



Pengalaman Emosional Siswa Broken Home Kelas VIII D SMPN 11 Kota Serang dan Upaya Pengelolaannya dalam Perspektif Konseling Islami

Emotional Experiences of Students in Broken Homes Grade VIII D SMPN 11 Serang City and Its Management Efforts from an Islamic Counseling Perspective

**Tassya Horidata Safitri¹, Ayda Khoirunnisa², Akhmad Athif Fathin³,
Afrizal Rizki⁴, Herlina Pratiwi⁵**

Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten

Email: safitritassyahoridata@gmail.com¹, ayedachaa@gmail.com², akhmadathiffathin@gmail.com³,
afrizalrizki628@gmail.com⁴, herlina.pratiwi@uinbanten.ac.id⁵

Article Article Info

Article history :

Received : 10-06-2026

Revised : 12-06-2026

Accepted : 14-06-2026

Published : 16-06-2026

Abstract

This study aims to describe the emotional experiences of broken-home students in Class VIII D of SMP Negeri 11 Kota Serang and to identify emotional management efforts from the perspective of Islamic counseling. This research employed a qualitative approach with a case study design. The research participants consisted of students from Class VIII D with broken-home family backgrounds, supported by guidance and counseling teachers and homeroom teachers as additional informants. Data were collected through observation, in-depth interviews, and documentation. Data analysis was conducted using the interactive model of Miles, Huberman, and Saldaña, including data reduction, data display, and conclusion drawing. Data validity was ensured through source triangulation, technique triangulation, and member checking. The findings revealed that broken-home students experienced various emotional responses, including sadness, disappointment, anger, anxiety, loneliness, and low self-esteem. These emotional experiences emerged as responses to parental divorce, prolonged family conflicts, lack of parental attention, and reduced emotional support within the family environment. Such conditions also affected students' academic and social lives, including decreased learning concentration, lower academic motivation, and difficulties in social interaction. To cope with these emotional challenges, students employed several emotional management strategies, such as seeking social support from friends, teachers, and close family members, as well as engaging in spiritual activities including prayer (shalat), recitation of the Qur'an, supplication (du'a), remembrance of Allah (dhikr), patience (sabr), and reliance on Allah (tawakkul). The study concludes that Islamic counseling plays an important role in helping students manage their emotions more adaptively through the integration of psychological and spiritual approaches. Therefore, Islamic-based guidance and counseling services should be strengthened to support students experiencing broken-home conditions.

Keywords: *emotional experiences, broken home, adolescents*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengalaman emosional siswa broken home kelas VIII D SMP Negeri 11 Kota Serang serta mengidentifikasi upaya pengelolaan emosi yang dilakukan dalam perspektif konseling Islami. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Subjek penelitian terdiri atas siswa kelas VIII D yang memiliki latar belakang keluarga broken home, dengan informan pendukung berupa guru bimbingan dan konseling serta wali kelas. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan model Miles, Huberman, dan Saldaña yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan



data diperoleh melalui triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan member checking. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa broken home mengalami berbagai pengalaman emosional yang beragam, meliputi perasaan sedih, kecewa, marah, cemas, kesepian, dan rendah diri. Pengalaman emosional tersebut muncul sebagai respons terhadap perceraian orang tua, konflik keluarga yang berkepanjangan, kurangnya perhatian, serta berkurangnya dukungan emosional dari keluarga. Kondisi tersebut turut memengaruhi kehidupan akademik dan sosial siswa di sekolah, seperti menurunnya konsentrasi belajar, motivasi akademik, dan kemampuan berinteraksi dengan lingkungan sosial. Dalam menghadapi kondisi tersebut, siswa melakukan berbagai upaya pengelolaan emosi, antara lain mencari dukungan sosial dari teman, guru, dan keluarga terdekat, serta melakukan aktivitas spiritual seperti salat, membaca Al-Qur'an, berdoa, berzikir, bersabar, dan bertawakal kepada Allah Swt. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pendekatan konseling Islami berperan penting dalam membantu siswa mengelola emosi secara lebih adaptif melalui penguatan aspek spiritual dan psikologis. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling berbasis nilai-nilai Islam perlu dikembangkan sebagai bentuk pendampingan bagi siswa yang mengalami kondisi broken home.

Kata Kunci: pengalaman emosional, broken home, remaja

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan salah satu tahapan perkembangan yang ditandai oleh perubahan fisik, kognitif, sosial, dan emosional yang berlangsung secara signifikan. Pada fase ini, individu mulai membentuk identitas diri, mengembangkan hubungan sosial yang lebih luas, serta berupaya mencapai kemandirian dalam berbagai aspek kehidupan. Keberhasilan remaja dalam menjalani tugas-tugas perkembangan tersebut sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga sebagai agen sosialisasi pertama dan utama. Keluarga memiliki peran penting dalam memberikan rasa aman, kasih sayang, dukungan emosional, serta pembentukan nilai dan karakter yang menjadi dasar perkembangan kepribadian anak. Oleh karena itu, kondisi keluarga yang harmonis menjadi salah satu faktor penting dalam mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis remaja (Hamibawani, Hambali, & Indreswari, 2024).

