

**PENANGANAN RESILIENSI ANAK KORBAN *BROKEN HOME*
MELALUI KONSELING INDIVIDUAL TEKNIK *SYSTEMATIC*
DESENSETIZATION
(Studi Kasus Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Buton)**

SKRIPSI



*Diajukan kepada Program Studi Bimbingan dan konseling Fakultas Keguruan
dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Buton untuk memenuhi salah
satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan*

**OLEH:
YEYEN DWI ARUM
011901006**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BUTON
BAUBAU
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Judul : Penanganan *Resiliensi* Anak Korban *Broken Home*
Melalui Konseling Individual Teknik *Systematic*
Desensetization (Studi Kasus Mahasiswa Di Universitas
Muhammadiyah Buton)

Nama : YEYEN DWI ARUM

NPM : 011901006

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Telah diperiksa dan disetujui untuk dipertahankan pada sidang skripsi Program
Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Buton.

Pembimbing I

Pembimbing II

Ria Safaria Sadif, M.Psi., Psikolog.
NIDN. 0902108701

Unhaluddin T Kurniawan, M.Pd., Kons
NIDN. 0921058802

Mengetahui,

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

Wa Ode Husniah, S.Pd., M.Pd
NIDN. 0916096803

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi dengan judul : Penanganan *Resiliensi* Anak Korban *Broken Home*
Melalui Konseling Individual Teknik *Systematic*
Desensetization (Studi Kasus Mahasiswa Di Universitas
Muhammadiyah Buton)

Yang disusun oleh :

Nama : YEYEN DWI ARUM

NPM : 011901006

Telah diajukan pada : 05 April 2023

Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Skripsi dan diterima oleh Fakultas
Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Buton pada 05 April
2023.

Baubau, 10 November 2023

PANITIA PELAKSANA

KETUA : (Ria Safaria Sadif, S.Psi., Psikolog)
NIDN. 0902108701 (.....)

SEKRETARIS : (Unhaluddin T Kurniawan, M.Pd., Kons)
NIDN. 0921058802 (.....)

TIM SIDANG

Penguji I : (Wa Ode Husniah, S.Pd., M.Pd)
NIDN. 0916096803 (.....)

Penguji II : (Samsaifil, S.Pd., M.Pd)
NIDN. 0902048706 (.....)

Penguji III : (Edison, S.Pd., M.Pd)
NIDN. 0913098805 (.....)

Mengetahui,
Dekan FKIP

Maryam Nurlaila, S.S., M.Pd
NIDN. 0914027201

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : YEYEN DWI ARUM

NPM : 011901006

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Buton

Dengan ini menyatakan yang tertulis didalam skripsi yang berjudul “Penanganan *Resiliensi* Anak Korba *Broken Home* Melalui Konseling Individual Teknik *Systematic Desensetization* (Studi Kasus Mahasiswa Di Universitas Muhammadiyah Buton)” benar-benar hasil karya penulis sendiri dan apabila ternyata di kemudian hari terbukti dan/atau hasil plagiat baik seluruhnya maupun sebagian, maka penulis bersedia dituntut sesuai peraturan dan perundang-undangan yang berlaku dan sekaligus skripsi dan gelar yang penulis peroleh batal demi hukum.

Baubau, 05 April 2023

Penulis

Yeyen Dwi Arum
011901006

PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai Civitas Akademika Universitas Muhammadiyah Buton, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : YEYEN DWI ARUM

NPM : 011901006

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Buton

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Buton **Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*non – exclusive royalty – free right*)** atas Skripsi saya yang berjudul: *Penanganan Resiliensi Anak Korban Broken Home Melalui Konseling Individual Teknik Systematic Desensetization* (Studi Kasus Mahasiswa Di Universitas Muhammadiyah Buton), beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini Universitas Muhammadiyah Buton berhak menyimpan, menyalin-media/format-kan mengelolah dalam bentuk Pangkal Data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta serta tidak dikomersilkan.

Demikian pernyataan ini, saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Baubau

Tanggal : 05 April 2023

Yang Menyatakan,

Yeyen Dwi Arum
011901006

MOTTO

*Rasa tidak mengenal fakta yang ada
Rasa hanya menuntun kita pada hal-hal
yang sesungguhnya telah terabaikan*

Hayatuz Indonesia.

*Seberat dan sesulit apapun hal yang terjadi dalam kehidupan saya,
saya selalu kuat dan berhasil melewati segala situasi sulit itu sendiri.*

By. Yeyen Dwi Arum.

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa bangga, karya ini saya persembahkan untuk:

1. Ayah dan Ibu ku yang saya cintai, karya ini sebagai bukti bahwa saya mampu dan memiliki kemampuan yang lebih dari yang kalian pikirkan dengan keseriusanku dan fokusku dalam menyelesaikan studi S1 tepat waktu untuk bisa membanggakan kedua orang tuaku.
2. Kakak dan adikku serta keluarga yang selalu memberikan dukungan untuk dapat fokus dan menyelesaikan karya tulis ini.
3. Terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah sabar mendampingi saya. Dosen pembimbing yang telah mengarahkan saya dalam melakukan penulisan skripsi ini.
4. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Buton.
5. Teman-temanku yang selalu memberikan dukungan.
6. Diriku sendiri yang sudah begitu kuat dan mampu bertahan sampai pada tahap akhir menyelesaikan karya tulis ini dengan banyaknya situasi sulit yang terjadi.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji hanya milik Allah SWT, yang telah memberikan rahmat berupa kesempatan dan kesehatan untuk dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat dan salam semoga senantiasa tercurah pada Nabiullah Muhammad SAW, atas ridho-Nya telah melimpahkan segala berkah, rahmat, hidayah, serta kemudahan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Penanganan *Resiliensi* Anak Korban *Broken Home* Melalui Konseling Individual Teknik *Systematic Desensetization* (Studi Kasus Mahasiswa Di Universitas Muhammadiyah Buton)”.

Penulis menyadari tanpa bantuan dan kerja keras serta ridho Allah SWT, penyusunan skripsi ini tidak akan selesai. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan memberikan arahan, dorongan, bantuan finansial, selama penulis menjalani masa studi dan dalam penyelesaian skripsi ini. Penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Dr. Wa Ode Al Zarliani, SP., MM., Rektor Universitas Muhammadiyah Buton.
2. Gawise, S.Pd., M.Pd., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
3. Wa Ode Husniah, S.Pd., M.Pd., Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling sekaligus sebagai dosen penguji I yang telah memberikan beberapa saran yang sangat membangun bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih banyak penulis ucapkan kepada Ibu atas waktu dan kesempatannya.

4. Ria Safaria Sadif, M.Psi., Psikolog, Dosen Bimbingan dan Konseling sekaligus dosen pembimbing I yang telah memberikan arahan serta masukan dengan sangat baik dan berarti selama proses penyelesaian skripsi ini. Penulis ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas bantuan, motivasi dan waktu yang Ibu berikan kepada penulis hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Unhaluddin T Kurniawan, M.Pd., Kons, Dosen Bimbingan dan Konseling sekaligus dosen pembimbing II yang dengan sangat banyak memberikan arahan, masukan serta *support* yang tiada henti dan bersifat membangun kepada penulis agar dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu. Penulis ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas bantuan, motivasi, waktu, tenaga, pikiran, ilmu serta sudah dengan sangat sabar membimbing penulis hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih banyak pak.
6. Samsaifil, S.Pd., M.Pd, Dosen Bimbingan dan Konseling sekaligus dosen penguji II yang telah memberikan masukan serta saran yang berarti dalam penyusunan skripsi ini.
7. Edison, S.Pd., M.Pd, Dosen Bimbingan dan Konseling sekaligus dosen penguji III yang telah memberikan masukan serta saran yang membangun dalam menyelesaikan skripsi ini juga turut memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis.
8. Seluruh dosen program studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Buton, yang telah

memberikan ilmu, dan pengalaman yang paling berharga, bimbingan, juga ilmu yang bermanfaat untuk penulis selama menjadi mahasiswa di program studi Bimbingan dan Konseling sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dengan tepat waktu.

9. Segenap tenaga administrasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah begitu banyak membantu dan memudahkan urusan penulis.
10. Bapakku Nur Salahuddin dan Ibuku sayang Kurnia, yang telah bekerja keras untuk dapat menyekolahkan penulis pada jenjang S1. Penulis ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya karena telah mendukung, mendoakan, memotivasi, memberikan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan rasa bangga.
11. Kakakku Viny Ekawati dan Adikku Muh. Nauval, Terima kasih penulis ucapkan karena telah memberikan semangat, bantuan dan dukungan selama penulis menyelesaikan studi dan proses menyusun skripsi ini.
12. Bonekaku yang paling kusayangi Eldiku, terima kasih sudah menjadi anakku, adikku, kakakku, teman dan sahabat yang paling setia bersama penulis sampai saat ini. Terima kasih sudah menjadi tempat bersandar dan bercerita saat penulis mulai merasa capek dan drop dalam proses penyusunan skripsi ini. Pelukan dan kehadirannya selalu membangkitkan semangat penulis dalam menyelesaikan skripsi tepat waktu.
13. Untuk orang yang lagi bersama saya, terima kasih sudah selalu meluangkan waktunya untuk mendengarkan segala cerita penulis, menemani, menyemangati, mendukung dan selalu mengingatkan penulis untuk menjaga

kesehatan di tengah proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas perhatian dan kasih sayang yang begitu tulus diberikan kepada penulis.

14. Teruntuk teman baikku, Atril Miran Eri, terima kasih sudah selalu ada saat penulis membutuhkan bantuan walau di jam kritis diupayakan selalu bisa. Yang tidak pernah bosan mendengarkan keluhan penulis, mendukung, memberikan semangat, serta mendorong penulis agar giat hingga akhir penyusunan skripsi ini. Thank you miranku.
15. Sahabatku Tirta Islaminurul Ismail, Fatifa Azzahra dan Sela Fadzila yang sudah memberikan bantuan dan meluangkan waktunya menemani penulis mengurus surat penelitian, membantu penulis saat penelitian serta selalu mendukung dan memberikan semangat kepada penulis hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan penuh rasa bangga.
16. Keluarga Kknmas, ciwi-ciwi grup Massu'na, Juita Permatasari, Hesti A, Tazkiyatun Nafs dan Selfina yang tiada henti menyemangati penulis, mendukung, mendoakan dan selalu *support* penulis. Thank you so much guys dimana pun kalian berada penulis selalu mendoakan yang terbaik untuk kalian semua.
17. Teman-teman Bimbingan dan Konseling angkatan 19, Yuniar, Nurul, Sela, Ichy, Anggita, yanti dan Irfansyah, terima kasih guys sudah memberikan bantuan kepada penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
18. Teruntuk kakakku Isra Miranti Aim, S.Pd dan Megawidya Wati Nurdin, S.Pd, yang dengan sangat arif selalu melayani setiap pertanyaan penulis terkait dengan proses penyusunan skripsi, terima kasih telah memberikan masukan

yang sangat berarti bagi penulis, juga tidak lupa selalu memberikan semangat dan dukungan agar penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan cepat dan tepat waktu. Terima kasih atas bantuannya selama ini kakak-kakakku.

19. Terakhir, teruntuk diriku sendiri Yeyen Dwi Arum. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini, sudah kuat menghadapi berbagai kerumitan selama proses penelitian, bukan hal yang mudah dengan banyaknya ujian dari laptop yang rusak, di tengah penelitian harus ganti korban karena satu dan lain hal yang tidak memungkinkan untuk dilanjutkan, di tambah lagi permasalahan lain yang buat penulis sering merasa drop, akan tetapi semua itu bisa dilewati dan bisa sampai di titik akhir penyusunan skripsi ini. Terima kasih banyak dengan bangga skripsi ini saya persembahkan untuk diri saya sendiri.

Akhir kata dengan segala kerendahan hati semoga Allah SWT. senantiasa memberikan rahmat-Nya kepada semua pihak yang telah membantu terselesaikannya Skripsi ini. Skripsi ini belum sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua orang pada umumnya.

Baubau, 6 April 2023

Yeyen Dwi Arum

ABSTRAK

Yeyen Dwi Arum. 2023. Penanganan *Resiliensi* Anak Korban *Broken Home* Melalui Konseling Individual Teknik *Systematic Desensitization* (Studi Kasus Mahasiswa Di Universitas Muhammadiyah Buton). Skripsi dibimbing oleh pembimbing I: Ria Safaria Sadif, M.Psi., Psikolog dan pembimbing II: Unhaluddin T. Kurniawan, M.Pd., Kons.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran umum *resiliensi* pada mahasiswa yang menjadi korban *broken home*, penyebab terjadinya *resiliensi* yang rendah pada mahasiswa korban *broken home*, serta bentuk penanganan konseling individual teknik *systematic desensitization* dalam meningkatkan *resiliensi* mahasiswa korban *broken home*. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi dan wawancara, dengan tahapan studi kasus yaitu identifikasi kasus, identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, pelaksanaan *treatment* dan evaluasi. Hasil dari penelitian ini adalah (1) *resiliensi* yang rendah pada korban *broken home* mengakibatkan korban mengalami banyak kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-harinya. (2) penyebab terjadinya *resiliensi* yang rendah ialah karena kurangnya dukungan dari orang-orang disekitarnya, *self esteem* yang rendah, keyakinan atau spiritualitas dan emosi positif pada diri korban. (3) penanganan yang diberikan adalah layanan konseling individual menggunakan teknik *systematic desensitization* untuk meningkatkan *resiliensi* korban *broken home* sehingga mampu bangkit dari situasi sulit yang terjadi dalam kehidupan sehari-harinya. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa dengan pemberian layanan konseling individual teknik *systematic desensitization* dapat meningkatkan *resiliensi* pada korban *broken home*.

Kata kunci: *Broken home, Resiliensi, Systematic desensitization*

ABSTRACT

Yeyen Dwi Arum. 2023. Handling the Resilience of Children Victims of Broken Homes Through Individual Counseling with Systematic Desensitization Techniques (Case Study of Students at Buton Muhammadiyah University). The thesis is supervised by supervisor I: Ria Safaria Sadif, M.Psi., Psychologist and supervisor II: Unhaluddin T. Kurniawan, M.Pd., Kons.

This study aims to find out the general description of resilience in students who are victims of broken homes, the causes of low resilience in students who are victims of broken homes, as well as forms of individual counseling handling of systematic desensitization techniques in increasing the resilience of students who are victims of broken homes. This study uses a qualitative research approach with a case study type of research. Data collection methods used were observation and interviews, with case study stages namely case identification, problem identification, diagnosis, prognosis, implementation of treatment and evaluation. The results of this study are (1) the low resilience of broken home victims results in victims experiencing many difficulties in living their daily lives. (2) the cause of low resilience is due to a lack of support from the people around them, low self-esteem, faith or spirituality and positive emotions in the victim. (3) the treatment provided is individual counseling services using systematic desensitization techniques to increase the resilience of broken home victims so that they are able to rise from difficult situations that occur in their daily lives. From the results of the study it can be concluded that by providing individual counseling services the systematic desensitization technique can increase resilience in victims of broken homes.

Keywords: Broken home, Resilience, Systematic desensitization

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	
PENGESAHAN	
PERNYATAAN KEASLIAN.....	
PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	
ABSTRAK	
KATA PENGANTAR.....	
DAFTAR ISI.....	
DAFTAR GAMBAR.....	
DAFTAR TABEL	
DAFTAR LAMPIRAN	
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN TEORITIK	8
A. <i>Resiliensi Korban Broken Home</i>	8
1. Pengertian <i>Resiliensi Korban Broken Home</i>	8
2. Aspek-spek <i>Resiliensi Korban Broken Home</i>	9
3. Faktor yang Mempengaruhi <i>Resiliensi Korban Broken Home</i> ...	12
4. Ciri-ciri <i>Resiliensi Korban Broken Home</i>	13
B. Konseling Individual dengan Teknik <i>Systematic Desensitization</i>	13
1. Konseling Individual.....	13
2. Teknik <i>Systematic Desensitization</i>	17
C. Kerangka Berpikir	21
BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Pendekatan dan Desain Penelitian	24

1. Pendekatan penelitian.....	24
2. Desain penelitian.....	24
B. Subyek Penelitian.....	24
C. Tempat dan Waktu Penelitian	25
D. Teknik Pengumpulan Data.....	25
1. Observasi.....	25
2. Wawancara.....	26
E. Keabsahan Data.....	27
F. Teknik Analisis Data.....	27
1. Reduksi Data	27
2. Penyajian Data	28
3. Penarikan Kesimpulan	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	29
A. Hasil Penelitian	29
1. Identifikasi Masalah.....	29
2. Diagnosis.....	48
3. Pelaksanaan <i>Treatment</i>	53
4. Evaluasi	60
B. Pembahasan.....	60
1. Gambaran Kehidupa Korban yang Memiliki <i>Resiliensi</i> Rendah Sebelum Melakukan Konseling Individual Teknik <i>Systematic Desensitization</i>	60
2. Konseling Individual Teknik <i>Systematic Desensitization</i> Untuk Meningkatkan <i>resiliensi</i> Korban <i>Brokem Home</i>	63
BAB V PENUTUP	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN.....	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Berpikir.....	23
---	----

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Skala Hierarki Kesulitan	54
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Individual	
Pertemuan 1.....	75
Lampiran 2. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Individual	
Pertemuan 2.....	76
Lampiran 3. Wawancara 1	77
Lampiran 4. Wawancara 2	81
Lampiran 5. Wawancara 3	83
Lampiran 6. Wawancara 4	86
Lampiran 7. Wawancara 5	91
Lampiran 8. Wawancara 6	95
Lampiran 9. Wawancara 7	97
Lampiran 10. Wawancara 8	100
Lampiran 11. Wawancara 9	105
Lampiran 12. Catatan Anekdote 1	110
Lampiran 13. Catatan Anekdote 2	111
Lampiran 14. Catatan Anekdote 3	112
Lampiran 15. Catatan Anekdote 4	113
Lampiran 16. Laporan Pelaksanaan Layanan Konseling Individual	
pertemuan 1.....	114
Lampiran 17. Laporan Pelaksanaan Layanan Konseling Individual	
pertemuan 2.....	118

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keluarga adalah kumpulan individu yang hidup dan tinggal dalam satu atap dengan hubungan darah atau ikatan pernikahan. Keluarga merupakan sekelompok teman hidup yang di dalamnya terdiri dari ayah, ibu, kakak dan adik. Adanya keluarga membuat hidup menjadi lebih terarah dan tersusun dengan kehadiran anggota-anggota di dalam keluarga yang saling melengkapi satu sama lain. Dalam hal ini, setiap keluarga mempunyai anggota yang mempunyai perannya masing-masing dalam sebuah keluarga. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Friedman (Wulandari & Fauziah, 2019) bahwa keluarga yaitu kumpulan orang yang tinggal bersama dalam satu rumah yang dihubungkan dengan suatu ikatan aturan dan emosional serta setiap individunya memiliki peran masing-masing yang merupakan bagian dari keluarga.

Adanya keluarga membuat hidup menjadi lebih terlengkapi, artinya bahwa setiap individu memang hidup saling ketergantungan atau membutuhkan bantuan orang lain. Hal ini tidak bisa dipungkiri bahwa manusia adalah makhluk sosial. Di samping itu, untuk membentuk sebuah keluarga yang baik tidaklah mudah. Proses untuk mencapai keluarga yang sakinah mawaddah dan warahmah itu sangatlah panjang. Saat seseorang memutuskan diri untuk menikah dan membangun hubungan rumah tangga, maka seseorang tersebut harus siap dalam mengarungi kehidupan baru yang didalamnya ada banyak hal berbeda yang akan dihadapi. Penyesuaian terhadap pasangan pun dimulai pada saat itu, puncaknya saat pasangan tersebut mampu menurunkan ego masing-masing untuk mencapai satu tujuan bersama.

Memiliki keluarga yang bahagia adalah impian setiap individu. Ketika kebahagiaan antar anggota keluarga terjaga, maka keharmonisan dapat terjalin dengan baik. Akan tetapi dalam menjalani kehidupan berkeluarga tidak sedikit terjadi hal-hal yang tidak sepemikiran atau sejalan antar anggota keluarga. Perselisihan dan keributan seringkali muncul dan mewarnai kehidupan

keluarga, bahkan dapat menimbulkan keretakan dalam keluarga (*broken home*).

Broken home merupakan sebuah istilah yang digunakan untuk menggambarkan kondisi suatu keluarga yang tidak harmonis lagi sehingga harus mengalami perpecahan. Selain itu, *broken home* adalah keadaan keluarga yang retak atau tidak utuh lagi, artinya kondisi dimana hilangnya salah satu anggota keluarga yang disebabkan oleh beberapa hal sehingga membuat terhambatnya fungsi keluarga itu sendiri. Mahnunin & ridjal (2021) memaparkan bahwa penyebab dari keluarga *broken home* ada bermacam-macam, bisa disebabkan karena perceraian orangtua, ayah atau ibu atau keduanya meninggal dunia juga ayah atau ibu atau keduanya bekerja jauh diluar daerah. *Broken home* yang disebabkan karena perceraian orangtua biasanya terjadi karena hubungan komunikasi yang tidak terjalin dengan baik sehingga menyebabkan perselisihan, pertengkaran dan berujung pada perpisahan. Zain, Prastika & Sholihatin (Amalia & pahrul, 2019) mengatakan bahwa perceraian dalam keluarga manapun merupakan peralihan terbesar dan penyesuaian utama bagi anak-anak, mereka akan mengalami reaksi emosi dan perilaku karena kehilangan satu orang tua.

Seseorang yang mengalami *broken home* akibat perceraian orang tua akan mendapatkan dampak psikologis yang buruk pada kehidupannya. Hasil penelitian Loughlin (Hartanti, Santi & Vira, 2020) menunjukkan bahwa anak-anak atau remaja yang menghadapi perceraian orang tuanya biasanya akan mengalami gejala gangguan kesehatan mental jangka pendek, yaitu *stress*, cemas, dan depresi. Hal tersebut diperkuat oleh hasil penelitian Sabrina dan Kusuma (Wulandari & Fauziah, 2019) mengenai kondisi psikologis anak dalam keluarga yang bercerai menjelaskan bahwa dampak yang dirasakan oleh anak korban perceraian orang tuanya yaitu merasa tidak aman, adanya rasa penolakan dari keluarga, marah, sedih, kesepian, dan perasaan menyalahkan diri sendiri. Indari, Priasmoro & Fatma (2021) menyatakan bahwa seseorang yang menjadi korban *broken home* biasanya mengalami gangguan dalam perkembangan emosi, kepribadian dan kehidupan sosial. Misalnya pada

seseorang yang mengalami *broken home* akibat perceraian orangtua akan beresiko pada emosinya yang tidak stabil dan cenderung sensitif dan juga agresif dalam mencari perhatian dari orang di sekitarnya. Dengan kata lain, seseorang yang mengalami *broken home* akibat perceraian orang tua akan merasa sendiri seakan-akan tidak mempunyai sosok yang bisa membimbing, memberikan semangat kepada dirinya, perhatian, juga yang dapat dipercaya dalam situasi apapun, merasa diri tidak berdaya, menganggap dirinya tidak berharga dengan melakukan hal-hal yang cenderung merusak diri, mempunyai emosi yang tidak stabil dan menganggap dirinya berbeda dari kebanyakan orang.

Menyikapi kondisi tersebut hendaknya seseorang memiliki kemampuan untuk bertahan pada situasi yang sulit serta mampu melakukan penyesuaian antara diri dan keadaan sekitar atau yang dikenal dengan istilah *resiliensi*. Dalam pengertiannya *resiliensi* dipahami sebagai kemampuan untuk bersikap lentur atau ketahanan yang dimiliki seseorang, kelompok atau masyarakat yang memungkinkan untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi yang tidak menyenangkan, atau mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar. Desmita (Kurniawan, Edison & Arum, 2021).

Sarafino (Pragholapati & Munawaroh, 2020) menjelaskan bahwa ciri-ciri seseorang yang memiliki *resiliensi* meliputi (a) memiliki tempramen yang lebih tenang sehingga dapat menciptakan hubungan yang lebih baik dengan lingkungannya; (b) Individu yang memiliki kemampuan untuk dapat bangkit dari tekanan, *stress*, depresi. Seseorang yang mempunyai *resiliensi* pada dirinya akan mampu mencapai tujuannya dengan baik, tenang, berfikir dengan hati-hati dan fokus dalam menghadapi masalah, mampu beradaptasi dalam perubahan yang dihadapinya, mampu mengendalikan diri dan yakin dengan adanya tuhan. Azzahra (Putri & Rusli, 2020). Selain itu, diungkapkan oleh Grotberg (Mislimin, 2021) bahwa perilaku seseorang yang relatif stabil dengan respon-respon yang bermakna terhadap berbagai macam situasi dan

kondisi yang dihadapi, bergantung pada pengelolaan tiga aspek *resiliensi* yang terintegrasi yaitu *i have (external supports)*, *i am (inner strengths)*, dan *i can (interpersonal and problem solving skill)*.

Berdasarkan hasil observasi dengan remaja berinisial “W” (20 Tahun) yang merupakan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Buton, Peneliti melihat bahwa “W” begitu terpuruk dalam menghadapi keadaannya sekarang. Hal ini dilihat saat “W” bercerita mulutnya beberapa kali bergetar ketika mengatakan hidupnya serasa hancur dan kosong seolah-olah seperti tidak memiliki seseorang yang dapat menjadi tempat berpegang atau dengan kata lain seseorang yang menjadi *support system*. Saat “W” menyampaikan hal tersebut ia seperti menahan rasa sakit dan tidak kuat lagi. “W” juga menjelaskan keadaan dirinya yang sudah pasrah dan putus asa dalam menghadapi kehidupan sehari-harinya dengan raut wajah yang terlihat begitu sedih dengan mata yang berkaca-kaca berusaha menahan diri untuk tidak menangis.

Berdasarkan hasil wawancara dengan remaja berinisial “W” (20 tahun) yang merupakan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Buton, ia mengatakan bahwa berawal dari bapaknya yang masih sering selingkuh dan hal itu terjadi bukan hanya satu kali melainkan berkali-kali yang mengakibatkan orang tuanya harus bercerai sekitar satu tahun yang lalu. Hal tersebut seketika membuat kehidupan “W” berubah drastis. “W” mengatakan bahwa hidupnya terasa kosong, tidak memiliki arah dan tujuan yang jelas. Selain itu “W” juga mengungkapkan kalau ia merasa kehilangan sosok yang dapat dipercaya yang bisa diandalkan dalam situasi apapun, memberikan semangat, perhatian, serta dukungan pada dirinya. “W” berkata kalau ia merasa kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-harinya dan sempat merasa putus asa bahkan pernah mencoba untuk mengakhiri hidupnya. Selain itu juga “W” beberapa kali melakukan hal-hal yang cenderung merusak dirinya dengan merokok, minum-minuman keras, mengiris-iris tangannya sampai minum obat agar bisa tidur. Hal tersebut dilakukan “W” untuk menghilangkan *stressnya*. Di samping itu juga karena orang tuanya bercerai

membuat “W” harus bekerja untuk bisa membayar biaya kuliah sekaligus membantu mamanya untuk mencukupi kehidupannya dan adek-adeknya.

Permasalahan di atas merupakan gambaran bagaimana kondisi psikologis seseorang korban *broken home*. Hal ini tentunya dapat mengalami kesulitan dalam kehidupan sehari-harinya. Jika dibiarkan terus-menerus, maka akan menghambat keberlangsungan hidup bahkan dapat mengalami perasaan trauma berkepanjangan. Salah satu upaya penanganan yang dapat dilakukan ialah dengan memberikan layanan konseling individual dengan teknik *systematic desensitization* secara bertahap kepada korban. Milton. E Hahn (Mahdhi, 2020) menyatakan bahwa konseling individual adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seseorang yang *professional* (konselor) yang telah memperoleh latihan serta pengalaman untuk membantu agar klien dapat menyelesaikan kesulitannya. Dalam proses pemberian layanan klien menceritakan semua permasalahan atau kesulitan yang dialaminya kepada konselor, lalu konselor akan membangun *raport* bersama konselinya, agar dapat menciptakan hubungan yang hangat, akrab, dengan menerapkan prinsip dan teknik *systematic desensitization*. Erford (2017) mengatakan bahwa desensitisasi sistematis adalah sebuah prosedur dimana klien berulang kali mengingat, membayangkan, atau mengalami kejadian yang membangkitkan kecemasan dan setelah itu menggunakan teknik relaksasi untuk menekan kecemasan yang disebabkan oleh kejadian itu. Sehingga setiap permasalahan yang dialami konseli dapat terungkap sesuai dengan kondisi yang sebenarnya terjadi. Dengan begitu maka kesulitan atau permasalahan yang dialami klien dapat teratasi. Hal tersebut di perkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Afnibar, 2017 yang berjudul *Konseling Traumatik Untuk Korban Gempa dan Resiliensi Di Kalangan Masyarakat Minangkabau* yang berhasil meningkatkan *resilinsi* korban dengan salah satunya menggunakan teknik desensitisasi sistematis.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka permasalahan tersebut sangatlah penting untuk dilakukan penelitian yang lebih mendalam. Untuk itu, pada kesempatan kali ini penulis memutuskan untuk mengangkat judul

penelitian ”Konseling Individual Teknik *Systematic Desensitization* Untuk Meningkatkan *resiliensi* Korban *Broken home*, Studi Kasus Mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Buton”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran umum *resiliensi* pada mahasiswa yang menjadi korban *broken home*?
2. Apakah faktor penyebab terjadinya *resiliensi* yang rendah pada mahasiswa korban *broken home*?
3. Bagaimana bentuk penanganan dalam meningkatkan *resiliensi* mahasiswa korban *broken home*?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah, tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui gambaran umum *resiliensi* pada mahasiswa yang menjadi korban *broken home*.
2. Untuk mengetahui faktor penyebab *resiliensi* yang rendah pada mahasiswa korban *broken home*
3. Untuk mengetahui penanganan dalam meningkatkan *resiliensi* mahasiswa korban *broken home*.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi :

1. Manfaat Teoritik

Bagi peneliti tentunya dapat memperluas wawasan khususnya wawasan tentang peranan konseling individual untuk menyelesaikan problem *resiliensi*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Konselor

Dengan adanya penelitian ini dapat menambah referensi pengetahuan dan dapat dijadikan sebagai salah satu pedoman dalam menangani *resiliensi* korban *broken home*.

b. Bagi Peneliti Berikutnya

Melalui penelitian ini dapat membantu untuk meningkatkan kemampuan peneliti dalam bidang penelitian serta sebagai salah satu upaya untuk memperluas pengetahuan dalam ilmu bimbingan dan konseling.

BAB II

LANDASAN TEORITIK

A. *Resiliensi Korban Broken Home*

1. Pengertian *Resiliensi* Korban *Broken Home*

Menurut Maharani & Bernard (2018) *resiliensi* adalah proses dimana seseorang mampu meraih keberhasilan atau kesuksesan dengan cara beradaptasi meskipun berada dalam keadaan penuh tantangan yang beresiko tinggi dan dalam situasi yang menakutkan. Disisi lain Satria & Sari (2017) menyatakan bahwa *resiliensi* adalah kapasitas individu untuk menanggapi segala sesuatu secara sehat dan produktif ketika menghadapi kesulitan atau trauma, dimana hal itu penting untuk mengelola tekanan hidup sehari-hari dan seperangkat pikiran yang memungkinkan untuk mencari pengalaman baru dan memandang kehidupan sebagai sebuah kemajuan. *Resiliensi* menghasilkan dan mempertahankan sikap positif untuk di kembangkan, Individu mengambil makna dari kehidupan dan menggunakan pengetahuan dan pengalaman sebelumnya untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi kesulitan seperti bencana dengan cara yang tepat.

Hal ini dipertegas dengan pendapat Grotberg (Detta & Abdullah, 2017) bahwa *resiliensi* berperan sebagai kemampuan individu untuk menilai, mengatasi, dan meningkatkan diri ataupun mengubah dirinya dari keterpurukan atau kesengsaraan dalam hidup, karena setiap individu pasti mengalami kesulitan ataupun sebuah masalah dan tidak ada seseorang yang hidup di dunia tanpa suatu masalah ataupun kesulitan. *Resiliensi* merupakan sebuah kemampuan individu untuk bangkit dari penderitaan, dengan keadaan tersebut diharapkan mental akan menjadi lebih kuat dan memiliki sumber daya. Selain itu *resiliensi* juga merupakan sebuah kemampuan individu untuk mengatasi dengan baik perubahan hidup pada level yang tinggi, menjaga kesehatan dibawah kondisi penuh tekanan, bangkit dari keterpurukan, mengatasi kemalangan, merubah cara hidup

ketika cara yang lama dirasa tidak sesuai lagi dengan kondisi yang ada dan menghadapi permasalahan tanpa melakukan kekerasan.

Menurut Amalia & pahrul (2019) *Broken home* adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan keluarga yang tidak harmonis dan tidak berjalan layaknya keluarga yang rukun dan sejahtera akibat seringnya terjadi konflik yang menyebabkan perpisahan (perceraian). Selain itu, syamsu yusuf (Pratama, Syahnir & Karneli, 2016) mengemukakan *broken home* merupakan keadaan keluarga yang tidak stabil atau berantakan yang ditandai dengan perceraian orang tua, atau mereka yang mempunyai orang tua yang *single* (*single parent*).

Dengan itu, keluarga yang dikenal dengan istilah *broken home*, yakni keadaan keluarga yang retak atau tidak utuh lagi, dengan kata lain yaitu, kondisi dimana hilangnya salah satu anggota keluarga yang disebabkan karena perceraian orang tua. Hal tersebut sejalan dengan yang diungkapkan Wulandari & Fauziah (2019) bahwa perceraian berasal dari kata cerai yang artinya berpisah dan dikenal dengan istilah *broken home*.

Merujuk pada pengertian diatas maka *resiliensi* pada korban *broken home* dalam penelitian ini dipahami sebagai keahlian seorang individu untuk bangkit dan keluar dari keadaan yang sulit atau tertekan dan mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan, tuntutan, dan kekecewaan yang muncul dalam kehidupan keluarga yang tidak utuh lagi dalam hal ini disebabkan karena perceraian orang tua.

2. Aspek-aspek *Resiliensi Korban Broken Home*

Di dalam *resiliensi* ada beberapa aspek yang dapat menunjukkan bahwa individu tersebut *beresiliensi*. Aspek yang mempengaruhi *resiliensi* individu menurut Grotberg (Mislamin, 2021) antara lain:

a. *External Supports*.

Grotberg memberikan istilah "*I Have*" untuk aspek pertama. Aspek ini merupakan karakteristik *resiliensi* yang bersumber dari pemaknaan individu terhadap besarnya dukungan dan sumber daya yang diperoleh dari lingkungan sosial. *I Have* ini bersumber dari beberapa kategori

yang menyumbang pada proses pembentukan *resiliensi*, termasuk di dalamnya yaitu:

- 1) Memiliki orang yang dapat dipercaya, yang bisa diandalkan pada saat dan situasi apapun. Individu yang mempunyai orang yang dapat dipercaya, akan secara otomatis meningkat pula kemampuan resiliensinya.
- 2) Memiliki orang yang selalu memberi semangat agar mandiri.
- 3) Bisa mengakses layanan, misalnya layanan pendidikan, kesehatan, atau layanan lainnya.
- 4) Mengetahui pedoman dan aturan dalam berperilaku,
- 5) Memiliki sosok yang layak jadi contoh (*role models*)
- 6) Dapat berhubungan secara baik dengan keluarga dan komunitas.

“*I Have*” yang artinya dalam bahasa Indonesia “saya membutuhkan”.

Korban keluarga *broken home* identik dengan membutuhkan sosok figur yang dapat memberikan dukungan, semangat juga perhatian kepada seseorang yang mengalami *broken home* sehingga dapat membantu meningkatkan *resiliensi* yang rendah.

b. Inner Strengths.

Grotberg menggunakan istilah “*I Am*” untuk aspek kedua, yang merupakan sumber *resiliensi* yang berasal dari kualitas pribadi, seperti keyakinan, perasaan, dan tingkah laku. Dalam korban *broken home* cara pandang terhadap dirinya menjadi berubah. Seseorang cenderung merasa dirinya tidak berarti, rendah diri dan pesimis. Hal itu terjadi karena kondisi keluarga yang sudah tidak utuh lagi sehingga menyebabkan *resiliensi* menurun.

