk konsultan, pelatihan lebih lanjut dalam teknik CBT diperlukan untuk meningkatkan efektivitas pertemuan konsultasi. Pemahaman yang lebih dalam tentang pendekatan ini akan membantu konsultan untuk membantu siswa mengatur keterampilan yang lebih baik sendiri. Untuk orang tua, diharapkan untuk lebih memahami dampak emosional anak-anak di rumah yang hancur dan rusak dan memberikan dukungan yang lebih baik. Orang tua harus menciptakan lingkungan yang lebih stabil dan didukung agar lebih terlibat dalam kehidupan anak-anak mereka dan menciptakan lingkungan yang lebih stabil dan didukung.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada civitas akademika Universitas KH. Mukhtar Syafaat dan pihak terkait yang telah mendukung penelitian ini. Penghargaan juga disampaikan kepada siswa yang bersedia menjadi subjek penelitian, serta konselor dan mentor yang memberikan bimbingan dalam penyelesaian studi ini. Dukungan semua pihak sangat berarti dalam menghasilkan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aziz, M. (2015). Perilaku sosial anak remaja korban broken home dalam berbagai perspektif (Suatu penelitian di SMPN 18 kota Banda Aceh). *Jurnal Al-Ijtima'iyah*, 1(1).
- Beck, A. T. (1991). Cognitive therapy: A 30-year retrospective. *American Psychologist*, 46(4), 368.
- Bowlby, J., Ainsworth, M., & Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory. *Developmental Psychology*, 28(5), 759–775.
- BPS. (2023). Jumlah Perceraian Menurut Provinsi dan Faktor, 2023. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTlZwRFVUMDkjMw==/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor.html?year=2023>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2016). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage publications.
- Dalimunthe, H. S., Manurung, P., & Wahyuni, S. (2023). Implementasi Layanan Konseling Individu Bagi Anak Keluarga Broken Home di SMP Negeri 6 Percut Sei Tuan. *PEMA (JURNAL PENDIDIKAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT)*, 3(3), 148–153.
- Erikson, E. H. (1968a). *Identity youth and crisis*, New York (WW Norton) 1968.
- Erikson, E. H. (1968b). On the nature of psycho-historical evidence: In search of Gandhi. *Daedalus*, 695–730.
- Haris, A., & Ulhaq, M. I. D. (2023). Kesehatan Mental Analisa Teori Emile Durkheim. *ARIMA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 1(2), 234–244.
- Hasanah, S., Sahara, E., Sari, I. P., Wulandari, S., & Pardumoan, K. (2017). Broken Home pada Remaja dan Peran Konselor. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 2(2).
- Indari, I., Priasmoro, D. P., & Fatma, E. D. (2021). Prevalensi Dan Analisis Faktor Mental Emosional Remaja Pada Keluarga Broken Home. *Journal of Nursing Care and Biomolecular*, 6(2), 130–137.
- Mahendra, J. P., Rahayu, F., & Ningsih, B. S. (2022). Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun (Studi Kasus Di Tk Sedesa Tegal Maja Lombok Utara). *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 7(2).
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227.
- Minuchin, S. (2018). *Families and family therapy*. Routledge.

- Nasution, H. S., Syafia, I., Ulfah, K., & Suwana, Z. V. (2021). Peran Bimbingan dan Konseling dalam Menghadapi Anak Broken Home Korban Perceraian. *Al-Mursyid: Jurnal Ikatan Alumni Bimbingan Dan Konseling Islam (IKABKI)*, 3(1).
- Putra Sinaga, M. H., Alwi, N. S., & Aisah, S. (2022). Deskripsi Masalah Diri Siswa dan Implikasinya terhadap Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Consulenza : Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 5(2), 208–216. <https://doi.org/10.56013/jcbkp.v5i2.1643>
- S.H. Sudarsono. (1993). *Koperasi Dalam Teori dan Praktik*. PT. Rineka Cipta.
- Saputra, W. N. E., Alhadi, S., Supriyanto, A., & Adiputra, S. (2021). The Development of Creative Cognitive-Behavior Counseling Model as a Strategy to Improve Self-Regulated Learning of Student. *International Journal of Instruction*, 14(2), 627–646. <https://doi.org/10.29333/iji.2021.14235a>
- Saragih, A. P. F., Ntahu, A., Adilang, A., Turang, M. O. E., Pandey, E. M., Kasenda, R. Y., & Wantah, M. E. (2023). Peran Uji Realitas Dalam Konseling: Sebuah Studi Kualitatif. *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 8(2), 447–452.
- Saufi, M., Budiono, A. N., & Mutakin, F. (2022). Korelasi Self Regulated Learning Dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 5(1), 67–75. <http://ejurnal.uij.ac.id/index.php/CONS%0AKORELASI>
- Simanjuntak, B. A. (2013). *Harmonious family: upaya membangun keluarga harmonis*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Sitohang, R., & Hermanto, Y. P. (2022). Peran konselor terhadap anak-anak broken home. *Davar: Jurnal Teologi*, 3(2), 83–96.
- Sofyan, S. (2016). *Konseling Keluarga (Family Counseling)*.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*.
- Sulistiyo, A. (2017). *Broken home*. Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
- UUD RI. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory into Practice*, 41(2), 64–70.