Pada kenyataannya, tidak semua remaja tumbuh dan berkembang dalam lingkungan keluarga yang harmonis. Sebagian remaja harus menghadapi kondisi keluarga yang mengalami konflik berkepanjangan, perceraian, perpisahan orang tua, maupun berbagai bentuk ketidakharmonisan lainnya yang dikenal dengan istilah broken home. Kondisi tersebut sering kali menimbulkan berbagai permasalahan psikologis yang memengaruhi perkembangan emosional anak. Dalam perspektif psikologi perkembangan, keluarga yang tidak mampu menjalankan fungsi afeksi, perlindungan, dan pengasuhan secara optimal berpotensi menimbulkan pengalaman emosional yang kurang menyenangkan bagi anak. Pengalaman tersebut dapat berupa perasaan sedih, marah, kecewa, cemas, kesepian, rendah diri, hingga munculnya perasaan kehilangan figur yang dianggap penting dalam kehidupannya (Josefanny & Sanjaya, 2021).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kondisi broken home memiliki keterkaitan dengan munculnya berbagai permasalahan emosional pada remaja. Hamibawani, Hambali, dan Indreswari (2024) menjelaskan bahwa siswa yang berasal dari keluarga broken home cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dibandingkan dengan siswa yang berasal dari keluarga harmonis. Kondisi tersebut ditandai oleh kesulitan dalam mengelola emosi, rendahnya penerimaan diri, serta hambatan dalam menjalin hubungan sosial yang sehat. Temuan serupa juga dikemukakan oleh Damayanti (2020) yang menyatakan bahwa remaja broken home cenderung memiliki konsep diri yang negatif, ditandai dengan perasaan tidak berharga, kurang percaya diri, dan kecenderungan memandang masa depan secara pesimis. Hasil penelitian tersebut menunjukkan



bahwa pengalaman emosional yang dialami remaja broken home merupakan fenomena yang penting untuk dikaji karena berpengaruh terhadap perkembangan psikologis dan keberfungsian sosial individu.

Permasalahan emosional yang dialami siswa broken home juga dapat terlihat dalam lingkungan sekolah. Siswa sering menunjukkan perilaku mudah tersinggung, kurang fokus dalam proses pembelajaran, mengalami penurunan motivasi belajar, sulit berinteraksi dengan teman sebaya, bahkan menunjukkan perilaku menarik diri dari lingkungan sosial. Kondisi tersebut apabila tidak mendapatkan penanganan yang tepat dapat menghambat perkembangan akademik maupun sosial peserta didik. Oleh sebab itu, diperlukan upaya yang mampu membantu siswa memahami, menerima, dan mengelola pengalaman emosional yang mereka alami secara lebih adaptif (Prasetya & Hidayah, 2023).

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan dalam membantu siswa broken home adalah melalui layanan bimbingan dan konseling yang berorientasi pada penguatan aspek psikologis dan spiritual. Dalam konteks pendidikan Islam, pengelolaan emosi tidak hanya dipahami sebagai kemampuan mengendalikan perasaan, tetapi juga sebagai proses mendekatkan diri kepada Allah Swt. melalui penguatan nilai-nilai keimanan. Konseling Islami memandang bahwa setiap individu memiliki potensi fitrah yang dapat dikembangkan untuk mencapai kehidupan yang lebih baik. Melalui pendekatan ini, siswa diarahkan untuk mengembangkan sikap sabar, tawakal, syukur, muhasabah, serta meningkatkan kualitas ibadah sebagai sarana memperoleh ketenangan batin. Penelitian Jannah dan Nurjannah (2022) menunjukkan bahwa penerapan konseling Islami mampu membantu anak yang mengalami kondisi broken home dalam mengurangi emosi negatif dan meningkatkan kemampuan penyesuaian diri terhadap berbagai tekanan kehidupan.

SMP Negeri 11 Kota Serang merupakan salah satu lembaga pendidikan yang memiliki peserta didik dengan latar belakang keluarga yang beragam, termasuk siswa yang berasal dari keluarga broken home. Berdasarkan pengamatan awal, terdapat siswa yang menunjukkan berbagai respons emosional yang berbeda dalam menghadapi kondisi keluarganya. Sebagian siswa mampu beradaptasi dengan baik, sementara sebagian lainnya masih mengalami kesulitan dalam mengelola emosi yang muncul akibat permasalahan keluarga. Perbedaan pengalaman emosional tersebut menjadi fenomena yang menarik untuk diteliti karena dapat memberikan gambaran mengenai dinamika psikologis yang dialami siswa broken home di lingkungan sekolah.

Penelitian ini dilakukan untuk mendeskripsikan pengalaman emosional siswa broken home kelas VIII D SMP Negeri 11 Kota Serang serta mengidentifikasi berbagai upaya pengelolaan emosi yang dilakukan dalam perspektif konseling Islami. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan keilmuan bimbingan dan konseling, khususnya dalam kajian konseling Islami, serta menjadi bahan pertimbangan bagi guru bimbingan dan konseling dalam merancang layanan yang sesuai dengan kebutuhan siswa yang berasal dari keluarga broken home.