Menurut Grotberg seseorang dengan *resiliensi* yang baik akan memiliki cara pandang yang baik terhadap dirinya, seperti:

- 1) Adanya perasaan bahwa dirinya memiliki kesamaan dengan kebanyakan orang yang bisa menyukai dan mencintai.
- 2) Ada perasaan bangga dan berharga dalam dirinya, yaitu individu sadar bahwa dirinya sosok individu yang penting dan berharga

dengan apa yang telah dilakukan atau dicapainya, serta tidak akan membiarkan siapapun meremehkan dirinya. Ketika individu sedang menghadapi masalah, keyakinan diri ini akan sangat membantu individu untuk bisa kuat dalam menghadapi dan mengatasi masalah.

- 3) Individu juga dapat menghargai orang lain.
- 4) Empati dan peduli pada keadaan orang lain, serta dapat mengekspresikannya dalam bentuk perilaku yang beragam. Empati bisa dilakukan dengan ikut merasakan bagaimana ketidaknyamanan yang dialami orang lain dan ingin melakukan sesuatu yang dapat menghentikannya.
- 5) Memiliki kepercayaan diri, optimis. Mandiri, bertanggung jawab, dan konsekuen atas perilakunya. Individu memiliki kebebasan untuk melakukan berbagai hal sesuai dengan keinginannya dan siap menerima konsekuensi atas perbuatannya.

c. *Interpersonal and Problem-Solving Skills.*

Aspek ini oleh Grotberg disebut juga dengan istilah "*I Can*" yang merupakan keterampilan-keterampilan sosial dan interpersonal yang dimiliki individu. Seseorang yang mengalami *broken home* akan kesulitan dalam menggambarkan perasaannya dengan jelas, tidak peduli atau masa bodoh terhadap orang lain serta mudah tersinggung. Berdasarkan aspek menurut Grotberg dengan *resiliensi* yang baik yaitu:

- 1) Mampu mengekspresikan pikiran dan perasaannya kepada orang lain dengan baik (*asertif*), serta bisa mendengarkan perkataan orang lain.
- 2) Dapat mengukur tingkat temperamen diri sendiri, sehingga mengerti bagaimana harus bertindak, mengambil resiko atau diam, dan berhati-hati serta dapat pula melihat dan merasakan temperamen orang lain. Kemampuan ini akan sangat dibutuhkan saat individu berkomunikasi dengan orang lain.

3. Faktor yang Mempengaruhi *Resiliensi* Korban *Broken Home*

Menurut Resnick, Gwyther & Roberto (Kurniawan, Edison & Arum, 2021) dalam pembentukan *resiliensi* terdapat empat faktor yang mempengaruhi antara lain:

a. *Self-Esteem*

Seseorang yang memiliki *self-esteem* atau kepercayaan diri yang baik, dapat membantu untuk dapat bangkit dalam menghadapi kesengsaraan atau keterpurukan dalam keluarga yang *broken home*

b. Dukungan Sosial (*Social Support*)

Resiliensi pada korban *broken home* berhubungan dengan dukungan sosial dimana dalam menghadapi kesulitan atau kesengsaraan dibutuhkan dukungan atau *support* dari lingkungan sekitarnya untuk dapat meningkatkan *resiliensi* pada korban dalam menyelesaikan masalah sehingga dapat bangkit dari keterpurukan yang dialami.

c. Spiritualitas

Faktor lain yang dapat mempengaruhi bahkan meningkatkan *resiliensi* korban *broken home* yaitu spiritualitas. Pada faktor ini, manusia cenderung memandang dan mempercayai bahwa ketika seseorang mengalami kesulitan, ia akan selalu di tolong oleh tuhan sehingga seseorang merasa mampu untuk menyelesaikan segala kesulitan dan tekanan yang datang dalam keluarga yang telah berpisah.

d. Emosi Positif

Faktor penting lainnya yang dapat dipengaruhi pembentukan *resiliensi* pada korban *broken home* yaitu emosi positif. Seseorang yang sedang menghadapi situasi sulit atau kritis sangat membutuhkan emosi positif karena dengan memiliki emosi positif seseorang dapat mengurangi tekanan atau stress secara lebih efektif. Selain itu, dengan adanya rasa syukur yang baik, seseorang mampu mengendalikan emosi negatif dan dapat meningkatkan emosi positif dalam menghadapi segala kesulitan akan permasalahan yang ada dalam keluarga.

4. Ciri-ciri *Resiliensi Korban Broken Home*

Menurut Sarafino (Pragholapati& Munawaroh, 2020), ciri-ciri pada seseorang yang memiliki *resiliensi* meliputi:

- a. memiliki tempramen yang lebih tenang sehingga dapat menciptakan hubungan yang lebih baik dengan keluarga dan lingkungannya
- b. individu yang memiliki kemampuan untuk dapat bangkit dari tekanan, stress dan depresi.

Diungkapkan oleh Azzahra (Putri& Rusli, 2020), bahwa seseorang yang mempunyai *resiliensi* pada dirinya yaitu:

- a. Mampu mencapai tujuannya dengan baik, tenang, berfikir dengan hati-hati dan fokus dalam menghadapi masalah.
- b. Mampu beradaptasi dalam perubahan yang dihadapinya.
- c. Mampu mengendalikan diri dan yakin dengan adanya tuhan.

B. *Konseling individual dengan Teknik Systematic Desensitization*

1. *Konseling Individual*

- a. Pengertian Konseling Individual

Cavanagh dan levitov (1982:1-2) mendefinisikan konseling sebagai suatu hubungan antara pemberi bantuan yang terlatih dengan seseorang yang mencari bantuan, dimana keterampilan pemberi bantuan dan suasana yang di buatnya membantu orang lain belajar untuk berhubungan dengan dirinya sendiri dan orang lain dalam cara-cara yang lebih produktif (Lianawati, 2018). Senada dengan pernyataan tersebut (Husni, 2017) menyatakan bahwa konseling individual adalah pertemuan konselor dengan konseli secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport* dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi konseli serta konseli dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya. Konseling individual merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang dilakukan dalam suatu hubungan tatap muka antara dua orang individu yakni konselor dan konseli.

Menurut Prayitno (Putra, 2019) Konseling individual ialah layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah. Konseling individual merupakan salah satu kegiatan yang dapat menjawab kebutuhan individu bagi peningkatan efektifitas kehidupan sehari-hari (Rasdiany & Karneli, 2021).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka dapat ditarik satu kesimpulan bahwa konseling individual yaitu proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang tenaga ahli yaitu konselor kepada konseli secara langsung dan tatap muka untuk membantu, memfasilitasi dan mengarahkan konseli dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi.

b. Tujuan Konseling Individual

Prayitno (Wulandari, 2018) menjelaskan dalam bukunya berjudul Layanan Konseling Perorangan bahwa terdapat 2 tujuan konseling individual diantaranya:

1) Tujuan Umum

Tujuan umum dari layanan konseling individual ialah pengentasan atau penyelesaian masalah peserta didik. Dengan demikian, fungsi pengentasan masalah sangat penting dalam layanan ini.

2) Tujuan khusus layanan konseling individual ialah:

- a) Konseli dapat memahami seluk beluk permasalahan yang dialaminya secara mendalam dan komprehensif, serta positif dan dinamis.
- b) Dikembangkannya persepsi dan sikap serta keinginan demi terselesaikannya secara spesifik masalah yang sedang dialami konseli.
- c) Pengembangan dan pemeliharaan potensi konseli dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang

pemahaman dan penegentasan masalah peserta didik dapat tercapai.

- d) Mencegah menjalarnya masalah yang sekarang sedang dialami oleh konseli dan diharapkan masalah-masalah baru yang mungkin timbul dapat dicegah.
- e) Menangani permasalahan yang bersifat advokasi

c. Tahap Pelaksanaan Konseling Individual

Sofyan S.Willis (Husni, 2017) memberikan penjelasan terkait tahap pelaksanaan layanan konseling individual, yang mencakup:

1) Tahap awal konseling

Tahap ini disebut sebagai tahapan untuk mendefinisikan masalah konseli. Hal ini dikarenakan pada tahap ini konselor maupun konseli dapat mendefinisikan masalah yang dialami konseli yang diperoleh dari isu atau pesan konseli dalam dialog konseling. Dalam tahap ini juga dilaksanakan beberapa teknik yaitu:

a) Attending

Teknik ini menjelaskan bahwa perilaku attending yang baik adalah ketika terjadi perpaduan antara mata, bahasa tubuh, bahasa konseli sehingga dapat memudahkan konselor untuk membuat konseli terlibat pembicaraan dan terbuka.

b) Empati

Empati ialah kemampuan yang dimiliki konselor untuk merasakan perasaan yang dirasakan oleh konselinya.

c) Refleksi perasaan

Refleksi perasaan yang dimaksud adalah keterampilan yang dimiliki konselor dalam merefleksikan perasaan konseli yang dijadikan sebagai hasil pengamatan verbal dan non-verbal konseli.

d) Eksplorasi

Eksplorasi dalam hal ini memiliki arti bahwa konselor memiliki keahlian untuk dalam menggali perasaan, pengalaman, dan pikiran konseli.

e) *Pharaphrasing*

Pharaphrasing yang dimaksud adalah mengatakan kembali pesan utama konseli dengan menggunakan kalimat yang lebih sederhana dan mudah untuk dipahami. Contohnya yaitu dengan menggunakan pertanyaan terbuka yang diawali dengan kata: apakah, bagaimana, bolehkah, dan dapatkah, yang kemudian digunakan untuk mengidentifikasi masalah bersama konseli. Untuk mengidentifikasi masalah konseli maka konselor harus membantu konselinya dalam mengartikan hasil pembicaraan terkait permasalahan konseli. Setelah tahap di atas dilakukan, maka tahap selanjutnya ialah memberikan dorongan minimal. Dorongan nominal ialah suatu dorongan langsung yang singkat terkait apa yang telah dikatakan konseli serta memberi dorongan yang singkat.

2) Tahap pertengahan konseling

Tahap ini disebut juga sebagai tahap kerja. Tahap ini bertujuan untuk mengolah dan mengerjakan permasalahan konseli (bersama konseli) yang tentunya telah diterjemahkan bersama sebelumnya di tahap awal. Pada tahap ini, teknik-teknik konseling yang dibutuhkan ialah:

- a) Menyimpulkan sementara, memimpin, memfokuskan, dan konfrontasi. Teknik tersebut digunakan konselor untuk menunjukkan adanya kesenjangan, diskrepansi, atau inkorugensi dalam diri konseli, lalu kemudian konselor memebrikan umpan balik.

b) Menjernihkan, memudahkan, mengarahkan, dorongan minimal, diam, mengambil inisiatif, memberi informasi dan menafsirkan.

3) Tahap akhir konseling

Tahap ini merupakan tahap tindakan *action*. Tahap ini dilakukan dengan tujuan klien mampu menciptakan tindakan positif seperti perilaku dan emosi, serta mampu merencanakan hidup dimasa depan yang positif setelah dapat mengatasi masalah. Diharapkan kedepannya konseli mampu bersikap mandiri, kreatif, dan produktif. Teknik konseling yang diperlukan pada tahap ini yaitu mencakup sebagian yang ada pada tahap awal dan pertengahan. Dan secara khusus dapat disimpulkan sebagai berikut yakni menyimpulkan, merencanakan, menilai, dan mengakhiri konseling.

2. Teknik *Systematic Desensitization*

a. Pengertian Teknik *Systematic Desensitization*

Menurut Sulaiman Zein (Purnomo, 2021) desensitisasi sistematis merupakan teknik konseling behaviorial yang memfokuskan bantuan untuk menenangkan klien dari ketegangan yang dialami dengan cara mengajarkan klien untuk rileks. Diungkapkan oleh Corey (Aye, Wijono & Hunga, 2022) Teknik desensitisasi sistematis adalah sebuah cara yang efektif untuk menangani situasi penghasil kecemasan, yang mencakup situasi *interpersonal*, ketakutan-ketakutan yang digeneralisasi, dan kecemasan neurotik.

Teknik desensitisasi sistematis (*systematic desensitization*) yaitu mereduksi perilaku cemas dan takut yang terkondisikan dengan melakukan aktivitas yang berlawanan dengan respon ketakutan secara bertahap, sedikit demi sedikit dalam suasana rileks sehingga lambat laun konseli dapat merespon faktor-faktor penyebab ketakutan secara wajar (Sugiantoro, 2018).

Menurut Giri (2020) desensitisasi sistematis adalah teknik relaksi yang digunakan untuk menghapus perilaku yang diperkuat secara biasanya berupa kecemasan atau ketakutan dan ia menyertakan respon yang berlawanan dengan perilaku yang akan dihilangkan. Dengan pengkondisian klasik, respon-respon yang tidak dikehendaki dapat dihilangkan secara bertahap. Cara yang digunakan dalam keadaan santai stimulus yang menimbulkan kecemasan atau ketakutan dipasangkan dengan stimulus yang menimbulkan keadaan santai. Dipasang secara berulang-ulang sehingga stimulus yang semula menimbulkan kecemasan atau ketakutan hilang secara berangsur-angsur.

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa *systematic desensitization* ialah suatu teknik untuk mengurangi respon emosional yang menakutkan, mencemaskan atau tidak menyenangkan melalui aktivitas-aktivitas yang bertentangan dengan respon yang menakutkan itu dengan melibatkan teknik-teknik relaksasi.

b. Tujuan Teknik *Systematic Desensitization*

Menurut Nelson, Richard & Jones (Aye, Wijono & Hunga, 2022) teknik desensitisasi sistematis bertujuan untuk membantu konseli mengendalikan dan mengurangi pengalaman negatif dan menggantikannya dengan perasaan yang lebih positif agar konseli dapat bertindak dan berkomunikasi secara efektif. Tujuan teknik desensitisasi untuk mengurangi kecemasan pada situasi tertentu, artinya teknik desensitisasi sistematis diterapkan untuk mengatasi kecemasan yang dialami oleh individu dengan mengurangi tingkat kecemasan yang ditimbulkan oleh individu sendiri dalam situasi atau obyek yang sebenarnya tidak menakutkan.

c. Tahap Pelaksanaan Teknik *Systematic Desensitization*

Menurut Erford, 2017 Proses desensitisasi sistematis memiliki tiga komponen umum yaitu:

1) Melakukan Relaksasi

Tahap pertama yaitu klien diajari sebuah teknik relaksasi pernapasan dada yaitu dengan mengambil napas dalam-dalam kemudian melalui hidung kemudian dihembuskan secara perlahan-lahan melalui mulut.

2) Menyusun Skala Hierarki Kesulitan

Tahap kedua yaitu sebuah skala hierarki kesulitan dibuat. Setelah hubungan konseling terbentuk diantara klien dan konselor, langkah yang perlu dilakukan dalam desensitisasi sistematis adalah menemukan perilaku untuk memfokuskan intervensinya. Untuk melakukan hal itu konselor profesional perlu mengumpulkan riwayat lengkap klien. Dengan menanyai klien secara ekstensif, konselor dapat menganalisis masalah klien dan mengaitkannya dengan kejadian-kejadian lain yang terjadi dalam kehidupan klien. Disamping mempelajari informasi umum tentang klien, konselor juga mempelajari situasi dan keadaan mana yang membangkitkan kesulitan klien.

Kemudian konselor profesional bekerja bersama klien untuk menemukan faktor-faktor apapun yang berkaitan dengan kesulitan klien. Penting bagi klien untuk menjelaskan secara detail tentang situasi-situasi yang membangkitkan kesulitan. Agar desensitisasi sistematis benar-benar efektif, konselor harus mengetahui semua situasi yang menyebabkan klien mengalami kesulitan. Selanjutnya, konselor profesional membantu klien dalam mengonstruksikan sebuah hierarki kesulitan. Hierarki yang dibuat lalu disusun tersebut harus benar-benar sesuai dengan yang dialami dan dirasakan klien. Setelah berhasil disusun, Konselor kemudian meninjau daftar itu dan mengelompokkan *item-item* yang berkaitan

dengan kesulitan-kesulitan tertentu. Klien melihat daftar yang terbagi-bagi itu dan memperingkat *item-item* tertentu dengan menggunakan *subjective units of distress scale* (SUDS). Hierarki itu kemudian disusun dengan meletakkan situasi-situasi yang paling banyak menyebabkan rasa sulit di bagian bawah daftar dan situasi-situasi yang paling sedikit menyebabkan rasa sulit di bagian atas daftar, secara berurutan.

3) Desensitisasi sistematis

Tahap ketiga yaitu menyajikan stimuli yang membangkitkan kesulitan selama relaksasi. Konselor profesional selanjutnya perlu membuat rencana untuk menyodorkan berbagai skenario dari hierarki kepada klien. Biasanya, progresi dan skenario yang lebih tertutup ke yang lebih terbuka berjalan lambat dan mulai dari intensitas lebih rendah ke lebih tinggi atau ke situasi-situasi yang lebih realistis.

Ketika klien dan konselor siap untuk memulai proses desensitisasi, klien perlu mencapai keadaan relaksasi mendalam yang telah dipelajari sebelumnya. Mata klien seharusnya dipejamkan. Konselor mulai dengan menginstruksikan sebuah cerita yang tidak ada dalam hierarki klien. Jika klien dapat membayangkan bagian ini tanpa mengalami kesulitan, konselor meminta klien untuk membayangkan situasi yang ada di bagian bawah dalam hierarki. Setelah beberapa detik sampai dengan setengah menit, konselor meminta klien untuk membayangkan situasi urutan berikutnya pada hierarki. Ketika klien mengalami kesulitan, ia berhenti membayangkan dan kembali ke keadaan relaksasi mendalam. Setelah klien rileks, konselor profesional dapat meneruskan penyajian dari hierarki. Di bagian-bagian yang mana klien tidak mengalami reaksi tidak menyenangkan dikeluarkan dari hierarki. Jika klien mengalami kesulitan signifikan pada situasi terlemah, situasi itu harus diganti dengan yang lebih

lemah lagi. Jika sebuah stimulus yang terlalu kuat disodorkan, kesulitannya mungkin tidak tertahankan oleh klien konselor juga salah jika menyodorkan stimulus yang lemah karena tidak ada kesulitan yang diakibatkannya. Sesi-sesi selanjutnya seharusnya dilaksanakan dengan cara serupa. Jika seorang klien dapat membayangkan situasi di puncak hierarki dan tetap dalam keadaan rileks, penangannya dianggap selesai. Langkah terakhir adalah konselor dan klien mengembangkan rencana tindak-lanjut. Rencana ini seharusnya melibatkan meminta klien mempraktikkan tekniknya di rumah setelah sesinya berakhir. hal itu diperlukan untuk memastikan keberhasilan penanganan.

C. Kerangka Berpikir

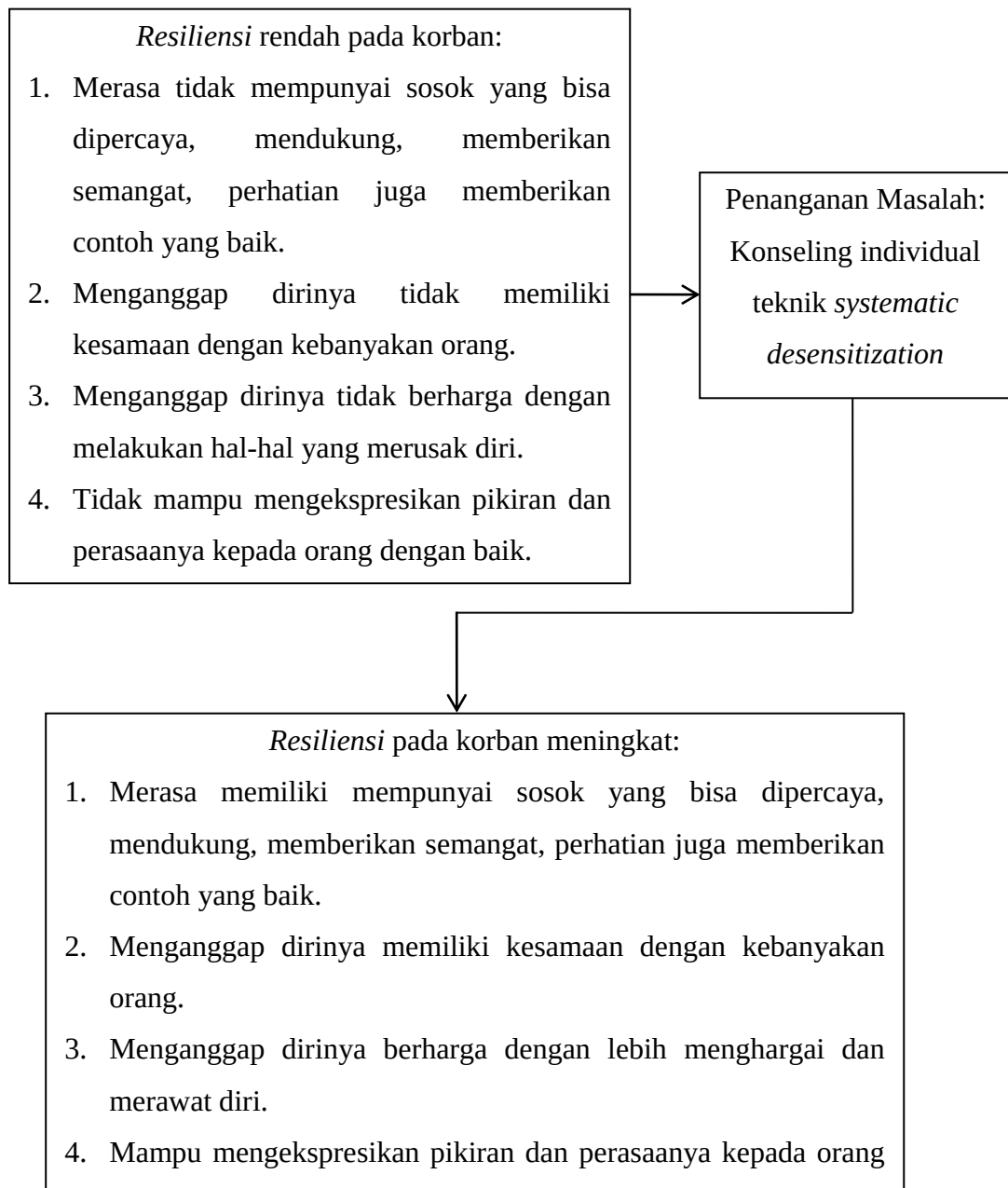
Broken home adalah kondisi keluarga yang sudah tidak utuh lagi. *Broken home* biasanya terjadi karena sudah tidak adanya kecocokan dan keharmonisan dalam rumah tangga sehingga harus mengalami perpecahan. Salah satu penyebab terjadinya *broken home* adalah perceraian orangtua. Hal tersebut memberikan dampak psikologis pada anak, mereka akan cenderung memiliki emosi yang tidak stabil, tidak mempunyai *support system*, merasa diri tidak mampu dan tidak berharga bahkan dapat melakukan hal-hal yang melukai dirinya.

Sehingga dari kondisi tersebut hendaknya seseorang memiliki kemampuan untuk bertahan pada situasi yang sulit serta mampu melakukan penyesuaian antara diri dan keadaan sekitar atau biasa dikenal dengan istilah *resiliensi*. Dalam penjelasannya *resiliensi* diartikan sebagai kemampuan dimana seseorang mampu untuk bangkit dari situasi yang menekan, kemudian mampu beradaptasi pada situasi yang baru.

Permasalahan dalam penelitian ini dialami oleh seorang perempuan berinisial “W” berusia (20 tahun) yang mengalami *broken home* akibat perceraian orang tuanya. Sehingga menyebabkan “W” mengalami kehidupan yang sulit. “W” merasa terpukul dan tidak tau harus berbuat apa. “W” merasa seperti kosong dan tidak memiliki arah tujuan hidup yang jelas, bahkan

beberapa kali “W” merasa putus asa dan mencoba untuk mengakhiri hidupnya karena ketidaksanggupannya dalam menjalani kehidupannya sehari-hari dengan kondisi *broken home*. Selain itu juga “W” mengatakan bahwa ia pernah melakukan hal-hal yang merusak dirinya dengan merokok, minum-minuman keras bahkan mengiris-iris tangannya untuk menghilangkan rasa *stress*nya. “W” menyampaikan kalau sering timbul rasa tidak sanggup, menganggap diri tidak berharga juga sering muncul rasa cemburu pada orang-orang disekitarnya yang memiliki keluarga harmonis. “W” menganggap bahwa ia tidak disayang lagi oleh orang tuanya, merasa kehilangan sosok panutan yang dapat menjadi contoh, pembimbing yang bisa mengarahkan, memberikan semangat, serta dukungan pada dirinya. Hal itu terlihat jelas pada dirinya yang tidak berdaya saat bercerita. “W” berusaha tegar pada saat bercerita hal itu terlihat dari raut wajahnya yang berusaha menahan tangis dengan mata yang berkaca-kaca.

Berdasarkan reaksi yang ditimbulkan oleh korban maka dapat dilihat bahwa seseorang yang memiliki *resiliensi* rendah akibat *broken home* dapat mengalami kesulitan dalam kehidupan sehari-harinya. Jika hal ini dibiarkan terus-menerus, maka akan menghambat keberlangsungan hidup bahkan dapat mengalami perasaan trauma berkepanjangan. Maka diperlukan penanganan untuk mengatasi permasalahan ini. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dalam bagan kerangka berpikir dibawah ini.



Gambar 2.1 Bagan Kerangka Berpikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian dan Desain Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan dalam penelitian ialah pendekatan kualitatif. Ary dkk (Punaji setyosari, 2016) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif menunjukkan bahwa individu dan dunianya saling berinteraksi, hingga diantaranya tidak saling meniadakan, atau dengan maksud lain bahwa individu bergantung pada lingkungan sosialnya. Penelitian kualitatif melihat realita sosial sebagai suatu hal yang unik dan peneliti hanya bisa memahami perilaku individu dengan memfokuskan perhatiannya pada arti tentang peristiwa atau objek yang diteliti. Dalam penelitian kualitatif, peneliti tidak hanya mendeskripsikan data, tetapi harus menafsirkan dan mengkaji secara mendalam pada tiap-tiap kasus dan mengikuti perkembangan kasus yang diteliti.

Dalam penelitian ini, peneliti berusaha mengkaji dan memaknai peristiwa yang terjadi guna untuk mencari faktor penyebab, dampak, serta upaya untuk menangani seorang mahasiswa korban keluarga *broken home*.

2. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif yaitu berupa kata-kata tertulis atau lisan dari objek yang diamati, sedangkan desain penelitiannya adalah studi kasus. Metode deskriptif yaitu berusaha meneliti subjek kasus secara mendalam dan komprehensif dengan menggunakan berbagai bentuk pengumpulan data dan pendekatan konseling untuk menggali faktor-faktor yang menyebabkan mahasiswa mengalami *resiliensi* yang rendah.

B. Sumber Data

1. Primer

Data primer adalah data yang diperoleh peneliti secara langsung dari subyek utama penelitian yaitu perempuan berinisial “W” yang merupakan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Buton yang memiliki *resiliensi* rendah. Hal ini ditunjukkan dengan adanya rasa cemas, takut dan khawatir

pada saat bercerita, merasa tidak mempunyai *support system*, merasa diri tidak berarti juga mempunyai emosi yang tidak stabil. Untuk memperoleh data primer tersebut dilakukan observasi dan wawancara.

2. Sekunder

Data sekunder adalah data pendukung yang didapat dari data primer. Adapun untuk mendukung keterangan yang diberikan oleh subyek utama, peneliti mencari data sekunder atau informan pendukung yang diperoleh dari adik, pacar dan sahabat/teman akrab korban.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat dalam penelitian ini berada di kelurahan Tanganapada, kecamatan Murhum, Kota Baubau yang dilakukan pada tanggal 30 Januari sampai 10 Maret 2023.

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Observasi merupakan sebuah pengamatan yang dilakukan konselor untuk mengamati perilaku konseli diwaktu tertentu. Johnson & Christensen menerangkan bahwa observasi adalah proses yang dilakukan oleh peneliti dalam *setting* alamiah dengan tujuan mengeksplorasi atau menggali suatu makna. Selama proses observasi, peneliti perlu membuat *field notes* selama dan sesudah proses observasi berkenaan dengan peristiwa atau fenomena penting yang ada dalam konteks penelitian dan subyek penelitian (Gumilang, 2016).

Untuk jenisnya observasi memiliki dua jenis, yaitu observasi langsung dan tidak langsung. Untuk penelitian ini peneliti menggunakan observasi langsung. Hasil observasi yang dilakukan, korban menunjukkan perilaku yang memiliki *resiliensi* rendah seperti, emosinya yang tidak stabil sehingga korban mudah mengalami *stress*, sering menangis, merasa tidak mampu dan tidak berdaya dengan menceritakan kepada teman-teman terdekatnya atau dengan kata lain mencari dukungan pada orang-orang disekitarnya, selain itu juga pada saat cerita muncul perasaan takut, cemas, dan khawatir pada korban, melakukan hal-hal yang cenderung merusak

dirinya seperti merokok, minum-minuman keras, mengiris tangan dan minum obat.

2. Wawancara

Wawancara merupakan suatu metode yang digunakan peneliti untuk mendapatkan jawaban dari responden (konseli) dengan cara sepihak, dalam hal ini responden (konseli) tidak dapat diberikan kesempatan untuk bertanya. Tohirin menyatakan wawancara yang digunakan dalam penelitian kualitatif adalah wawancara mendalam (*indepth interview*), biasanya dilakukan secara tidak berstruktur. Data yang dikumpulkan melalui wawancara, umumnya adalah data verbal yang diperoleh melalui percakapan atau tanya jawab (Gumilang, 2016).

Tujuan dari dilakukannya metode wawancara mendalam mempunyai tujuan yakni untuk memperoleh informasi yang mendalam terkait makna dari subyektif, pemikiran, perasaan, sikap, perilaku, persepsi, keyakinan, motivasi, dan lain-lain. Data yang dikumpulkan dalam metode wawancara umumnya ialah data verbal yang diperoleh dari pertanyaan tanya jawab, oleh karena itu menulis hasil wawancara memiliki banyak kelemahan dan akan sangat sulit menulis sambil melakukan wawancara serta sulit dibedakan mana data deskriptif dan mana data hasil tafsiran, maka selama melakukan wawancara, sebaiknya menggunakan instrument pembantu alat perekam (*tape recorder*) (Gumilang, 2016).

Pada penelitian ini, peneliti melakukan wawancara yang secara langsung ditujukan pada seorang mahasiswa korban *broken home* yang mempunyai *resiliensi* rendah. Adapun hal-hal yang dilakukan dalam wawancara yaitu berkaitan dengan *resiliensi*. Dimana hal yang dialami oleh peneliti selama melakukan penelitian berdasarkan hasil observasi yaitu *external supports*, *inner strengths* dan *interpersonal and problem solving skill*. *External supports* atau dukungan dari luar sangat mempengaruhi korban yang memiliki *resiliensi* rendah, Pada korban yang memiliki *resiliensi* rendah cenderung membutuhkan sosok figur yang dapat memberikan perhatian, dukungan, semangat, dapat dipercaya serta

mampu memberikan contoh yang baik kepada korban atau dengan kata lain secara *external* ia mendapatkan *support* secara emosional dari orang-orang terdekatnya. Sehingga dapat membantu meningkatkan *resiliensi* yang rendah. Di samping itu, *Inner strengths* atau kekuatan diri adalah salah satu penunjang agar seseorang dapat bertahan dalam keadaan yang sulit serta mampu bangkit dari keterpurukan. Pada korban *resiliensi* rendah cara pandang terhadap dirinya menjadi berubah. Ia cenderung merasa dirinya tidak berharga, pesimis, tidak berdaya bahkan dapat melakukan hal-hal yang merusak diri. Dan *interpersonal and problem solving skill*, pada seseorang yang mengalami *resiliensi* rendah kesulitan dalam menggambarkan perasaannya dengan jelas sehingga sering muncul rasa tidak enakkan terhadap orang lain, emosi menjadi tidak stabil, mudah tersinggung atau dengan kata lain menjadi sensitif serta kesulitan dalam menyikapi dan menyelesaikan setiap permasalahan yang datang.

Tujuan dari wawancara langsung yang akan dilakukan yaitu untuk memperkuat data-data, informasi yang didapat oleh peneliti sehingga mendapatkan data yang lebih *real*.

E. Keabsahan Data

Keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan triangulasi sumber dan teknik yaitu :

1. Triangulasi sumber

Triangulasi sumber adalah menggali kebenaran informasi tertentu dengan menggunakan berbagai sumber. Dalam penelitian ini yang menjadi sumber untuk memperkuat informasi yang telah diperoleh yaitu adik, pacar, teman akrab/sahabat korban.

2. Triangulasi teknik

Triangulasi teknik adalah menggali kebenaran informasi tertentu dengan menggunakan berbagai teknik atau dapat dilakukan dengan pengecekan data kepada sumber yang sama, namun dengan teknik yang berbeda, seperti dalam penelitian ini pengecekan data melalui observasi, wawancara dan teknik *systematic desensitization*.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu. Menurut Miles dan Huberman (Sugiyono, 2016) aktivitas dalam analisis data, yaitu *data reduction* (reduksi data), *data display* (penyajian data), dan *conclusion drawing* (penarikan kesimpulan). Adapun penjabaran dari aktivitas analisis data akan diuraikan sebagai berikut:

1. Reduksi Data

Mereduksi data pada penelitian ini berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, mencari tema dan pola yang muncul, serta membuang data yang tidak diperlukan. Reduksi data dilakukan secara terus menerus selama penelitian berlangsung. Sebelum mendeskripsikan hasil, data yang ada pada catatan lapangan direduksi terlebih dahulu.

Data yang memiliki hubungan dengan indikator kemampuan berpikir kritis matematis dikumpulkan dan data-data yang tidak memiliki hubungan dengan indikator kemampuan berpikir kritis matematis dibuang. Dengan demikian, data yang telah direduksi menghasilkan gambaran yang lebih jelas dan memudahkan penelitian dalam melakukan pengumpulan suatu data selanjutnya.

2. Penyajian Data

Menurut Miles dan Huberman (Sugiyono, 2016) penyajian data adalah sekumpulan informasi tersusun yang memberikan kemungkinan untuk menarik kesimpulan dan pengambilan tindakan. Penyajian data dilakukan dengan menuliskan semua informasi yang telah dipilih melalui reduksi data dan bentuk penyajian teksnya berupa teks naratif.

Tujuannya adalah untuk memudahkan penulis dalam mendeskripsikan percakapan kritis matematis yang muncul pada subjek penelitian dan juga dalam merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami. Penyajian data dalam bentuk teks naratif dan juga dialog percakapan berguna untuk memperjelas fenomena yang terjadi selama

pengamatan berlangsung. Dari penyajian data tersebut. Dihasilkan suatu informasi yang telah terorganisir yang dapat memudahkan peneliti dalam menarik kesimpulan dan untuk menentukan suatu tindakan.

3. Penarikan Kesimpulan

Kegiatan akhir dari analisis data ialah menarik sebuah kesimpulan. Penarikan kesimpulan adalah usaha untuk mencari atau memahami makna, keteraturan, pola-pola penjelasan, dan juga alur sebab akibat. Penarikan kesimpulan yang dilakukan pada penelitian ini ialah menemukan makna terkait percakapan kritis matematis seseorang dari data yang telah disajikan. Hasil penarikan kesimpulan dijelaskan dan dimaknai dalam bentuk kata-kata untuk mendeskripsikan fakta yang muncul di lapangan dan untuk menjawab pertanyaan penelitian yang kemudian diambil intisarinya.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti selama proses penelitian, kondisi *broken home* telah membuat klien memiliki *resiliensi* yang rendah. Hal tersebut tentunya akan mengalami kesulitan dalam kehidupan sehari-harinya bahkan dapat menimbulkan perasaan trauma berkepanjangan, ketakutan, stress, emosi yang tidak stabil, tidak memiliki arah serta tujuan hidup, menjadi sosok yang tidak berdaya dan cenderung melakukan sesuatu yang merusak diri. Hal tersebut dikarenakan kurangnya *external supports*, *inner strengths* dan *interpersonal and problem solving skill* pada seseorang. Berikut hasil reduksi data dari subyek penelitian yang memiliki *resiliensi* rendah.