Cahya Sinta Dewi, Wiryo Nuryono

28-40



Abstract View: 31, PDF Download: 21

Hubungan Peran Orang Tua terhadap Resiliensi Di SMK Muhammadiyah 1 Pontianak

Kanti Rahayu, Nur Kur'ani, Rizki F Fitriya

41-54



Abstract View: 24, PDF Download: 33

AI Literacy as a Catalyst for Future School Counselors: Enhancing Guidance and Counseling Services

Hengki Tri Hidayatullah, Muslihah Muslihah

55-65



Abstract View: 45, PDF Download: 50

Teknik CBT: Self Regulated Learning pada Siswa Broken Home

Putri Nur Fadiyah, Masnida Masnida

66-78



Abstract View: 48, PDF Download: 45

ORCID
Connecting Research
and Researchers

MORAREF

BASE
Bielefeld Academic Search Engine

Crossref

Dimensions

sinta 4



UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Blokagung - Banyuwangi

Jalan PP. Darussalam Blokagung Banyuwangi 68491
No Hp : 08113129333, E-Mail: official@uimsya.ac.id, Website: uimsya.ac.id

Nomor : 51.2.12/041.63/UIMSya/FDKI/C.8/1/2025
Lamp. : -
Hal : SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Kepada Yang Terhormat:
Kepala MAN 2 Banyuwangi
di -

Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan di bawah ini Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH. Mukhtar Syafaat (UIMSya) Blokagung Banyuwangi, memohonkan izin penelitian atas mahasiswa kami:

Nama : PUTRI NUR FADIYAH
NIM : 2112211051
Fakultas : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat : Tapung Makmur - Tapung Hilir - Kampar - Riau
No HP : 085376693533
Dosen Pembimbing : MASNIDA, M.Ag

Untuk dapat diterima/melaksanakan penelitian di lembaga/instansi yang Bapak/Ibu pimpin, dalam rangka penyelesaian program tugas akhir.

Adapun judul penelitiannya adalah:

"Teknik CBT Self Regulation Learning Pada Siswa Broken Home"

Atas perkenan dan kerjasamanya yang baik diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Banyuwangi, 1 Januari 2025
Dekan

Agus Baihaqi, S.Ag., M.I.Kom
NID : 3150128107201



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA KANTOR
KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN BANYUWANGI
MADRASAH ALIYAH NEGERI 2 BANYUWANGI
Jl. Kh. Wakhid Hasyim 06
Genteng Telepon (0333) 845019 ;
Faksimile (0333) 845019
Website : <http://man2banyuwangi.sch.id>; Email :
mangtg1658@gmail.com**

**SURAT KETERANGAN
Nomor : 786/Ma.13.30.02/PP.00.6/05/2025**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Drs. Saeroji, M.Ag.
NIP 19680202 200112 1 003
Pangkat/Gol : Pembina Tk.I (IV/b)
Jabatan : Guru Ahli Madya dengan tugas tambahan sebagai Kepala MAN
2 Banyuwangi

Menerangkan dengan sebenarnya :

Nama : Putri Nur Fadiyah
NIM 2112211051
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Adalah mahasiswa Universitas KH. Mukhtar Syafaat yang telah selesai melaksanakan Penelitian dalam rangka penyelesaian Skripsi Dengan Judul Teknik CBT Self Regulation Learning pada tanggal 28 Mei 2025.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Banyuwangi, 31 Mei 2025 Kepala



Saeroji



UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Blokgung - Banyuwangi

Jalan PP. Darussalam Blokgung Banyuwangi 68491
No Hp : 08113129333, E-Mail: official@uimsya.ac.id, Website: uimsya.ac.id

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI

Nomor : 51.2.12/059.6/UIMSya / FDKI / B.S / V / 2025

Yang bertanda tangan dibawah ini Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi islam Universitas KH. Mukhtar Syafaat Blokgung Banyuwangi, dengan ini menerangkan bahwa telah dilakukan cek similaritas terhadap naskah Artikel:

Nama : Putri Nur Padiyah
NIM : 2112211051
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Jenjang : Sarjana (S.1)
Dengan Hasil : 23%

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagai salah satu syarat menempuh ujian Arrtikel



Banyuwangi, 01 Mei 2025

Dekan

Agus Baihaqi, S.Ag., M.I.Kom.