KAJIAN TEORI

Pengalaman emosional merupakan bagian dari dinamika psikologis individu yang berkaitan dengan bagaimana seseorang merasakan, memahami, dan memberikan makna terhadap berbagai peristiwa yang dialaminya. Dalam perspektif psikologi perkembangan, emosi dipahami sebagai respons afektif yang muncul akibat interaksi antara individu dan lingkungannya. Santrock (2020)



menjelaskan bahwa masa remaja merupakan periode perkembangan yang ditandai dengan meningkatnya intensitas emosi karena adanya perubahan biologis, kognitif, dan sosial yang terjadi secara bersamaan. Pada fase ini, remaja cenderung lebih sensitif terhadap berbagai pengalaman yang berkaitan dengan hubungan interpersonal, penerimaan sosial, dan kondisi keluarga. Oleh karena itu, kualitas lingkungan keluarga menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap perkembangan emosional remaja.

Secara psikologis, pengalaman emosional tidak hanya berkaitan dengan perasaan yang dirasakan individu, tetapi juga mencakup aspek kognitif dan perilaku yang menyertainya. Lazarus menjelaskan bahwa emosi muncul sebagai hasil penilaian individu terhadap suatu peristiwa yang dianggap memiliki makna bagi kehidupannya. Ketika individu menghadapi situasi yang dipersepsikan sebagai ancaman atau kehilangan, maka akan muncul berbagai respons emosional seperti sedih, marah, kecewa, takut, maupun cemas. Sebaliknya, ketika individu menilai suatu pengalaman sebagai sesuatu yang menguntungkan, maka emosi yang muncul cenderung berupa perasaan senang, bahagia, dan puas. Dengan demikian, pengalaman emosional merupakan hasil dari proses interpretasi individu terhadap berbagai peristiwa yang dialaminya (Safaria & Saputra, 2021).

Keluarga merupakan lingkungan sosial pertama yang berperan penting dalam pembentukan kepribadian dan perkembangan emosi anak. Dalam teori ekologi perkembangan yang dikemukakan oleh Bronfenbrenner, keluarga merupakan bagian dari sistem mikrososial yang memberikan pengaruh langsung terhadap perkembangan individu. Hubungan yang hangat, penuh kasih sayang, dan suportif dapat membantu anak mengembangkan rasa aman serta kemampuan regulasi emosi yang baik. Sebaliknya, hubungan keluarga yang tidak harmonis berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan psikologis yang memengaruhi kesejahteraan emosional anak (Yusuf & Nurihsan, 2021).

Broken home merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kondisi keluarga yang mengalami disfungsi sehingga tidak mampu menjalankan fungsi-fungsi keluarga secara optimal. Kondisi tersebut dapat disebabkan oleh perceraian, konflik berkepanjangan, kekerasan dalam rumah tangga, perpisahan orang tua, maupun bentuk ketidakharmonisan lainnya. Menurut Hurlock, ketidakutuhan keluarga dapat menyebabkan anak kehilangan sumber dukungan emosional yang sangat dibutuhkan dalam proses perkembangannya. Akibatnya, anak berpotensi mengalami berbagai permasalahan emosional seperti kesedihan, kecemasan, kemarahan, rendah diri, serta kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat (Fitriani & Wahyuni, 2022).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa remaja yang berasal dari keluarga broken home cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang berasal dari keluarga harmonis. Hamibawani, Hambali, dan Indreswari (2024) menemukan bahwa siswa broken home mengalami kesulitan dalam mengelola emosi, menerima diri, serta menjalin hubungan interpersonal yang positif. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Damayanti (2020) yang menunjukkan bahwa kondisi broken home berpengaruh terhadap pembentukan konsep diri negatif yang ditandai dengan rendahnya rasa percaya diri dan munculnya pandangan pesimis terhadap masa depan. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengalaman emosional siswa broken home merupakan fenomena yang kompleks karena melibatkan aspek psikologis, sosial, dan lingkungan secara bersamaan.



Dalam kajian psikologi, kemampuan mengelola emosi dikenal dengan istilah regulasi emosi. Gross (2021) mendefinisikan regulasi emosi sebagai kemampuan individu untuk mengenali, memahami, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi secara tepat sesuai dengan tuntutan situasi yang dihadapi. Regulasi emosi bukan berarti menghilangkan emosi negatif, melainkan mengelola emosi tersebut agar tidak berkembang menjadi perilaku yang merugikan diri sendiri maupun orang lain. Individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik cenderung lebih mampu menghadapi tekanan hidup, menyelesaikan konflik secara konstruktif, serta mempertahankan kesehatan mental yang positif.

Pada remaja broken home, regulasi emosi menjadi aspek yang sangat penting karena mereka sering dihadapkan pada berbagai pengalaman yang memicu munculnya emosi negatif. Kesedihan akibat perceraian orang tua, kemarahan karena konflik keluarga, serta kecemasan mengenai masa depan merupakan beberapa bentuk pengalaman emosional yang umum dialami. Apabila tidak dikelola secara tepat, kondisi tersebut dapat memengaruhi prestasi akademik, hubungan sosial, serta perkembangan kepribadian remaja. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang mampu membantu remaja memahami dan mengelola emosi secara sehat dan adaptif (Prasetya & Hidayah, 2023).