Saat salah satu orang tua klien selingkuh dan akhirnya memutuskan untuk bercerai dengan melepas tanggung jawab sebagai orang tua membuat klien shock, merasa tidak siap, tidak tahu harus berbuat apa, merasa diri terabaikan serta tidak memiliki kekuatan atau merasa diri tidak berdaya. Hal tersebut disebabkan karena kurangnya *resiliensi* yang dimiliki klien. Seperti yang dijelaskan dalam wawancara bersama klien pada pertemuan kedua bahwa:

“Tapi tiba-tiba kayak mereka memutuskan untuk lepas tangan duanya toh kayak ih saya ini saya mau bagaimana saya yang pimpin semuanya dan saya sa masih rasa kayak ih saya masih kecil saya belum jadi sedewasa itu.”(A.ES, Baris58-62) O1,W2.

Sehingga dengan orang tuanya yang menyerah dan memilih untuk berpisah membuat klien kesulitan dalam menerima keadaan *broken home* tersebut. Klien cenderung merasa bahwa hidupnya tidak adil, menyalahkan keadaan dan emosi yang tidak stabil. Hal tersebut diungkapkan klien dalam pertemuan pertama bahwa:

“Saya merasa saya masih belum bisa terima begitu e, kenapa dia harus terjadi sama saya, kenapa harus saya yang rasakan seperti ini, pokoknya rasa-rasanya ingin memberontak seperti itu, rasa-rasanya oh kenapa tuhan dia tidak adil, kenapa harus saya yang dapat dikala saya dari kecilku baik-baik saja kenapa tiba-tiba saya jadi rasa seperti ini toh.”(A. IS, Baris 102-108) O1, W1.

Dengan sulitnya menerima kondisi *broken home* yang dialami klien, menyebabkan klien kesusahan dalam beradaptasi dan menjalankan kehidupan sehari-harinya. Ditambah lagi dia yang merupakan anak pertama dan harus menjaga adek-adeknya yang masih kecil membuat klien sampai ingin menyerah, hal ini didukung oleh hasil observasi klien pada saat menyampaikan hal tersebut raut wajah yang sedih dan mata yang berkaca-kaca. Dijelaskan langsung oleh klien pada saat wawancara pertemuan pertama yaitu :

“Itumi jadi saya kayak saya rasa apa e, saya putus asami yen. Saya putus asa, saya terjebak disitu saya tidak tau is bagaimana cara keluarnya hanya saya yang bikin saya kuat sampai sekarang itu karena saya ingat adek-adekku saja sih karena mereka masih kecil-kecil toh.”(A. IS, Baris 82-87) O1, W1.

Ketidaksanggupannya dalam menjalani kehidupan yang baru membuat klien pasrah dengan keadaan bahkan beberapa kali ingin mengakhiri hidupnya hal ini disampaikan klien dengan ekspresi muka yang kosong. Hal tersebut dikatakan klien karena sulitnya dia dalam menyesuaikan dengan keadaan yang sudah *broken home*. Disampaikan klien dalam wawancara pertemuan keempat yakni:

“Berapa kali saya putuskan untuk kayak is sudahmi saya matimi saja begitu e. ko tau berapa kali pernah, pernah saya coba untuk lakukan waktu saya di jalan saya bawa motor saya pergi di bagian palagimata terus disitu kan ada kayak jurang-jurang saya mau kasih masuk motorku disitu. Waaa tapi iya sendirianku malam pas itu malam-malam jam berapa e sekitar jam-jam setengah 9 kah tapi tiba-tiba is kalau saya anu tambah hancur adek-adekku. Bagaimana tidak adami yang lihat mereka kalau masih ada saya kan saya masih kontrol-kontrol juga. Karena susah sekali dulu e kayak penyesuaian.”(A. IS, Baris 38-50) O1, W4.

Dari penjelasan yang diberikan oleh klien yang memiliki *resiliensi* rendah disebabkan karena kurangnya *external supports*, *inner strengths* serta *interpersonal and problem solving skill*.

a. *External Supports*

External supports atau dukungan dari luar identik dengan “*I Have*” yang artinya dalam bahasa Indonesia “saya membutuhkan”. Pada korban keluarga *broken home* cenderung membutuhkan sosok figur yang dapat memberikan perhatian, dukungan, semangat, dapat dipercaya serta mampu memberikan contoh yang baik kepada seseorang yang mengalami *broken home* sehingga dapat membantu meningkatkan *resiliensi* yang rendah. Akan tetapi klien dalam penelitian ini tidak mendapatkan dukungan tersebut dengan kata lain secara *external* dia tidak mendapatkan *support* secara emosional dari orang-orang terdekatnya. Hal ini diperkuat oleh hasil wawancara bersama klien pada pertemuan pertama yang mengatakan bahwa:

“*Kayak saya rasa hal-hal yang dulu saya dapatkan saya sudah tidak dapatkan lagi.*”(A. ES, Baris 40-41) O1, W1.

Dengan kata lain klien merasa bahwa dirinya tidak mendapatkan dukungan layaknya seperti sebelum orang tuanya berpisah. Karena hal-hal atau kebiasaan yang dulunya klien peroleh saat keluarganya masih utuh seperti makan bersama, jam pulang yang dikontrol menjadi hilang dan seolah terasa hampa. Berikut adalah penjelasan klien pada pertemuan pertama yang mengatakan:

“*Apa e kayak rasa kosong saja. Iya, kayak ada yang hilang toh, hilang itu pasti kita rasa karena dulu waktu mamaku sama odeku masih baikan kan kita yah keluarga yang bahagia jugalah walaupun memang sedikit-sedikit ada masalah toh. tapi kita sering makan sama-sama jam pulangku dikontrol dan masih terkontrol dulu saya.*”(A.ES, Baris 65-71). O1, W1.

Disamping hilangnya hal-hal yang dulunya diperoleh, klien juga merasa setelah orang tuanya berpisah bentuk perhatian yang diberikan mamanya juga mulai berubah dan tidak sama seperti dulu lagi. Seperti yang disampaikan dalam pertemuan pertama bersama klien bahwa:

“*Mamaku tetap jaga komunikasi dengan kita tetap perhatian sama kita walaupun memang tidak seperti kayak dulu tapi kan dia berbeda.*”(A.ES, Baris 80-82) O1, W1.

Sehingga dengan tidak adanya *support* dari orang-orang terdekatnya membuat klien merasa merasa sedih, kecewa, seperti tidak ada orang yang mengerti keadaannya, hal ini pula didukung dari hasil observasi bahwa emosi klien menjadi tidak terkendali terlihat pada saat ia bercerita nada suaranya yang cukup keras juga ekspresi mukanya yang murung. Selain mamanya yang sudah mulai berubah dan tidak perhatian seperti dulu lagi, klien juga merasa kecewa terhadap odenya yang seperti tidak memperdulikan kehidupan klien serta adik-adiknya dengan kata lain bahwa odenya seakan tidak menghiraukan dan tidak bertanggung jawab atas kehidupan anak-anaknya dan hanya memikirkan kepentingan dirinya saja. Hal itu dikatakan klien pada saat wawancara pertemuan pertama yaitu:

“Jadikan bagaimana di hari itu kan saya pernah kayak merasa kecewa karena saya mau kuliah, iya baru mau masuk kuliah itu tapi e pas itu odeku bilang janganmi dulu kau kuliah. Odeku yang mau S2 dulu. Saya bilang disitu saya merasa kayak egoisnya mi maunya dia selesaikan dulu saya baru adek-adekku baru dia mi kalau dia mau anu dia toh.”(A. ES, Baris 53-59) O1, W1.

Kemudian dijelaskan lebih jauh oleh klien dengan ekspresi mukanya yang sedih pada pertemuan kedua bahwa:

“Saya itu saya kecewa, kecewa sekali sama odeku sampai sekarang rasa kecewaku itu belum hilang walaupun memang terkadang tiap saya merasa bahwa biar bagaimana pun juga dia odeku tapi saya sa tidak bisa juga. Dan saya sa merasa bagaimana eh saya merasa anu saja karena saya tidak bisa sampaikan.”(A. ES, Baris 65-71) O1, W2.

Pernyataan klien itu kemudian didukung oleh pernyataan Windi yang merupakan adik klien. Mengatakan bahwa sering kali klien merenung, memikirkan kehidupan yang sulit serta mengingat odenya yang membuat klien sering merasa sedih seperti berikut:

“Eh kenapa lagi terus dia bilang pertama tidak-tidak nanti pas kadang da masih duduk baru dia cerita mi begini, begini, begini. Kadang tiba-tiba dia sedihkan dia ingat-ingat bapakku itu terus kadang juga dia ada dia anukan masalah uang begitu.”(A. ES, Baris 28-32) O2, W5.

Dengan keadaan sulit yang dihadapi klien, saat orang tuanya berpisah klien menjadi sosok yang tidak teratur lagi artinya bahwa klien sering pulang larut malam hal itu disebabkan karena dia harus kerja, kuliah dan pada saat itu orang tuanya yang sempat keluar dari rumah dan tidak pulang sehingga membuat klien menjadi tidak terkontrol jam pulanginya dan juga karena merasa tidak nyaman berada di dalam rumah karena cenderung akan memikirkan keadaanya yang sulit, maka klien terbiasa pulang larut malam sehingga pada saat mamanya pulang dan melihat klien yang jarang berada dirumah membuat kondisi semakin rumit karena mamanya yang mengharuskan dia untuk berada di rumah terus. Hal tersebut dijelaskan klien pada pertemuan kedua dengan sangat tergesa-gesa seolah-olah klien seperti menyampaikan perasaannya yang terpendam dan keadaannya yang tidak pernah dimengerti sebagai berikut:

“Jadi dulu saya pulang kerja, kan kerja habis itu kuliah kan jadi memang saya jarang sekali dirumah. Itu harikan mamaku tiba-tiba sempatmi dia pulang dirumah dan saya masih belum bisa kontrol jam pulangku yang tadinya saya bebas mau pulang jamberapa pas dia balik mamaku, mamaku dia tuntutan saya harus dirumah terus begitu e. dikala saya ini saya kerja, saya kuliah. Mamaku sampai bilangkan saya kau itu kayak perempuan malam. Malam tidak ada kau dirumah. Pagi kau menghilang sampai malam. Mamaku dia tidak mengerti alasan-alasan seperti itu. Kenapa, kenapa kau keluar-keluar terus saya hanya diam jadi kayak saya hanya bilang saya ini saya pergi kerja, banyak tugas disitumi larinya alanku saya kuliah padahal memang tugas tidak seberapa.”(A. ES, Baris 2-16) O1, W2.

Kemudian klien menjelaskan lebih jauh dengan ekspresi muka yang sedih pada pertemuan kedua dengan menyampaikan bahwa:

“Harus pergi kerja tiba-tiba pulang dapat di marahi apa segala macam. Is kau itu keluar-keluar terus begini begini begini. Bilangkan perempuan malam lah. Iya tidak ada orang yang mengerti.”(A. ES, Baris 26-29) O1, W2.

Dari keadaannya tersebut, klien seperti membutuhkan sosok yang bisa mengerti dirinya, mengarahkan, membimbing dan mendukung layaknya seperti orang tua baginya. Seperti yang dijelaskan Sela pada saat wawancara yang mengatakan bahwa:

“Kayak dia butuh orang tua itu. Ko tau semua orang tua kalau misalnya dia datang di rumahku to dia anggap itu orang tuanya. Kadang dia bilang sela bisakah saya panggil bapakmu bapakku kadang begitu. Kadang kalau kita kumpul di rumahnya la danar to kan keluarganya la danar ini kayak keluarga cemara dan happy toh. Bapaknya bagus, mamanya bagus, adek-adeknya la danar pokoknya enak sekali suasana di rumah nya itu, ko tau kadang dia bilang enaknya di danar jadi kau, kayak kedua orang tuamu dia dukung itu kau. Kayak enak saja suasananya.”(A. ES, Baris 148-158) O6, W9.

Dengan situasi tersebut membuat klien merasa bahwa dia tidak mempunyai sosok yang dapat mengerti dirinya, yang bisa dia harapkan dan dapat dia percaya. Di tambah lagi beberapa orang di sekitarnya ketika klien menceritakan keadaannya tetapi justru malah respon-respon yang diberikan orang-orang disekitarnya cenderung tidak mendukungnya sehingga membuat klien mundur untuk cerita tentang kondisi yang dia rasakan sekarang. Hal ini dijelaskan saat wawancara pertemuan kedua bersama klien:

“Dulu saya rasa seperti itu hanya kayak beberapa juga orang toh saya pernah cerita juga sama beberapa orang mereka juga kayak responnya sudahmi bukan hanya kau yang seperti itu. Tapi itu bukan jawaban yang saya butuhkan. Saya itu hanya butuh kayak didengarkan disupport begitu. Itu hari itu, saya itu kan tipikal orang yang memang kalau ada masalah begitu memang saya butuh tempat kayak untuk cerita. Dikasih tau seperti itu makanya mulaimi saya mundur untuk cerita sama orang.”(A. ES, Baris 29-38) O1, W2.

Akibat dari tidak adanya support dari orang-orang disekitarnya dan ditambah lagi pacar klien yang pada saat itupun tiba-tiba berubah dan menghilang membuat klien benar-benar merasa hampa dan hanya sendiri. Hal ini dikatakan klien pada pertemuan kedua bahwa:

“Jadi memang terkadang saya hanya sendiri. Makanya saya itu hari ada pacarku juga la andri, jadi dia yang tempat ceritaku. Tapi waktu kita masih kuliah itu kan dia pergi dan hilang kabar tiba-tiba. Jadi saya kayak tidak adami tempat cerita lagi saya kayak hampa. Pas dikeadaan-keadaan seperti itu saya tidak tau kalau orang lain e tapi kalau saya harus memang ada support systemku minimal ada satu orang yang dukung kita begitu e. Disini la andri sudah mulai berubah dan saya tidak bisami luapkan apa yang mau saya cerita begini sama siapa.”(A. ES, Baris 40-50) O1, W2.

Seterusnya lebih jauh diungkapkan klien dalam pertemuan kedua yakni:

“Baru adekku dia da tidak mengerti kenapa saya itu saya bisa sampai seperti itu.”(A. ES, Baris 50-51) O1, W2.

Disaat tidak ada orang yang benar-benar mengerti keadaannya atau tidak ada yang memberikan *support*, klien juga mendapatkan perlakuan kasar dari salah satu orang tuanya. Seperti yang diungkapkan klien dalam wawancara pertemuan pertama yaitu:

“Itu hari odeku dia lakukan kekerasan itu bukan cuman sama mamaku sama saya juga tapi kadang juga odeku kayak kalau ada saya dia tidak berani pukul mamaku.”(A. ES, Baris 88-91) O1, W1.

Kemudian dari pernyataan klien tersebut didukung oleh pernyataan Sela yang merupakan teman klien, Sela sempat mengatakan pada saat wawancara bahwa:

Itu hari pernah sampai di ini apa lagi, kalau ko taumi bapaknya mungkin karena efek mabuk to sudah pernah dikena pukul sampai dia lebam. Iya kasian. Makanya ada distorynya dia bilang apakah cintaku sekaligus lukaku.(A.ES, Baris 123-127) O6, W9.

Selain dipukul klien juga beberapa kali sering dibentak oleh odenya dan klien hanya bisa diam dan menangis. Hal itu disampaikan klien pada pertemuan keempat bahwa:

“Itu tekanan-tekanan besarnya kalau tekanan kecilnya paling kayak saya minta uang di odeku beberapa kali mungkin dia capek jadi dia bentak-bentak dan saya kan orang yang tidak bisa dibentak seperti itu, saya tidak berani marah didepannya. Saya hanya diam pas dia bentak saya baru saya pulang nanti pulang itu baru saya menangis mi.”(A.ES, Baris 142-148) O1, W4.

Mendukung dari penjelasan klien, Dandy yang merupakan pacar klien juga mengatakan hal yang sama pada saat waawancara yaitu:

“Salah satu orang tuanya juga kadang dia sering ada kekerasan mungkin toh tidak bisa dia kontrol jadi pelampiasannya di dia.”(A. ES, Baris 35-37) O5, W8.

Selanjutnya dijelaskan lebih jauh lagi oleh Dandy bahwa:

“Yang pas dia sering ketemu bapaknya, dia minta uang untuk adeknya tapi dia sering dibentak kadang juga dipukul.”(A. ES, Baris 60-62) O5, W8.

Kemudian di tengah sulitnya menerima keadaan juga perlakuan dari orang tuanya, klien juga mendapatkan contoh yang tidak baik seolah-olah tidak memperdulikan dan memikirkan perasaan klien, hal tersebut disampaikan klien saat wawancara pertemuan keempat bahwa:

“Kalau sekarang-sekarang yang bikin capek itu toh karena tiba-tiba ketemu mereka di jalan apalagi ketemu odeku yang tiba-tiba boncengan sama pacarnya. Ada mereka sudah tinggal satu rumah. Keluar boncengan sama pacarnya itu hal-hal yang saya belum bisa kontrol karena kalau habis ketemu begitu. Tidak saya tidak bisa terima saya tidak suka, saya tidak mau, saya tidak suka, saya bagaimana e kayak biasanya saya lihat kau boncengan sama mamaku sekarang sudah boncengan sama orang lain itu kayak ih. Yang saya pikirkan tentang itu kayak kenapa bisa begitu e 5 orang anakmu ko masih bisa e bersenang-senang sama perempuan lain tanpa kau pikirkan perasaannya kita yang berlima orang ini. Itu sih.”(A. ES, Baris129-141) O1, W4.

Selanjutnya klien juga menjelaskan bahwa masalah yang dia hadapi belum selesai, muncul lagi permasalahan baru yang itu juga berasal dari orang terdekatnya yaitu mama klien membuat klien semakin terpuruk dalam keadaannya, dari hasil observasi terlihat ketika klien bercerita ia beberapa kali membungkukkan badannya seperti lelah dengan semua hal yang dia hadapi. Dijelaskan klien pada pertemuan keempat bahwa:

“Malah sekarang ada permasalahan yang baru lagi. Kayak mamaku kan sudah ada pacarnya juga jadi mamaku itu kalau sudah bertengkar sama pacarnya pasti pelampiasannya ke kita di saya.”(A. ES, Baris 71-74) O1, W4.

Sehingga klien sering merasa keadaannya seperti semakin kacau dimana klien bertemu sama odenya yang lagi jalan sama pacarnya kemudian disaat yang bersamaan juga mamanya juga lagi sama pacarnya. Hal tersebut diungkapkan klien dengan penuh rasa kecewa, ekspresi mukanya yang sedih dengan menahan air mata dan beberapa kali menarik napasnya pada saat wawancara pertemuan keempat yaitu:

“Itumi saya ketemu bapaku di jalan sama pacarnya toh habis itu tiba-tiba telpon lagi mamaku juga lagi sama pacarnya juga, iya da berantakan kayak is kenapa kah ini.”(A. ES, Baris 184-186) O1, W4.

Mendukung pernyataan klien, Sela selaku teman klien juga mengatakan hal yang sama saat klien menceritakan kepadanya mengenai orang tuanya yang sama-sama sudah memiliki pasangan baru, klien terlihat sangat tidak berdaya menghadapi situasi tersebut, hal itu dikatakan sela pada saat wawancara:

“Seringji dia bilang saya tidak kuat e saya tidak kuat lihat odeku dia post fotonya cewek habis itu lagi mamanya da post sama pacar barunya. Kadang to dia tidak tau itu mau lari kemana.”(A. ES, Baris 138-141) O6, W9.

Sehingga dengan beratnya keadaan yang dihadapinya, terkadang klien meceritakan hal-hal yang dia rasakan pada orang-orang yang menurutnya masih bisa mendengarkan dan mendukung klien, dengan kata lain klien berusaha mencari kebutuhan akan dukungan, perhatian, penyemangat, juga yang mampu mengerti dan memahami keadaannya dari luar. Seperti yang dijelaskan dalam wawancara pertemuan pertama yaitu:

“Mereka wa tifa juga dia tau bagaimana jalan ceritanya itu karena sesekali juga saya cerita sama mereka toh.”(A. ES, Baris 125-127) O1, W1.

Pernyataan tersebut kemudian didukung oleh Tifa selaku teman klien yang mengatakan bahwa:

“Cuman kalau misalnya kita lagi rame grup begitu lagi bunyi sudahmi kita muncul lagimi cerita begitu yang mungkin ada masalahnya ada yang pengen dia ceritakan begitu-begitu.”(A. ES, Baris 48-51) O3, W6.

Selain itu juga ici yang merupakan teman klien juga menyampaikan hal yang sama bahwa klien sering mengajaknya keluar jika ada masalah yang lagi dia hadapi dan saat klien ingin bercerita. Ici menyampaikan bahwa:

“Kalau dia lagi ada masalahnya pasti dia cerita dia ajak saya pergi naik di keraton cerita-cerita.”(A. ES, Baris 17-18) O4, W7.

Selanjutnya juga klien sering menceritakan kondisinya dipacarnya yang sekarang. Dan saat klien cerita sama pacarnya dia seperti merasa lebih legah dan tenang. Seperti yang dijelaskan dalam wawancara pertemuan ketiga yakni:

“Kalau lagi down-downnya saya capek-capeknya kerja saya kadang saya panggil dia kaka is saya mo cerita saya begini kan kadang saya tidak cerita tiba-tiba saya liat mukanya saya menangis-menangis sampai dia tenang perasaanku dia bilangmi sudahmi ko tenang-tenang pokoknya saya tenang disitu.”(A. ES, Baris 55-61) O1, W3.

Pernyataan klien tersebut dibenarkan oleh pernyataan Dandy selaku pacar klien yang juga menjelaskan bahwa saat bersamanya klien merasa mempunyai sosok yang bisa menjadi tempat untuk klien bercerita, kemudian juga sering kali Dany memberikan pengertian kepada klien sehingga klien merasa di *support*, di mengerti dan memahami keadaannya sehingga klien merasa lebih tenang. Dikatakan Dandy saat wawancara bahwa:

“Masalah-masalah seperti itu pas ada saya ibaratnya bisa dikendalikan, ada tempat ceritanya begitu e, jadi dia sering cerita-cerita mungkin pas dia cerita itu dia agak legah, kita carikan juga solusi begitu e, bagaimana supaya bisa dia tenang, kita kasih pengertian harus seperti ini.”(A. ES, Baris 159-164) O5, W8.

Disamping itu, klien jadi merasa memiliki sosok yang bisa di harapkan dan diandalkan dalam situasi sulit yang dia hadapi sekarang dengan pacarnya tersebut atau dengan kata lain klien merasa mendapatkan seseorang yang bisa menggantikan peran ayahnya dalam memberikan perhatian dan kasih sayang kepadanya. Hal itu disampaikan oleh Dandy bahwa:

“Bagaimana saya jelaskan e, dia itu dia anggap saya kayak kan dia ini ibaratnya dia kehilangan sosok ayahnya to karena ayahnya kan yang pergi dengan karena sama ibunya, jadi pas ada saya dia anggap saya seperti penggantinya itu begitu e.”(A. ES, Baris 49-54) O5, W8.

Akan tetapi beberapa kali pernah terjadi masalah dalam hubungan klien dengan pacarnya dan sempat putus. Disaat itu dia merasa kehilangan *support system*. Klien mengungkapkan hal tersebut pada wawancara pertemuan ketiga bahwa:

“Tiba-tiba toh da berubah dia berubah waktu itu saya toh yen ko tau saya tidak mau pokoknya saya berusaha dia kan dia minta pisah saya berusaha yen saya lakukan apapun supaya toh jangan dan. Itu hari to pernah da WA wa ici itu hari, ici e saya tidak bisami sama temanmu. Saya disitu toh kayak dia hilangmi saya mau bagaimana ini.”

Tiba-tiba kayak ada penguatnya kita tiba-tiba dia hilang.”(A. ES, Baris 61-68) O1, W3.

Bahkan klien merasa bahwa dirinya tidak bisa hidup tanpa pacarnya, hal itu terjadi karena kebutuhan akan perhatian, kasih sayang yang tidak terpenuhi dalam keluarga ia dapatkan dipacarnya, juga yang selalu menjadi tempat klien untuk menceritakan segala keadaan yang ia hadapi sehingga saat pacarnya pergi klien merasa sangat kehilangan sosok yang berperan penting dalam hidupnya. Dijelaskan klien dalam pertemuan ketiga yakni:

“Saya toh saya tidak bisa hidup saya rasa disitu mungkin da lebay sih tapi saya rasa memang kayak saya tidak bisa hidup siapa teman ceritaku nanti siapa. Saya tidak bisa hidup sendiri apa segala macam pokoknya saya berpikir begitu. Sampai saya datang dirumahnya saya mohon-mohon sama dia jangan dan jangan tinggalkan saya, saya ini begini ko tau saya ini begini,begini,begini.”(A. ES, Baris 71-78) O1, W3.

Berdasarkan hasil wawancara, klien dalam penelitian ini cenderung tidak mendapatkan support dari orang-orang terdekatnya.

b. *Inner Strengths*

Kekuatan diri merupakan salah satu penunjang agar seseorang dapat bertahan dalam keadaan yang sulit serta mampu bangkit dari keterpurukan. Pada seseorang yang menjadi korban *broken home* cara pandang terhadap dirinya menjadi berubah. Seseorang akan cenderung merasa dirinya tidak berharga, pesimis, tidak berdaya bahkan dapat melakukan hal –hal yang merusak diri. Dalam penelitian ini klien cenderung tidak memiliki kekuatan pada dirinya dengan kata lain, klien mudah merasa menyerah atau pasrah terhadap keadaan, mudah merasa cemburu dengan orang lain, melakukan suatu hal yang merusak diri, bahkan mencoba untuk mengakhiri dirinya. Hal ini diperkuat oleh hasil wawancara bersama klien pada pertemuan keempat yang mengatakan bahwa:

“Caraku untuk hadapi masa-masa sulitku seperti itu hari e kalau yang pertama kan saya kacau toh kacau jadi saya apapi lagi namanya saya minum, saya merokok, terus saya kating.”(A. IS, Baris 4-7) O1, W4.

Karena klien yang begitu kesulitan dalam menghadapi keadaan *broken home* yang dialaminya, sehingga menyebabkan dia *stress* dan melakukan hal-hal yang cenderung merusak atau menyakiti dirinya dengan mengiris-iris tangannya, merokok, minum-minuman keras bahkan sampai minum obat. Hal itu dilakukan klien semata agar *stress* nya hilang. Dikatakan klien pada wawancara pertemuan pertama yaitu:

Jadi dulu saya itu yeyen pernah kating, itu salah satunya cara untuk saya hilangkan stressku.(A. IS, Baris 71-72) O1, W1.

Selanjutnya dijelaskan lebih jauh lagi oleh klien pada pertemuan pertama bahwa:

“Tidak kayak itu hari hampir setiap hari pokoknya kerjaku jalan-jalan habis jalan pulang menangis apa segala macam pokoknya saya merokok, saya minum, pokoknya saya cari tempat-tempat yang bisa enakan perasaanku. Saya minum obat supaya saya bisa tidur dan tidak ada pikiranku toh jadi saya dulu ada disituasi seperti itu.”(A. IS, Baris 111-116) O1, W1.

Pernyataan klien tersebut kemudian didukung oleh pernyataan Sela yang merupakan teman dekat klien juga menjelaskan disaat klien mengetahui orang tuanya selingkuh dan akhirnya berujung pada perpisahan, cara dia untuk menghilangkan rasa pusingnya dengan merokok sampai menyayat-nyayat tangannya untuk membagi rasa sakitnya yang dia pikirkan agar tidak menjadi *stress*. Seperti yang diungkapkan Sela dalam wawancara yaitu:

“Tapi setelah dia tahu itu semua dia kembali kayak dia rusak dirinya itu. Bahasa kasarnya begitu e kayak dia mulai mi e dia rasa kalau dia merokok itu dia hilang begitu e sebentar pusingnya. Pernah juga saya dapat toh ada sayatan di tangannya kayak dia bilang ko mengerti kayak dia bagi rasa sakitnya jadi tidak hanya dihatinya, dikepalanya tapi dibeatannya juga begitu e.”(A. IS, Baris 33-39) O6, W9.

Seterusnya Sela juga menyampaikan bahwa perubahan yang terjadi pada dirinya setelah mengalami *broken home* ialah dengan melakukan hal-hal yang menurutnya bisa menghilangkan beban pikirannya. semakin klien merasakan *stress* semakin dia merokok atau tidak

dengan ngevape juga minum obat agar klien bisa tenang. Hal itu disampaikan Sela pada saat wawancara yakni:

“Intinya toh kalau ke dirinya perubahannya itu ji kayak da merokok da ngevape pokoknya semakin da pusing semakin da mrokok begitu e. Sampai dia minum obat itu.”(A. IS, Baris 70-73) O6, W9.

Mendukung dari penjelasan klien dan Sela, Windi juga yang merupakan adek klien menyampaikan hal yang serupa, akibat dari berpisahannya orang tua mereka klien mengalami *stress* dan melakukan hal-hal yang menyakiti dirinya sendiri. Dikatakan Windi pada saat wawancara bahwa:

“Kalau boleh jujur sebenarnya toh dia itu pernah lantaran stressnya dia, tidak tahu dia capekkan kuliahnya kah kerjanya baru mungkin itu hari juga lagi e anu-anunya dari hubungannya mamaku dengan bapakku to itu da pernah sampai dia paling parah itu dia sayat tangannya.”(A. IS, Baris 64-69) O2, W5.

Selain itu juga cara yang dilakukan klien saat pusing memikirkan keadaan yang dialaminya yaitu dengan cerita, healing juga merokok. Hal tersebut disampaikan oleh Windi saat wawancara:

“Itumi dia cerita-cerita kadang juga dia kasih kalau untuk sekarang itu dia kasih hilang stressnya itu dia ini dia healing atau tidak merokok.”(A. IS, Baris 83-85) O2, W5.

Tidak hanya itu, dandy yang merupakan pacar klien juga mengatakan hal yang sama ketika merasa *stress* dan untuk menghilangkan rasa itu dia melakukan hal-hal yang kurang baik dan melukai dirinya. Dikatakan Dandy dalam wawancara bersamanya yaitu:

“Jadi dulu itu caranya dia minum-minum, dia buat barkot di tangannya.”(A. IS, Baris 21-22) O5, W8.

Disamping itu, klien sering merasa diri pesimis dan tidak berdaya atas keadaan yang menimpanya, cenderung menyalahkan keadaan bahkan menganggap bahwa hidupnya tidak adil karena ketidakmampuannya dalam menghadapi situasi sulit yang menimpanya. Di katakan oleh klien dengan raut wajah yang sedih, mata yang berkaca-kaca dan beberapa kali menghembuskan napasnya dalam wawancara pertemuan pertama bahwa:

“Saya merasa saya masih belum bisa terima begitu e, kenapa dia harus terjadi sama saya, kenapa harus saya yang rasakan seperti ini, Pokoknya rasa-rasanya ingin memberontak seperti itu, rasa-rasanya oh kenapa tuhan dia tidak adil, kenapa harus saya yang dapat dikala saya dari kecilku baik-baik saja kenapa tiba-tiba saya jadi rasa seperti ini toh.”(A. IS, Baris 104-108) O1, W1.

Kemudian disaat klien capek harus membagi waktu kuliah dengan bekerja, membuat waktu istirahatnya sangat kurang sehingga sering kali muncul rasa cemburu dengan kehidupan yang dimiliki orang lain atau dengan kata lain klien menganggap bahwa dirinya tidak memiliki kesamaan dengan kebanyakan orang yang hidupnya bahagia dan baik-baik saja. Hal tersebut disampaikan oleh klien dengan ekspresi mukanya yang mengerut seperti capek dan bercerita dengan penuh penekanan saat wawancara pertemuan kedua yaitu:

” Hanya memang kalo capek kerja yen tiba-tiba is saya cape kerja e gara-gara inimi saya kerja banting tulang dieranya teman-temanku yang leha-leha maksudnya kayak pulang kuliah bisa langsung pulang tidur apa segala macam. Bisa nongkrong-nongkrong kita yang terbatas apa segala macam begini. Disitu saya rasa kayak tidak adilnya e mereka kenapa dia bisa dapat kayak begini keluar bebas tanpa beban, ketawa-ketawami, minta uang tinggal minta, sedangkan saya susah. Itu yang saya banyak mengeluhkan.”(A. IS, Baris 16-26) O1, W2.

Tidak hanya itu, klien juga sering merasa sedih karena cemburu dengan kondisi keluarga orang-orang terdekatnya yang harmonis. Hal ini diungkapkan oleh Dandy yang merupakan pacar klien dengan mengatakan bahwa:

“Dia kayak bagaimana e kan kebanyakan anak broken home ini dia iri juga dia lihat orang-orang lain yang sama keluarganya maksudnya saya sering ajak dirumahku ketemu sama keluarga-keluarga di rumah tapi kadang dia ibaratnya dia sedihlah lihat yang harmonis itu seperti apa dia sedih.”(A. IS, Baris 141-146) O5, W8.

Mendukung pernyataan Dandy, Sela juga menyampaikan bahwa saat kumpul bersama teman-temannya klien pernah mengatakan bahwa:

“Ko tau kadang dia bilang enaknya dih danar jadi kau, kayak kedua orang tuamu dia dukung itu kau. Kayak enak saja suasananya. Kadang kayak dia iri itu sebenarnya karena dia ingin juga dia. Apa lagi kadang toh terus dia singgung lagi adek-adeknya , adek-adekku

cobanya di dia punya orang tua begini.”(A. IS, Baris 156-161) O6, W9.

Sehingga dari banyaknya hal sulit yang dihadapi klien dan rendahnya kekuatan yang ada pada diri klien membuatnya merasa tidak berdaya, putus asa bahkan mencoba untuk mengakhiri dirinya. Hal itu di sampaikan klien pada pertemuan kedua bahwa:

“Itumi jadi saya kayak saya rasa apa e, saya putus asami yen. Saya putus asa, saya stuck disitu saya tidak tau is bagaimana cara keluarnya hanya saya yang bikin saya kuat sampai sekarang itu karena saya ingat adek-adekku saja sih karena mereka masih kecil-kecil toh.”(A. IS, Baris 82-87) O1, W2.

Bahkan karena tidak tahu lagi harus menghadapi situasinya yang sulit dengan cara apa, klien sampai beberapa kali mencoba untuk mengakhiri dirinya karena ketidakmampuannya dalam menghadapi keadaan *broken home*. Hal itu dijelaskan klien dalam wawancara pertemuan keempat yaitu:

“Berapa kali saya putuskan untuk kayak is sudahmi saya matimi saja begitu e. ko tau berapa kali pernah, pernah saya coba untuk lakukan waktu saya di jalan saya bawa motor saya pergi di bagian palagimata terus disitu kan ada kayak jurang-jurang saya mau kasih masuk motorku disitu.”(A. IS, Baris 38-46) O1, W4.

Berdasarkan hasil wawancara, rendahnya kekuatan pada diri klien membuatnya merasa pesimis serta tidak berdaya dalam menghadapi keadaan sulit yang dialaminya, serinng kali merasa cemburu pada orang-orang disekitanya yang memiliki keluarga harmonis, juga menganggap dirinya menjadi tidak berharga dengan melakukan hal-hal yang melukai diri bahkan mencoba untuk mengakhiri dirinya.

c. *Interpersonal and Problem Solving Skill*

Seseorang yang mengalami *broken home* akan kesulitan dalam menggambarkan perasaannya dengan jelas sehingga sering muncul rasa tidak enakkan terhadap orang lain, emosi menjadi tidak stabil, mudah tersinggung atau dengan kata lain menjadi sensitif serta kesulitan dalam menyikapi dan menyelesaikan setiap permasalahan yang datang. Sama halnya dengan klien dalam penelitian ini yang kesulitan dalam mengekspresikan perasaannya dengan jelas sehingga mudah merasa

sensitif, tidak enakkan terhadap orang lain, emosi yang tidak stabil dan tidak bisa menyikapi dengan tegas setiap masalah yang datang. Hal ini diperkuat oleh wawancara bersama klien pada pertemuan ketiga yang mengatakan:

“Cuman kita ada masa-masanya kita kayak tidak bagus moodku tidak bisa dengar-dengar suara yang bertengkar seperti itu. Iya sensi.”(A.IPSS, Baris 43-45) O1, W3.