NIPY : 3150128107201

Pedoman Wawancara

A. Wawancara dengan Wali Kelas

Peneliti: Selamat siang, Ibu. Terima kasih banyak sudah meluangkan waktu. Saya mau tanya-tanya sedikit soal siswa M nih, Bu.

Wali Kelas: Selamat siang. Oh, silakan, silakan.

Peneliti: Kira-kira, sejak kapan Ibu tahu kalau M ini anak *broken home*?

Wali Kelas: Saya sih baru tahu jelasnya itu setelah dia pindah dan tinggal sama neneknya ya, dan kami mulai lihat ada perubahan sikapnya di sekolah. Keterangan lebih lengkapnya sih dari catatan konseling atau ngobrol sama keluarganya langsung.

Peneliti: Nah, setelah tahu dia *broken home*, apa ada perubahan sikap atau perilaku yang Ibu lihat dari M? Kalau ada, seperti apa perubahannya?

Wali Kelas: Oh, jelas ada. M itu sering kelihatan nggak semangat, kayak hilang motivasi gitu. Di kelas juga sering kurang fokus, dan dia jadi lebih suka menyendiri, nggak terlalu gaul sama teman-teman. Kadang juga kelihatan murung.

B. Wawancara dengan Siswa (M)

Peneliti: Hai, M. Makasih ya sudah mau ngobrol sama saya. Santai aja kok, cerita aja apa yang kamu rasain.

M: Iya, Kak/Bu/Pak.

Peneliti: Gimana nih perasaanmu soal kondisi keluargamu sekarang?

M: Jujur ya, aku sering ngerasa nggak adil aja diperlakukan. Apalagi kalau dibanding-bandingin sama anaknya ayah tiri. Rasanya tuh, aku tuh nggak diinginkan dan selalu tertekan gitu.

Peneliti: Kenapa sih kamu sering ngerasa nggak semangat atau nggak punya tujuan yang jelas gitu?

M: Aku ngerasa kayak nggak ada arahnya aja gitu, nggak punya tujuan yang jelas. Terus, dukungan dari keluarga, baik dari ayah tiri, ibu kandung, atau nenek, itu kurang banget, Kak/Bu/Pak. Jadinya aku ngerasa sendirian dan makin nggak semangat jalanin hidup.

Peneliti: Kamu ngerasa nggak nyaman ya kalau di rumah?

M: Banget! Waktu masih tinggal sama ibu dan ayah tiri, rasanya nggak nyaman karena selalu merasa dibanding-bandingkan dan diperlakukan keras. Terus pas pindah ke nenek, meskipun dapat tempat tinggal dan makan, tapi aku juga dituntut mandiri banget, kayak nggak ada dukungan emosional gitu.

Peneliti: Apa sih yang bikin kamu jadi males di rumah atau jadi suka menyendiri gitu?

M: Perasaan nggak diinginkan dan tertekan itu yang bikin aku jadi nutup diri. Udah gitu, kurangnya perhatian dan dukungan dari keluarga juga bikin aku nggak betah di rumah.

Peneliti: Jadi, kamu ngerasa keluarga kamu nggak memperlakukanmu dengan adil ya?

M: Iya, aku ngerasa gitu. Sering banget dibandingin sama anak kandungnya ayah tiri, terus aku diperlakukan lebih keras. Perhatian juga kurang banget dari mereka.

Peneliti: Kamu pernah dengar nggak sih istilah 'belajar mandiri' atau *self-regulated learning* gitu sebelumnya?

M: Kalau istilahnya sih baru denger pas konseling kemarin. Tapi lumayan mulai ngerti sekarang.

Peneliti: Nah, setelah ikut konseling itu, apa yang kamu pelajari tentang cara ngatur belajar sendiri atau ngadepin masalah?