Dalam perspektif Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, manusia dipandang sebagai makhluk yang memiliki dimensi jasmani, akal, nafs, dan ruh yang saling berkaitan. Permasalahan yang dialami individu tidak hanya berkaitan dengan aspek psikologis, tetapi juga berhubungan dengan kondisi spiritual yang dimilikinya. Oleh karena itu, proses bantuan dalam konseling Islami tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah secara psikologis, tetapi juga diarahkan pada penguatan nilai-nilai keimanan dan ketakwaan kepada Allah Swt. (Sutoyo, 2020). Konseling Islami merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu memahami diri, mengatasi masalah, serta mengembangkan potensi yang dimilikinya berdasarkan ajaran Al-Qur'an dan Hadis. Menurut Musnamar, tujuan utama konseling Islami adalah membantu individu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat melalui pengembangan fitrah keagamaan yang dimilikinya. Dalam praktiknya, konseling Islami memanfaatkan nilai-nilai spiritual seperti sabar, syukur, tawakal, ikhlas, muhasabah, serta penguatan ibadah sebagai sarana untuk membantu individu mengatasi berbagai permasalahan kehidupan (Lubis, 2021). Pengelolaan emosi dalam perspektif konseling Islami dilakukan melalui pendekatan yang mengintegrasikan aspek psikologis dan spiritual. Ketika individu menghadapi tekanan emosional, Islam mengajarkan berbagai strategi pengendalian diri seperti memperbanyak zikir, melaksanakan salat, membaca Al-Qur'an, berdoa, serta meningkatkan kesadaran akan hikmah di balik setiap ujian kehidupan. Nilai-nilai tersebut diyakini mampu membantu individu memperoleh ketenangan batin dan meningkatkan kemampuan menghadapi berbagai kesulitan hidup. Penelitian Jannah dan Nurjannah (2022) menunjukkan bahwa pendekatan konseling Islami efektif dalam membantu remaja broken home mengurangi emosi negatif, meningkatkan penerimaan diri, serta mengembangkan sikap yang lebih positif terhadap kondisi yang dihadapi.

Berdasarkan uraian teoritis tersebut, dapat dipahami bahwa pengalaman emosional siswa broken home merupakan hasil interaksi antara kondisi keluarga, proses perkembangan psikologis, dan kemampuan individu dalam mengelola emosi. Dalam konteks penelitian ini, konseling Islami dipandang sebagai pendekatan yang relevan untuk membantu siswa broken home mengembangkan kemampuan regulasi emosi melalui penguatan aspek psikologis dan spiritual sehingga mereka mampu menjalani kehidupan secara lebih sehat, adaptif, dan bermakna



METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman emosional siswa yang berasal dari keluarga broken home serta upaya pengelolaan emosi yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari berdasarkan perspektif konseling Islami. Penelitian kualitatif berupaya memahami suatu fenomena berdasarkan sudut pandang partisipan sehingga menghasilkan pemahaman yang komprehensif mengenai realitas sosial yang diteliti (Moleong, 2021; Sugiyono, 2022). Adapun studi kasus digunakan karena penelitian berfokus pada suatu fenomena tertentu yang terjadi pada kelompok tertentu dalam konteks yang nyata sehingga memungkinkan peneliti memperoleh gambaran yang mendalam mengenai pengalaman subjektif peserta penelitian (Yin, 2021).

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 11 Kota Serang. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada adanya peserta didik yang memiliki latar belakang keluarga broken home serta relevansi fenomena yang diteliti dengan layanan bimbingan dan konseling yang terdapat di sekolah tersebut. Penelitian dilakukan sejak tahap observasi awal, pengumpulan data melalui wawancara, hingga proses verifikasi dan analisis data lapangan.

Dalam penelitian kualitatif, peneliti berperan sebagai instrumen utama yang secara langsung terlibat dalam proses pengumpulan dan analisis data. Kehadiran peneliti di lapangan bertujuan untuk memperoleh data yang mendalam melalui interaksi langsung dengan subjek penelitian sehingga makna pengalaman yang dialami informan dapat dipahami secara utuh (Moleong, 2021). Peneliti melakukan observasi terhadap perilaku siswa di lingkungan sekolah, melaksanakan wawancara mendalam, serta mengumpulkan berbagai dokumen yang berkaitan dengan fokus penelitian.

Subjek penelitian terdiri atas siswa kelas VIII D SMP Negeri 11 Kota Serang yang memiliki latar belakang keluarga broken home. Penentuan subjek penelitian dilakukan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik pemilihan informan berdasarkan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2022). Informan utama dalam penelitian ini adalah siswa yang mengalami kondisi broken home, sedangkan informan pendukung meliputi guru bimbingan dan konseling, wali kelas, serta pihak lain yang dianggap mengetahui kondisi emosional dan perkembangan siswa. Keterlibatan informan pendukung dimaksudkan untuk memperoleh data yang lebih komprehensif dan mendukung proses triangulasi.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk memperoleh gambaran mengenai perilaku, interaksi sosial, serta respons emosional siswa selama berada di lingkungan sekolah. Wawancara mendalam dilakukan secara semi terstruktur untuk menggali pengalaman emosional yang dialami siswa, faktor-faktor yang memengaruhi kondisi emosional mereka, serta berbagai upaya yang dilakukan dalam mengelola emosi. Sementara itu, dokumentasi digunakan untuk memperoleh data pendukung berupa dokumen sekolah, catatan layanan bimbingan dan konseling, serta dokumen lain yang relevan dengan fokus penelitian (Creswell & Creswell, 2023).