Karena ketidakmampuannya dalam mengekspresikan perasaannya dengan lebih *asertif* pada orang lain, maka klien akan cenderung menjadi sosok yang sensitif dan mempunyai emosi yang tidak stabil. Seperti yang dijelaskan oleh klien pada wawancara pertemuan pertama bahwa:

“Memang saya tipikal orang yang kayak memang cepat terbawa emosi.”(A. IPSS, Baris 124-125) O1, W1.

Pernyataan klien tersebut didukung oleh pernyataan ici selaku teman klien juga yang mengungkapkan kalau memang klien adalah tipikal orang yang pintar menyembunyikan dan menyimpan emosinya, kemudian dia keluarkan hanya pada orang yang paling dekat dengannya atau secara tidak langsung bahwa klien tidak mampu dengan tegas menggambarkan emosinya dan cenderung memilih untuk memendam. Seperti yang dikatakan ici pada saat wawancara bahwa:

“Baru e bagaimana di dia sebenarnya tipe orang yang emosi hanya dia bisa tutupi, dia bisaji tutupi itu. Dia marah itu toh kayak luapan emosinya toh yang betul-betul, dia tidak keluarkan di semua orang bahkan mungkin di saya juga wa Sela, paling di cowoknya dia bisa kelihatan betul-betul marah.”(A. IPSS, Baris 6-12) O4, W7.

Sehingga dengan klien yang tidak mampu menggambarkan perasaannya tersebut, membuatnya semakin kesulitan dalam menyikapi masalahnya karena harus terlihat baik-baik saja pada adek-adeknya disaat dirinya juga sebenarnya tidak kuat untuk menghadapi keadaan *broken home* yang dialami. Hal tersebut dikatakan klien pada saat wawancara pertemuan ketiga yang mengatakan:

“Dia gensinya da gengsi untuk cerita kayak sama saya dan saya juga seperti itu sama dia saya tidak bisa kasih lihat di mereka kayak seolah-olah saya ini saya kuat, saya keras sama mereka pokoknya

saya marahi apa segala macam pokoknya saya tidak mau kasih lihat, mereka tidak tau.(A. IPSS, Baris 3-8) O1, W3.

Selain itu, dengan semua hal yang telah odenya lakukan membuat klien merasa kecewa, akan tetapi perasaannya itu tidak bisa klien utarakan pada odenya. Hal ini dijelaskan klien pada wawancara pertemuan kedua yaitu:

“Saya itu saya kecewa, kecewa sekali sama odeku sampai sekarang rasa kecewaku itu belum hilang walaupun memang terkadang tiap saya merasa bahwa biar bagaimana pun juga dia odeku tapi saya sa tidak bisa juga. Dan saya sa merasa bagaimana eh saya merasa anu saja karena saya tidak bisa sampaikan.”(A. IPSS, Baris 65-71) O1, W2.

ketidakmampuan klien dalam menyampaikan perasaannya dengan tegas kepada odenya membuat dirinya semakin terpuruk tetapi tidak bisa juga melakukan apapun selain diam dan menangis. Klien menyampaikan hal tersebut pada saat wawancara pertemuan keempat yaitu:

“Itu tekanan-tekanan besarnya kalau tekanan kecilnya paling kayak saya minta uang di odeku beberapa kali mungkin dia capek jadi dia bentak-bentak dan saya kan orang yang tidak bisa dibentak seperti itu, saya tidak berani marah didepannya. Saya hanya diam pas dia bentak saya baru saya pulang nanti pulang itu baru saya menangis mi.”(A. IPSS, Baris 142-148) O1, W4.

Disamping itu Windi juga mengungkapkan hal yang sama bahwa klien bisa dengan mudah merubah suasana hatinya yang lagi sedih merenung meratapi kehidupan yang susah sejak orang tuanya memutuskan untuk berpisah, dengan tiba-tiba terlihat baik-baik saja saat mendapat telpon dari *handphone* nya. Hal itu disampaikan Windi dalam wawancara bahwa:

“Ini to kadang kita lagi di kamar kita lagi mengeluh sama-sama to tiba-tiba ada yang menelpon misalnya siapa to, iya halo dia begitu itu langsung dia berubah lagi itu tidak tau kenapa itu.”(A. IPSS, Baris 128-131) O2, W5.

Sejalan dengan yang diungkapkan oleh klien dan Windi, Sela mengatakan bahwa dengan keadaan klien yang sulit tersebut dia cenderung lebih menyembunyikannya artinya dia memilih untuk

menutup dan menyimpannya sendiri. Seperti dalam wawancara yang disampaikan oleh Sela bahwa:

“Terus toh kalau sekarang-sekarang itu dia lebih e dia stress toh Yen tapi dia ko mengerti kayak dia stress tapi dia lebih sembunyikan.”(A. IPSS, Baris 18-21) O6, W9.

Klien seperti tidak ingin terlihat lemah dan terpuruk sehingga saat berada diluar klien bisa menyembunyikan kesedihannya dengan terlihat baik-baik saja. Seperti yang dijelaskan Sela bahwa :

“Kadang juga pokoknya kayak dalam sekali kasian dia betul-betul hancur cuman ko tau casingnya wa wanti to happy-happy aja.”(A. IPSS, Baris 134-136) O6, W9.

Hal yang sama kemudian diutarakan oleh Tifa dengankan Mengatakan bahwa:

“Wa wanti itu orangnya yang saya tau toh eh dia itu apa baik baru ceria begitu e tapi saya tau kalau di dalamnya itu dia lagi hancur cuman dia tidak nampakkan di teman-temannya.”(A. IPSS, Baris 3-6) O3, W6.

Dengan ketidakmampuan klien dalam mengutarakan perasaannya dengan baik membuat banyak emosi yang tertahan dan terdendam sehingga klien semakin stress dan akhirnya mencari hal-hal yang menurutnya dapat melampiaskan perasaannya yang tidak tertahan lagi, dengan melakukan sesuatu yang cenderung merusak dan meyakiti diri. Seperti yang dijelaskan klien pada saat wawancara pertemuan keempat yaitu:

“Caraku untuk hadapi masa-masa sulitku seperti itu hari e kalau yang pertama kan saya kacau toh kacau jadi saya apapi lagi namanya saya minum, saya merokok, terus saya kating.”(A. IPSS, Baris 4-7) O1, W4.

Seterusnya di jelaskan oleh klien dalam pertemuan pertama bahwa:

“Tidak kayak itu hari hampir setiap hari pokoknya kerjaku jalan-jalan habis jalan pulang menangis apa segala macam pokoknya saya merokok, saya minum, pokoknya saya cari tempat-tempat yang bisa enakan perasaanku. Saya minum obat supaya saya bisa tidur dan tidak ada pikiranku toh.”(A. IPSS, Baris 111-116) O1, W1.

Klien merasa seperti dapat menyalurkan perasaannya yang selama ini tertahan dengan hal-hal tersebut. Dikatakan klien pada pertemuan keempat yaitu:

”Memang ini kating itu saya sering sekali saya lakukan karena e saya tidak tau sih kayak saya rasa-rasa enak saja e kayak merokok. Iya sih eh minum juga karena kan kemarin-kemarin itu kayak lebih saya tahan-tahan menangis jadi kalau saya minumkan kayak ketawa menangis itu sepuasnya toh jadi saya rasa enak saja.”(A. IPSS, Baris 8-14) O1, W4.

Sehingga dengan tersalurnya perasaan klien atau dengan kata lain bahwa ketika klien mampu menemukan sesuatu yang dapat menjadi tempat untuk melampiaskan emosinya maka klien akan merasakan kenyamanan dalam melakukan aktivitas-aktivitas yang cenderung merusak tersebut, karena dapat menghilangkan rasa *stress* nya. Disampaikan oleh klien pada wawancara pertemuan keempat yakni:

“Karena memang kan tidak tau den saya tidak tau apa yang saya rasakan kayak kan saya sakit hati toh, jadi kayak saya kadang itu jadi sakit hatiku ini da pindah begitu e, da pindah ke tanganku. Iya rasanya da pindah ke tanganku. Makanya dulu saya nyaman seperti itu.”(A. IPSS, Baris 20-24) O1, W4.

Pernyataan klien tersebut didukung oleh pernyataan Sela yang menjelaskan bahwa:

“Tapi setelah da tahu itu semua dia kembali kayak da rusak dirinya itu. Bahasa kasarnya begitu e kayak dia mulai mi e dia rasa kalau dia merokok itu dia hilang begitu e sebentar pusingnya. Pernah juga saya dapat toh ada sayatan di tangannya kayak dia bilang ko mengerti kayak dia bagi rasa sakitnya jadi tidak hanya dihatinya, dikepalanya tapi dibadannya juga begitu e. Tapi di kita sama sekali e Yen tidak pernah da tunjukkan dia mau menangis-menangis.”(A. IPSS, Baris 33-41) O6, W9.

Berdasarkan hasil wawancara, klien memiliki kesulitan dalam mengekspresikan perasaannya dengan lebih *asertif* sehingga banyak perasaan yang terpendam dan mengakibatkan emosi menjadi tidak stabil. Maka secara tidak sadar klien melampiaskan hal-hal yang selama ini tertahan pada sesuatu yang cenderung melukai dan menyakiti dirinya atau dengan kata lain klien yang tidak mampu mengendalikan dan mengatur perasaannya dengan baik akan kesulitan dalam menyelesaikan setiap masalah yang datang.

Berdasarkan identifikasi permasalahan di atas, peneliti menganalisis bahwa kondisi *broken home* yang dimiliki oleh klien

membuatnya kesulitan dalam menyesuaikan dan menjalankan kehidupannya sehari-harinya. Sering kali muncul rasa pasrah, putus asa, stress dan ingin menyerah bahkan sampai mencoba untuk mengakhiri hidupnya karena ketidakmampuannya dalam menghadapi situasi *broken home* tersebut. Berdasarkan analisa penulis dari hasil wawancara bahwa kondisi *broken home* yang dialami klien disebabkan karena klien memiliki resiliensi yang rendah. Hal itu terlihat jelas pada klien yang sangat membutuhkan sosok figur yang dapat memberikan perhatian, dukungan, semangat, dapat dipercaya serta mampu mengarahkan dan memberikan contoh yang baik kepadanya, disamping itu juga rendahnya kekuatan pada diri klien yang membuatnya menjadi lebih terpuruk dan selalu merasa diri tidak berdaya, cenderung menbanding-bandingkan dirinya dengan orang lain, menanggap dirinya tidak berharga dengan melakukan hal-hal yang merusak serta menyakiti diri. Hal tersebut diduga karena ketidakmampuan klien dalam mengekspresikan perasaannya dengan baik sehingga emosi menjadi tertahan dan tidak stabil yang menyebabkan klien melampiaskan perasaannya pada hal-hal yang melukai diri. Klien yang tidak mampu mengendalikan dan mengatur perasaannya dengan baik akan mencari sesuatu yang bisa membuatnya tenang walaupun dengan cara yang salah dan tentunya akan mengalami kesulitan untuk bangkit dan keluar dari kondisi *broken home* itu sendiri karena rendahnya *resiliensi* yang dimiliki klien.

2. Diagnosis

Diagnosis dalam penelitian ini adalah penyebab sehingga klien memiliki *resiliensi* yang rendah. Setelah peneliti melakukan serangkaian observasi dan wawancara maka peneliti dapat mengidentifikasi klien yaitu:

Resiliensi pada korban *broken home* berhubungan dengan dukungan sosial dimana dalam menghadapi kesulitan dan kesengsaraan dibutuhkan *support* dari lingkungan sekitarnya agar dapat meningkatkan *resiliensi*. Akan tetapi klien merasa tidak mendapatkan dukungan dari orang-orang terdekatnya, seperti dijelaskan klien pada wawancara pertemuan kedua, “Jadi dulu saya pulang kerja kan kerja habis itu kuliah kan jadi memang

saya jarang sekali dirumah. Itu harikan mamaku tiba-tiba sempatmi dia pulang dirumah dan saya masih belum bisa kontrol jam pulangku yang tadinya saya bebas mau pulang jamberapa pas dia balik mamaku, mamaku dia tuntutan saya harus dirumah terus begitu e. dikala saya ini saya kerja, saya kuliah. Mamaku sampai bilangkan saya kau itu kayak perempuan malam. Malam tidak ada kau dirumah. Pagi kau menghilang sampai malam. Mamaku dia tidak mengerti alasan-alasan seperti itu. Kenapa, kenapa kau keluar-keluar terus saya hanya diam jadi kayak saya hanya bilang saya ini saya pergi kerja, banyak tugas disitumi larinya alasanku saya kuliah padahal memang tugas tidak seberapa.”(F. DS, Baris 2-16) O1, W2.

Dengan respon-respon yang diberikan oleh mamanya, klien menganggap bahwa tidak ada yang mengerti dirinya dan bisa mendukungnya, hal ini disampaikan klien dalam pertemuan kedua dengan raut wajanya yang sedih *“Harus pergi kerja tiba-tiba pulang dapat di marahi apa segala macam. Is kau itu keluar-keluar terus begini begini begini. Bilangkan perempuan malam lah. Iya tidak ada orang yang mengerti.”(F. DS, Baris 26-29) O1, W2.*

Ditambah lagi dengan perlakuan odenya yang seolah-olah tidak memperdulikan dan memikirkan perasaan klien, dimana dengan mudahnya mengumbar hubungan dengan pacar barunya dan hal itu tidak bisa diterima oleh klien, selain itu juga odenya beberapa kali suka memberikan perlakuan kasar pada klien dengan membentak sehingga dia merasa bahwa tidak ada sama sekali dukungan yang diterima dari odenya disaat keadaan yang begitu sulit baginya untuk dijalani, hal ini didukung oleh hasil observasi yang terlihat pada saat klien cerita ia berusaha menahan tangis, beberapa kali menarik napasnya sambil mengelus dadanya dikatakan pada wawancara pertemuan keempat, *“Tidak ada sih paling kalau sekarang-sekarang yang bikin capek itu toh karena tiba-tiba ketemu mereka di jalan apalagi ketemu odeku yang tiba-tiba boncengan sama pacarnya. Ada mereka sudah tinggal satu rumah. Keluar boncengan sama pacarnya itu hal-hal yang saya belum bisa control karena kalau habis ketemu begitu. Tidak saya tidak bisa terima saya tidak suka, saya tidak mau, saya tidak suka, saya bagaimana e kayak biasanya saya lihat kau boncengan sama mamaku sekarang sudah boncengan sama orang lain itu kayak ih. Yang saya pikirkan tentang itu kayak kenapa bisa begitu e 5 orang anakmu ko masih bisa e bersenang-senang sama perempuan lain tanpa kau pikirkan perasaannya kita yang berlima orang ini. Itu sih. Itu tekanan-tekanan besarnya kalau tekanan kecilnya paling kayak saya minta uang di odeku beberapa kali mungkin dia capek jadi dia bentak-bentak dan saya kan orang yang tidak bisa dibentak seperti itu, saya tidak berani marah didepannya. Saya hanya diam pas dia bentak saya baru saya pulang nanti pulang itu baru saya menangis mi.”(F. DS, Baris 128-148) O1, W4.*

Pernyataan klien akan perlakuan kasar yang diberikan odanya didukung oleh pernyataan Sela yang menyampaikan bahwa, *“Itu hari pernah sampai di ini apa lagi, kalau ko taumi bapaknya mungkin karena efek mabuk to sudah pernah dikena pukul sampai dia lebam. Iya kasian. Makanya ada distorynya da bilang apakah cintaku sekaligus lukaku.”*(F. DS, Baris 123-127) O6, W9.

Hal yang sama juga disampaikan oleh Dandy yang merupakan pacar klien mengatakan bahwa, *“Yang pas dia sering ketemu bapaknya, dia minta uang untuk adeknya tapi dia sering dibentak kadang juga dipukul.”*(F. DS, Baris 60-62) O5, W8.

Tidak hanya sampai disitu, keadaan semakin rumit saat mama klien juga sudah mempunyai pacar baru yang kalau terjadi masalah diantara hubungan mereka pelampiasannya adalah klien seperti yang dijelaskan dalam pertemuan keempat yaitu, *“Malah sekarang ada permasalahan yang baru lagi. Kayak mamaku kan sudah ada pacarnya juga jadi mamaku itu kalau sudah bertengkar sama pacarnya pasti pelampiasannya ke kita di saya.”*(F. DS, Baris 71-74) O1, W4.

Seterusnya dijelaskan lebih jauh oleh klien pada pertemuan keempat bahwa, *“itumi saya ketemu bapaku di jalan sama pacarnya toh habis itu tiba-tiba telpon lagi mamaku juga lagi sama pacarnya juga, iya da berantakan kayak is kenapa kah ini.”*(F. DS, Baris 184-186) O1, W4.

Kemudian dari pernyataan klien tersebut didukung oleh pernyataan Sela yang merupakan teman dekat klien juga menyampaikan ketidaksanggupan klien dalam menghadapi kondisi *broken home*, karena kedua orang tua nya sudah sama-sama saling memiliki pasangan. Sehingga klien merasa tidak tau harus kemana, seperti tidak ada orang yang bisa dia harapkan lagi yang bisa mendukungnya, *“Seringji dia bilang saya tidak kuat e saya tidak kuat lihat odeku dia post fotonya cewek habis itu lagi mamanya dia post sama pacar barunya. Kadang to dia tidak tau itu mau lari kemana.”*(F. DS, Baris 138-141) O6, W9.

Disaat yang bersamaan juga klien mencoba untuk mencari dukungan dari orang-orang disekitarnya akan tetapi tanggapan yang diberikan oleh orang-orang disekitarnya justru tidak mendukung klien, sampai klien merasa bahwa dirinya seperti hanya sendirian tidak ada sama sekali orang yang mengerti. Disampaikan dalam wawancara pertemuan kedua *” Dulu saya rasa seperti itu hanya kayak beberapa juga orang toh saya pernah cerita juga sama beberapa orang mereka juga kayak responnya sudahmi bukan hanya kau yang seperti itu. Tapi itu bukan jawaban yang saya butuhkan. Saya itu hanya butuh kayak di dengarkan di support begitu. Itu hari itu, saya itu kan tipikal orang yang memang kalau ada masalah begitu memang saya butuh tempat kayak untuk cerita. Dikasih tau seperti*

itu makanya mulaimi saya mundur untuk cerita sama orang. Tidak semua orang dan tidak semua masalahku saya ceritakan sama orang. Saya sudah pilah-pilahmi dari situ. Jadi memang terkadang saya hanya sendiri.”(F. DS, Baris 29-41) O1, W2.

Sehingga dengan perlakuan yang diberikan oleh orang-orang terdekatnya membuat klien merasa bahwa dirinya benar-benar hanya sendiri tidak ada yang bisa mendukung dan memahami situasinya. Hal itu menyebabkan klien merasa capek menjalani kehidupan sehari-harinya, dia seperti membutuhkan sosok yang bisa diharapkan dan diandalkan dalam situasi apapun layaknya seperti orang tua. Bahkan klien juga suka merasa cemburu pada orang-orang disekitarnya yang mempunyai keluarga harmonis, seolah-olah klien ingin mempunyai orang tua dan keluarga yang harmonis seperti teman-temannya. Seperti yang diungkapkan Sela, *“Kayak dia butuh orang tua itu. Ko tau semua orang tua kalau misalnya dia datang di rumahku to dia anggap itu orang tuanya. Kadang dia bilang sela bisakah saya panggil bapakmu bapakku kadang begitu. Kadang kalau kita kumpul di rumahnya la danar to kan keluarganya la danar ini kayak keluarga cemara dan happy toh. Bapaknya bagus, mamanya bagus, adek-adeknya la danar pokoknya enak sekali suasana di rumah nya itu, ko tau kadang dia bilang enakya di danar jadi kau, kayak kedua orang tuamu dia dukung itu kau. Kayak enak saja suasananya. Kadang kayak dia iri itu sebenarnya karena dia ingin juga dia.”*(F. DS, Baris 148-159) O6, W9.

Broken home ini, membuat klien merasa bahwa kehidupannya tidak adil, karena adanya perasaan pada diri klien yang menanggapi dirinya tidak memiliki kesamaan dengan kebanyakan orang yang bisa hidup bahagia bersama keluarganya. Klien cenderung menyalahkan keadaan diungkapkan pada wawancara pertemuan pertama yaitu *“Kenapa dia harus terjadi sama saya, kenapa harus saya yang rasakan seperti ini, pokoknya rasa-rasanya ingin memberontak seperti itu, rasa-rasanya oh kenapa tuhan dia tidak adil, kenapa harus saya yang dapat dikala saya dari kecilku baik-baik saja kenapa tiba-tiba saya jadi rasa seperti ini toh.”*(F.S, Baris 103-108) O1, W1.

Akibat kurangnya klien mendapatkan *support* dari orang-orang terdekatnya membuatnya putus asa dalam menghadapi keadaan *broken home* ditambah lagi dengan sulitnya bagi klien dalam menggambarkan perasaannya dengan baik sehingga emosi menjadi tertumpuk dan tertahan lalu klien melapiaskannya pada hal-hal yang cenderung tidak menghargai diri dengan kata lain melakukan sesuatu yang merusak diri. Dijelaskan dalam wawancara pertemuan keempat bawa, *“Caraku untuk hadapi masa-masa sulitku seperti itu hari e kalau yang pertama kan saya kacau toh kacau jadi saya apapi lagi namanya saya minum, saya merokok, terus saya kating. Dulu-dulu waktu e kemarin-kemarin itu saya lagi kacau-kacaunya sekali. Memang ini kating itu saya sering sekali saya lakukan*

karena e saya tidak tau sih kayak saya rasa-rasa enak saja e kayak merokok. Iya sih eh minum juga karena kan kemarin-kemarin itu kayak lebih saya tahan-tahan menangis jadi kalau saya minumkan kayak ketawa menangis itu sepuasnya toh jadi saya rasa enak saja.”(F. SE, Baris 4-14) O1, W4.

Mendukung pernyataan klien, Windi selaku adik klien mengatakan ketika klien stress dengan keadaan *broken home* yang dihadapi, klien dapat melakukan sesuatu yang menyakiti dirinya dengan mengiris-iris tangannya, *“Kalau boleh jujur sebenarnya toh dia itu pernah lantaran stressnya dia tidak tahu da capekkan kuliahnya kah kerjanya baru mungkin itu hari juga lagi e anu-anunya dari hubungannya mamaku dengan bapakku to itu dia pernah sampai dia paling parah itu dia sayat tangannya.”*(F. SE, Baris 64-69) O2, W5.

Hal serupa juga diungkapkan oleh Sela yang menyampaikan saat klien mengetahui orang tuanya akan berpisah, klien yang tidak bisa menerima keadaan tersebut sampai mengalami stress dan kembali melakukan hal-hal yang cenderung tidak menghargai dirinya, *“Tapi setelah da tahu itu semua da kembali kayak dia rusak dirinya itu. Bahasa kasarnya begitu e kayak dia mulai mi e dia rasa kalau dia merokok itu dia hilang begitu e sebentar pusingnya. Pernah juga saya dapat toh ada sayatan di tangannya kayak dia bilang ko mengerti kayak dia bagi rasa sakitnya jadi tidak hanya dihatinya, dikepalanya tapi dibadannya juga begitu e. Tapi di kita sama sekali e Yen tidak pernah da tunjukkan da mau menangis-menangis”.*(F. SE, Baris 33-41) O6, W9.

Sampai dipuncak rasa stress nya, klien sampai beberapa kali ingin mencoba untuk mengakhiri hidupnya karena tidak sanggup menjalani kehidupan sehari-harinya yang begitu berat, Disampaikan klien dalam pertemuan keempat *“Berapa kali saya putuskan untuk kayak is sudahmi saya matimi saja begitu e. ko tau berapa kali pernah, pernah saya coba untuk lakukan waktu saya di jalan saya bawa motor saya pergi di bagian palagimata terus disitu kan ada kayak jurang-jurang saya mau kasih masuk motorku disitu. Waaa tapi iya sendirianku malam pas itu malam-malam jam berapa e sekitar jam-jam setengah 9 kah tapi tiba-tiba is kalau saya anu tambah hancur adek-adekku.”*(F. SE, Baris 38-46) O1, W4.

Maka dari itu diagnosis permasalahan pada klien ini yaitu *resiliensi* yang rendah pada korban *broken home*.

3. Pelaksanaan *Treatment*

Pelaksanaan *treatment* pada permasalahan klien yang di diagnosis memiliki *resiliensi* yang rendah pada korban *broken home* menggunakan layanan konseling individual dengan teknik *systematic desensitization*. Setelah melakukan identifikasi terhadap masalah yang dialami klien, peneliti melihat bahwa dengan berbagai kesulitan yang dihadapi dan dirasakan klien membuatnya tidak berdaya dalam menjalani kehidupan sehari-harinya, serta adanya gejala-gejala kecemasan, ketakutan juga emosi marah yang terpendam pada diri klien. Sehingga digunakan teknik *systematic desensitization* untuk membantu klien mengatur, mengendalikan atau mengontrol rasa takut, cemas dan marah yang sudah tertumpuk-tumpuk dalam dirinya dengan mengukur tingkat kesulitan yang dihadapi klien dan membuat skala hierarki. Adapun Pelaksanaan teknik *systematic desensitization* ini dilakukan berdasarkan beberapa tahapan, yaitu tahap melakukan relaksasi, tahap menyusun skala hierarki kesulitan dan tahap desensitisasi sistematis.

Pada tahap pertama, tahap melakukan relaksasi. Peneliti mengajarkan relaksasi kepada klien dengan tujuan untuk menghilangkan rasa tegang klien sehingga bisa berada dalam keadaan santai atau rileks. Adapun relaksasi yang akan dilakukan yaitu dengan melakukan relaksasi pernapasan dada dengan cara mengambil napas dalam-dalam melalui hidung kemudian dihembuskan secara perlahan-lahan melalui mulut.

Pada tahap kedua, tahap menyusun skala hierarki kesulitan. Setelah klien melakukan relaksasi dan sudah berada dalam keadaan yang rileks kemudian pada tahapan ini peneliti membantu klien untuk menemukan faktor-faktor yang menyebabkan klien mengalami kesulitan dalam menghadapi kondisi *broken home* yang dihadapinya. Skala hierarki kesulitan disini adalah daftar pemicu yang menyebabkan klien merasa kesulitan yang ditulis secara berurutan mulai dari pemicu rasa sulit yang paling kecil hingga yang paling besar yang nantinya setelah tersusun daftar kesulitannya, lalu akan berikan diperingkat atau level kesulitan dari

masing-masing item menggunakan *subjective units of distress scale* (SUDS). Adapun daftar hierarki kesulitan yang telah di susun oleh klien yaitu: harus menjadi perantara antara mama dan ode, tidak bisa melawan saat orang tua marah, harus kerja untuk biaya kuliah dan kebutuhan hidup, waktu istirahat yang kurang karena harus membagi waktu kuliah dengan kerja, tidak dikasih uang sama orang tua, tidak bisa diam dirumah selama lebih dari satu hari karena akan *stress*. Setelah itu, daftar hierarki yang telah disusun klien kemudian kami sepakati sebagai daftar kesulitan yang akan kami hilangkan secara bertahap. Berikut adalah daftar skala hierarki kesulitan yang dialami klien.

Tabel 4.1 Skala hierarki kesulitan

SUDS	Hierarki Kesulitan W
	<i>Peristiwa</i>
060	Harus menjadi perantara antara ode dan mama
075	Tidak bisa melawan saat orang tua marah
080	Harus kerja untuk biaya kuliah dan kebutuhan hidup
085	Waktu istirahat yang kurang karena harus membagi waktu kuliah dan kerja
095	Tidak dikasih uang sama orang tua
0100	Tidak bisa diam di rumah selama lebih dari satu hari karena akan <i>stress</i>

Selanjutnya ketika skala hierarki telah selesai disusun maka dapat beralih pada tahap ketiga yaitu tahap desensitisasi sistematis. Dimana pada tahap ini proses desensitisasi akan dilakukan dan sebelumnya peneliti memastikan kembali bahwa klien dalam keadaan rileks dengan mengarahkan klien untuk melakukan relaksasi pernapasan dada seperti yang telah dijelaskan pada tahap pertama. Lalu, saat klien sudah dalam keadaan rileks yang mendalam dengan mata yang tertutup peneliti mulai mengarahkan klien untuk membayangkan dirinya yang lagi mengalami

kesulitan dengan menyampaikan sebuah skenario cerita yang belum langsung berkaitan dengan skala kesulitan pada daftar yang telah disusun, hal ini dilakukan agar klien tidak kaget dalam membayangkan situasi sulitnya dan lebih mudah untuk membayangkan.

Adapun skenario cerita yang di sampaikan peneliti pada saat *treatment* yaitu:

“Bayangkan situasi sulit yang kamu hadapi sejak pertama kali orang tuamu berpisah, hal-hal yang dulunya kamu dapatkan berangsur-angsur mulai hilang satu persatu”.

Kemudian setelah melihat ekspresi dan gestur tubuh klien yang masih bisa relaks, barulah peneliti mulai mengarahkan cerita pada skala hierarki yang berada pada tingkat rasa sulit paling bawah atau yang pemicu rasa sulitnya paling kecil yaitu “harus menjadi perantara antara mama dan ode”.

“Berjalannya waktu orang tuamu dia berpisah, banyak situasi-situasi sulit yang kamu dapatkan salah satunya kamu harus jadi perantaranya mamamu sama odemu kalau ada sesuatu yang dia inginkan mamamu pasti dia langsung suruh kamu yang kasih tau odemu dan itu buat kamu takut, tidak tau harus bicara bagaimana sama odemu”.

Kemudian dengan mata terpejam klien mulai merespon cerita yang disampaikan peneliti dengan mengatakan:

“Mama saya tidak berani kasihan mama saya harus kasih tau ini di ode karena ode itu dia orangnya seperti ini dan saya tipikal orang yang saya tidak bisa dibentak-bentak seperti itu”

Setelah itu, klien melanjutkan dengan menyampaikan:

“Sulit kayak kita tidak tau harus bagaimana kalau misalnya saya tidak dapat ini pasti saya pulang saya akan dimarahi lagi kayak saya harus jadi ini tapi sebenarnya saya tidak bisa jadi ini begitu e, karena saya bukan seperti ini begitu, saya tidak tau harus bikin apa saya harus bagaimana saya harus bicara bagaimana sama odeku saya harus pulang bagaimana kalau misalkan odeku dia tidak kasih saya jawaban yang ini, dia tidak kasih jawaban yang mamaku dia inginkan saya harus bagaimana, saya tidak tau hadapi itu semua.”

Hal tersebut diucapkan klien dengan tangan yang mengepal, kakinya terlihat seperti dikencangkan dan ekspresi mukanya yang murung dan dari ucapan klien seolah-olah menggambarkan bahwa klien merasa takut dan cemas dalam menghadapi situasinya tersebut. Dengan melihat ekspresi

dan gestur tubuh klien tersebut, lalu peneliti mulai menyampaikan kepada klien untuk berhenti membayangkan dan melakukan relaksasi dengan mengambil napas pelan-pelan lalu dihembuskan secara perlahan-lahan. Hal itu dilakukan beberapa kali sampai peneliti melihat adanya perubahan pada tangan klien yang sudah kembali terbuka, kakinya kembali di lemaskan juga ekspresi mukanya yang kembali normal. Selanjutnya ketika klien sudah kembali rileks, peneliti kembali melanjutkan ceritanya mengenai keadaan sulit yang dialami klien dan tidak lama kemudian klien memberikan reaksi kepada peneliti dengan berbicara sangat aktif dan cepat dalam menyampaikan keadaan-keadaan sulit yang dia rasakan. Lalu peneliti pun kembali menghentikan ceritanya dan menyampaikan kepada klien untuk kembali mengambil napas pelan-pelan lalu dihembuskan secara perlahan-lahan, sama seperti sebelumnya hal itu dilakukan secara berulang-ulang sampai pada titik klien mulai merasa stabil dengan berhenti melakukan relaksasi dengan mengatakan dirinya merasa sudah lebih tenang maka saat itu juga peneliti mengarahkan klien untuk membuka matanya.

Lalu pada saat klien sudah sadar, peneliti mengajak klien untuk berdiskusi dan menanyakan perubahan yang dia rasakan sebelum membayangkan dan setelah membayangkan keadaan sulitnya yang dikombinasikan dengan relaksasi pernapasan dada sambil memperlihatkan skala hierarki kesulitan yang sebelumnya telah dibuat kemudian menanyakan kembali kepada klien apakah ada perubahan yang dia rasakan pada skala hierarki dengan tingkat kesulitan paling bawah yaitu “harus menjadi perantara antara mama dan ode” sebelum melakukan *treatment* dan sesudah melakukan *treatment*.

Hasil yang dijelaskan klien setelah selesai melakukan *treatment* adalah:

“Dia kurang jadi 055 mungkin, fix 055 tapi nanti kalau bagaimana lagi saya kabari kamu, inikan dia masih berjalan terus semuanya sama saya ini to. Itukan dari yang pertama tadi saya rasaji kayak pas kau masih kasih tau saya tiba-tiba kau pancing lagi sedikit itu dia naik lagi, itu saya

ingat lagi pokoknya disitu dan saya rasa tapi saya sudah bisa kendalikan yang tadi itu pas yang kedua yang kau suruh saya tarik napas lagi saya tarik napas lagi, ko tanya saya ko coba pancing lagi sedikit tapi saya sudah tidak terlalu berasa seperti yang awalmi. Iya sedikit, kayaknya bahkan sebelum kau suruh deh, sebelum kau suruh saya sudah coba tarik napas duluan baru saa buang walaupun memang tarikan napasku dia masih kasar yang saya ingat, iya yang kedua, tapi habis itu kau suruh saya tarik napas lagi mulaimi saya bisa atur pelan-pelan napasku itu sih. Rasanya iya ada yang berubah, kalau tadi itukan saya tidak bisa kayak masih ingat-ingat itu tapi setelah tarik napas itu kayak dia turun rasanya sudah tidak seperti yang awalnya itu cocokmi dia turun 055.”

Lalu setelah melihat perubahan tingkat kesulitan yang dirasakan klien, dari 060 menjadi 055 kemudian peneliti kembali mendiskusikan bersama klien dan hasilnya klien mengatakan bahwa ia merasa sudah lebih bisa mengatur perasaannya yang tadinya cemas takut dan marah menjadi lebih terkontrol atau terkendali sehingga ia bisa melanjutkan dan naik pada level selanjutnya di hari berikutnya yang telah kami sepakati bersama.

Dihari berikutnya peneliti dan klien melanjutkan proses desensitisasinya pada tingkat pemicu rasa sulit yang berada pada level kedua yaitu “tidak bisa melawan saat orang tua marah”. Kemudian proses desensitisasi pun kembali dilakukan. Sama seperti sebelumnya peneliti mengarahkan klien untuk melakukan relaksasi terlebih dahulu agar klien dapat merasakan relaks dan tenang. Ketika klien sudah berada dalam keadaan yang relaks, peneliti mulai menyampaikan skenario yang dibuatnya dengan menyampaikan hal-hal sulit yang belum langsung berkenaan pada level kesulitan yang akan dia bayangkan.

Adapun skenario yang disampaikan oleh peneliti yaitu:

“coba bayangkan kamu lagi ditempat kerjamu, kamu lagi kerja, terus mulai rasa capek dan itu tiba-tiba buat kamu jadi down lagi. Seketika kamu kembali memikirkan semua hal yang terjadi karena orang tuamu berpisah ini yang buat kamu harus kerja cari uang untuk bantu mamamu biayai kehidupan sehari-harinya kamu sama adek-adekmu”.

Ketika hal itu mampu dilewati klien, peneliti melanjutkan dengan mengarahkan ceritanya pada skala kesulitan yang berada pada level kedua yaitu “tidak bisa melawan saat orang tua marah”.