M: Setelah konseling, aku jadi tahu gimana caranya ngidentifikasi pikiran-pikiran negatifku, terus ngubahnya jadi lebih positif dan realistis. Terus aku diajarin juga teknik buat ngelola stres. Dan yang paling penting, aku jadi mulai mikir buat bikin rencana hidup jangka pendek sama jangka panjang. Jadi ngerasa punya tujuan lagi gitu.

Peneliti: Habis bimbingan itu, kamu ngerasa lebih semangat nggak sih buat belajar atau jalanin hidup?

M: Iya, Kak/Bu/Pak. Aku ngerasa lebih semangat sekarang. Aku juga udah bisa nentuin tujuan hidupku yang lebih jelas. Terus, hubunganku sama nenek juga jadi lebih baik setelah aku coba lebih merhatiin dia.

Laporan verbatim

Nama: putri nur fadiyah
Nim: 21122110151
Nama: mangli nur mila aulia
Kelas/semester: X-c MAN2 Banyuwangi semester 1
Pertemuan ke: satu
Hari tanggal: sabtu 21 september 2024
Tempat: di depan kelas dan ruang BK
Waktu: jam istirahat 30 menit

	Dialog	Tahapan
Ko:	selamat siang	
ki	Siang juga kak	
ko	kamu kok sendirian di depan kelas, kenapa gk istirahat beli sarapan /jajan	
ki	Gak pp kak, tadi udah sarapan mau berangkat sekolah	
ko	owhh, kamu kenapa kok diem aja, apa ada masalah?	
Ki:	Gak papa kak, cuman lagi bingung aja	
ko	Kenapa bingung, apa yang kamu pikirkan sekarang?	
ki	Gak tau kak, tiba-tiba kepikiran keluarga	
ko	Ayo pindah ke ruang BK aj biar leluasa ceritanya	
ki	Iya kak	
Ko	Gimana kok di sekolah malah kepikiran keluarga	
ki	jadi orang tua saya broken home, saya tinggal dengan nenek dan kakek saya dulu pernah sempet tinggal dengan ibu kandung dan ayah tiri tetapi saya gk kuat kak saya selalu di banding-bandingkan dengan anaknya ayah tiri, saya selalu di tuntutan untuk mandiri dan saya selalu di kerasi dengan keluarga ayah tiri ibu disitu tidak ada membela saya malah mendukung dengan saya di kerasi, dari situ saya tidak kuat kak saya akhirnya tinggal dengan nenek dan kakek.	
ko	Jadi permasalahan kamu broken home dan mental kamu lagi tidak baik	
ki	Iya kak, kadang saya bingung dengan hidup saya	
ko	Kenapa bingung	
ki	Ya seperti saya cerita kan diatas juga dengan biaya hidup bulanan saya kak	
ko	Sebelumnya siapa yang ingin kamu sekolah di MAN2 Banyuwangi	

ki	Ayah tiri saya	
ko	Lahh trus apa sama ayah tiri kamu gk di biaya I	
ki	Ya di biyai kak uang sekolah sama uang bulanan ,tapi kak uang bulanan saya yang gk cukup	
ko	Gak cukup gimana ni	
ki	Gk cukup kak dalam sebulan ,saya di kasih uang bulanan cuman200 sedangkan cewek banyak pengeluaran belum untuk iyuran sekolah dkk.terkadang kak kalo uang saya gk cukup saya minjem ke nenek dengan nominal 10k,itu harus di kembalikan.	
ko	Hmm tau gk nenek kamu ngasih uang jajan yang gk harus kamu minta	
ki	Gak tau sih kak,yang ada saya meminjamnya	
	Seperti itu kamu kembalikan apa cuman guyon	
	Saya kembalikan kak seperti saya gk jajan d sekolah uang yang hari ini gk jajan saya kembalikan ke nenek,dalam sehari saya 10k ,yang sering saya jajan 5k karna sisahnya untuk simpanan kadang untuk membayar hutang ke nenek	
ko	Kamu kenapa gk cerita aja ke ibu mu atau ayah atau nenek	
ki	Saya sudah pernah cerita kak tapi kembalinya tetep saya suruh mandiri disuruh pinter membagi	
ko	Dalam kamu cerita ke ibu ayah mu gimana kondisinya	
ki	Pas lagi hawa-hawanya panas kak	
ko	Owlah pantes ,jadi sebelum kamu cerita di lihat kondisi situasinya juga cara berkomunikasi kamu haru baik	
ki	Hehhe iya kak ,besok saya perbaiki	
ko	Hubungan kamu dengan nenek dan kakek gimana	
ki	Ya seperti itu kak,nenek keras tapi sayang peduli sama mangli,cuman yang gk baik dalam hidup magli sekarang hubungan terhadap anak-anak nenek	
ko	Maksudnya Hubungan gk baiknya pada anak nenek	
ki	Ya seperti iri mangli tinggal dengan nenek	
ko	Ya sudah perlahan kamu untuk mengambil hatinya anak nenek dan kamu harus menjaga cara berkomunikasi	
ki	Ok kak,tapi saya sama nenek itu kurang kan interaksi berkomunikasi ,seperti saya lagi duduk bareng dengan nenek ,nenek langsung pergi karna nenek menjaga perasaannya anak-anaknya agar tidak timbul kecemburuan	
ko	Coba perlahan sama kamu dekati nenek ketika gak ada siapa-siapa kamu pijeti nenek ,manatau nenek luluh dengan mu .	