Instrumen penelitian yang digunakan meliputi pedoman observasi, pedoman wawancara, alat perekam suara, buku catatan lapangan, dan lembar dokumentasi. Pedoman observasi disusun berdasarkan indikator perilaku emosional siswa yang muncul dalam kegiatan pembelajaran maupun



interaksi sosial di sekolah. Pedoman wawancara dikembangkan berdasarkan fokus penelitian yang mencakup pengalaman emosional siswa broken home serta upaya pengelolaan emosi dalam perspektif konseling Islami. Penggunaan instrumen tersebut bertujuan untuk membantu peneliti memperoleh data yang sistematis dan sesuai dengan tujuan penelitian. Analisis data dilakukan menggunakan model analisis interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña yang meliputi tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Miles, Huberman, & Saldaña, 2020). Reduksi data dilakukan dengan memilih dan memfokuskan data yang relevan dengan fokus penelitian. Penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian naratif sehingga memudahkan peneliti dalam memahami pola, hubungan, dan makna yang muncul dari data lapangan. Selanjutnya, penarikan kesimpulan dilakukan secara bertahap berdasarkan hasil interpretasi data yang telah diverifikasi selama proses penelitian berlangsung.

Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari siswa, guru bimbingan dan konseling, serta wali kelas. Triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Selain itu, peneliti juga melakukan member checking kepada informan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh telah sesuai dengan pengalaman dan kondisi yang sebenarnya (Sugiyono, 2022). Langkah tersebut dilakukan guna meningkatkan kredibilitas, dependabilitas, dan konfirmabilitas hasil penelitian sehingga temuan yang diperoleh dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengalaman Emosional Siswa Broken Home Kelas VIII D SMP Negeri 11 Kota Serang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa kelas VIII D yang berasal dari keluarga broken home mengalami berbagai pengalaman emosional yang beragam. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, emosi yang paling dominan dirasakan oleh siswa adalah kesedihan, kemarahan, kecemasan, kekecewaan, perasaan kesepian, dan rendah diri. Munculnya berbagai emosi tersebut dipengaruhi oleh kondisi keluarga yang tidak harmonis, perceraian orang tua, konflik berkepanjangan dalam keluarga, serta kurangnya perhatian dan dukungan emosional dari orang tua.

Perasaan sedih menjadi pengalaman emosional yang paling sering diungkapkan oleh informan. Kesedihan muncul ketika siswa membandingkan kondisi keluarganya dengan keluarga teman-temannya yang masih utuh. Selain itu, beberapa siswa mengaku merasa kehilangan figur ayah atau ibu setelah terjadinya perceraian. Kondisi tersebut menyebabkan siswa merasa kurang mendapatkan kasih sayang dan perhatian yang selama ini dibutuhkan dalam proses perkembangannya.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa keluarga memiliki fungsi afektif yang sangat penting bagi perkembangan psikologis anak. Ketika fungsi afektif tersebut tidak berjalan secara optimal, anak berpotensi mengalami gangguan emosional yang berdampak pada kesejahteraan psikologisnya (Yusuf & Nurihsan, 2021). Temuan ini juga sejalan dengan hasil penelitian Hamibawani, Hambali, dan Indreswari (2024) yang menjelaskan bahwa remaja broken home cenderung memiliki tingkat psychological well-being yang lebih rendah dibandingkan remaja yang berasal dari keluarga harmonis. Selain kesedihan, siswa juga menunjukkan respons



emosional berupa kemarahan dan kekecewaan terhadap kondisi keluarga yang dialaminya. Beberapa siswa mengaku merasa kesal ketika mengingat pertengkaran orang tua yang terjadi secara terus-menerus. Emosi tersebut terkadang terbawa ke lingkungan sekolah sehingga siswa menjadi lebih sensitif, mudah tersinggung, dan sulit mengendalikan emosinya ketika berinteraksi dengan teman sebaya.

Dalam perspektif psikologi, kemarahan merupakan bentuk respons emosional yang muncul ketika individu mengalami hambatan, ketidakadilan, atau situasi yang dianggap mengancam kesejahteraan dirinya (Gross, 2021). Ketidakmampuan mengelola kemarahan dapat memengaruhi hubungan sosial dan proses penyesuaian diri remaja. Oleh karena itu, pengalaman emosional yang dialami siswa broken home tidak hanya memengaruhi kondisi internal individu, tetapi juga berdampak terhadap kehidupan sosialnya di lingkungan sekolah.

Temuan lain menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami kecemasan terhadap masa depan. Kecemasan tersebut berkaitan dengan kondisi ekonomi keluarga, keberlanjutan pendidikan, dan kekhawatiran akan kehidupan yang akan dijalani di masa mendatang. Sebagian siswa juga menunjukkan kecenderungan memiliki rasa percaya diri yang rendah karena merasa berbeda dari teman-teman yang berasal dari keluarga harmonis.