“lalu ketika kamu lagi down-down nya dan capek-capeknya kerja, pulangny kamu tidak langsung pulang dirumah. Kamu pergi jalan-jalan

sebentar di luar sama temanmu dan saat perasaanmu sudah lumayan tenang baru kamu pulang kerumah. Dan saat pulang itu ternyata ada mamamu di ruang tamu dia sudah tunggu-tunggu kamu pulang. Dan tanpa bertanya apapun kamu langsung dimarahi sama mamamu dan di katai perempuan malam. Kamu bayangkan hal itu terjadi saat kamu pulang kerja dan lagi capek-capeknya langsung marahi sama mamamu dan kamu tidak berani untuk bicara kamu hanya diam saja”.

dan tidak menjelang beberapa menit klien langsung merespon peneliti dengan mengatakan:

*“Mamaku dia kasih tahu saya itu to kau bajalan sekali deh, kau itu kayak lon** katanya kau bajalan keluar malam sampai pulang larut. Padahal saya itu hanya cari kesenanganmu saja begitu di luar kayak saya tidak bisa, saya tidak tahu saya mau bikin apa juga di rumah, saya to saya pusing. Sa pulang capek kerja sa ingin juga kayak sa refresing mungkin. Dan begitu caraku untuk saya e, saya hilangkan capekku toh, hilangkan capek kerjaku. Karena saya kalau di rumah kan pasti saya pulang saya tidur lagi. Saya kayak saya mau juga kayak teman-temanmu kayak dia nongkrong, saya mau kayak begitu tapi mamaku dia tidak pernah mengerti itu. Tapi saya tidak bisa lawan dia karena toh dia toh selalu dia bicara terus, kayak wanti kau itu begini, begini, begini. Pokoknya tidak bisa kita bicara kayak makanya saya hanya diam saja saya kunci pintu kamarku. Habis saya main-main hpku, saya tidak tahu mau bikin apa begitu e sampai dia sakit kepalaku saya tidak tahu saya.”*

Kemudian klien juga mengatakan bahwa:

“Saya tidak bisa marah. Saya tidak bisa, susah saya marah sama dia, dia tidak mengerti, iya saya kesusahan.”

Pernyataan yang di sampaikan klien pada saat membayangkan jelas terlihat bahwa dia sangat kesulitan dalam menghadapi orang tuanya yang sedang marah hal itu juga didukung oleh ekspresi wajah klien ketika membayangkan mukanya yang mengerut sambil memegang kepala seperti pusing, kakinya dikencangkan, dan tangannya yang digepal kuat. Seolah-olah ia sedang menahan marahnya. Lalu disaat itu juga peneliti mengarahkan klien untuk melakukan relaksasi untuk kembali menenangkan dirinya dengan mengambil napas dalam-dalam lalu dihembuskan secara perlahan-lahan. Saat itu klien melakukannya dengan masih kesulitan terlihat dari ia menarik napas dengan terburu-buru dan terasa kasar, saat melakukan tarik napas klien menyampaikan mulut sampai dagunya terasa kaku seperti keram, lalu pada saat itu peneliti menanyakan kepada klien jika ada hal-hal terpendam yang ingin klien

utarakan sambil mengarahkannya untuk kembali mengatur napasnya dengan mengambil pelan-pelan lalu dihebuskan secara perlahan-lahan. Sampai peneliti melihat kembali perubahan pada klien yang tadinya emosi klien memuncak menjadi cukup terkendali dengan ekspresi dan gestur tubuh klien yang kembali normal setelah melakukan relaksasi pernapasan dada berulang-ulang dan juga respon yang diberikan klien setelah melakukan relaksasi berubah yang tadinya ada rasa marah yang menggebu-gebu pada diri klien kemudian berubah dengan menyampaikan:

. *“Iya. Sudah mi tadi. Tidak ada lagi. Saya tidak bisa marah, saya kasian juga sama dia sih. Karena dia sudah tanggung semuanya ini. Saya mengerti juga kadang dia marah sama saya karena itu. Cuman kayak sama hal kayak saya sudah rasa kayak saya sudah e dari itu karena memang situasinya seperti ini. Umm. Masih. Sudah. Tidak seperti tadi. Tidak mi. Tidak mi, sudah tidak terasa kayak tadi. Tadi itu kayak saya emosi sekali, dia naik sekali itu emosiku. Sekarang tidak mi. Sudah aman. Bisa. Masih. Sudah tidak kayak tadi mi.”*

Selanjutnya klien juga menyampaikan bahwa:

“Karena saya berpikir juga kayak makin saya tarik napas saya buang saya berpikir mi, mamaku dia begitu juga karena keadaan, karena dia capek mungkin karena dia habis, dia banyak sekali yang dia pikirkan. Mamaku saya, makanya saya mengerti juga kadang mamaku dia emosian seperti itu. Iya bukan kemauannya. Iya bukan dia. Hanya memang dia da emosi.”

Berdasarkan respon dan reaksi yang diberikan klien tersebut, peneliti melihat bahwa klien sudah lebih bisa mengendalikan emosinya. Peneliti pun mengarahkan klien untuk membuka matanya lalu peneliti dan klien kembali berdiskusi dan membahas perubahan yang ia rasakan dengan memperlihatkan skala hierarki kesulitan yang telah disusun sebelumnya dengan tingkat level kesulitan kedua terendah. Lalu klien pun mengatakan bahwa:

“Iya, karena dari waktu yang kemarin-kemarin jugakan sudah berapa hari itukan selalu kayak saya sudah mengerti, oh jadi kayak memang kalo saya lagi emosi saya harus tarik napas langsung saya buang. Sedikit ada, dia turun 1.”

Klien mengatakan bahwa setelah melakukan proses desensitisasi dengan level kesulitan pertama terendah saat itu klien sudah mencoba untuk mempraktikkan dalam kehidupan sehari-harinya saat ada masalah

atau situasi sulit yang ia hadapi yang memicu reaksi emosinya. sehingga saat melakukan desensitisasi pada tingkat kesulitan kedua klien lebih dulu melakukan relaksasi saat ia mulai merasa keadaan sulit yang dibayangkannya sudah sangat jelas terasa dan emosinya sudah mulai bercampur dari rasa cemas, takut juga marah walaupun awalnya masih dengan tarikan napas yang kasar tetapi klien mampu mengatur dan mengendalikannya dengan berulang-ulang melakukan relaksasi pernapasan dada sehingga hasil akhir yang di capai yaitu ia mampu menurunkan 1 tingkat dari rasa sulit sebelumnya yaitu dari 075 turun menjadi 074.

Pernyataan klien diatas merupakan perubahan rasa kesulitan yang berhasil dia turunkan. Dari 6 item yang disusun menjadi satu daftar skala hierarki kesulitan yang dialami klien, ia mampu menyelesaikannya sampai pada level kedua dari tingkatan kesulitan yang ada dalam skala hierarki, hal itu disebabkan keadaan klien yang belum siap untuk melanjutkan pada tahap ketiga dan seterusnya karena klien merasa butuh waktu untuk mempersiapkan dirinya dan ditambah kondisinya pada saat itu lagi kurang sehat akibat banyaknya aktivitas diluar yang dilakukan klien sehingga klien kurang sehat dan belum bisa untuk melanjutkan *treatment*.

4. Evaluasi

Kesimpulan dari pelaksanaan *treatment* yang menggunakan teknik *systemtic desensitization* pada permasalahan klien yang memiliki *resiliensi* rendah pada korban *broken home* melalui layanan konseling individual yang dilakukan yaitu klien menunjukkan hal yang cukup baik.

B. Pembahasan

1. Gambaran Kehidupan Korban yang Memiliki *Resiliensi* Rendah Sebelum Melakukan Konseling Individual Teknik *Systematic Desensitization*

Berdasarkan data observasi dan wawancara, diketahui bahwa sebelum pemberian layanan konseling individual untuk mengatasi permasalahan klien yang memiliki *resiliensi* rendah, klien sangat kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-harinya dengan kondisi *broken home*.

Berawal dari orang tua klien yang menikah diusia muda yaitu pada saat SMA dan seiring berjalannya waktu bapak klien yang masih ingin menikmati masa mudanya ternyata belum bisa bertahan hanya dengan satu perempuan saja. Sehingga mulai dari hal tersebut awal dari orang tua klien yaitu bapaknya selingkuh, dan hal ini terjadi sejak klien masih SD sampai sekarang. Dengan perlakuan yang diberikan oleh bapaknya tersebut, mama klien merasa tidak sanggup lagi untuk bertahan dengan bapak klien sehingga saat bapak klien meminta untuk berpisah karena seringnya ia didapat berselingkuh terus-menerus, mama klien pada saat itu tidak menahan lagi bapaknya untuk tetap tinggal, sehingga dari situlah mereka memutuskan untuk bercerai pada tahun 2022.

Ketika klien mengetahui bahwa orang tuanya memutuskan untuk bercerai, klien merasa sangat terpukul, rasanya seperti hampa, kosong, tidak tahu harus berbuat apa. Kehidupan klien seketika berubah drastis pada saat orang tuanya bercerai. Saat itu, klien mulai merasa perubahan dalam kehidupannya setelah *broken home*. Ia merasa seperti hal-hal yang dulunya dia dapatkan sekarang menjadi hilang. Mamanya menjadi sering marah-marah, bapak klien juga keluar rumah dan tidak pulang serta pada saat keluar dari rumah bapak klien berhenti untuk memberikan uang pada klien dan adik-adiknya. Hal itu membuat kehidupan klien menjadi susah karena pada saat itu mama klien juga hanya seorang ibu rumah tangga yang tidak memiliki pekerjaan. Akibatnya dari situ klien mulai berpikir, karena dia merupakan anak pertama dari lima bersaudara dan adik-adiknya juga masih kecil, sehingga klien memutuskan untuk bekerja dan membantu mamanya memenuhi kebutuhan hidup mereka. Akan tetapi karena keadaan yang begitu sulit, mama klien juga merasa *stress* sehingga pada saat itu mama klien keluar dari rumah dengan meninggalkan klien beserta adik-adiknya. Saat itu klien merasa putus asa dan sangat kesulitan, dimana dia sebagai anak pertama harus memikirkan bagaimana caranya agar dia dan adik-adiknya dapat bertahan hidup. Yang membuat klien kuat dan bertahan dalam keadaan sulit ini hanyalah adik-adiknya.

Dengan ditinggalkannya pada saat itu klien merasa sangat *stress*, klien menjelaskan bahwa setiap malam ia keluar rumah dan pulang sekitaran jam 12 sampai jam 1 malam, hal itu dilakukan klien karena dirinya merasa tidak nyaman jika berada di dalam rumah karena akan memikirkan keadaannya yang *broken home*. Ketika bangun pagi perasaannya masih terasa baik akan tetapi ketika menjelang malam klien suka merasa sedih dan selalu menangis meratapi kehidupannya. Klien merasa bahwa ia belum bisa menerima keadaan *broken home* yang terjadi padanya, rasanya klien seperti ingin marah dan menyalahkan keadaan yang menyimpannya.

Sampai di puncak rasa *stress* nya klien minum-minuman keras, merokok, mengiris-iris tangannya dan minum obat. Semua itu klien lakukan agar ia bisa merasa tenang. Disampaikan klien bahwa dengan dia mengiris-iris tangannya rasa sakit hatinya seolah berpindah ke tangannya dan hal itu membuatnya merasa nyaman. Kemudian dengan klien minum-minuman keras ia merasa lebih bebas untuk menangis juga ketawa sepuasnya atau dengan kata lain klien dapat mengeluarkan perasaan-perasaan yang terpendam dan tidak pernah dia keluarkan selama ini, menjadi mudah untuk dia ekspresikan ketika sedang minum-minuman keras dan hal itu membuatnya merasa legah.

Lalu ketika mama klien sudah kembali pulang di rumah dan melihat klien yang jarang berada di rumah dan selalu pulang larut malam, mamanya menuntut klien untuk harus berada di rumah tanpa memikirkan alasan klien. Bahkan mama klien sampai mengatakan kepada klien bahwa ia seperti perempuan malam akibat jaranganya klien berada di rumah. Klien mengatakan bahwa dirinya yang jarang berada di rumah karena dia harus pergi kerja dan di tambah lagi kuliah akan tetapi mamanya tidak mengerti dan tidak peduli terhadap alasan-alasan yang klien sampaikan, sehingga klien merasa bahwa dengan beratnya keadaan yang dia hadapi sekarang ditambah lagi dengan orang-orang disekitarnya yang tidak mengerti dirinya membuatnya merasa semakin sulit dalam menjalani kehidupan sehari-harinya. Klien mengatakan bahwa ia harus pergi kerja dan saat

pulang bukannya diberikan semangat tetapi dimarahi dan dikatakan perempuan malam. Hal tersebut membuat klien kembali mengingat bahwa semua hal yang ia rasakan ini akibat dari orang tuanya yang berpisah dan disaat itu juga klien mulai membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain atau dengan kata lain klien merasa dirinya tidak memiliki kesamaan dengan kebanyakan orang yang memiliki keluarga harmonis.

Tidak hanya itu, bapak klien juga cenderung menunjukkan sikap dan perilaku yang tidak peduli terhadap klien. Dikatakan klien bahwa saat dia ketemu bapaknya untuk meminta uang jajan adik-adiknya ia selalu dibentak bahkan pernah di pukul bapaknya. Selain itu juga sekarang bapaknya juga sudah memiliki pacar baru dan tinggal satu rumah bahkan klien beberapa kali sering melihat bapaknya berboncengan dengan pacarnya tersebut. Dan disaat masalah tidak kunjung selesai klien mengatakan bahwa muncul lagi masalah baru dimana mamanya juga sudah memiliki pacar baru juga dan ketika mama klien bertengkar dengan pacarnya pelampiasannya pasti pada klien. Hal itu membuat klien semakin terpuruk seolah-olah dia merasa bahwa orang tuanya sama sekali tidak memberikan dukungan padanya, tidak peduli dan tidak memikirkan perasaan klien. Hal itu membuatnya semakin kesulitan dalam menjalani kehidupannya. Beberapa kali klien mencoba untuk mengakhiri hidupnya karena ketidakmampuan klien untuk bertahan hidup dimana ia merasa bahwa orang-orang terdekatnya juga tidak ada yang memperdulikan dan mendukungnya tetapi yang membuat klien bertahan hanya karena memikirkan adik-adiknya. Sehingga dengan keadaan sulit yang dialami klien, ia seperti membutuhkan sosok yang bisa dia percaya dan bisa diandalkan dalam situasi apapun layaknya seperti orang tua. Hal itu terlihat jelas ketika klien datang ke rumah temannya ia selalu menanggapi orang tua temannya seperti orang tuanya sendiri bahkan ia mengatakan bahwa dia ingin memanggil orang tua temannya sebagai orang tuanya juga, sering muncul rasa iri klien pada teman-temannya ketika ia sedang

kumpul dengan melihat suasana keluarga temannya yang harmonis klien sering kali merasa sedih.

Berdasarkan gambaran klien di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dengan banyaknya situasi sulit yang dihadapi klien membuatnya tidak berdaya dalam menjalani kehidupannya. Hal tersebut karena rendahnya *resiliensi* yang dimiliki klien.

2. Konseling Individual Teknik *Systematic Desensitization* Untuk Meningkatkan *Resiliensi* Korban *Broken Home*

Permasalahan klien yang memiliki *resiliensi* rendah, maka untuk membantu klien agar dapat meningkatkan *resiliensi* nya yaitu dengan memberikan layanan konseling individual teknik *systematic desensitization*.

Menurut Husni (2017) Konseling individual adalah pertemuan konselor dengan konseli secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport* dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi konseli serta konseli dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya. Sedangkan Teknik desensitisasi sistematis (*systematic desensitization*) yaitu mereduksi perilaku cemas dan takut yang terkondisikan dengan melakukan aktivitas yang berlawanan dengan respon ketakutan secara bertahap, sedikit demi sedikit dalam suasana rileks sehingga lambat laun konseli dapat merespon faktor-faktor penyebab ketakutan secara wajar (Sugiantoro, 2018).

Pemberian layanan konseling individual dengan teknik *systematic desensitization* ini digunakan karena selama proses identifikasi masalah dan wawancara peneliti melihat bahwa dengan berbagai kesulitan yang dihadapi dan dirasakan klien membuatnya tidak berdaya dalam menjalani kehidupan sehari-harinya, serta dengan berbagai macam kesulitan yang dialaminya tersebut menimbulkan gejala-gejala kecemasan, ketakutan juga emosi marah yang terpendam pada diri klien. Sehingga digunakan teknik *systematic desensitization* untuk mengukur tingkat kesulitan yang dialami

klien dengan membuat skala hierarki untuk membantu klien mengatur, mengendalikan atau mengontrol rasa takut, cemas dan marahnya yang sudah tertumpuk-tumpuk dalam diri klien. Dengan begitu, ketika klien mampu mengatur rasa takut, cemas dan marah pada dirinya tersebut klien akan lebih mudah dalam menghadapi keadaan-keadaan sulitnya karena kemampuan atau kekuatan yang ada dalam dirinya secara tidak langsung akan meningkat dan klien pun lebih mudah untuk beradaptasi pada situasi sulit atau dengan kata lain *resiliensi* pada diri klien akan meningkat. Hal ini didukung juga oleh penelitian yang dilakukan oleh Afnibar, 2017 yang berjudul *Konseling Traumatik Untuk Korban Gempa dan Resiliensi Di Kalangan Masyarakat Minangkabau* yang berhasil meningkatkan *resilinsi* korban dengan salah satunya menggunakan teknik desensitisasi sistematis.

Dasar untuk desensitisasi sistematis berasal dari *classical conditioning*, *counterconditioning*, dan khususnya sebuah konsep yang sebelumnya telah ditinjau yang disebut *reciprocal inhibition*. Yaitu, dua respon yang saling bertentangan tidak mungkin terjadi secara bersamaan. Mustahil untuk takut dan tenang secara bersamaan. Kuncinya adalah memperkuat respons yang diinginkan (tenang) untuk memblokir respons yang tidak diinginkan (takut). Dalam kasus desensitisasi sistematis, teknik relaksasi yang telah dipelajari dan digunakan oleh klien mengurangi kemungkinan bahwa kejadian itu akan memicu respons takut pada klien. Ketakutan dan relaksasi adalah respons-respons yang tidak kompatibel, sehingga klien dengan paparan gradual kejadian yang ditakuti dan latihan relaksasi, menjadi kurang sensitif terhadap kejadian itu (Erford, 2017).

Relaksasi yang digunakan dalam *treatment* ini ialah relaksasi pernapasan dada. Relaksasi pernapasan dada menurut Naomi (Azizah, Rahmawati & Dessy, 2021) merupakan salah satu cara untuk mengurangi rasa ketakutan atau kecemasan berlebihan yang muncul pada seseorang yang secara nonfarmakologis dengan menarik napas dalam-dalam melalui hidung sambil mengembungkan perut lalu menghembuskan secara perlahan-lahan melalui mulut.

Pemberian teknik *systematic desensitization* pada klien, pada tahap pertama diarahkan untuk melakukan relaksasi dengan tujuan untuk menghilangkan rasa tegang klien sehingga bisa berada dalam keadaan santai atau rileks. Ketika klien telah mencapai keadaan rileks, peneliti akan melanjutkan dengan membantu klien menyusun daftar skala hierarki kesulitan berdasarkan faktor-faktor yang menyebabkan klien mengalami kesulitan dalam menghadapi kondisi *broken home* nya dengan tingkat kesulitan yang ditulis secara berurutan mulai dari rasa sulit yang paling kecil hingga yang paling besar kemudian diberikan peringkat atau level dari masing-masing item dengan menggunakan *subjective units of distress scale* (SUDS). SUDS adalah contoh lebih spesifik dari prosedur umum yang dikenal sebagai *scaling*, yang awalnya dirancang untuk digunakan pada klien selama prosedur desensitisasi sistematis. SUDS digunakan sedemikian rupa sehingga konselor dapat mengakses dan memahami situasi-situasi mana yang menyebabkan kecemasan terbesar untuk klien (Erford, 2017).

Adapun daftar hierarki kesulitan yang telah disusun oleh klien yaitu: harus menjadi perantara antara mama dan ode, tidak bisa melawan saat orang tua marah, harus kerja untuk biaya kuliah dan kebutuhan hidup, waktu istirahat yang kurang karena harus membagi waktu kuliah dengan kerja, tidak dikasih uang sama orang tua, tidak bisa diam dirumah selama lebih dari satu hari karena akan *stress*. Daftar hierarki yang telah disusun klien kemudian kami sepakati sebagai daftar kesulitan yang akan kami hilangkan secara bertahap.

Lalu proses desensitisasi pun dilakukan dimana pertama-tama peneliti memastikan klien dalam keadaan rileks dengan mengarahkan klien untuk melakukan relaksasi seperti yang telah dijelaskan pada tahap pertama. Lalu, saat klien sudah dalam keadaan rileks yang mendalam dengan mata yang tertutup, peneliti mulai mengarahkan klien untuk membayangkan dirinya yang lagi mengalami kesulitan dengan menyampaikan sebuah cerita yang belum langsung berkaitan dengan skala kesulitan pada daftar

yang telah disusun yaitu “coba bayangkan situasi sulit yang kamu hadapi sejak pertama kali orang tuamu berpisah, hal-hal yang dulunya kamu dapatkan berangsur-angsur mulai hilang satu persatu” lalu saat peneliti melihat klien masih bisa mengendalikan dirinya atau dengan kata lain masih dengan keadaan relaks, peneliti mulai mengarahkan cerita pada skala hierarki yang berada pada tingkat rasa sulit paling bawah atau pemicu rasa sulitnya paling kecil yaitu “harus menjadi perantara antara mama dan ode”. Stimuli yang diberikan peneliti yaitu dengan mengatakan “berjalannya waktu orang tuamu dia berpisah, banyak situasi-situasi sulit yang kamu dapatkan salah satunya kamu harus jadi perantaranya mamamu sama odemu kalau ada sesuatu yang dia inginkan mamamu pasti dia langsung suruh kamu yang kasih tau odemu dan itu buat kamu takut, tidak tau harus bicara bagaimana sama odemu”. Saat dipertengahan cerita, dimana klien yang sementara membayangkan situasi sulit itu, kemudian mulai memberikan reaksi khawatir, cemas dan takut pada situasi sulit yang ia hadapi maka pada saat itu juga peneliti mengarahkan klien untuk berhenti membayangkan situasi tersebut dan melakukan relaksasi, hal itu dilakukan klien beberapa kali sampai emosi yang awalnya tidak bisa di kendalikan klien berangsur-angsur bisa klien dikendalikan. Dan hasil yang diperoleh ialah klien mampu menurunkan tingkat kesulitan yang awalnya berada di 060 setelah melakukan desensitisasi turun menjadi 055. Hal itu dilihat dari reaksi klien yang ketika situasi sulit itu di hadirkan kembali klien terlihat lebih tenang dari sebelumnya yang memberikan reaksi dengan tangan yang mengepal, kaki yang tiba-tiba dikencangkan dan ekspresi muka klien yang terlihat murung Akan tetapi setelah melakukan relaksasi beberapa kali reaksi klien berubah menjadi lebih tenang yang terlihat dari tangannya tidak lagi mengepal, kakinya juga kembali di lemaskan dan mukanya yang terlihat biasa dan tidak murung lagi. Selain itu juga klien terlihat lebih mudah mengendalikan dan mengatur napasnya saat keadaan sulit itu muncul.

Lalu setelah melihat perubahan tingkat kesulitan yang dirasakan klien, kemudian peneliti kembali mendiskusikan bersama klien dan hasilnya klien mengatakan bahwa ia merasa sudah lebih bisa mengatur perasaannya yang tadinya cemas takut dan marah menjadi lebih terkontrol atau terkendali sehingga ia bisa melanjutkan dan naik pada level selanjutnya di hari berikutnya yang telah kami sepakati bersama.

Selanjutnya peneliti dan klien melanjutkan proses desensitisasinya pada tingkat pemicu rasa sulit yang berada pada level kedua yaitu “tidak bisa melawan saat orang tua marah”. Kemudian proses desensitisasi pun kembali dilakukan. Sama seperti sebelumnya peneliti mengarahkan klien untuk melakukan relaksasi terlebih dahulu agar klien dapat merasakan relaks dan tenang. Ketika klien sudah berada dalam keadaan yang relaks, peneliti mulai menyampaikan skenario yang dibuatnya dengan menyampaikan hal-hal sulit yang belum langsung berkenaan pada level kesulitan yang akan dia bayangkan yaitu “coba bayangkan kamu lagi ditempat kerjamu, kamu lagi kerja, terus mulai rasa capek dan itu tiba-tiba buat kamu jadi down lagi seketika kamu kembali memikirkan semua hal yang terjadi karena orang tuamu berpisah ini yang buat kamu harus kerja cari uang untuk bantu mamamu biayai kehidupan sehari-harinya kamu sama adek-adekmu”. Ketika hal itu mampu dilewati klien, peneliti pun melanjutkan dengan mengarahkan ceritanya pada skala kesulitan yang berada pada level kedua yaitu “tidak bisa melawan saat orang tua marah” dengan menyampaikan “lalu ketika kamu lagi down-down nya dan capek-capeknya kerja, pulangny kamu tidak langsung pulang dirumah. Kamu pergi jalan-jalan sebentar di luar sama temanmu dan saat perasaanmu sudah lumayan tenang baru kamu pulang kerumah. Dan saat pulang itu ternyata ada mamamu di ruang tamu dia sudah tunggu-tunggu kamu pulang. Dan tanpa bertanya apapun kamu langsung dimarahi sama mamamu dan di katai perempuan malam. Kamu bayangkan hal itu terjadi saat kamu pulang kerja dan lagi capek-capeknya langsung marahi sama mamamu dan kamu tidak berani untuk bicara kamu hanya diam saja”.

Saat membayangkan hal tersebut, terlihat jelas bahwa klien sangat kesulitan dalam menghadapi orang tuanya yang sedang marah hal itu juga didukung oleh ekspresi wajah klien ketika membayangkan, mukanya yang mengerut sambil memegang kepala seperti pusing, kakinya dikencangkan, dan tangannya yang digepal kuat. Seolah-olah ia sedang menahan marahnya. Lalu disaat itu juga peneliti mengarahkan klien untuk melakukan relaksasi untuk kembali menenangkan dirinya dengan mengambil napas dalam-dalam lalu dihembuskan secara perlahan-lahan. Saat itu klien melakukannya dengan masih kesulitan terlihat dari ia menarik napas dengan terburu-buru dan terasa kasar juga saat melakukan tarik napas mulut sampai dagunya terasa kaku seperti keram, lalu pada saat itu peneliti menanyakan kepada klien jika ada hal-hal terpendam yang ingin klien utarakan sambil mengarahkannya untuk kembali mengatur napasnya dengan mengambil napas pelan-pelan lalu dihebuskan secara perlahan-lahan. Sampai peneliti melihat kembali perubahan pada klien yang tadinya emosi klien memuncak menjadi cukup terkendali dengan ekspresi dan gestur tubuh klien yang kembali normal setelah melakukan relaksasi pernapasan dada berulang-ulang dan juga respon yang diberikan klien setelah melakukan relaksasi berubah yang tadinya ada rasa marah yang menggebu-gebu pada diri klien kemudian berubah klien menjadi lebih tenang.

Sehingga dari reaksi yang diberikan klien tersebut kemudian peneliti mengarahkan klien untuk membuka matanya lalu peneliti dan klien kembali berdiskusi dan membahas perubahan yang ia rasakan dengan memperlihatkan skala hierarki kesulitan yang telah disusun sebelumnya dengan tingkat level kesulitan kedua. Lalu klien pun mengatakan bahwa setelah melakukan proses desensitisasi dengan level kesulitan pertama terendah saat itu klien sudah mencoba untuk mempraktikkan dalam kehidupan sehari-harinya saat ada masalah atau situasi sulit yang ia hadapi yang memicu reaksi emosinya. sehingga saat melakukan desensitisasi pada tingkat kesulitan kedua klien lebih dulu melakukan relaksasi saat ia mulai

merasa keadaan sulit yang dibayangkannya sudah sangat jelas terasa dan emosinya sudah mulai bercampur dari rasa cemas, takut juga marah walaupun awalnya masih dengan tarikan napas yang kasar tetapi klien mampu mengatur dan mengendalikannya dengan berulang-ulang melakukan relaksasi pernapasan dada sehingga hasil akhir yang di capai yaitu ia mampu menurunkan 1 tingkat dari rasa sulit sebelumnya yaitu dari 075 turun menjadi 074.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diuraikan pembahasan mengenai konseling individual menggunakan teknik *systematic desensitization* untuk meningkatkan *resiliensi* korban *broken home*. Setelah pemberian *treatment* melalui layanan konseling individual ini, terlihat perubahan pada klien yaitu klien terlihat lebih tenang dan dapat mengontrol perasaan cemas, takut dan marahnya setelah memikirkan kembali keadaan sulit yang ia rasakan. Hal itu dilihat dari cara klien yang menarik napas saat belum bisa mengendalikan rasa sulit nya, tarikan napas klien terasa kasar dan cenderung terburu-buru saat keadaan sulit itu dibayangkan berbeda halnya setelah klien bisa mengendalikan rasa takutnya ia lebih mudah mengatur dengan tenang menarik napasnya secara perlahan-lahan saat membayangkan keadaan sulit yang ia hadapi, selain itu setelah *treatment* klien menerapkan pada kesehariannya dan saat mengalami hal sulit klien lebih mudah mengatur emosi dan mengendalikan perasaannya. Sehingga setelah dilakukannya layanan konseling individual untuk meningkatkan *resiliensi* korban *broken home* telah mencapai target yang diinginkan yaitu adanya peningkatan *resiliensi* pada klien.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada mahasiswa yang memiliki *resiliensi* rendah akibat korban *broken home*, Kelurahan Tanganapada, Kecamatan Murhum, Kota Baubau, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. *Resiliensi* pada korban *broken home* dalam penelitian ini ialah korban mengalami banyak kesulitan dalam menyesuaikan dan menjalani kehidupan sehari-harinya setelah orang tuanya memutuskan untuk berpisah. Situasi sulit tersebut membuatnya tidak berdaya, mempunyai emosi yang tidak stabil, mudah mengalami *stress* dan cenderung melakukan hal-hal yang merusak dirinya, serta muncul gejala-gejala perasaan takut, cemas dan khawatir pada diri korban yang membuatnya semakin terpuruk dalam menjalani hidup.
2. Penyebab terjadinya *resiliensi* yang rendah pada korban *broken home* ialah karena beberapa faktor yaitu:
 - a) *Self-Esteem*
Rendahnya *self esteem* atau keberhargaan terhadap diri yang dimiliki korban, membuatnya merasa diri tidak berharga dan cenderung akan melakukan hal-hal yang merusak dirinya karena ketidakmampuannya dalam menghadapi setiap situasi sulit yang dihadapinya
 - b) Dukungan Sosial
Dukungan sosial atau *support* dari lingkungan sekitar yang tidak diperoleh korban membuatnya merasa tidak berdaya dan kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-harinya.
 - c) Spiritualitas
Faktor lain yang dapat mempengaruhi *resiliensi* korban *broken home* yaitu spiritualitas. Pada faktor ini, korban cenderung membandingkan dirinya terhadap orang-orang disekitarnya yang memiliki keluarga

yang harmonis dan menganggap bahwa kehidupan yang dijalannya tidak adil.

d) Emosi Positif

Faktor penting lainnya yang dapat dipengaruhi pembentukan *resiliensi* pada korban *broken home* yaitu emosi positif. Korban yang memiliki *resiliensi* rendah akan kesulitan dalam mengendalikan emosinya sedang menghadapi situasi sulit atau kritis sangat membutuhkan emosi positif karena dengan memiliki emosi positif seseorang dapat mengurangi tekanan atau stress secara lebih efektif. Selain itu, dengan adanya rasa syukur yang baik, seseorang mampu mengendalikan emosi negatif dan dapat meningkatkan emosi positif dalam menghadapi segala kesulitan akan permasalahan yang dihadapi.

3. Bentuk penanganan yang dilakukan yaitu melalui layanan konseling individual dengan teknik *systemtic desensitization*. Pemberian layanan dengan teknik *systemtic desensitization* ini digunakan karena selama peneliti melakukan observasi dan wawancara klien cenderung menceritakan keadaannya yang begitu sulit setelah orang tuanya memutuskan untuk berpisah (*broken home*). Kehidupannya menjadi berubah drastis. Klien mengalami berbagai kesulitan dan tidak mampu beradaptasi pada keadaan tersebut sehingga muncul gejala-gejala cemas dan takut yang berlebihan pada diri klien. Sehingga teknik *systemtic desensitization* diterapkan untuk mengukur tingkat kesulitan yang dialami klien berdasarkan hal-hal sulit yang dirasakan klien selama ini. Sehingga dengan kemampuan klien yang mampu menurunkan serta mengendalikan rasa takutnya akan membuat klien lebih bisa menghadapi kondisi *broken home* karena kekuatan yang ada dalam diri klien secara tidak langsung akan bertambah atau dengan kata lain *resiliensi* pada diri klien akan meningkat dan klien akan lebih mudah beradaptasi pada keadaan yang sulit.

B. Saran

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan pengetahuan bagi mahasiswa, dosen, dan pembaca, sekaligus dapat dijadikan pedoman dalam memberikan layanan konseling individual untuk meningkatkan *resiliensi* pada korban *broken home*. Dalam penelitian ini masih terdapat kekurangan seperti pada waktu pelaksanaan *treatment* yang cukup singkat sehingga bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengeksplor masalah yang terjadi lebih dalam lagi untuk penelitian yang serupa dan dapat menggunakan teknik-teknik konseling yang lainnya. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi sumbangsih pengetahuan yang erat kaitannya dengan pengembangan profesi bimbingan dan konseling.

DAFTAR PUSTAKA

- Afnibar, A. (2017). Konseling Traumatik Untuk Korban Gempa Dan Resiliensi Di Kalangan Masyarakat Minangkabau. *Proceeding Iain Batusangkar*, 1(1), 46-56.
- Aye, S., Wijono, S., & Hunga, A. I. R. (2022). Menurunkan Kecemasan Korban Kekerasan dalam Berpacaran dengan Teknik Desensitisasi Sistematis (Studi Kasus di Kota Salatiga). *Psikologi Konseling*, 21(2), 1404-1417.
- Amalia, R., & Pahrul, Y. (2019). Intervensi Konselor Sekolah Untuk Meningkatkan Self Esteem Bagi Anak Keluarga Broken Home. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 3 (1), 632-640.
- Azizah, N., Rahmawati, V. E., & Dessy, f. v. (2021). Teknik Relaksasi Dalam Proses Persalinan: Literatur Review. *Jurnal EDUNursing*, 5(2), 134-141.
- Detta, B., & Abdullah, S. M. (2017). Dinamika resiliensi remaja dengan keluarga broken home. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 19(2), 71-86.
- Erford, B. (2017), *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Yogyakarta : Pustaka
- Giri, P. A. S. P. (2020). Mereduksi Kecemasan Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis. *Widyadari: Jurnal Pendidikan*, 21(1).
- Gumilang, S.G. 2016. Metode Penelitian Kualitatif dalam Bidang Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Fokus Konseling*. Vol. 2(2).
- Hartanti, S. S., & Salsabila, V. (2020). Analisis Kondisi Fisik Dan Psikis Terhadap Anak Korban Broken Home. *Edusaintek*, 4.
- Husni, M. (2017). Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme. *Al-Ibrah*, 2.No.2, 78.
- 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.
- Kurniawan, U. T., Edison, E., & Arum, Y. D. (2021). Tingkat resiliensi pasien COVID-19 pada Rumah Sehat Kota Baubau. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 6(2), 41-51.
- Lianawati, A. (2018, October). Implementasi keterampilan konseling dalam layanan konseling individual. In *Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Jambore Konseling 3*. Ikatan Konselor Indonesia (IKI).