ki	Tapi saya takut kak	
ko	Gk pp coba dulu manatau perkembangan kamu dengan nenek baik bisa juga pada anak-anak nenek nanti kan terbuka	
ki	Ok kak mulai nanti mangli coba	
Ko	Ok,besok kalo ada perubahan kamu bisa jumpai saya lagi ya	
ki	Iya kak	



Nama:putri nur fadiyah
Nim:21122110151
Nama:mangli nur mila aulia
Kelas/semester:X-c MAN2 Banyuwangi semester1
Pertemuan ke:dua
Hari tanggal:sabtu 11 oktober 2024
Tempat: ruang BK

Waktu:jam 5 waktu 15

Ko/ki	Dialog	Tahapan
ki	Assalamualaikum	
ko	Walaikumsalam,silahkan masuk monggo duduk	
ki	Iya kak makasih	
ko	Gimana kabarnya	
ki	Alhamdulillah kak	
Ko	Udah makan	
ki	Sudah kak	
ko	Gimana keadaannya sekarang	
ki	Alhamdulillah kak ada perubahan	
ko	Perubahan pada nenek atau anak nenek	
ki	Sama nenek kak ,kalo nenek lagi duduk lagi nyantai saya deketi saya pijet I cerita-cerita bareng	
ko	Kalo sama anak nenek gimana	

ki	Ya sedikit kak ad perubahan kadang saya kerumahnya bantu bersih-bersih	
ko	Trus tanggapannya	
ki	Ya cuman heran gitu kak,tapi perlahan kak	
ko	Alhamdulillah ,yaudah kita lanjutkan besok ya	
ki	Iya kak,makasih	
ko	Ok ,semangat yaaa mangli	
ki	Ok kak pasti tuu	



Berikut adalah contoh wawancara antara seorang konselor dan nenek yang memberikan tempat tinggal dan makan kepada cucunya yang berasal dari keluarga broken home. Wawancara ini dirancang untuk membangun hubungan baik, menggali informasi, dan memberikan dukungan kepada nenek dalam memahami kebutuhan cucunya.

Konselor:

"Selamat siang, Bu. Terima kasih sudah meluangkan waktu untuk berbicara dengan saya hari ini. Bagaimana kabar Ibu dan keluarga?"

Nenek:

"Alhamdulillah, saya baik-baik saja. Cucu saya juga kelihatannya sehat, tapi saya tidak tahu pasti bagaimana perasaannya."

Konselor:

"Itu hal yang wajar, Bu. Ibu sudah melakukan hal yang luar biasa dengan merawat cucu Ibu di tengah situasi yang tidak mudah. Saya ingin tahu lebih banyak tentang bagaimana Ibu dan cucu Ibu menjalani hari-hari di rumah. Apa yang biasanya kalian lakukan bersama?"

Nenek:

"Saya lebih banyak mengurus pekerjaan rumah. Cucu saya biasanya diam di kamar, atau kalau tidak, dia main di luar. Saya hanya memastikan dia makan dan punya tempat tidur yang nyaman."

Konselor:

"Terima kasih sudah berbagi, Bu. Apa yang Ibu lakukan itu sangat penting. Tapi, apakah Ibu pernah memperhatikan perubahan dalam sikap atau kebiasaan cucu sejak tinggal bersama Ibu?"

Nenek:

"Iya, kadang dia terlihat sedih atau murung, tapi saya tidak tahu harus bagaimana. Saya sudah tua, dan yang penting dia makan dan tidak sakit."