Kondisi tersebut memperkuat hasil penelitian Damayanti (2020) yang menyatakan bahwa remaja broken home cenderung memiliki konsep diri negatif yang ditandai dengan perasaan tidak berharga, kurang percaya diri, dan kecenderungan berpikir pesimis terhadap masa depan. Dalam teori perkembangan psikososial, pengalaman keluarga yang kurang mendukung dapat menghambat pembentukan identitas diri yang positif pada masa remaja sehingga individu lebih rentan mengalami konflik internal dan ketidakstabilan emosional (Santrock, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat dipahami bahwa pengalaman emosional siswa broken home tidak hanya berbentuk emosi negatif sesaat, tetapi juga memengaruhi pola pikir, konsep diri, hubungan sosial, serta kemampuan adaptasi siswa dalam kehidupan sehari-hari.

2. Dampak Pengalaman Emosional terhadap Kehidupan Sekolah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman emosional yang dialami siswa turut memengaruhi aktivitas mereka di lingkungan sekolah. Beberapa siswa menunjukkan penurunan konsentrasi belajar, rendahnya motivasi akademik, kesulitan mengikuti pembelajaran secara optimal, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial.

Berdasarkan hasil observasi, terdapat siswa yang tampak lebih pendiam dibandingkan teman-temannya. Sebagian siswa juga cenderung menghindari pembicaraan mengenai kondisi keluarganya karena merasa tidak nyaman dan khawatir mendapatkan penilaian negatif dari orang lain. Selain itu, beberapa siswa menunjukkan perilaku mudah tersinggung ketika menghadapi situasi yang dianggap menyentuh persoalan pribadinya.

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa kondisi keluarga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan sosial dan akademik peserta didik. Menurut teori ekologi perkembangan Bronfenbrenner, keluarga merupakan lingkungan terdekat yang memberikan pengaruh langsung terhadap perkembangan individu. Ketika lingkungan keluarga mengalami disfungsi, maka perkembangan sosial, emosional, dan akademik anak juga berpotensi mengalami hambatan (Yusuf & Nurihsan, 2021).



Temuan penelitian ini memperlihatkan bahwa pengalaman emosional siswa broken home tidak dapat dipisahkan dari konteks kehidupan sekolah. Oleh karena itu, sekolah memiliki peran penting dalam menyediakan lingkungan yang mendukung perkembangan psikologis siswa melalui layanan bimbingan dan konseling yang responsif terhadap kebutuhan peserta didik.

3. Upaya Pengelolaan Emosi dalam Perspektif Konseling Islami

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki berbagai cara dalam mengelola emosi yang mereka alami. Strategi yang digunakan meliputi pencarian dukungan sosial, pengalihan perhatian pada aktivitas positif, serta pendekatan spiritual melalui praktik keagamaan. Bentuk pengelolaan emosi yang paling sering dilakukan siswa adalah berbagi cerita dengan teman dekat, guru, maupun anggota keluarga yang masih memberikan perhatian dan dukungan emosional. Melalui komunikasi tersebut, siswa merasa lebih tenang dan memperoleh tempat untuk mengekspresikan perasaan yang selama ini dipendam.

Selain dukungan sosial, sebagian besar siswa juga memanfaatkan aktivitas keagamaan sebagai sarana mengatasi tekanan emosional. Aktivitas yang dilakukan antara lain melaksanakan salat, membaca Al-Qur'an, berdoa, berzikir, dan mengikuti kegiatan keagamaan di sekolah maupun lingkungan tempat tinggal. Menurut pengakuan siswa, aktivitas tersebut membantu mereka merasa lebih tenang dan mampu menerima kondisi keluarga yang sedang dihadapi.

Dalam perspektif konseling Islami, temuan tersebut menunjukkan bahwa nilai-nilai spiritual memiliki fungsi terapeutik dalam membantu individu menghadapi berbagai permasalahan kehidupan. Konseling Islami memandang bahwa manusia memiliki fitrah yang dapat dikembangkan melalui penguatan hubungan dengan Allah Swt. sehingga individu mampu menemukan makna positif di balik setiap ujian kehidupan (Sutoyo, 2020). Nilai kesabaran menjadi salah satu bentuk pengelolaan emosi yang banyak ditemukan dalam penelitian ini. Siswa berusaha menerima kondisi keluarganya sebagai bagian dari ketentuan Allah Swt. serta berupaya menjalani kehidupan dengan lebih baik. Selain kesabaran, sikap tawakal dan syukur juga menjadi sumber kekuatan psikologis yang membantu siswa mengurangi tekanan emosional yang mereka rasakan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Jannah dan Nurjannah (2022) yang menunjukkan bahwa pendekatan konseling Islami mampu membantu remaja broken home mengurangi emosi negatif, meningkatkan penerimaan diri, serta memperkuat kemampuan penyesuaian diri. Dengan demikian, pengelolaan emosi dalam perspektif konseling Islami tidak hanya berfokus pada pengendalian emosi, tetapi juga pada pembentukan makna hidup, penguatan spiritualitas, dan pengembangan ketahanan psikologis individu.