- Mahnunin, J., & Ridjal, T. (2021). Identifikasi Tingkah Laku Siswa dari Keluarga Broken Home (Studi Kasus tentang Keluarga Broken Home dan Tingkah Laku Siswa MTs). *Jurnal Thalaba Pendidikan Indonesia*, 4(1), 30-47.
- Mahdhi, I. (2020). *Konseling Individual Terhadap Remaja Pelaku Gembalan (Studi di Kecamatan Cimanuk Kabupaten Pandeglang Provinsi Banten)* (Doctoral dissertation, UIN SMH Banten).
- Maharani, S., & Bernard, M. (2018). Analisis hubungan resiliensi matematik terhadap kemampuan pemecahan masalah siswa pada materi lingkaran. *JPMI (Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif)*, 1(5), 819-826.
- Muslimin, Z. I. (2021). Berpikir Positif Dan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal Psikologi Integratif*, 9(1).
- Punaji Setyosari, M. E. 2016. Metode Penelitian Pendidikan & Pengembangan. Prenada Media. <https://books.google.co.id/books?id=SnA-DwAAQBAJ>.
- Purnomo, P. (2021). Upaya Mengatasi Kecemasan Berbicara Di Depan Kelas Melalui Pengimplementasian Kombinasi Strategi Systematic Desensitization dan Strategi Cognitive Restructuring Siswa Kelas VIII-D SMP Negeri 3 Nganjuk. *Dharma Pendidikan*, 16(1), 8-21.
- Putri, D. T. A., & Rusli, D. (2020). Pengaruh Dukungan Teman Sebaya Terhadap Resiliensi Remaja Pesantren Modern Nurul Ikhlas. *Jurnal Riset Psikologi*, 2020(1).
- Pragholapati, A., & Munawaroh, F. (2020). Resiliensi pada lansia. *Jurnal Surya Muda Jurnal STIKES Muhammadiyah Kendal*, 2(1), 1-8.
- Pratama, R., Syahniar, S., & Karneli, Y. (2016). Perilaku agresif siswa dari keluarga broken home. *Konselor*, 5(4).
- Putra, A. (2019). Dakwah Melalui Konseling Individu. *Enlighten: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(2), 97-111. Lianawati, A. (2018, October). Implementasi keterampilan konseling dalam layanan konseling individual. In *Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Jambore Konseling 3*. Ikatan Konselor Indonesia (IKI).
- Rasdiany, A. N., & Karneli, Y. (2021). Konseling Individual Menggunakan Teknik WDEP untuk Meningkatkan Keterampilan Belajar Siswa. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 5(1), 36-43.
- Satria, B., & Sari, M. (2017). Tingkat resiliensi masyarakat di area rawan bencana. *Idea Nursing Journal*, 8(2), 30-34.

- Sugiantoro, B. (2018). Teknik Desensitisasi Sistematis (Systematic Desensitization) dalam Mereduksi Gangguan Kecemasan Sosial (Social Anxiety Disorder) yang dialami Konseli. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 5(2), 72-82.
- Sugiyono.(2016). *Metode Penelitian Pendidikan*.Alfabeta membolos melalui konseling individual dengan teknik behavior contract pada siswa SMP Negeri 6 Palu. *Jurnal Konseling dan Psikoedukasi*.
- Wulandari, D., & Fauziah, N. (2019). Pengalaman remaja korban broken home (studi kasus kualitatif fenomenologi). *Jurnal Empati*, 8(1), 1-9.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Individual pertemuan 1



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BUTON
Jl. Betoambari, No.36, Kel. Lanto, Kec. Batupoaro

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
KONSELING INDIVIDUAL
SEMESTER GENAP TAHUN 2023**

1. Nama Konseli : W (Klien)
2. Semester : 8
3. Hari, Tanggal : Senin, 20 Februari 2023
4. Pertemuan : Ke-1
5. Waktu : 90 menit
6. Tempat : Kediaman peneliti
7. Gejala yang nampak/keluhan : Klien merasa kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-harinya karena keadaannya yang *broken home* sehingga mudah mengalami *stress*, lebih sensitif karena emosi yang tidak stabil dan cenderung melampiaskan emosinya pada hal-hal yang melukai serta menyakiti dirinya dengan merokok, minum-minuman keras, mengiris-iris tangannya, minum obat bahkan sampai mencoba untuk mengakhiri hidupnya karena ketidakmampuan klien dalam menghadapi kondisinya yang *broken home*.

Baubau, 20 Februari 2023

Konselor

Yeyen Dwi Arum

Keterangan:

Dokumen ini bersifat rahasia

Lampiran 2. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Individual pertemuan 2



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BUTON
Jl. Betoambari, No.36, Kel. Lanto, Kec. Batupoaro

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
KONSELING INDIVIDUAL
SEMESTER GENAP TAHUN 2023**

1. Nama Konseli : W (Klien)
2. Semester : 8
3. Hari, Tanggal : Sabtu, 25 Februari 2023
4. Pertemuan : Ke-2
5. Waktu : 90 menit
6. Tempat : Kediaman peneliti
7. Gejala yang nampak/keluhan : Klien merasa kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-harinya karena keadaannya yang *broken home* sehingga mudah mengalami *stress*, lebih sensitif karena emosi yang tidak stabil dan cenderung melampiaskan emosinya pada hal-hal yang melukai serta menyakiti dirinya dengan merokok, minum-minuman keras, mengiris-iris tangannya, minum obat bahkan sampai mencoba untuk mengakhiri hidupnya karena ketidakmampuan klien dalam menghadapi kondisinya yang *broken home*.

Baubau, 25 Februari 2023

Konselor

Yeyen Dwi Arum

Keterangan:

Dokumen ini bersifat rahasia

Lampiran 3. Wawancara 1

WAWANCARA 1

Nama : W (Klien) Obyek 1
 Pertemuan : Ke-1
 Hari, tanggal : Senin, 30 Januari 2023
 Tempat : Kedai Tarsius

Keterangan :

Aspek-aspek	Faktor yang mempengaruhi
1. A. ES : Aspek <i>External Supports</i>	1) F. SE : Faktor <i>Self Esteem</i>
2. A. IS : Aspek <i>Inner Strenghts</i>	2) F. DS : Faktor Dukungan Sosial
3. A. IPSS : Aspek <i>Interpersonal and Problem Solving Skill</i>	3) F. S : Faktor Spiritualitas
	4) F. EP : Faktor Emosi Positif

Kode	Baris	Hasil Wawancara
	1	Oi, jam 10 sebentar e. Saya lagi di kampus tapi saya mau
	2	ke rujab mi. kau dimana. Kau tau kedai tarsius yen.
	3	Belakang smada. Iya. Sabar. Saya baru mau otw. Yen
	4	marimi. Nanti kau langsung masuk saja e saya kerumah
	5	dulu ambil laptopku. Sudah lama sebenarnya gejala-
	6	gejalanya toh tapi memang pisahnya itu baru sekarang.
	7	Tahun lalu baru pisah ranjang tapi sudah dalam proses
	8	hukum juga sampai sekarang ini. Iya jadi itu toh dia
	9	bermula karena mungkin dari bapaku yang masih ingin
	10	menikmati masa mudanya, jadi mereka inikan menikah
	11	cepat pas SMA itu. Mereka jadi mungkin bapaku dia
	12	masih ingin menikmati masa-masa mudanya. Dengan
	13	banyaknya tidak bisa bertahan dengan satu perempuan.
		Iya, masih mau cari lagi yang lain. mulaimi disitu bapaku
		dia didapat-dapat pergi di cafe, di bar habis itu
		diketemukan mamaku dia lihatmi dia sama-sama
		perempuan toh. Iya, mulai bertengkar, tapi habis itu
		kayak baikan lagi. Odeku, bapaku dia bilang dia minta
		maaf apa segala macam tapi habis itu tiba-tiba selang
		beberapa bulan mulai lagi. Kembali lagi karena kan

14	bapaku kan di wameo, sama teman. Wameo itu minum,
15	orang minum apa saja segala macam karena mungkin
16	akibat pergaulan juga. Jadi mulai lagi seperti itu lagi.
17	Sampai itu hari pernah yang paling dahsyatnya itu saya
18	yang waktu masih SMP bapaku dia pacaran sama
19	sahabatnya mamaku, waktu saya SMP itu, sudah lama
20	memang dia dari waktu saya SD cuman memang tidak
21	terlalu parah seperti sekarang-sekarang ini. Iya, mamaku
22	juga sudah tidak tahan toh jadi waktu di SMP bapaku itu
23	dia pacaran sama temannya mamaku dan tiba-tiba
24	mamaku tau toh mamaku kagetmi pokoknya disitu
25	ributmi apa segala macam pokoknya bapaku minta-minta
26	keluar dari rumah dan mamaku juga memang yang
27	terlalu keras. Mamaku kayak is tidak boleh ko pergi tidak
28	boleh toh, iya dia juga tidak mau dan begitu karena kita
29	sudah besar-besar dia pertahankan juga keluarganya toh.
30	Sudahmi dan odeku yang tidak bisa terima masukan. Eh
31	perilakunya ditahankan begitu odeku dia mulaimi dia
32	pukul, dia mulai kekerasan toh. Disitu saya rasa apa e,
33	kayak e hancur saja sih. Kayak saya rasa hal-hal yang
34	dulu saya dapatkan saya sudah tidak dapatkan lagi dan
35	saya juga, saya lebih kepikiran sama adek-adekku sih.
36	Iya, berubah 360 derajat pokoknya mamaku sering
37	marah-marahmi, bapaku sudah tidak pulang. Pokoknya
38	mamaku marah-marah terus mulaimi disitu kita. Saya sa
39	berpikir untuk oh saya tidak bisa kalau saya tidak kerja.
	Harus kerja. Sudahmi saya cari-cari kerja itu hari.
	Sampaimi saya dapat kerja baru disitumi uang sama-
	sama mamaku untuk bantu penuhi kebutuhan-kebutuhan
	lain-lainnya adek-adekku karena odeku dulu waktu
	pertama itu waktu dia harus tinggalkan rumah, odeku
	stop kasih kita uang karena itu hari mamaku dia dapat dia
	da sama teman kampusnya. Odeku. Jadikan bagaimana
	dih itu hari kan saya pernah kayak merasa kecewa karena
	saya mau kuliah, iya baru mau masuk kuliah itu tapi e
	pas itu odeku bilang janganmi dulu kau kuliah. Odeku
	yang mau S2 dulu. Saya bilang disitu saya merasa kayak
	egoisnya mi maunya dia selesaikan dulu saya baru adek-
	adekku baru dia mi kalau dia mau anu dia toh. Sudahmi
	jadi mulai dari situ kayak karena dia S2 dia mulai kenal

A. ES	40	lingkungan baru kenal mi lagi sama pacarnya yang
	41	sekarang. Mulaimi mamaku dia taumi, mamaku disitu dia
	42	sudah tidak tahanmi. Dia sudah tidak paksami odeku
	43	untuk tinggal. Iya e mulaimi disitu 360 derajat berubah
	44	mi itu hari. Apa e kayak rasa kosong saja. Iya, kayak ada
	45	yang hilang toh, hilang itu pasti kita rasa karena dulu
	46	waktu mamaku sama odeku masih baikan kan kita yah
	47	keluarga yang bahagia jugalah walaupun memang
	48	sedikit-sedikit ada masalah toh. tapi kita sering makan
	49	sama-sama jam pulangku dikontrol dan masih terkontrol
A. ES F. DS	50	dulu saya. Jadi dulu saya itu yeyen pernah kating itu
	51	salah satunya cara untuk saya hilangkan stressku. Saya
	52	keluar malam terus pokoknya kayak saya tidak taumi
	53	karena mamaku juga pada saat itu dia pengen keluar juga
	54	dari rumah toh, jadi odeku keluasr tidak lama setelah
	55	mamaku keluar jadi saya yang urus adek-adekku. Keluar
	56	dari rumah. Odeku hari ini mamaku keluarnya satu
	57	bulannya kah karena sudah bosan di rumah mungkin toh
	58	dia sudah tidak mau ingat-ingat juga masalah-
	59	masalahnya itu. Tapi mamaku tetap jaga komunikasi
	60	dengan kita tetap perhatian sama kita walaupun memang
	61	tidak seperti kayak dulu tapi kan dia berbeda. Itumi jadi
	62	saya kayak saya rasa apa e, saya putus asami yen. Saya
	63	putus asa, saya stuck disitu saya tidak tau is bagaimana
	64	cara keluarnya hanya saya yang bikin saya kuat sampai
	65	sekarang itu karena saya ingat adek-adekku saja sih
		karena mereka masih kecil-kecil toh. Iya, kalau bukan
		saya siapa lagi yang mau urus adek-adekku. Itu hari
		odeku dia lakukan kekerasan itu bukan cuman sama
		mamaku sama saya juga tapi kadang juga odeku kayak
		kalau ada saya dia tidak berani pukul mamaku. Pokonya
		kosonglah kayak setiap malam saya keluar yang
		kemarin-kemarinnya itu saya pulang itu batasnya jam 10
		jam setengah 11 pas mamaku keluar dari rumah langsung
		jam pulangku jam 12 jam setengah 1 tidak terkontrol mi.
		saya pergi dari pagi. Karena saya tidak nyaman dirumah.
		Jadi setiap saya dirumah itu saya stress yeyen. Bangun
		moodku masih bagus sore menjelang malam tiba-tiba
		saya menangis pokoknya saya kayak orang gila,
		pokoknya hampir setiap hari dulu itu matakku pasti dia

A. ES	66	bengkak karena saya menangis terus setiap malam kayak
	67	saya merasa saya masih belum bisa terima begitu e,
	68	kenapa dia harus terjadi sama saya, kenapa harus saya
	69	yang rasakan seperti ini, pokoknya rasa-rasanya ingin
	70	memberontak seperti itu, rasa-rasanya oh kenapa tuhan
	71	dia tidak adil, kenapa harus saya yang dapat dikala saya
	72	dari kecilku baik-baik saja kenapa tiba-tiba saya jadi rasa
	73	seperti ini toh. Itu yang saya rasakan dulu kalau sekarang
	74	tidak taumi dan saya lagi ada di fase kadang muncul tapi
	75	kayak tidak terlalu parah begitu. Bisa saya kendalikan
A. IS	76	tidak kayak itu hari hampir setiap hari pokoknya kerjaku
	77	jalan-jalan habis jalan pulang menangis apa segala
F. SE	78	macam pokoknya saya merokok, saya minum, pokoknya
	79	saya cari tempat-tempat yang bisa enakan perasaanku.
A. ES	80	Saya minum obat supaya saya bisa tidur dan tidak ada
	81	pikiranku toh jadi saya dulu ada disituasi seperti itu. Tapi
	82	sekarang kayak saya rasa lebih bisa kendalikan. Mungkin
	83	saya bisa terima, saya sudah mulai bisa terima kayak oh
	84	iya tidak apa-apa masih ada pilihan yang lain yang lebih
	85	masih bisa diperjuangkan lagi. Disitumi pikiranku tidak
	86	hanya mau stuck-stuck saja disitu. Satu dua hari
	87	kepikiran cuman habis itu kayak hanya menangis habis
	88	itu sudah. Habis itu hilang tidak kayak itu hari bangun
	89	tidur menangis kepikiran lagi. Memang saya tipikal
F. DS	90	orang yang kayak memang cepat terbawa emosi. Mereka
	91	wa tifa juga dia tau bagaimana jalan ceritanya itu karena
A. IS		sesekali juga saya cerita sama mereka toh. Sekarang-
		sekarang ini jarangmi saya cerita karena memang kayak
A. ES		saya sibukmi kerja juga sudah sibukmi kuliah. Dulu yang
		saya pikirkan itu biaya finansial adek-adekku saya
F. DS		kuliah. Mamaku belum punya penghasilan yang tetap,
		jadi dulu kayak tidak ada uang dan adek-adekku besok
A. IS		dia harus sekolah saya mau kasihkan apa. Makanya itu
		hari saya pernah sempat kerja juga untuk jasa buat tugas-
F. DS		tugasnya orang. Dari situmi juga saya dapat uang saya
		kasih adek-adekku uang. Mamaku juga itu hari dia
A. IS		dapatmi pekerjaan toh dia kerjami, adami uangnya dia
		kasihmi kita untuk kita kumpul-kumpul untuk kita
F. DS		kasihkan adek-adek. Orang-orang kan dia sering bilang
		kalau orang tuamu dia begitu coba anak pertamanya yang

A. ES	92	bicara, saya sudah pernah coba bicara sama odeku tapi dia tidak mendengarkan itu.
	93	
	94	
	95	
	96	
A. IS	97	
	98	
	99	
	100	
	101	
A. IS F.S	102	
	103	
	104	
	105	
	106	
	107	
	108	
	109	
	110	
	111	
	112	
	113	
	114	
	115	
	116	
	117	

	118	
A. IPSS/	119	
A. IS	120	
F. SE	121	
	122	
	123	
	124	
	125	
	126	
	127	
	128	
	129	
	130	
	131	
	132	
A. IPSS	133	
A. ES	134	
	135	
	136	
	137	
	138	
	139	
	140	
	141	
	142	

Lampiran 4. Wawancara 2

WAWANCARA 2

Nama : W (Klien) Obyek 1
 Pertemuan : Ke-2
 Hari, tanggal : Rabu, 1 Februari 2023
 Tempat : Kedai Tarsius

Keterangan :

Aspek-aspek	Faktor yang mempengaruhi
1. A. ES : Aspek <i>External Supports</i>	1) F. SE : Faktor <i>Self Esteem</i>
2. A. IS : Aspek <i>Inner Strenghts</i>	2) F. DS : Faktor Dukungan Sosial
3. A. IPSS : Aspek <i>Interpersonal and Problem Solving Skill</i>	3) F. S : Faktor Spiritualitas
	4) F. EP : Faktor Emosi Positif

Kode	Baris	Hasil Wawancara
------	-------	-----------------

A. ES	25	terkadang saya hanya sendiri. Makanya saya itu hari ada pacarku juga.la andri, jadi dia yang tempat ceritaku. Tapi waktu kita masih kuliah itu kan dia pergi dan hilang
	26	
F. DS	27	kabar tiba-tiba. Jadi saya kayak tidak adami tempat cerita lagi saya kayak hampa. Pas dikeadaan-keadaan seperti itu saya tidak tau kalau orang lain e tapi kalau saya harus
	28	
A. ES	29	memang ada support systemku minimal ada satu orang yang dukung kita begitu e. Disini la andri sudah mulai berubah dan saya tidak bisami luapkan apa yang mau
	30	
F. DS	31	saya cerita begini sama siapa. Baru adekku dia da tidak mengerti kenapa saya itu saya bisa sampai seperti itu. Iya, dia tidak mengerti karena dia dulu masih sekolah toh
	32	
	33	dan dia belum masuk di dunia pekerjaan dan dia da merasa terlindungi karena masih ada saya. Saya itu harikan kayak saya merasa mungkin dulu waktu mamaku
	34	
	35	dengan odeku dia lagi gempar-gemparnya untuk pisah tapi mamaku saya rasa dia masih kuat jadi saya sa masih rasa kayak oh masih ada peganganku satu. Tapi tiba-tiba kayak mereka memutuskan untuk lepas tangan dua-
	36	
	37	duanya toh kayak ih saya ini saya mau bagaimana saya yang pimpin semuanya dan saya sa masih rasa kayak ih saya masih kecil saya belum jadi sedewasa itu. Dulu itu
	38	
	39	saya masih rasa kayak ada mamaku yang kayak kita sabar-sabar saja e begini, begini, begini eh tiba-tiba mamaku juga kayak sudah capek. Saya itu saya kecewa,
	40	
A. ES	41	kecewa sekali sama odeku sampai sekarang rasa kecewaku itu belum hilang walaupun memang terkadang tiap saya merasa bahwa biar bagaimana pun juga dia
	42	
F. DS	43	odeku tapi saya sa tidak bisa juga. Dan saya sa merasa bagaimana eh saya merasa anu saja karena saya tidak bisa sampaikan.
	44	
	45	
	46	
	47	
	48	

	49	
A. ES	50	
F. DS	51	
	52	
	53	
	54	
	55	
	56	
	57	
A. ES	58	
F. DS	59	
	60	
	61	
	62	
	63	
	64	
A. ES/	65	
A. IPSS	66	
	67	
	68	
	69	
	70	
	71	

Lampiran 5. Wawancara 3

WAWANCARA 3

Nama : W (Klien) Obyek 1
 Pertemuan : Ke-3
 Hari, tanggal : Jumat, 3 Februari 2023
 Tempat : Kedai Tarsius

Keterangan :

Aspek-aspek	Faktor yang mempengaruhi
1. A. ES : Aspek <i>External Supports</i>	1) F. SE : Faktor <i>Self Esteem</i>
2. A. IS : Aspek <i>Inner Strenghts</i>	2) F. DS : Faktor Dukungan Sosial
3. A. IPSS : Aspek <i>Interpersonal and Problem Solving Skill</i>	3) F. S : Faktor Spiritualitas
	4) F. EP : Faktor Emosi Positif

Kode	Baris	Hasil Wawancara
------	-------	-----------------

A. IPSS	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	Saya bilang ko carimi kerja, mulaimi disitu dia walaupun memang dia gengsi memang. Samaji saya juga besar rasa gengsiku. Dia gensinya da gengsi untuk cerita kayak sama saya dan saya juga seperti itu sama dia saya tidak bisa kasih lihat di mereka kayak seolah-olah saya ini saya kuat, saya keras sama mereka pokoknya saya marahi apa segala macam pokoknya saya tidak mau kasih lihat, mereka tidak tau. Windi itu taunya pas dia sudah kerja, dia pergimi kerja toh jadi baby sister jagakan anaknya cucunya anaknya almarhum pak wali itu hari di kendari tiba-tiba dia pulang kesini ketemu sama sayami pokonya tiba-tiba da pokoknya pertama kita ketemu biasa-biasa saja pas dia da mau balikmi lagi di kendari toh kan hanya sebentar saja disini karena dia temani juga bosnya jadi pas bosnya dia mau balikmi di kendari dia juga dia harus balik. Oh belum da sudah balikmi lagi disini. Dia ajakmi saya itu hari wanti temani saya mari pergi cari antimo karena saya mabuk di kapal e. adekku. Saya temani mi dia tiba-tiba di motor dia cerita-cerita mi to ih wanti saya tidak kuat mulaimi dia rasakan. Dia mulai mengerti ternyata, saya bilangmi kuat-kuat saja mau bagaimana kita sudah dihadapkan sama situasi seperti ini ko tidak bisa untuk jadi seperti orang lain yang ko hanya leha-leha dirumah harus kerja windi, ko harus kerja. Ko kasih kuat-kuat itu tulangmu itu toh saya kasih tau dia begitu. Langsung dia tanyami ih saya tidak bisa kasihan saya rasa stress, begini,begini,begini. Dia mulaimi mengerti iya ternyata kehidupannya kita memang dia berubah 360 derajat seperti ini dih sa bilang iyo da berubah. Disitumi dia mulai mengerti da mulai cerita ternyata kita harus begini pokoknya dia rasakan juga apa yang saya rasakan toh da mulai kayak dia menangis-menangis capek kerja baru dia susahnyanya karena memang dia jauh dari kita dan dia tinggal dirumahnya orang. Dan sama juga seperti saya kemarin di saat teman-temannya memang kayak baru masuk kuliah teman-temannya tiba-tiba keluar kota masuk kuliah apa segala macam dia kayak keluar kota untuk pergi kerja begitu. Itu sih hanya saling-saling menguatkan saja. Terkadang tiba-tiba odeku kan kadang kalau kita minta uang jajan untuk adek-adekku odeku
---------	---	---

A. IPSS F. EP	25	kadang kalau wa windi yang minta terkadang kayak dia
	26	bentak apa segala macam karena kan nada bicaranya
	27	odeku seperti itu, cuman kita ada masa-masanya kita
	28	kayak tidak bagus moodku tidak bisa dengar-dengar
	29	suara yang bertengkar seperti itu. Iya sensi. Kadang dia
	30	ceritami sama saya dia menangis terus saya bilang kuat-
	31	kuat saja dia bilang kayak sekarang dia bingung saya itu
	32	mau masuk kuliah jurusan apa saya pikirkan karena dia
	33	bilang to saya harus pikirkan wanti karena ini akan
	34	berdampak untuk saya kedepannya karena kita kuliah
	35	bukan untuk kita kasih habis-habis uang kayak orang lain
	36	toh. Dia bilang begitu dan saya saya rasa bersyukur juga
	37	sih karena dengan masalah ini kita memang kayak kita
	38	lebih bisa hendel situasi seperti ini kayak kita tidak kaget
	39	lagi dengan dunia pekerjaan apa segala macam. Kalau
	40	lagi down-downnya saya capek-capeknya kerja saya
	41	kadang saya panggil dia kaka is saya mo cerita saya
	42	begini kan kadang saya tidak cerita tiba-tiba saya liat
	43	mukanya saya menangis-menangis sampai dia tenang
	44	perasaanku dia bilangmi sudahmi ko tenang-tenang
	45	pokoknya saya tenang disitu. Tiba-tiba toh da berubah
	46	dia berubah waktu itu saya toh yen ko tau saya tidak mau
	47	pokoknya saya berusaha dia kan dia minta pisah saya
	48	berusaha yen saya lakukan apapun supaya toh jangan
		dan. Itu hari to pernah da WA wa ici itu hari, ici e saya
		tidak bisami sama temanmu. Saya disitu toh kayak dia
		hilangmi saya mau bagaimana ini. Tiba-tiba kayak ada
		penguatnya kita tiba-tiba dia hilang. Saya toh saya egois
		dulu yeyen saya tidak mengerti perasaannya yang dia
		ingin dia tidak mau sama-sama saya tapi saya ingin tidak
		boleh harus sama-sama saya. Saya toh saya tidak bisa
		hidup saya rasa disitu mungkin da lebay sih tapi saya
		rasa memang kayak saya tidak bisa hidup siapa teman
		ceritaku nanti siapa. Saya tidak bisa hidup sendiri apa
		segala macam pokoknya saya berpikir begitu. Sampai
		saya datang dirumahnya saya mohon-mohon sama dia
		jangan dan jangan tinggalkan saya, saya ini begini ko tau
		saya ini begini,begini,begini. Makanya dia da bilang tapi
		pas ici dia bilang begitu to disitu saya langsung sadar
		kayak wanti kau to ko salah ko jadikan dia tempat

A. ES F. DS	49	pegangan tidak boleh ko tidak boleh jadikan satu oraang kayak orang lain itu tempat berpegang tidak boleh karena tempat berpegang paling baik itu hanya di dirimu sendiri. Disitu kayak saya sadar kayak semua orang itu memang dia bisa tinggalkan yang tidak tinggalkan kita itu hanya diri kita sendiri itu sih yang saya sadar dari sikapnya yang seperti itu dan tapi alhamdulillah mulai pas habis itu dia berubah marimi pale kita coba anu lagi kita coba mulai lagi dari awal dan mungkin dari situ saya sudah mulai kembali seperti dulu tapi saya sudah tidak dengan diriku yang ini. Saya pokoknya nanti suatu saat kayak iya tidak boleh kayak hanya perasaanku saja begitu e dan saya rasa itu karena keadaannya kita jadi ko rasa kayak pengen egois. Dia tidak boleh pergi tidak boleh tinggalkan saya tidak boleh tiba-tiba dia capek apa segala macam. Dan itu yang buat dia kayak dia jadi malas sama saya itu hari dan sudahmi saya sadar saya terlalu egois dengan saya pokonya saya tidak adami tempat marahku jadi memang kayak saya jahat sekali dulu tapi sekarang alhamdulillah sih. Sampai wa ici itu hari kasih tau saya wanti kalau dia mau pergi ko lepaskan. Saya tidak bisa ici saya bilang kalian mungkin memang kalian ada nanti pas saya butuh tapi tidak ada yang seperti dia.
	50	
	51	
	52	
	53	
	54	
	55	
	56	
	57	
	58	
A. ES F. DS	59	
	60	
	61	
	62	
A. ES F. DS	63	
	64	
	65	
	66	
	67	
	68	
	69	
	70	
	71	
	72	

A. ES F. DS	73	
	74	
	75	
	76	
	77	
	78	
	79	
	80	
	81	
	82	
	83	
	84	
	85	
	86	
	87	
	88	
	89	
	90	
	91	
	92	
	93	
	94	
	95	
	96	

	97	
	98	
	99	
	100	
	101	
	102	
	103	
	104	

Lampiran 6. Wawancara 4

WAWANCARA 4

Nama : W (Klien) Obyek 1
 Pertemuan : Ke-4
 Hari, tanggal : Sabtu, 4 Februari 2023
 Tempat : Rujab Walikota Baubau
 Keterangan :

Aspek-aspek	Faktor yang mempengaruhi
1. A. ES : Aspek <i>External Supports</i> 2. A. IS : Aspek <i>Inner Strenghts</i> 3. A. IPSS : Aspek <i>Interpersonal and Problem Solving Skill</i>	1) F. SE : Faktor <i>Self Esteem</i> 2) F. DS : Faktor Dukungan Sosial 3) F. S : Faktor Spiritualitas 4) F. EP : Faktor Emosi Positif

Kode	Baris	Hasil Wawancara
A. IS/ A. IPSS F. SE A. IPSS	1	Yen sa tunggu waktu malam ini. Yen kalau kau ke ruja
	2	kau mau. Kebetulan tidak banyak disana malam. Jam-
	3	jam 7. Yoai. Okey. Apalagi yen ko butuh untuk bahan
	4	skripsimu. Caraku untuk hadapi masa-masa sulitku
	5	seperti itu hari e kalau yang pertama kan saya kacau toh
	6	kacau jadi saya apapi lagi namanya saya minum, saya
	7	merokok, terus saya kating. Dulu-dulu waktu e kemarin-
	8	kemarin itu saya lagi kacau-kacaunya sekali. Memang ini
	9	kating itu saya sering sekali saya lakukan karena e saya
	10	tidak tau sih kayak saya rasa-rasa enak saja e kayak
	11	merokok. Iya sih eh minum juga karena kan kemarin-
	12	kemarin itu kayak lebih saya tahan-tahan menangis jadi
	13	kalau saya minumkan kayak ketawa menangis itu
	14	sepuasnya toh jadi saya rasa enak saja. Tapi habis itu
	15	memang saya rasa kayak tiba-tiba saya berpikir itu dia
A. IPSS	16	tidak wajar begitu e. tidak boleh seharusnya. Karena itu
	17	da tambah rusak badanku seperti kating inikan saya
	18	sudah lamami saya berhenti karena saya rasa ih tidak ada
	19	juga yang saya dapat dari ini barang hanya pada saat
	20	ituji. Karena memang kan tidak tau den saya tidak tau
	21	apa yang saya rasakan kayak kan saya sakit hati toh, jadi
	22	kayak saya kadang itu jadi sakit hatiku ini da pindah
	23	begitu e, da pindah ke tanganku. Iya rasanya da pindah

A. IS F. SE	24	kali saya putuskan untuk kayak is sudahmi saya matimi
	25	saja begitu e. ko tau berapa kali pernah, pernah saya coba
	26	untuk lakukan waktu saya di jalan saya bawa motor saya
	27	pergi di bagian palagimata terus disitu kan ada kayak
	28	jurang-jurang saya mau kasih masuk motorku disitu.
	29	Waaa tapi iya sendirianku malam pas itu malam-malam
	30	jam berapa e sekitar jam-jam setengah 9 kah tapi tiba-
	31	tiba is kalau saya anu tambah hancur adek-adekku.
	32	Bagaimana tidak adami yang lihat mereka kalau masih
	33	ada saya kan saya masih kontrol-kontrol juga walaupun
	34	memang tidak kayak mereka toh. Karena susah sekali
	35	dulu e kayak penyesuaian. Karena saya harus kendalikan
	36	emosiku dan saya harus bisa terlihat baik-baik saja di
	37	depannya adek-adekku ini supaya mereka tidak merasa
A. IPSS	38	kayak ih sudahmi hilangmi arahnya kita. Iya da lihat dan
	39	dia rasakan apa yang saya rasakan ini begitu e. biarmi
	40	mereka da cukup rasakan saja oh saya ini sudah
	41	kehilanganan bapak sama mama. Iya tidak lagi dengan
	42	saya pokoknya saya begitu susah sekali karena toh. Iya
	43	dulu saya tidak bisa kendalikan diriku apa e mungkin
	44	faktor saya, saya bingung juga sih. Tapi da berjalan
	45	begitu saja seiring berjalannya waktu kayak saya sudah
	46	mulai terbiasami dengan yang ini eh menerima itu belum.
	47	Sampai sekarang belum walaupun memang sudah terlihat

A. ES	48	kalau sekarang saya sudah tidak, jarang mi cerita
	49	kalaupun saya cerita eh saya cerita di kaka dandy ji.
	50	Pacarku. Tapi habis itu sudah tidak. Iya untuk yang
	51	paling taunya . iya yang lainnya tidak sih. Kayak apa e
	52	terkadang juga kalau saya lagi e lagi anu sama juga sama
	53	dia saya tidak juga cerita sama dia. Saya membiasakan
	54	diri untuk coba hidup sendiri. Iya dan saya tidak bisami
	55	pikirkan dengan nalarku jadi saya cerita sama merekami.
	56	Yang bisa mendengarkan ceritaku. Itu saja sih karena apa e
	57	dulu toh e yen saya pernah diposisi kayak mamaku
	58	bapaku berpisah mamaku keluar dari rumah. Mamaku
	59	sibukmi cari uang toh eh saya juga sa sibuk juga bantu
	60	mamaku untuk dapat uang tiba-tiba disitu ada satu hari
	61	itu adek-adekku itu terima rapor. Adek-adekku terima
F. DS	62	rapor mamaku dia suruh saya yang ambil eh saya pergimi
	63	ambil. Jadi adekku itu yang 2 to satu kali SD mereka
	64	terima dua-duanya. Jadi satu SD itu satu kalimi saya
A. IS	65	wakilkan mereka berdua. Ko tau saya rasa apa e, saya
	66	rasa kasian saja sama mereka kasian ternyata begini saya
	67	lihat orang-orang banyak e ditemani sama orang tuanya
	68	mereka anak-anak terus adek-adekku tidak itu. Kalau
	69	saya kan itu hari terima rapor tanpa orang tua itu sudah
	70	biasa karena memang odeku sih yang biasa datang ambil
	71	cuman saya memang juga yang tidak mau kayak saya

72	takut untuk kayak bagaimana nanti kalau saya menikah
73	saya takut terjadi lagi seperti ini. Calonku da seperti
74	bapaku. Iya. Saya trauma sekali. Itu hari toh waktu saya
75	SMP saya sering sekali habis saya SMA saya kuliah
76	habis itu saya menikah tapi sekarang toh tidak kayak
77	janmi dulu e kayak saya takut ambil hubungan yang
78	seperti itu karena e kita tidak tau kedepannya orang
79	kayak bagaimana. Iya nanti saya salah memilih dan saya
80	takut juga karmanya mamaku sih. Karena kan percaya
81	atau tidak percaya karma itu kan da berlaku itu sih. Tidak
82	ada sih paling kalau sekarang-sekarang yang bikin capek
83	itu toh karena tiba-tiba ketemu mereka di jalan apalagi
84	ketemu odeku yang tiba-tiba boncengan sama pacarnya.
85	Ada mereka sudah tinggal satu rumah. Keluar boncengan
86	sama pacarnya itu hal-hal yang saya belum bisa control
87	karena kalau habis ketemu begitu. Tidak saya tidak bisa
88	terima saya tidak suka, saya tidak mau, saya tidak suka,
89	saya bagaimana e kayak biasanya saya lihat kau
90	boncengan sama mamaku sekarang sudah boncengan
91	sama orang lain itu kayak ih. Yang saya pikirkan tentang
92	itu kayak kenapa bisa begitu e 5 orang anakmu ko masih
93	bisa e bersenang-senang sama perempuan lain tanpa kau
94	pikirkan perasaannya kita yang berlima orang ini. Itu sih.
95	Itu tekanan-tekanan besarnya kalau tekanan kecilnya
	paling kayak saya minta uang di odeku beberapa kali
	mungkin dia capek jadi dia bentak-bentak dan saya kan
	orang yang tidak bisa dibentak seperti itu, saya tidak
	berani marah didepannya. Saya hanya diam pas dia
	bentak saya baru saya pulang nanti pulang itu baru saya
	menangis mi. eh saya kalau saya bisa ada waktu bicara
	dengan dia dan dia mau mendengarkan bicaraku saya mau
	kasih tau kalau sudahmi dan apalagi yang kau cari kalau
	misalnya sudah tidak maumi sama mama setidaknya
	lihatmi saja kita janmi lagi sama perempuan lain begitu e.
	karena kita kan e kita tumbuh dengan cepat ko tidak
	menyesalkah nanti kayak kau sudah tua kau kehilangan
	momen-momen sama kita. Kau tidak lihat kita tumbuh
	dan berkembang bagaimana ko hanya ketemu kita
	sesekali karena kan adek-adekku jarang sekali memang
	dia ketemu sama odeku sedangkan saya saja yang seperti

A. ES F. DS	96	ini kayak pulang dirumah pergi kerja, pergi kampus,
	97	kayak saya lihat adek-adekku sekarang ih ternyata
	98	mereka ini sudah besar-besar, sudah masuk di SMA lagi,
	99	sudah masuk di SMP yang SD sudah mau SMP lagi saya
	100	rasa kayak ih ternyata waktu dia berputar sangat cepat
	101	begitu saja. Saya hanya mauku kalau dia bisa kembali
	102	sama kita itu yang saya mau sekarang. Iya sih harapan-
	103	harapanku sih. Belum, kalau untuk saya sampaikan
	104	kayak sadarmi itu sudah dan beberapa kali tapi odeku
	105	memang tipikal orang yang dia kayak da tidak mau da
	106	tidak mendengarkan. Disini saya duduk-duduk ji paling kalau
	107	ada tamu kerja kalau tidak ada tamu begini ji paling main
	108	hp kalau ada tugas saya bikin tugas. Eh hari ini yah baik
	109	sih karena apa ini semakin ke sini kayak semakin
	110	memang terlihat biasa saja kayak e karena kita capek
	111	juga to kita pusingkan terus hal-hal yang itu saja. Iya
	112	capek juga dipikir-pikirkan terus makanya saya cari
	113	kegiatan lainmi. Hanya saya kadang kalau lagi capek di
	114	tempat kerja, dengan di kampus kalau ada waktu pergi
	115	camp juga cari-cari hiburan atau ketemu teman-teman
	116	supaya ketawa-ketawa. Sekarang ini sudah ada tapi yang
	117	baru-baru ini yang saya ceritakan wa tifa itu kan saya
	118	ceritakan mereka di grup sama wa sela juga. Belum lama
	119	ini pas-pas lagi waktunya dan mereka lagi aktif-aktif
		digrup dan saya sa lagi dapat kabar seperti itu hari e
		itumi saya ketemu bapaku di jalan sama pacarnya toh
		habis itu tiba-tiba telpon lagi mamaku juga lagi sama
		pacarnya juga, iya da berantakan kayak is kenapa kah ini
		langsung sa ceritami sama mereka sa bilang is begini e di
		grup vn sa bilang tidak enak sekali kayak e mo marah
		tapi tidak bisa karena sudah terjadi juga, sudah lama
		juga. Iya kayak tidak ada gunanya itumi makanya saya
		curhat sama mereka itu sih yen.