Konselor:

"Saya mengerti, Bu. Anak-anak yang mengalami situasi seperti ini memang sering merasa kehilangan arah atau bingung. Selain makanan dan tempat tinggal, mereka juga sangat membutuhkan dukungan emosional. Misalnya, berbicara dengannya tentang apa yang dia rasakan atau menanyakan bagaimana harinya."

Nenek:

"Kadang saya ingin bertanya, tapi saya takut malah mengganggunya."

Konselor:

"Itu sangat baik, Bu, kalau Ibu peduli seperti itu. Anak-anak biasanya membutuhkan waktu untuk terbuka. Mungkin bisa dimulai dengan obrolan ringan, seperti menanyakan apa yang dia sukai atau apa yang dia lakukan di sekolah. Obrolan kecil ini bisa membantu dia merasa diterima."

Nenek:

"Baiklah, saya akan coba. Tapi bagaimana kalau dia tidak mau bicara?"

Konselor:

"Tidak apa-apa, Bu. Proses ini memang butuh waktu. Yang penting, Ibu terus menunjukkan bahwa Ibu peduli dan siap mendengarkan kapanpun dia mau berbicara. Kalau perlu, kita bisa mencari kegiatan bersama yang menyenangkan, seperti memasak atau jalan-jalan."

Nenek:

"Ide itu bagus. Saya rasa dia suka membantu di dapur. Saya akan coba ajak dia memasak."

Konselor:

"Itu langkah yang hebat, Bu. Dengan cara itu, Ibu bisa membangun hubungan yang lebih dekat dengannya. Kalau Ibu butuh saran lain, saya selalu siap membantu. Kita bisa bekerja sama untuk memastikan cucu Ibu mendapatkan dukungan terbaik."

Catatan Penting untuk Konselor:

1. Gunakan nada bicara yang hangat dan tidak menghakimi.
2. Perhatikan respons nenek dan sesuaikan pendekatan sesuai kebutuhan.
3. Tetap memberi penghargaan atas usaha nenek.
4. Jika diperlukan, arahkan nenek pada sumber daya tambahan, seperti komunitas dukungan atau layanan konseling lanjutan.

Dokumentasi Penelitian





UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Blokagung - Banyuwangi

Jalan PP. Darussalam Blokagung Banyuwangi 68491
No Hp : 08113129333, E-Mail: official@uimsya.ac.id, Website: uimsya.ac.id

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR

Nama : Putri Nur Fadiyah
NIM : 2112211051
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Judul Skripsi : Teknik CBT : Self Regulation Learning Pada siswa Broken Home
Pembimbing : Masnida M. Ag

No.	Topik Pembahasan	Tanggal	Tanda Tangan Pembimbing
1	Revisi judul	23-Nov-24	
2	Pembahasan Pendahuluan	24-Nov-24	
3	Revisi Pembahasan	25-Nov-24	
4	Membahas Metodologi	27-Nov-24	
5	Mencari Rumah Jurnal	28-Nov-24	
6	Revisi Semprom	28-Dec-24	
7	Membahas Pembahasan	30-Dec-24	
8	Submit		
9	Revisi Rumah Jurnal 1	10-Jan-25	
10	Revisi Rumah Jurnal 2	20-Jan-25	
11			
12			

Blokagung, 21/06/2025

Ketua Prodi
Bimbingan dan Konseling Islam
Nurfa Baroroh, M.Psi. Psikolog
NIP. 3152304039301

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Putri Nur Fadiyah
Nim : 2112211051
TTL : Tapung Makmur 14 oktober 2002
Jenis Kelamin : perempuan
Agama : Islam
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
Alamat : Desa Tapung Makmur, Kab, Kampar RIAU

Riwayat pendidikan formal

Jenjang pendidikan	Tahun masuk	Tahun lulus	Nama sekolah/ perguruan tinggi	Bidang studi
TK A	2005	2006	TK Mardisiwi Kampar	
TK B	2006	2007	TK mardisiwi Kampar	
SD	2007	2014	SDN 012 Tapung Makmur	
MTS	2014	2018	MTS Miftahul Hidayah	
MA	2018	2021	MA Miftahul Hidayah	IPS
S1	2021	2025	UIMSYA	BKI

Riwayat pendidikan Non formal

Jenjang pendidikan	Tahun Masuk	Tahun Lulus	Lembaga pendidikan
Wust01	2021	2023	Pp.Darussalam puncak
Wust02	2023	2024	pp.Darussalam puncak
Ulya 1	2024	2025	Pp Darussalam puncak
Ulya 2	2025		Pp Darussalam puncak