4. Implikasi Temuan bagi Layanan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Berdasarkan hasil penelitian, siswa broken home membutuhkan layanan bimbingan dan konseling yang tidak hanya berorientasi pada penyelesaian masalah psikologis, tetapi juga memperhatikan kebutuhan spiritual peserta didik. Pengalaman emosional yang dialami siswa menunjukkan bahwa pendekatan konseling yang mengintegrasikan aspek psikologis dan religius lebih relevan digunakan dalam membantu siswa mengembangkan kemampuan regulasi emosi. Guru bimbingan dan konseling dapat mengembangkan layanan konseling individu, konseling kelompok, maupun bimbingan kelompok dengan mengintegrasikan nilai-nilai Islami seperti



sabar, syukur, tawakal, muhasabah, dan penguatan ibadah. Pendekatan tersebut memungkinkan siswa memperoleh dukungan emosional sekaligus penguatan spiritual yang dapat meningkatkan kemampuan adaptasi terhadap kondisi keluarga yang dihadapi.

Temuan penelitian ini menguatkan pandangan bahwa pengalaman emosional siswa broken home merupakan fenomena multidimensional yang melibatkan aspek psikologis, sosial, dan spiritual. Oleh karena itu, konseling Islami dapat dipandang sebagai pendekatan yang efektif dalam membantu siswa mencapai kesejahteraan psikologis sekaligus memperkuat kualitas keberagamaan mereka. Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya mengonfirmasi teori perkembangan emosi dan regulasi emosi yang telah ada, tetapi juga memperkuat konsep konseling Islami sebagai pendekatan yang relevan dalam membantu siswa broken home mengelola pengalaman emosionalnya secara lebih adaptif dan konstruktif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengalaman emosional siswa broken home kelas VIII D SMP Negeri 11 Kota Serang dan upaya pengelolaannya dalam perspektif konseling Islami, dapat disimpulkan bahwa siswa yang berasal dari keluarga broken home mengalami berbagai pengalaman emosional yang kompleks dan beragam. Pengalaman emosional yang dominan meliputi perasaan sedih, kecewa, marah, cemas, kesepian, serta rendahnya rasa percaya diri. Kondisi tersebut muncul sebagai respons terhadap ketidakharmonisan keluarga, perceraian orang tua, konflik keluarga yang berkepanjangan, maupun berkurangnya perhatian dan dukungan emosional yang dibutuhkan selama masa perkembangan remaja.

Pengalaman emosional yang dialami siswa tidak hanya memengaruhi kondisi psikologis individu, tetapi juga berdampak pada kehidupan akademik dan sosial di lingkungan sekolah. Beberapa siswa menunjukkan penurunan motivasi belajar, kesulitan berkonsentrasi, kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial, serta hambatan dalam menjalin hubungan interpersonal yang positif dengan teman sebaya. Temuan ini menunjukkan bahwa kondisi broken home memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan emosional dan keberfungsian sosial siswa.

Penelitian ini juga menemukan bahwa siswa memiliki berbagai upaya dalam mengelola emosi yang mereka alami. Upaya tersebut dilakukan melalui pencarian dukungan sosial dari teman, guru, dan keluarga terdekat, serta melalui pendekatan spiritual yang sejalan dengan nilai-nilai konseling Islami. Aktivitas seperti salat, membaca Al-Qur'an, berdoa, berzikir, bersikap sabar, bersyukur, dan bertawakal kepada Allah Swt. menjadi strategi yang membantu siswa memperoleh ketenangan batin dan meningkatkan kemampuan menghadapi berbagai tekanan emosional yang dialaminya.

Dalam perspektif konseling Islami, pengelolaan emosi tidak hanya berorientasi pada pengendalian emosi negatif, tetapi juga diarahkan pada penguatan aspek spiritual sebagai sumber ketahanan psikologis. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling di sekolah perlu mengembangkan pendekatan yang mengintegrasikan aspek psikologis dan spiritual agar mampu membantu siswa broken home mencapai kesejahteraan emosional, penyesuaian diri yang lebih baik, serta perkembangan kepribadian yang optimal.



Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang dapat diajukan, yaitu:

Pertama, bagi pihak sekolah, khususnya guru bimbingan dan konseling, diharapkan dapat meningkatkan layanan konseling yang berorientasi pada kebutuhan emosional siswa broken home melalui program konseling individu, konseling kelompok, maupun layanan bimbingan yang terintegrasi dengan nilai-nilai keislaman.

Kedua, bagi orang tua dan keluarga, diharapkan tetap memberikan perhatian, dukungan emosional, serta komunikasi yang positif kepada anak meskipun berada dalam kondisi keluarga yang tidak utuh. Kehadiran dukungan keluarga sangat penting dalam membantu anak mengembangkan ketahanan psikologis dan kemampuan regulasi emosi yang baik.

Ketiga, bagi siswa yang mengalami kondisi broken home, diharapkan dapat terus mengembangkan strategi pengelolaan emosi yang positif melalui penguatan hubungan sosial, peningkatan aktivitas akademik, serta penguatan spiritual dengan mendekati diri kepada Allah Swt. melalui ibadah dan kegiatan keagamaan lainnya.