A. ES F. DS	120	
	121	
	122	
	123	
	124	
	125	
	126	
	127	
	128	
	129	
A. ES/ A.IPSS	130	
	131	
	132	
	133	
	134	
	135	
	136	
	137	
	138	
	139	
	140	
	141	
	142	
	143	

A. ES F. DS	144	
	145	
	146	
	147	
	148	
	149	
	150	
	151	
	152	
	153	
	154	
	155	
	156	
	157	
	158	
	159	
	160	
	161	
	162	
	163	
	164	
	165	
	166	
	167	

	168	
	169	
	170	
	171	
	172	
	173	
	174	
	175	
	176	
	177	
	178	
	179	
	180	
	181	
	182	
	183	
	184	
	185	
	186	
	187	
	188	
	189	
	190	
	191	

Lampiran 7. Wawancara 5

WAWANCARA 5

Nama : Windi (Adek klien) Obyek 2
 Hari, tanggal : Senin, 6 Februari 2023
 Tempat : Wawancara dilakukan via telpon
 Keterangan :

Aspek-aspek	Faktor yang mempengaruhi
1. A. ES : Aspek <i>External Supports</i>	1) F. SE : Faktor <i>Self Esteem</i>
2. A. IS : Aspek <i>Inner Strenghts</i>	2) F. DS : Faktor Dukungan Sosial
3. A. IPSS : Aspek <i>Interpersonal and Problem Solving Skill</i>	3) F. S : Faktor Spiritualitas
	4) F. EP : Faktor Emosi Positif

Kode	Baris	Hasil Wawancara
A. IPSS	1	Walaikumsalam. Iya. Lagi di rumah kak. Lagi tidak
	2	sibuk. Sudah kakak. Boleh-boleh. Iya. Kak sabar e. Sa
	3	disuruh nenekku. Nanti saya chat. Cepat ji. Sudah mi
	4	kakak. Iya kak saya di kamarku. Wanti dia lagi pergi
	5	kerja kayaknya. Dia pergi itu tadi dia sempat pulang tapi
	6	dia hanya pulang ada yang dia ambil kayaknya baru dia
	7	pergi lagi. Di rumah sama adek-adekku, adekku yang kita
	8	berapa orang e ada 3 orang saya, wanti dengan adekku
	9	yang ketiga kalau yang keempat da ikut mamaku mi
	10	dengan yang kelima juga dia ikut mamaku. Iya dengan
	11	nenekku dengan kakekku. Iya dia bilang windi ada
	12	temanku itu damau tanya-tanya untuk bikin apakah
	13	laporan atau proposal. Oh iya tidak apa-apa tanya-tanya
	14	saja. Iya dia kasih tahu. Iya. Oh ok kakak. Kalau Wanti
	15	itu yang pasti dia friendly orangnya terus kayak apa e
	16	kadang ada beberapa masalah yang dia bisa tutupi dari
	17	kita, kan tentang Wanti toh. Oh iya itu dia itu orangnya
	18	dia friendly banyak temannya, kadang saya iri gara-gara
	19	e saya berbanding terbalik sama dia toh, dia da banyak
	20	temannya terus saya tidak, terus e dia kan dia bisa
	21	bergaul sama siapa saja kayaknya dia nyambung-
	22	nyambung saja sama orang mana saja. Iya kalau itu dia
	23	kalau ada beberapa masalah ada yang bisa dia tutupi dari

A. ES	24	yang adeknya saya iri kadang sama dia toh tapi tidak
	25	cerita-cerita.Kayak kita apa e pasti saya menghindar juga
	26	kalau cerita-cerita biar adek kakak. Dia itu dia kuat baru
	27	dia itu yang sa sukakan eh memang ada jiwa
	28	kepemimpinannya itu di rumah ada, diluar juga ada. Dia
	29	itu kalau e ada apa-apa diami yang bicara sama kadang
	30	mamaku atau bapakku, saya sa tinggal kasih-kasih
	31	saranmi karena saya sa tidak berani saya orangnya saya
	32	penakut. Diami yang biara karena tidak tahu dari kecil
	33	memang dia suka melawan dia suka membantah sudah
	34	begitu memang dia jadi sudah mi saya tinggal over-over
	35	saja di dia, dia mi yang sampaikan. Iyo, Wanti kau mi
	36	dan kau tahu mi saya takut saya dipukul saya dimarahi,
	37	ha dia mi da bicara, baru dia bicara juga itu da tidak
	38	sampaikan marah-marah dia bicara bae-bae toh. Baik-
	39	baik ji, biar sama mamaku juga e kadang kita yang
	40	datang ke kuda putih kan dia tinggal di kuda putih to.
	41	Kadang kita walaupun tidak setiap hari kadang, tapikan
	42	sekarang dia lagi di rumah ini karena masih ada haroa
	43	toh, jadi dia menginap disini mi beberapa hari. Iyo baik-
	44	baik ji, bagaimana e kayak sodaraitu kalau ta baku marah
	45	pasti paling cuman misalnya sore, sore saja kalau malam
	46	sudah mi ta baku lihat ta ketawa lagi begitu e. Iya karena
	47	kita dekat umur juga ta satu kamar juga baru apa e ta

sudah baku tahu-tahu juga rahasia ta sudah baku tahu-tahu aib juga. Iya. Kalau boleh jujur sebenarnya toh dia itu pernah lantaran stressnya dia tidak tahu da capekkan kuliahnya kah kerjanya baru mungkin itu hari juga lagi e anu-anunya dari hubungannya mamaku dengan bapakku to itu dia pernah sampai dia paling parah itu dia sayat tangannya. Tapi untuk sekarang tidak mi itu cuman waktu kapan e waktu saya masih SMA kayaknya saya. Iya baru itu harikan kayak kita apa e kita satu rumah tapi kita tidak banyak cerita karena waktu saya SMA itu saya sibuk juga saya. Saya pulang jam 2 baru sore lagi saya keluar ada saya pergi kerja kelompok pulang langsung saya tidur mi. Itu saya lihat bekasnya kan ada berbekas lama pasti dia hilang to. Itu saya lihat waktu saya sudah mau lulus kayaknya kalau tidak salah. Iya kayaknya itu. Tidak da tidak sengaja kasih lihat, langsung saya lihat mi

A. IS F. SE	48	ih Wanti ko ini tidak bagus itu begitu-begitu to. Tidak ji
	49	jangan mi banyak alasanmu begini-begini. Makanya kita
	50	itu pas kita paling dekat itu pas saya lulus ini karena
	51	kebetulan saya tidak bikin apa-apa juga toh , saya sering
	52	di rumah. Itumi dia cerita-cerita kadang juga dia kasih
	53	kalau untuk sekarang itu dia kasih hilang stressnya itu dia
	54	ini dia healing atau tidak merokok. Kita sudah taukah,
	55	iya itu pertama kali saya tau dia merokok itu toh saya tau
	56	dia itu waktu kapan di waktu saya kerja di kendari kah
	57	oh tidak-tidak sebelum saya kerja di kendari, itu e kan
	58	dia itu ada temannya toh pipin, andini temannya itu toh
	59	teman SMA-nya juga dia baku bawa sampai sekarang.
	60	Itu hari saya sempat tidak suka dia baku teman sama
	61	pipin dengan andini itu toh gara-gara saya kira mereka
	62	itu pengaruh buruk begitu e. Padahal pas saya sudah
	63	semakin ini saya tidak tau pikiranku karena saya semakin
	64	dewasa mungkin lama-lama saya mengerti malahan
	65	sekarang kadang kalau apa-apa saya cerita di pipin itu.
	66	Apa e saya baru mengerti pokoknya. Bagaimana e saya
	67	rasa toh kayak kehidupan SMA dengan pas saya sudah
	68	lulus itu toh dia berbeda drastis. Kayak sekarang itu kita
	69	mau ambil keputusan atau apa itu kita harus berpikir dulu
	70	bae-bae. Kalau wa wanti itu dia da ini sendiri, jadi dia
	71	terbiasa itu nah kalau saya tidak saya kagetan saya
		orangnya. Dia sendiri memang dari dulu, dia dari kecil to
		bisa di bilang toh dia mandiri dia. Itu kalau misalnya ada
		waktu dia pikirkan dulu lah tapi kalau tidak ada mungkin
		dia ambil-ambil saja sembarang. Iya, itu kadang sama
		temannya kdang juga sama saya kita keluar berdua toh,
		kita cerita-cerita mi kayak habis itu saya tanyami kira-
		kira hari ini kau bahagia begitu e. saya, sa tanya ke dia.
		Iya kayak kita ceritakan juga apa yang kita tidak sukakan
		hari ini begitu-begitu. Kadang karena mungkin sudah
		seringmi kita begitu toh kadang kita menangis tapi kalau
		sekarang lebih ke kita ketawa itu, kita lucu, tidak tau
		kenapa kita lucu itu tapi kita sedih. Iya mungkin karena
		kita sudah biasa juga toh jadi kita capekmi juga menangis
		sudahmi kita ketawa-ketawa. Tidak shif-shiffan sih sama
		temannya tidak setiap hari. Itu tadi itu saya kurang tau
		dia pergi jam berapa tapi kalau dia pergi jam 10, kalau

A. IS	72	tidak salah dia pulang mungkin sebelum maghrib atau
	73	sesuah maghrib. Iya dia itu orang yang jarang di rumah
	74	sih. Karena dia kerja juga baru ada juga kayak dia ikut
	75	organisasi, dia kuliah juga. Iyo wa wanti itu toh dia kuat,
	76	karena saya juga kalau ada apa-apa toh saya mengeluh
	77	juga di dia, baru dia apa e dia kasih juga saran itu bukan
	78	yang dia tidak tau bicara bukan, dia kasih saran dia kasih
	79	pokoknya dia kasih saran, dia kasih tau kita bagaimana
	80	yang baiknya begitu e. wa wanti itu selain dia kuat itu
	81	orangnya to dia ceria tidak tau dia itu, ini to kadang kita
	82	lagi di kamar kita lagi mengeluh sama-sama to tiba-tiba
	83	ada yang menelpon misalnya siapa to, iya halo dia begitu
	84	itu langsung dia berubah lagi itu tidak tau kenapa itu. Dia
	85	tidak malu-malu iyaa begitu, dia itu biar sandal, sepatu
	86	dia kotor bagaimana, bajunya dia kusut kecuali sudah
	87	ddikasih tau itu ih kusutnya bajumu barumi dia ini, tapi
	88	kalau tidak begitu dia tinggal pakai-pakai saja dia tidak
	89	tau malu itu. Iyo baru dia tidak banyak neko-nekonya dia
	90	menurutku. Ih saya bersyukur saya punya wa wanti, saya
	91	tidak mau kasih tau dia tapi sebenarnya saya kasih tau
	92	saja kita. Itu to sering to tidak tau kak kenapa tiba-tiba
	93	dia muncul pikiran begini e ih coba dih kalau kakak laki-
	94	laki mungkin saya tidak kayak sekarang, kayak dulu
	95	waktu SMP yang kasih tau saya pakai deodoran wa
	96	wanti, yang kasih tau saya rawat mukaku pakai skincare
		toh wa wanti, yang kasih tau saya pakai baju begini,
		begini, begini itu wa wanti kalau dapat kakak laki-laki
		mungkin saya tidak akan kayak begini, tidak tau kenapa
		saya jadi berpikir begitu. Iya kayak misalnya kita mau
		keluar baru kayak misalnya mungkin dia tidak sesuai
		pokoknya gayanya kita dia tidak bagus toh, ih jangan ko
		pakai yang itu dan coba ko ganti jadi warna ini begitu-
		begitu. Itu sering. Iya sih, tapi itu cuman di saya sama
		dengan adekku yang ketiga kalau yang keempat dengan
		kelima kan di mamaku toh jadi dia tidak terlalu ini.

	97	
	98	
	99	
	100	
	101	
	102	
	103	
	104	
	105	
	106	
	107	
	108	
	109	
	110	
	111	
	112	
	113	
	114	
	115	
	116	
	117	
	118	
	119	
	120	

A. IPSS	121	
	122	
	123	
	124	
	125	
	126	
	127	
	128	
	129	
	130	
	131	
	132	
	133	
	134	
	135	
	136	
	137	
	138	
	139	
	140	
	141	
	142	
	143	
	144	

	145	
	146	
	147	
	148	
	149	
	150	
	151	
	152	
	153	

Lampiran 8. Wawancara 6

WAWANCARA 6

Nama : Tifa (Teman klien) Obyek 3
 Hari, tanggal : Rabu, 8 Februari 2023
 Tempat : Wawancara ini dilakukan via telpon karena teman klien sedang berada di luar kota.

Keterangan :

Aspek-aspek	Faktor yang mempengaruhi
1. A. ES : Aspek <i>External Supports</i>	1) F. SE : Faktor <i>Self Esteem</i>
2. A. IS : Aspek <i>Inner Strenghts</i>	2) F. DS : Faktor Dukungan Sosial
3. A. IPSS : Aspek <i>Interpersonal and Problem Solving Skill</i>	3) F. S : Faktor Spiritualitas
	4) F. EP : Faktor Emosi Positif

Kode	Baris	Hasil Wawancara
A. IPSS	1	Sekarang bisa. Lagi bagus jaringan. Ih tidak ada jaringan
	2	sayang. Cuman bermodalkan wifi. Seng ada. Mati. Iya.
	3	Oke. Wa wanti itu orangnya yang saya tau toh eh dia itu
	4	apa baik baru ceria begitu e tapi saya tau kalau di
	5	dalamnya itu dia lagi hancur cuman dia tidak nampakkan
	6	di teman-temannya. Cuman mungkin adalah waktu-
	7	waktunya begitu. Orangnya toh ceria, ceplas-ceplos terus
	8	toh mudah bergaul mungkin yang saya paling suka sama
	9	wa wanti itu dia tidak nampakkan kalau ada masalahnya
	10	dia apa tetap ceria begitu e. biarpun orang dia tidak
	11	kenal, dia baru kenal begitu langsung dia cepat dia akrab.
	12	Bagaimana dih kalau yang saya tau karena mungkin
	13	sudah jarangmi saya kumpul toh kecuali mungkin,
	14	kecuali karena ada wa sela baru saya kumpul begitu e.
	15	kalau yang saya tau toh mungkin ta pergi healing begitu
A. IS/ A. IPSS	16	e, ta pergi manakah, pergi jalan dengan untuk
	17	menghilangkan apa menghilangkan stressnya mungkin
	18	da vape yang saya tauku, tapi tidak taumi kalau yang
	19	lain-lain karena kebanyakan dia itu bagaimana dih, hanya
	20	e da pintar sembunyikan begitu e. cuman mungkin kalau
	21	saya lagi kumpul begitu kita bicara hanya saya sama sela
	22	yang kita lagi kumpul toh e mungkin mi kita baku bicara

23	kdang-kadang kan kita buang-buang di grup begitu e,
24	cuman tidak seperti dulumu karena mungkin kita jarang
25	kumpul sama karena apalagi tidak ada wa sela. Kalau
26	cerita-cerita maksudnya mudah cerita-cerita sama biar
27	orang baru begitu, kalau orang baru mungkin tidak,
28	mungkin cuman sama orang-orang tertentu saja begitu e
29	yang sudah dianggap dekat yang sudah dipercaya setauku
30	begitu e. kalau cerita masalah-masalahnya mungkin apa e
31	misalnya da lagi dapat masalahnya itu mungkin da tidak
32	langsung ceritakan kita, mungkin ada mungkin teman
33	dekatnya, cuman kalau misalnya kita lagi rame grup
34	begitu lagi bunyi sudahmi kita muncul lagimi cerita
35	begitu yang mungkin ada masalahnya ada yang pengen
36	dia ceritakan begitu-begitu. Karena to bisa dilihat apa
37	dari story-storynya begitu e. dia sudah mungkin saya tau
38	dari story-story IG nya itu dia jalan-jalan begitu mungkin
39	karena untuk menutupi lukanya tapi pasti dari masalah-
40	masalah yang sering dia , bagaimana dih sering dia lalui
41	begitu pasti dia bisami toh hadapi, da bisami control
42	mana ini,ini,ini karena mungkin sudah terbiasa begitu e,
43	jadi dia mungkin lebih kuat mungkin begitu karena apa
44	mungkin sudah lama juga saya tidak ketemu dia jadi
45	mungkin saya pantau dia hanya lihat-lihat storynya
46	begitu e baru pasti kalau misalnya ada apa-apa pasti dia
	akan kasih tau ke kita begitu tapi ini entah karena kita
	jarang ketemu jadi jarang cerita-cerita begitu. Kalau yang
	awal-awalnya itu toh bagaimana dih saya sudah lupami
	juga kalau yang sempat dia anu-anu tangannya itu
	kayaknya toh apa itu sudah lama juga orang tuanya
	begitu tapi kalau awal-awalnya itu mungkin kayak
	bagaimana dih kayak orang stress begitu e, menangis-
	menangis tapi saya tidak tau sempat dia lukai dirinya.

	47	
A. ES	48	
F. DS	49	
	50	
	51	
	52	
	53	
	54	
	55	
	56	
	57	
	58	
	59	
	60	
	61	
	62	
	63	
	64	
	65	
	66	
	67	
	68	
	70	

Lampiran 9. Wawancara 7

WAWANCARA 7

Nama : Ici (Teman klien) Obyek 4
 Hari, tanggal : Jumat, 10 Februari 2023
 Tempat : Wawancara ini dilakukan via telpon karena teman klien sedang berada di luar kota.

Keterangan :

Aspek-aspek	Faktor yang mempengaruhi
1. A. ES : Aspek <i>External Supports</i>	1) F. SE : Faktor <i>Self Esteem</i>
2. A. IS : Aspek <i>Inner Strenghts</i>	2) F. DS : Faktor Dukungan Sosial
3. A. IPSS : Aspek <i>Interpersonal and Problem Solving Skill</i>	3) F. S : Faktor Spiritualitas
	4) F. EP : Faktor Emosi Positif

Kode	Baris	Hasil Wawancara
A. IPSS	1	Iya Yen. Kenapa Yen. Telpon mi. Iya. Okey. Yen. Di
	2	rumah. Tidak apa-apa. Soal. Kenapa. Da pernah chat
	3	saya mungkin da DM saya hanya karena saya belum
	4	balas. Wa Wanti itu awalnya toh dia itu tipe yang dia
	5	tidak tunjukkan diluar kalau dia sedih. Hanya di beberapa
	6	orang paling sama saya, wa Sela. Baru e bagaimana dih
	7	dia sebenarnya tipe orang yang emosi hanya dia bisa
	8	tutupi, dia bisaji tutupi itu. Dia marah itu toh kayak
	9	luapan emosinya toh yang betul-betul, dia tidak
	10	keluarkan di semua orang bahkan mungkin di saya juga
	11	wa Sela, paling di cowoknya dia bisa kelihatan betul-
	12	betul marah. Pekerja yang keras, ih paling bertanggung
	13	jawab kasian. Iya karena kondisi latar belakangnya
	14	begitu, dia tahu bagaimana dia sebagai anak pertama buat
	15	dirinya bagaimana ke adek-adeknya. Dia kerja bukan
	16	karena dia tidak dikasih uang tapi mungkin dia rasa
A. ES	17	sudah bedami toh. Kalau dia lagi ada masalahnya pasti
	18	dia cerita dia ajak saya pergi naik di keraton cerita-cerita,
	19	dia kasih tenang dulu dirinya dia siapji cerita, biasanya
	20	toh dia pergi jalan-jalan sendirinya ka atau dia jalan-jalan
	21	sama adeknya. Tidak pernah ji yang dia umbar-umbar
	22	kayak bagaimana-bagaimana umbar-umbar di sosmed
	23	bagaimana-bagaimana kalau ada masalahnya. Iya saya
F. DS	24	tidak tahu saya baru bangun langsung begini suaraku.
	25	Data apa saja yang kau butuhkan. Menangis dulu kalau
	26	ketemu dia bengkak matanya, tapi lama-lama tidakmi e
	27	dia tidak bisa kendalikan emosinya iyo dia pernah ada
	28	diposisi itu terus e kayak saya tidak taumi toh, biasanya
	29	yang dia ajak cerita itu mamaku. Iyo kalau dia
	30	bagaimana-bagaimana itu lebih anu dia ke mamaku
	31	sebenarnya masalah orang tuanya, soal dia toh, soal
	32	cowoknya sama mamaku kasian dia cerita. Paling kalau
	33	saya keluar dengan dia is kalau saya mungkin ada
	34	diposisinya dia saya tidak tahu saya bisa atau tidak. Dia
	35	harus kerja bukan hanya satu tempat kerja. Dia harus
	36	ribut dengan mamanya kalau entah mungkin dia capek
	37	mamanya toh baru dia juga dia capek dia tidak dirumah
	38	dikira padahal dia kerjaji maksudnya hidupnya dia sudah

A. ES F. DS	24	keluarkan untuk pekerjaan maksudnya manusia kita ini
	25	pasti kita butuh rehat, itu waktu-waktu rehatnya tengah-
	26	tengah malam itu setelah selesai mi pekerjaannya kayak
	27	begitu. Dia kerja dari pagi sampai tengah malam da
	28	kuliah, dia urus KKN-nya, dia urus proposalnya, dia
	29	sempat juga jadi jasa tugas. Iyo dia itu toh tidak pernah
	30	kayak dia tidakkan orang jemberapa pun itu. Wa Wanti
	31	itu to dengan dia kerja begitu kayak pasti ada waktunya
	32	untuk temannya. Ih sangat, asli biar saya mau bilang
	33	bagaimana Yeyen e kadang toh saya sama wa Sela yang
	34	tidak enak yang saya mi yang sakit kan itu saya lihat dia
	35	karena dia terlalu bohongi dirinya kalau dia capek. Tidak
	36	enakkan kasian orangnya dia. biar dia sedih da ketawa
	37	terus didepannya orang seberat apapun masalahnya.
A. IPSS	38	Sampai kita malas sekalimi sama wa sela kita tidak
	39	maumi tegur dia, kita tidak mau tegur karena dia terlalu
	40	capek baru dia maksudku saya kalau ko capek pulangmi
	41	ko istirahat bisaji kau bilang tidak itu. Tapi dia kelihatan
	42	kalau dia capek. Ko bayangkan dan dia pulang dia pergi
	43	ditempat KKN-nya di batauga, pagi itu sebelum dia pergi
	44	itu dia temani dulu la Dede kerumahku untuk anu ATM
	45	toh kan la Dede dia kerja di BCA, siangnya dia pergi di
	46	Majapahit dia pergi di batauga sore pulang dari itu
	47	malanya da keluar lagi kah bagaimana saya bilang ih ini
		orang da tidak ada capeknya. Saya tidak tahu sih kalau

48	ada masalahmu to Yen kau kalau kau cerita maksudnya
49	belum betul-betul ko keluarkan ini pasti ko cerita ke
50	orang itu dengan emosimu. Iyo akhir-akhir ini toh saya
51	tidak pernah mi pokoknya pulangku terakhir to pulangku
52	terakhir itu dari Makassar kalau dia datang jemput saya,
53	saya tidak pernah mi lihat dia bengkak matanya. Iyo ih
54	semua hal dia pikirkan. Pikirkan masalahnya dengan
55	pacarnya, masalahnya dengan orang tuanya. Itu mi kita
56	duduk-duduk di Keraton kita dengar-dengar musik. Beli
57	kopi. Iyo ketemu temannya yang dia bisa ajak cerita
58	maksudnya orang-orang yang mengerti dia toh.
59	
60	
61	
62	
63	
64	
65	
66	
67	
68	
69	
70	
71	

	72	
	73	
	74	
	75	
	76	
	77	
	78	
	79	
	80	
	81	
	82	
	83	
	84	
	85	
	86	
	87	
	88	
	89	

Lampiran 10. Wawancara 8

WAWANCARA 8

Nama : Dandy (Pacar klien) Obyek 5

Hari, tanggal : Senin, 13 Februari 2023

Tempat : Kedai Tarsius

Keterangan :

Aspek-aspek	Faktor yang mempengaruhi
1. A. ES : Aspek <i>External Supports</i>	1) F. SE : Faktor <i>Self Esteem</i>
2. A. IS : Aspek <i>Inner Strenghts</i>	2) F. DS : Faktor Dukungan Sosial
3. A. IPSS : Aspek <i>Interpersonal and Problem Solving Skill</i>	3) F. S : Faktor Spiritualitas
	4) F. EP : Faktor Emosi Positif

Kode	Baris	Hasil Wawancara
	1	Assalamualaikum maaf saya baru selesai kerja. Bisa. Dikedai ini. Oh, tidak apa-apa. Iya dia sempat bilang kemarin. Yang sama-sama wanti di kedai itu hari to.

A. IS F. SE	2	Wanti itu orangnya baik, cepat akrab dengan orang,
	3	pokoknya baik anaknya. Kalau untuk sifatnya ada
	4	beberapa yang dia tidak tunjukkan toh hanya di orang-
	5	orang tertentu yang dia dekat saja seperti masalahnya
	6	tidak semua orang dia ceritakan toh. Tidak juga kecuali
	7	memang kayak lagi ada masalah baru kayak marah-
	8	marah to kayak marah-marahnya cewek begitulah. Jadi
	9	dia itu kalau yang saya tau dan selama dia sama saya itu
	10	kalau ada masalahnya seperti masalah sama ayahnya to
	11	pasti dia cerita terus dia menangis seperti begitu,
	12	ibaratnya caranya itu dengan dia cerita dan menangis
	13	terus saya tenangin dan kita cari solusinya to jadi begitu
	14	caranya habis itu dia tenangmi, dia legah lagi karena
	15	sudah cerita dan dia menangis juga. Itu kalau selama
	16	sama saya itu dia hadapi masalahnya dengan dia cerita
	17	dan menangis hanya kalau dulu sebelum sama saya kan
	18	dia sama-sama teman-temannya to baru dia baku ikut
	19	yang sesama broken home juga temannya, jadi dulu itu
	20	caranya dia minum-minum, dia buat barkot di tangannya,
	21	hanya Alhamdulillah juga pas sama saya sekarang karena
	22	sering saya kasih-kasih tau juga toh baru mulaimi dia
	23	dengar-dengar juga dan sejauh ini tidak pernah dia begitu
	24	paling kalau dia lagi pusing ada masalahnya lagi, kan
	25	kentara itu kalau dia lagi ada masalahnya kadang saya
		tanyami baru dia ceritami terus dia menangis. Seperti itu
		yang dia lakukan. Jadi itu pelampiasannya yang penting
		saya temani dia cerita, maksudnya masalahnya to. Iya
		ibaratnya begitu ibaratnya sekarang dia bisa tambah lebih
		kuatlah hadapi masalahnya. Kalau menurutku kuat kalau
		yang saya lihat masalahnya ini masalah broken home
		bukan hanya persoalan orang tuanya pisah saja tapi dari
		salah satu orang tuanya juga kadang dia sering ada
		kekerasan mungkin toh tidak bisa dia control jadi
		pelampiasannya di dia, menurutku dia itu kuat bisa
		tahan. Sudah lama mi kan sudah lama juga selama waktu
		itu dia masih bisa control dirinya saya anggap dia kuat.
		Maksudnya bagaimana sifatnya dia atau bagaimana
		apanya. Kalau menurutku yang tadimi yang saya bilang
		tadi dengan dia cerita kalau sekarang itu kalau sekarang
		mulai maksudnya kan ini sudah jalan 2 tahun to jadi 1

A. ES F. DS	26	tahun, awal-awal tahun pertama itu dia masih sering
	27	sembunyi-semunyikan kalau ada masalahnya dia masih
	28	lampiaskan dengan hal-hal yang dulu dia sering buat
	29	cuman di pertengahan mulaimi dia rubah ibaratnya
	30	mungkin karena ada orang yang dia percaya yang bisa
	31	ibaratnya yang mengerti dia kan. Bagaimana saya
	32	jelaskan e, dia itu dia anggap saya kayak kan dia ini
	33	ibaratnya dia kehilangan sosok bapaknya to karena
	34	bapaknya kan yang pergi dengan karena sama mamanya,
	35	jadi pas ada saya dia anggap saya seperti penggantinya
	36	itu begitu e. iya seperti itu, dia sering juga kasih tau saya
	37	itu ibaratnya e jangan pernah jadi seperti bapaknya itu
	38	begitu e. sering sekali dia kasih tau saya begitu, ibaratnya
	39	dia takut apa yang dia rasakan kemarin-kemarin kembali
	40	lagi dia rasakan, kalau sekarang kan sudah kurang-
	41	kurang ibaratnya perasaan itu sudah kurang-kurang.
	42	Maksudnya sama bapaknya. Yang pas dia sering ketemu
	43	bapaknya, dia minta uang untuk adeknya tapi dia sering
	44	dibentak kadang juga dipukul. jadi itu yang dia sering
A. ES	45	ingatkan saya jangan jadi seperti bapaknya begitu karena
	46	mungkin juga perilakuku bisa buat dia nyaman
	47	maksudnya bisa buat dia tidak rasakan seperti apa yang
	48	dia rasakan kemarin itu jadi dia percaya sama saya jadi
	49	dia ibaratnya bagaimana e dia percayalah kalau saya

F. DS	50	marah-marah tidak jelas. Yah masalah di tempat lain,
	51	masalah sama mamanya, sama saya masalah sedikit pasti
	52	ibaratnya sambung menyambunglah. Keadaan dari
	53	sifatnya atau apanya begitu. Kalau untuk masalah-
	54	masalahnya sebenarnya untuk masalah sekarang
	55	menurutku agak kurang-kurangmi karena memangkan
	56	masalahnya itu yang paling banyak itu dua toh
	57	maksudnya dia masalahnya ini yang datang terus-terus
	58	begitu e yang sering datang terus. Yang pertama
	59	masalahnya sama bapaknya kedua masalahnya sama
A. ES	60	mamanya. Mamanya kan memang itu kecuali mamanya
	61	dia pusing mungkin baru dia lampiaskan di mereka wanti
F. DS	62	to. Tapi kalau sekarang kurang-kurangmi jarangmi saya
	63	dengar masalah, jarangmi dia cerita-cerita tentang
	64	masalah itu ibaratnya jarangmi ada masalah itu, iya
	65	lumayan lebih baik tidak kayak kemarin. Baiknya itu
	66	sudah jarangmi masalah-masalah yang kemarin-kemarin
	67	ada sekarang sudah jarang mi dia dapat jadi apa ibaratnya
	68	kondisi dihatinya itu tidak terlalu kayak kemarin. Itu
	69	juga termaksud ibaratnya dia itukan kalau ada
	70	masalahnya selalu dipikirkan kalau sekarang sudah
	71	jarangmi kan kentara itu kalau ada masalahnya dia.
	72	Kenatar itu pasti mukanya murung terus kalau jalan kan
	73	sering juga jalan-jalan berdua to, kalau jalan berdua itu
		pasti kalau ada masalahnya pasti tiba-tiba menangis,
		dilihat juga dari sikapnya sekarang sudah ibaratnya mau
		sama saya atau sama siapa saja dia ibaratnya sekarang
		dia sudah mulai lebih happy dari pada kemarin sifatnya
		lebih bahagia dari pada kemarin. Iya kalau untuk
		sekarang mulai baikmi paling yang dia pusingkan untuk
		kuliahnya bagaimana caranya dia bisa selesai terus
		keuangannya ituji yang dia lagi pikir-pikirkan. Yang dia
		sering cerita-ceritakan to sekarang kalau untuk masalah-
		masalah yang kemarin sering terjadimasalah keluarganya
		tidak pernahmi, maksudnya bukan juga tidak pernah deh
		tapi jarang. Masalah-masalah lain seperti kuliahnya
		keuangannya. Iya masih di kendari senin mungkin balik.
		Tidak sama mamanya sama adeknya acara keluarganya
		to pernikahan. Tadi saya Tanya wanti tadikan saya
		telpon dia eh apa-apa saja yang saya ceritakan dia bilang

74	terserah apa adanya toterus saya bilangmi kan hal-hal
75	yang dia pernah lakukan kemarin-kemarrin itu sseperti
76	minum-minum, merokok saya pikirkan itu masalah
77	pribadinya toh ibaratnya dia mau sembunyikan dari kita
78	to, saya tanyami itu kemarin kaau ceritaakaan juga atau
79	tidak dia bilang ceritakan sudahmi berarti tidak adaji
80	yang ditutup-tutupi. Jangan sampai dia tidak mau kalau
81	ditau hal-hal seperti itu to karena hal-hal seperti itu hal-
82	hal yang tidak baik. Belum, iya belum kenalkan dia itu
83	junioraku di palang merah jadi pas masuk palang merah
84	baru kenal. Kan pas baru kenal-kenal itu dia tidak pernah
85	cerita iya sudah kan masalah itu sudah lama dari dia
86	SMA kayaknya kalau bukan SMP. Kita teman SMAnya
87	to. Iya tahun kemarin ibaratnya dari iya thun-tahun
88	kemarinlah akhir-akhir 2021 sampai 2022 itu kan sempat
89	juga kan ibaratnya maamanya dengan bapaknya ini
90	belum ada status benar-benar cerai toh jadi pas bapaknya
91	dia kayak bagaimana e kan kebanyakan anak broken
92	home ini dia iri juga dia lihat orang-orang lain yang sama
93	keluarganya maksudnya saya sering ajak dirumahku
94	ketemu sama keluarga-keluarga di rumah tapi kadang dia
95	ibaratnya dia sedihlah lihat yang harmonis itu seperti apa
96	dia sedih. Pas bapaknya dia mau menggugat ibaratnya
97	dia minta cerai dia sempat down sekali ibaratnya kayak
	dia tidak mau. Jadi ibaratnya setiap hari dia menangis
	itumi maksudnya dia kembali lagi dia lakukan hal-hal
	yang kemarin yang sempat berhenti. Dia kenal saya
	sudah seperti itu ibaratnya tidak ada tempat ceritanya jadi
	dia lampiaskan kesitu, jadi sebelum dia kenal saya itu
	sudah seperti itu, pas ada saya kan kalau masalah-
	masalah yang dia hadapi sebelum ada saya itu paling
	bapaknya yang sering marah-marah dia terus mamanya
	juga kalau dia lagi stress sama keadaan keluarganya pasti
	dia lampiaskan ke dia. Masalah-masalah seperti itu pas
	ada saya ibaratnya bisa di, ada tempat ceritanya begitu e,
	jadi dia sering cerita-cerita mungkin pas dia cerita itu dia
	agak legah, kita carikan juga solusi begitu ebagaimana
	supaya bisa dia tenag, kita kasih pengertian harus seperti
	ini, itu ibaratnya mulai berhenti yang dia bikin kemarin
	pas yang puncaknya itu dia mulai lagi tapi bukan minum

98	hanya kayak apa bikin-bikin barkot itu e hanya itu.
99	Sempat juga saya marahi maksudnya kasih pengertian
100	dan kalau menurutku saya tidak apa-apami digugat
101	maksudnya tidak apa-apa mi toh. Maksudnya saya kasih
102	pengertian dan maksudku menurut saya yang saya bilang
103	ke dia pas puncaknya itu e saya kasih taumi ke dia saya
104	bilang tidak apa-apa mi biarkan saja ibaratnya relakan
105	saja dia juga ibaratnya dari bapaknya juga kan kayak
106	bagaimana e tidak bertanggung jawab begitu jadi
107	meskipun masih sama-sama kayak tidak ada gunanya
108	juga bapaknya begitu kalau menurutku karena banyakmi
109	yang dia sudah ceritakan sama saya juga to tentang
110	bapaknya bagaimana, mamanya bagaimana jadi
111	pikiranku begitu kan laki-laki ini pakai logika to jadi
112	pikiranku begitu tidak apa-apa mi relakan saja. Karena
113	supaya tambah bagus juga ibaratnya dia tidak bagaimana
114	e. kalau awal-awalnya masih tidak mau menurutnya
115	kayak dia tidak rela begitu karenakan banyak juga teman-
116	temannya yang keluarganya harmonis lengkap toh jadi
117	kayak rasa iri pasti adalah. Iya jadi dia mau
118	mempertahankan juga cuman sekarang tidak tau
119	kejelasannya dari proses orangtuanya itu bagaimana.
120	Mungkin dia sudah tidak pusingkan lagi itu ibaratnya
121	saya sering kasih tau juga dia to janganmi itu kalau fokus
	terus dimasalah itu kayak tidak berhenti-berhenti begitu.
	Kita selalu pusing disatu masalah pusing tidak ada
	solusi mending kita pikirkan masalah-masalah yang lain
	yang bisa bikin kita maju, saya sering kasih tau dia to
	mending fokus disatu hal yang memang nanti kau akan
	jalani dan bikin kau sukses nanti kalau kau sukses pasti
	mereka tidak akan bikin begitu lagi itu yang sering saya
	kasih tau dia. Makanya dia itumi dia fokus kuliahnya,
	fokus cari uang dia kerja begitu supaya nanti dia berhasil
	pasti orang-orang yang bikin dia sakit hati pasti tidak
	akan bikin dia sakit hati lagi pasti dia cari-cari dia minta
	tolong apa ibaratnya kayak balas dendam begitu dan.
	Alhamdulillahnya seperti itu. Iya begitu pernah juga dia
	bilang saya beda dengan teman-temannya ibaratnya ka
	nada juga teman-temannya yang dekat sekali cuman kan
	mereka pas wa wanti dia cerita bisa dia cerita di teman-

A. IS	122	temannya yang lain cuman kan tidak ibaratnya teman-temannya juga itu punya masalahlah begitu dan pastu tidak selalu ada pas wanti dia butuh, pasti sibuk atau apa. Sedangkan kalau orang pacaran ini kan pasti ada waktu.
	123	
	124	
	125	
	126	
	127	
	128	
	129	
	130	
	131	
	132	
	133	
	134	
	135	
	136	
	137	
	138	
	139	
	140	
	141	
	142	
A. ES F. DS	143	
	144	
	145	

A. ES F. DS	146	
	147	
	148	
	149	
	150	
	151	
	152	
	153	
	156	
	157	
	158	
	159	
	160	
	161	
	162	
A. IS	163	
	164	
	165	
	166	
	167	
	168	
	169	
	170	
	171	

	172	
	173	
	174	
	175	
	176	
	177	
	178	
	179	
	180	
	181	
	182	
	183	
	184	
	185	
	186	
	187	
	188	
	189	
	200	
	201	
	202	
	203	
	204	
	205	

	206	
	207	
	208	
	209	
	210	
	211	
	212	
	213	
	214	
	215	
	216	
	217	
	218	
	219	

Lampiran 11. Wawancara 9

WAWANCARA 9

Nama : Sela (Teman klien) Obyek 6
 Hari, tanggal : Rabu, 15 Februari 2023
 Tempat : Wawancara ini dilakukan via telpon karena teman klien sedang berada di luar kota.