Keempat, bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian yang lebih mendalam mengenai efektivitas layanan konseling Islami dalam membantu siswa broken home dengan melibatkan subjek penelitian yang lebih luas serta menggunakan pendekatan penelitian yang beragam sehingga diperoleh temuan yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, S., & Fadilah, N. (2021). Dinamika psikologis remaja broken home dalam lingkungan sekolah. *Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora*, 4(2), 90–102.
- Amalia, D., & Rahmawati, E. (2023). Peran guru BK dalam membantu siswa broken home. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 8(2), 145–156.
- Anwar, K., & Hidayat, M. (2022). Kesejahteraan psikologis remaja dari keluarga tidak harmonis. *Jurnal Psikologi Islam Indonesia*, 7(1), 44–57.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (6th ed.). Sage Publications.
- Damayanti, R. (2020). Konsep diri remaja yang berasal dari keluarga broken home. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 5(2), 85–94.
- Fauziah, L., & Mulyadi, D. (2021). Hubungan dukungan sosial dengan regulasi emosi remaja. *Jurnal Psikologi Nusantara*, 10(1), 70–81.
- Fitriani, N., & Wahyuni, S. (2022). Dampak keluarga broken home terhadap perkembangan psikologis remaja. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 3(1), 45–57.
- Gross, J. J. (2021). *Handbook of emotion regulation* (3rd ed.). The Guilford Press.
- Hamibawani, R., Hambali, I. M., & Indreswari, H. (2024). Psychological well-being pada siswa broken home di sekolah menengah pertama. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 15–27.
- Hasanah, U., & Maulana, R. (2024). Konseling Islami sebagai pendekatan penguatan kesehatan mental siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 15(1), 22–35.



- Hidayah, N., & Prasetya, A. (2023). Regulasi emosi pada remaja broken home dalam lingkungan sekolah. *Jurnal Psikologi Remaja Indonesia*, 8(2), 101–112.
- Irfan, M., & Suryani, T. (2020). Dampak perceraian orang tua terhadap perkembangan sosial remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 9(2), 118–129.
- Jannah, M., & Nurjannah, N. (2022). Efektivitas konseling Islami dalam meningkatkan penyesuaian diri remaja broken home. *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 13(2), 120–132.
- Josefanny, A., & Sanjaya, R. (2021). Pengaruh kondisi keluarga terhadap perkembangan emosional remaja. *Jurnal Psikologi Humaniora*, 6(1), 55–67.
- Kurniawati, S., & Azizah, L. (2022). Pengalaman emosional remaja pada keluarga broken home. *Jurnal Psikologi Perkembangan Indonesia*, 6(2), 55–68.
- Lubis, N. (2021). *Konseling Islami: Teori dan praktik*. Kencana.
- Mahmudah, S., & Rohman, F. (2023). Penerapan konseling Islam dalam mengatasi masalah emosional remaja. *Jurnal Dakwah dan Konseling Islam*, 5(1), 89–102.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2020). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (4th ed.). Sage Publications.
- Moleong, L. J. (2021). *Metodologi penelitian kualitatif* (Edisi revisi). PT Remaja Rosdakarya.
- Musnamar, T. (2020). *Dasar-dasar konseptual bimbingan dan konseling Islami*. UII Press.
- Nurhayati, E., & Syahputra, A. (2021). Penyesuaian diri siswa broken home di sekolah menengah pertama. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 7(1), 31–42.
- Prasetya, A., & Hidayah, N. (2023). Strategi coping dan regulasi emosi pada remaja dengan latar belakang keluarga broken home. *Jurnal Konseling Indonesia*, 8(1), 34–46.
- Rahman, A., & Kholifah, I. (2024). Spiritualitas dan kesehatan mental remaja. *Jurnal Konseling Religi*, 12(1), 50–63.
- Safaria, T., & Saputra, N. E. (2021). *Manajemen emosi: Sebuah panduan psikologi*. Bumi Aksara.
- Santrock, J. W. (2020). *Life-span development* (18th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sari, P., & Wibowo, H. (2022). Hubungan konsep diri dengan kesejahteraan psikologis remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 11(2), 140–152.
- Setiawan, D., & Fauziyah, N. (2023). Dinamika keluarga dan perkembangan emosi anak usia remaja. *Jurnal Humanitas Indonesia*, 8(1), 77–90.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kualitatif*. Alfabeta.
- Sutoyo, A. (2020). *Bimbingan dan konseling Islami: Teori dan praktik*. Pustaka Pelajar.
- Utami, R., & Ningsih, D. (2021). Dukungan keluarga terhadap kesehatan mental remaja. *Jurnal Psikologi Sosial Indonesia*, 5(2), 97–108.
- Wulandari, A., & Rahman, H. (2024). Penguatan karakter religius melalui layanan konseling Islami. *Jurnal Pendidikan Islam dan Konseling*, 9(1), 65–78.
- Yin, R. K. (2021). *Case study research and applications: Design and methods* (7th ed.). Sage Publications.
- Yusuf, S., & Nurihsan, A. J. (2021). *Landasan bimbingan dan konseling*. PT Remaja Rosdakarya.
- Zahra, N., & Fitria, Y. (2023). Regulasi emosi siswa SMP yang mengalami konflik keluarga. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 12(2), 111–124.