Keterangan :

Aspek-aspek	Faktor yang mempengaruhi
1. A. ES : Aspek <i>External Supports</i>	1) F. SE : Faktor <i>Self Esteem</i>
2. A. IS : Aspek <i>Inner Strenghts</i>	2) F. DS : Faktor Dukungan Sosial
3. A. IPSS : Aspek <i>Interpersonal and Problem Solving Skill</i>	3) F. S : Faktor Spiritualitas
	4) F. EP : Faktor Emosi Positif

Kode	Baris	Hasil Wawancara
------	-------	-----------------

A. IPSS	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24	Iya. Oi. Nyusun. Kenapa. Santai. Why. Cerita mi guys. Iyow. Tentang apa itu. Topik apa omaygat atau sebentar pi deh sa pulang dulu eh sa masih di lab he tapapaji. Tunggu e. Yen. Iya. Eh begini bagaimana di saya jelaskan. Oh iyo jadi toh perubahan yang saya lihat toh sebelum dia broken home itukan dia dekat toh sama bapaknya jadi kayak apa-apa bapaknya kalau dia ke pasar kayak dia minta uang pasti kayak pasar itu tempat amannya lah toh kalau dulu. Kayak tempat amannya ko mengerti kan bapaknya yang pegang pasar toh. Jadi saya toh dulu kayak misalnya saya mau beli ikan pokoknya atau tidak bapaknya da lagi jual toh pasti kayak dia bagaimana e kayak da mood dan kalau di pasar tapi setelah dia tahu bapaknya da selingkuh dia pokoknya kayak dia hancur sekali toh itu da lihat pasar itu kayak da benci itu dia malas mi itu karena pasti dia ketemu bapaknya dia lihat bapaknya dia ingat-ingat lagi kejadian yang dia tahu itu yang dia ketahuan itu. Terus toh kalau sekarang-sekarang itu dia lebih e dia stress toh Yen tapi dia ko mengerti kayak dia stress tapi dia lebih sembunyikan. Ini sebenarnya sa bingung Yen kita cerita ini batasnya sampai mana ini. Sabar dulu saya takut buka aibnya. Ko sudah dikasih tahu ji semua sama wa wanti. Oh iyo iyo berarti da sudah oh iyo oke mi sa mengerti mi. tidak masalahnya saya takut siapa tahu da mau sembunyikan yang ini begitu. Berarti ko sudah dapat cerita yang itu toh. Ha terus toh intinya perubahannya itu toh terus sebelum dia tahu bapaknya dia selingkuh itu e memang dia pernah merokok cuman kita kan kayak kita larang-larang toh. Larang pokoknya ko tahu mi saya kalau saya sayang sama temanku pasti saya keras begitu e. Jadi disitu dia sudah berhenti mi toh berhenti, berhenti, berhenti. Tapi setelah da tahu itu semua da kembali kayak dia rusak dirinya itu. Bahasa kasarnya begitu e kayak dia mulai mi e dia rasa kalau dia merokok itu dia hilang begitu e sebentar pusingnya. Pernah juga saya dapat toh ada sayatan di tangannya kayak dia bilang ko mengerti kayak dia bagi rasa sakitnya jadi tidak hanya dihatinya, dikepalanya tapi di badannya juga begitu e. Tapi di kita sama sekali e Yen tidak pernah da tunjukkan
---------	---	--

A. IS/ A. IPSS F. SE A. IPSS	25	da mau menangis-menangis kecuali memang kayak sa
	26	berdua sama dia itu baru kayak da bilang da capek apa
	27	terus toh kalau kemarin kan Yen bapaknya da masih
	28	kerja toh apakah lurah kemarin. Kemarin itu toh masih
	29	ko tahu mi toh masih aman didalam rumahnya da masih
	30	bisa ketawa-ketawa maksudnya sama-sama bapaknya toh
	31	tapi sekarang lukanya mi itu dari bapaknya semua.
	32	Kayak apa dih misalnya dari finansialnya toh dulunya
	33	kan adalah dari bapaknya toh sama mamanya tapi
	34	sekarang toh Yen benar-benar da sendiri ko tahu
A. ES F. DS	35	bapaknya da kasih toh cuman kadang 50 ribu kadang 20
	36	ribu itupun sama adek-adeknya ko bayangkan dia anak
	37	pertama da harus berpikir bagaimana caranya untuk
	38	adeknya da bisa hidup. Ko tahu adeknya da pergi di
	39	Kendari da cari uang toh demi da lanjut. Dia betul-betul,
	40	terus adeknya dia pikir juga adek-adeknya. Sempat itu
	41	hari adeknya da masuk rumah sakit toh pas bapaknya da
	42	sudah selingkuh itu da tidak tahu da mau dapat uang dari
	43	mana. Tapi kan kalau kita mau pikir toh masih ada
	44	mamanya toh masih ada juga bapaknya kalau dia pikir itu
	45	anaknya. Tapi ini toh tidak Yen itu betul-betul dari wa
	46	Wanti. Sampe da jual emasnya da gadai, saya, sa temani
	47	dia gadai. Da gadai emasnya terus demi itu biaya
	48	adeknya toh. Pokoknya toh da kacau semuanya. Baru

A. IS	49	masalah penuh toh dia berat sekali dia rasa tapi kalau
	50	temannya dia butuh dia siap itu sih. Walaupun da lagi
	51	luka-lukanya ini. Da sering cerita tapi da cerita itu pas
	52	apa dih kayak ko tahu da tidak mampu mi. Iya tapi kalau
	53	kita ketemu da cerita ji semuanya. Cuman kan sekarang
	54	saya jauh toh, jadi kecuali kayak kadang tiba-tiba da chat
	55	da panjang lebar to da cerita atau tidak kadang dia komen
	56	storyku terus dia kasih taumi saya, sela kemarin saya
	57	ketemu odeku da sama ini atau dia lihat postingan
	58	odenya sama pacar barunya pokoknya begitu-begitu.
	59	Kuat sekali sih menurutku, sampai kapan e itu hari
	60	pokoknya to, iya sih betul sih yang dia bilang adeknya.
	61	Adeknya dia sakit sampai dia itu dia carikan uang
	62	harusnya kan bukan pikirannya wa wanti harusnya
	63	pikiran orang tuanya to, tapi ini dia yang pikirkan.
	64	Sampai itu hari da pinjam uang di kita-kita semua untuk
	65	adeknya. Tapi kalau perubahan fisik masukji ka. Itu hari
	66	pernah juga dia cerita kalau pas dia tau itu to dia blokir,
	67	dia tidak anu lagi sama bapaknya pokoknya kalau dia
	68	minta uang juga itu to karena memang betul-betul adek-
	69	adeknya yang perlu baru dia mau kasih tau odenya.
	70	Kalau dia baku lewat kayak dia benci sekali itu, cuman to
	71	sa lihat-lihat to yen semakin kesini semakin dia terima itu
	72	kayak dulu to kayak da benci pokoknya kayak lebih sakit
		karena itu bapaknya sendiri. Belum lagi pas dia lihat
		mamanya juga ada yang lain da hancur bet sih, cuman
		mo di apa kalau sudah begitu. Ohiyo, mungkinmi
		kayaknya sih. Kalau di saya belumpi. Kayak tetap sakit
		tapi mau di apa. Kayak dia hadapi ini to. Makanya dia
		terimami. Apalagi mamanya juga sudah ada yang lain.
		Baru dia anak pertama toh. Adeknya ji yang dia pikir. Ko
		tau sampai dia kerja di warung, terus dia kembali lagi di
		rujab. Sekarang itu to kalau kita duduk-duduk to dia yang
		paling sibuk mau pulang karena dia mau kerja. Tapi dia
		betul-betul sempatkan juga itu untuk sama-sama kita
		walaupun dia mau kerja. Kalau tidak begitu dia tidak
		dapat uang. Sedangkan uang yang dikasih sama odenya
		sangat-sangat kurang. Dia sibuk to. Begitumi kasian dia,
		kita saja ini susah sekali kita dapat waktunya, adapun
		kita dapat cepat begitu. Terus kadang toh dia bilang

A. IPSS	73	begini yen, dia mau kembali di masa SMP. Karena
	74	maksudnya dia belum pikirkan kerja, belum pikirkan
	75	sehancur sekarang. Sangat kuat. Itu hari pernah sampai di
	76	ini apa lagi, kalau ko taumi bapaknya mungkin karena
	77	efek mabuk to sudah pernah dikena pukul sampai dia
	78	lebam. Iya kasian. Makanya ada distorynya da bilang
	79	apakah cintaku sekaligus lukaku. Iyaiya itu. Saya lihat itu
	80	sambil menangis juga sih, karena betul-betul iya yang
	81	harusnya kalau kita apa-apa to kita lari ke orang tua, dia
	82	da tidak tau lari ke siapa, kadang toh kalau kita digrup ih
A. ES F. DS	83	saya rindu pulang e, saya mau pulang ke rumah e kalau
	84	kita bilang-bilang begitu to, terus dia bilangmi dia is saya
	85	juga e cuman saya tidak taumi rumahku dimana kadang
	86	dia bilang begitu. Kadang juga pokoknya kayak dalam
	87	sekali kasian dia betul-betul hancur cuman ko tau
	88	casingnya wa wanti to happy-happy aja. Kuat sekali dari
	89	dia kerja di rujab itu sih. Iyo mungkin, ko tau kayak dia
	90	cuman jalankan hidup. Seringji dia bilang saya tidak kuat
	91	e saya tidak kuat lihat odeku dia post fotonya cewek
	92	habis itu lagi mamanya da post sama pacar barunya.
A. ES F. DS	93	Kadang to dia tidak tau itu mau lari kemana. Makanya
	94	saya bilang kalau ko apa-apa ko cerita saja. Ada ko tau
	95	mamanya wa ici sama bapaknya, kita itukan kayak kita
	96	dekat begitu to, jadi kadang to kalau maksudnya ada
	97	masalah to kita ke rumahnya mi wa ici disitu wa wanti da
		ceritami semuanya ke mamanya wa ici. Kayak dia apa

A. ES F. DS	98	cobanya dih dia punya orang tua begini. Lebih ke adek-adeknya sih. Iya, kayak biarmi sakit ini semua di dia begitu e janmi lagi ke adek-adeknya lagi.
	99	
	100	
	101	
	102	
	103	
	104	
	105	
	106	
	107	
	108	
	109	
	110	
	111	
	112	
	113	
	114	
	115	
	116	
	117	
	118	
	119	
	120	
	121	

A. ES	122	
F. DS	123	
	124	
	125	
	126	
	127	
	128	
A. ES	129	
F. DS	130	
	131	
	132	
A. IPSS	133	
	134	
	135	
A. ES	136	
F. DS	137	
	138	
	139	
	140	
	141	
	142	
A. ES	143	
	144	
	145	

A. IS	146	
	147	
	148	
	149	
	150	
	151	
	152	
	153	
	154	
	155	
	156	
	157	
	158	
	159	
	160	
	161	
	162	
	163	

Lampiran 12. Catatan Anekdote 1

CATATAN ANEKDOT 1

Nama : W (Klien)

Hari, tanggal : Senin, 30 Januari 2023

Tempat : Kedai Tarsius

Berdasarkan dari pengamatan yang dilakukan, subyek memang memiliki *resiliensi* yang rendah. Terlihat pada saat subyek bercerita raut wajahnya yang sedih dan matanya berkaca-kaca saat menceritakan kondisi keluarganya, juga pada saat menyampaikan kondisi dirinya yang hancur dan tidak baik-baik saja mulutnya bergetar seolah menahan rasa sakit. Selanjutnya juga subyek memperlihatkan bekas sayatan di tangannya yang merupakan salah satu cara subyek untuk menghilangkan *stress* nya.

Lampiran 13. Catatan Anekdote 2

CATATAN ANEKDOT 2

Nama : W (Klien)

Hari, tanggal : Rabu, 1 Februari 2023

Tempat : Kedai Tarsius

Dari pengamatan yang dilakukan, subyek terlihat murung dan sedih hal tersebut karena ia yang merasa kesulitan dalam menyesuaikan dan menghadapi keadaan *broken home* nya. Selain itu juga saat bercerita subyek beberapa kali membungkukkan badannya seperti lelah dengan keadaan yang dia hadapi sekarang dan merasa dirinya tidak memiliki kesamaan dengan kebanyakan orang, atau dengan kata lain subyek merasa cemburu dan membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain yang mempunyai keluarga harmonis.

Lampiran 14. Catatan Anekdote 3

CATATAN ANEKDOT 3

Nama : W (Klien)

Hari, tanggal : Jumat, 3 Februari 2023

Tempat : Kedai Tarsius

Dari pengamatan yang dilakukan, subyek terlihat sangat tergesa-gesa saat bercerita seolah-olah subyek seperti sedang menyampaikan perasaannya yang selama ini dia pendam dan beberapa kali menarik napasnya dan melanjutkan ceritanya dengan penuh keseriusan.

Lampiran 15. Catatan Anekdote 4

CATATAN ANEKDOT 4

Nama : W (Klien)

Hari, tanggal : Sabtu, 4 Februari 2023

Tempat : Rujab Walikota Baubau

Berdasarkan pengamatan terlihat bahwa subyek sangat aktif dan emosional dalam menceritakan keadaan dirinya. Subyek juga beberapa kali masih sering menangis pada saat bercerita, hal itu terjadi saat ia mengatakan keadaan dirinya yang cukup baik dengan berusaha menahan air matanya. Selain itu juga subyek beberapa kali bercerita dengan nada suara yang cukup keras dengan penuh penekanan. Subyek terlihat sudah pasrah dengan keadaan hidupnya hal itu diungkapkan bahwa pernah ia mencoba untuk mengakhiri hidupnya dan didukung pada saat ia bercerita hal itu raut wajahnya yang kosong seperti orang yang sudah putus asa.

Lampiran 16. Laporan Pelaksanaan Layanan Konseling Individual pertemuan 1



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BUTON
Jl. Betoambari, No.36, Kel. Lanto, Kec. Batupoaro

**LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN
KONSELING INDIVIDUAL
SEMESTER GENAP TAHUN 2023**

1. Nama Konseli : W (Klien)
2. Semester : 8 (Genap)
3. Hari, Tanggal : Senin, 20 Februari 2023
4. Pertemuan : Ke-1
5. Waktu : 90 menit
6. Tempat : Kediaman peneliti
7. Teknik yang digunakan : Teknik *systematic desensitization*
8. Hasil yang dicapai : Iya dan odeku dia selalu kalau kita kasih tau seperti ini toh dia selalu kenapakah mamamu itu, jadi kayak saya sebagai anaknya saya takut, saya tidak bisa, saya tidak berani. Iya. Bisa. Harus

mengerti, harus buat pengertian supaya mamaku dia mengerti kalau sebenarnya saya tidak bisa disuruh-suruh seperti ini karena saya tidak berani sama odeku, saya tidak bisa pokoknya, saya tidak bisa kasih tau odeku. Ode sebenarnya mama harus begini, tapi mamaku setelah saya bicara begitu, ko itu to wanti ko harus jadi orang yang pemberani wanti ko harus banta odemu itu tapi habis itu terkadang kayak dia harus bilang kau itu kau harus baik-baiki odemu. Dan odeku bukan tipikal orang yang kayak habis kita marahi dan dia tiba-tiba dia langsung lupa masalah itu tidak, dia itu dia ingat jadi habis misalnya saya habis marah sama dia pasti dia bilang ih ko itu kemarin-kemarin ko marah-marahi saya habis itu ko baik-baiki lagi saya karena ada maumu memang begini, begini,begini, ko mau uang, padahal itu semua mamaku yang suruh. Saya tidak mau seperti itu, saya mauku saya sama mamaku baik dan saya sama odeku baik tapi mamaku dia tidak pernah mengerti itu, mamaku kayak. iya saya sulit sekali, saya tidak tau saya mau bagaimana itu keadaannya kayak saya tidak pernah bisa bicarakan. Mamaku kayak mamaku dia selalu membantah terus setiap kita kasih tau. Saya tidak berani kasian mama, saya harus kasih tau ini di ode karena ode itu dia orangnya seperti ini dan saya tipikal orang yang tidak bisa dibentak-bentak seperti itu. Sulit, saya tidak bisa sampai sekarang saya kasih tau mamaku soal itu, saya rasa kayak saya makanya setiap mamaku dia bicara seperti itu hanya saya diam-diam saja. Saya pusing saya tidak tau harus mau bikin apa, saya pusing yeyen kayak saya harus coba untuk saya tahan diriku untuk kayak ih tidak bisa seperti ini kasian mama kayak tidak bisa ode itu bukan tipikal orang yang seperti itu dan juga kau tidak bisa tuntutan saya untuk harus saya bisa kasih tau ini sama dia karena dia itu, iya menurutku mereka itu sama-sama ji egoisnya. Karena mereka dia hanya pikirkan bagaimana perasaannya mereka tanpa dia harus tau kita ini kayak bagaimana. Betul-betul kayak minta uang persoalan minta uang saya itu saya tidak bisa harusnya itu bukan tugasku, iya saya sulit, saya tidak tau harus mau bicara bagaimana, saya harus odeku kita baru satu kata dia itu dia sudah apakah kamorang ini begini, begini terus, iya dibentak di depan semua orang odeku dia da tidak pernah tau itu kayak odeku

to dia kasih tau kita dia bentak kita itu toh didepannya semua orang, orang dia lihat kita kayak saya sa malu kasian, yaallah saya tidak mau seperti itu saya tidak suka ada diposisi seperti itu. Sulit karena kita dibentak di depannya semua orang hanya karena memang kita mau minta hak-haknya kita dan saya rasa disitu kayak apakah sebenarnya yang mereka mau, saya sa harus bagaimana kah, saya harus jadi seperti apakah, saya ini kayak boneka itu yang harus wanti ko itu ko harus begini, saya harus begini lagi padahal saya tidak suka, saya tidak mau. Iya. Bisa. Dia lagi sedih kayaknya. Iya. Saya hadapi sendiri. Sulit kayak kita tidak tau harus bagaimana kalau misalnya saya tidak dapat ini pasti saya pulang saya akan dimarahi lagi, kayak saya harus jadi ini

tapi sebenarnya saya tidak bisa jadi ini begitu e, karena saya bukan seperti ini begitu. Saya tidak tau harus bikin apa saya harus bagaimana saya harus bicara bagaimana sama odeku, saya harus pulang bagaimana kalau misalnya odeku dia tidak kasih saya jawaban yang ini, dia tidak kasih jawaban yang mamaku dia inginkan, saya harus bagaimana, saya tidak tau hadapi itu semua. Makanya kadang saya biarkan mamaku dia pergi dulu baru saya pulang kasih tenang-tenang pikiran baru saya telpon lagi dia, is ode ternyata dia begini, begini,begini, kadang saya harus berbohong karena saya tidak tau saya takut yen. Iya saya yang harus pikirkan semuanya. Iya susah tapi kayak tidak tau mau bagaimana lagi, iya saya tidak tau caranya sampai sekarang. Masih. Iya saya tidak tau bagaimana cara jelaskan dimamaku kalau saya ini saya capek begitu e. itu bukan tugasku tapi ko tau harus kasih tau saya dengan saya yang masih kecil kasian, saya masih belum tau apa-apa, saya tidak bisa membantah diodeku saya tidak bisa karena odeku itu orangnya keras dia kasih naik nadanya saya sudah takut, saya sudah jatuhmi air mataku, pokoknya saya tidak bisa. Masih tapi saya sudah tidak kayak tadi. Kepalaku sudah enakan mi saya sudah tidak terlalu pikirkan. Dia kurang jadi 55 mungkin, fix 55 tapi nanti

kalau bagaimana lagi saya kabari kamu, inikan dia masih berjalan terus semuanya sama saya ini to. Itukan dari yang pertama tadi saya rasaji kayak pas kau masih kasih tau saya tiba-tiba kau pancing lagi sedikit itu dia naik lagi, itu saya ingat lagi pokoknya disitu dan saya rasa tapi saya sudah bisa kendalikan yang tadi itu pas yang kedua yang kau suruh saya tarik napas lagi saya tarik napas lagi, ko tanya saya ko coba pancing lagi sedikit tapi saya sudah yidak terlalu berasa seperti yang awalmi. Iya sedikit, kayaknya bahkan sebelum kau suruh deh, sebelum kau suruh saya sudah coba tarik napas duluan baru saa buang walaupun memang tarikan napasku dia masih kasar yang saya

ingat, iya yang kedua, tapi habis itu kau suruh saya tarik napas lagi mulaimi saya bisa atur pelan-peln napasku itu sih. Rasanya iya ada yang berubah, kalau tadi itukan saya tidak bisa kayak masih ingat-ingat itu tapi setelah tarik napas itu kayak dia turun rasanya sudah tidak seperti yang awalnya itu cocokmi dia turun 55.

Baubau, 20 Februari 2023

Konselor

Yeyen Dwi Arum

Keterangan:

Dokumen ini bersifat rahasia

Lampiran 17. Laporan Pelaksanaan Layanan Konseling Individual Pertemuan 2



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BUTON
Jl. Betoambari, No.36, Kel. Lanto, Kec. Batupoaro

**LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN
KONSELING INDIVIDUAL
SEMESTER GENAP TAHUN 2023**

1. Nama Konseli : W (Klien)
2. Semester : 8 (Genap)
3. Hari, Tanggal : Senin, 25 Februari 2023
4. Pertemuan : Ke-2
5. Waktu : 90 menit
6. Tempat : Kediaman peneliti
7. Teknik yang digunakan : Teknik *systematic desensitization*
8. Hasil yang dicapai : Temanku karena teman-temanku dia saya lihat kayak enak dan kayak da pergi tidak usah pikirkan pekerjaan, e dia pulang kuliah habis itu dia hanya pergi nongkrong. Saya, saya masih baru pulang kerja ini, baru juga kali itu saya duduk-duduk kasian. Mamaku dia

kasih tahu saya itu to kau bajalan sekali deh, kau itu kayak lonte katanya kau bajalan keluar malam sampai pulang larut. Padahal saya itu hanya cari kesenanganku saja begitu di luar kayak saya tidak bisa, saya tidak tahu saya mau bikin apa juga di rumah, saya to saya pusing. Sa pulang capek kerja sa ingin juga kayak sa refresing mungkin. Dan begitu caraku untuk saya e, saya hilangkan capekku toh, hilangkan capek kerjaku. Karena saya kalau di rumah kan pasti saya pulang saya tidur lagi. Saya kayak saya mau juga kayak teman-temanku kayak dia nongkrong, saya mau kayak begitu tapi mamaku dia tidak pernah mengerti itu. Tapi saya tidak bisa lawan dia karena toh dia toh selalu dia bicara terus, kayak wanti kau itu begini, begini, begini. Pokoknya tidak bisa kita bicara kayak makanya saya hanya diam saja saya kunci pintu kamarku. Habis saya main-main hpku, saya tidak tahu mau bikin apa begitu e sampai dia sakit kepalaku saya tidak tahu saya. Iyo, saya tidak punya kekuatan untuk sama mamaku karena mamaku dia orangnya da keras. Dia tidak pernah mau mendengarkan kita. Tidak bisa, tidak bisa melawan. Susah, saya susah sekali, tapi. Sulit tapi da tidak bisa. Saya toh. Mamaku selalu da ulang-ulangkan hal itu kasian. Kadang kayak kalo dia lagi pusing. Tidak, tidak pernah paling saya kasih tau, kenapa kah kalo saya pergi baru juga satu kali ini saya pergi saya pi jawab dia saya kayak begitu, tapi habis itu tidak mi. Saya karena kalau saya bilang saya menjawab lagi itu mi kayak pengaruhnya kau pergi diluar terus ketemu sama teman-temanmu. Padahal bukan itu, saya toh maksudku jangan mi dan ko larang-larang saya. Saya ini kan sudah besar. Saya sudah besar, kalian habis paksa saya untuk besar dengan keadaanku yang masih belum dewasa. Terus kalian larang-larang saya untuk jadi orang dewasa yang e yang kek kalo saya mau tenangkan pikiranku saya harus pergi keluar. Kek satu jam dua jam kan tidak masalah yang penting sa pulang di rumah, habis saya lakukan tugasku. Tapi mereka da tidak pernah mau mengerti itu. Iyo, saya bisa, saya bisa. Iyo, apalagi kayak kalo da lagi stress sama pacarnya, saya jengkel sama pacarnya mamaku. Saya mauku jangan mi. Saya tidak bisa berbuat apa-apa. Iyo saya hanya bisa diam di kamarku. Susah. Saya tidak pernah bisa. Bisa. Bisa. Bisa. Susah sekali astaga. Kayak saya. Iyo saya harus

begini. Saya tidak suka dia marahan sama pacarnya dia lampiaskan di kita, tidak suka. Dan dia bicara kasar padahal tidak tahu itu bicaranya itu adalah doa begitu e. Jadi jangan, maksudku jangan bicara kasar begitu dan di kita. Jangan mi dan maksudnya saya, saya sudah besar, saya sudah tahu mana yang baik, yang mana buruk buat saya. Jangan mi dia terlalu saya dikasih kekang karena saya sudah dewasa juga sebelum waktunya begitu e. Jadi kamorang jangan mi larang-larang saya untuk ini, untuk ini. Saya tahu ji mana yang betul mana yang tidak, mana. Mamaku tdak bisa dikasih tahu seperti itu. Tidak bisa. Mamaku itu dia tidak bisa, dia bilangkan saya toh saya membangkang. Sudah. Dia tidak pernah mendengar. Sudah. Dia tidak pernah mendengar kasian. Dia bilangkan kita membantah. Terus dia bilangkan kita kamorang itu begitu mi. Mamaku itu dia bukan tipikal orang kayak kalo dia lagi emosi harus kita jauh-jauh, biarkan saja. Walaupun iya saya makan hati. Susah. Susah. Susah sekali ya Allah kau tahu dia marah-marah terus kasian. dia marah-marah terus kayak Wanti kau itu kau dari mana kah. Kau pulang mi dan. Padahal saya is maksudku saya, saya masih duduk-duduk. Iya saya capek, dikarenakan saya capek saya harus duduk, saya harus ketemu temanku juga supaya saya tidak mumet. Supaya saya tidak, tapi dia berpikir saya pergi apalah, saya pergi inilah, saya pergi itulah. Is, saya heran kasian. Saya tidak bisa marah. Saya tidak bisa, susah saya marah sama dia, dia tidak bisa mengerti. Iya saya kesusahan. Ha'ah. saya lagi dikamar. Saya hanya main hp. Saya, saya sambil saya dengar-dengar dia mengomel. Dia marah sama saya, tapi saya mau buat apa. Saya duduk-duduk, saya merenung ji saya sedih. Iyo. Kayak dia kaku mulutku. Dia kaku saja. Di mulutku, di daguku. Tidak ada cuman mungkin karena saya sudah bilang kayak saya tidak suka mamaku dia seperti itu. Hal yang saya pernah, tidak pernah bilang orang si. Paling hanya kayak saya disaat seperti itu kayak saya kalo saya lagi ada teman ceritaku saya cerita mi, tapi kalo tidak ada juga saya tidak cerita juga. Umm, kalo iya memang kalo itu dia kalo saya karena saya sudah tahan-tahan mungkin. Tapi kalau kadang juga kayak saya e saya tidak tahu yang ini toh saya baru rasa ini, mungkin karena saya sudah bisa saya rasa saya ceritakan ini sama orang lain

saat saya rasa saya betul-betul rasakan itu. Biasanya kan saya certakan kayak saya, saya nanti satu hari atau hari ini, siang ini saya dimarahi mamaku nanti sebentar malam baru saya cerita, sama kayak kakak Dandi. Iya berbeda, kayak ini saya masih rasakan sekali saya habis dimarahi terus saya cerita. Iya. Sudah mi tadi. Tidak ada lagi. Saya tidak bisa marah, saya kasian juga sama dia sih. Karena dia sudah tanggung semuanya ini. Saya mengerti juga kadang dia marah sama saya karena itu. Cuman kayak sama hal kayak saya sudah rasa kayak saya sudah e dari itu karena memang situasinya seperti ini. Umm. Masih. Sudah. Tidak seperti tadi. Tidak mi. Tidak mi, sudah tidak terasa kayak tadi. Tadi itu kayak saya emosi sekali, dia naik sekali itu emosiku. Sekarang tidak mi. Sudah aman. Bisa. Masih. Sudah tidak kayak tadi mi.

Saya rasa seluruh badanku sakit e. Seluruh badanku sakit. Eee kakiku, sama tanganku dia sakit. Iya. Akibat dari saya emosi toh. Tidak juga. Cuman kayak kakiku dia langsung kayak rasa keram ini. Mungkin karena tadi saya terlalu kencang. Iya. Tadi pas saya tarik napas, dia mulai mi keram. Uum. Enakan. Hoooh, capek. Iya, saya. Tadi kayak saya, saya kayak begitu saya kalo saya marah, cuman e saya baru, baru rasakan ini. Tidak, saya baru rasakan kayak habis saya tarik napas, kan kau suruh saya ingat terus setiap saya emosi pokoknya saya harus tarik napas. Jadi kayak saya rasa bibirku ini sampe sekarang dia masih dia keram itu. Mungkin karena saya e, saya tidak tenang kayak ini kemarin-kemarin, karena saya tidak tahu kemarin-kemarin itu kayak dia hilang begitu saja. Mungkin bukan dia hilang, kayak saya pergi, habis. Dia keram. Bergetar, ini dia bergetar. Ini saya rasa dia masih keram ini dia masih kayak kebas-kebas itu, kesemutan. Mungkin karena saya habis saya berkuat baru saya rileks mungkin saya tidak tahu karena saya baru, saya baru rasakan juga rasakan karena kemarin-kemarin itu tidak. Saya tidak rasakan kayak begini kayak biasa saja. Iya. Saya tidak tahu cara bagaimana cara kasih anunya. Ha sa masih rasa ini. Iya, dia kayak kebas itu, kayak dia ada yang jalan-jalan disini. Umm. Iya disini e. Di kakiku juga sudah aman mi kalau

dihatiku sudah tenang. Bisa, saya harus bangun. HUUUH. Iya bisa, kamu itu kayak mamaku kalo dia lagi sama-sama sekarang itu hal-hal yang sampe sekarang saya masih rasa. Jadi memang saya masih iya. Jadi memang masih saya, saya masih rasa marah-marahnya mamaku itu. Iya, bisa. Saya bayangkan tadi itu. Soalnya saya tidak bisa bikin apa-apa diposisi seperti itu. Umm. Tidak bisa, tidak bisa. Karena saya berpikir juga kayak makin saya tarik napas saya buang saya berpikir mi, mamaku dia begitu juga karena keadaan, karena dia capek mungkin karena dia habis, dia banyak sekali yang dia pikirkan. Mamaku saya, makanya saya mengerti juga kadang mamaku dia emosian seperti itu. Iya bukan kemauannya. Iya bukan dia. Hanya memang dia da emosi. Kakak Dandi sering dia kasih tahu saya seperti itu cuman saya tidak, saya tetap dengan egoisku, egoku yang. Iya tidak bisa. Iya. Iya bisa saya ganti.

Iya lagi stress. Umm. Iya. Saya coba dulu karena beberapa kali memang saya coba kemarin, tapi saya, saya, iya, saya, saya emosi memang. Uum. Bisa ji kayaknya, bisa ji tadi kayak dari saya kayak, saya tarik napas yang awalnya saya menggebu-gebu. Iya saya sudah tarik napas karena memang itu yang kayak dia sudah mulai mi masuk didalam diriku untuk tarik napas. Iya, karena dari waktu yang kemarin-kemarin jugakan sudah berapa hari itukan selalu kayak saya sudah mengerti, oh jadi kayak memang kalo saya lagi emosi saya harus tarik napas langsung saya buang. Sedikit ada, dia turun 1.

Baubau, 25 Februari 2023

Konselor

Yeyen Dwi Arum

Keterangan:

Dokumen ini bersifat rahasia