

**SKRIPSI**

**PENDEKATAN RASIONAL EMOTIF BEHAVIOR THERAPY  
TERHADAP PERKEMBANGAN EMOSI REMAJA YANG TERDAMPAK  
PERCERAIAN ORANG TUA**

**(STUDI KASUS REMAJA DI DESA SAMBIMULYO)**



Oleh:

**DIAN AYU AROMAWATI**

NIM 18122110006

**PROGAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM  
INSTITUT AGAMA ISLAM DARUSSALAM  
BLOKAGUNG BANYUWANGI**

**2022**

**SKRIPSI**  
**PENDEKATAN RASIONAL EMOTIF BEHAVIOR THERAPY**  
**TERHADAP PERKEMBANGAN EMOSI REMAJA YANG TERDAMPAK**  
**PERCERAIAN ORANG TUA**  
**(STUDI KASUS REMAJA DI DESA SAMBIMULYO)**

Diajukan kepada Institut Agama Islam Darussalam Blokagung Banyuwangi  
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan  
dalam Menyelesaikan Program Sarjana Sosial (S.Sos)



Oleh:

**DIAN AYU AROMAWATI**

NIM 18122110006

**PROGAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM DARUSSALAM**  
**BLOKAGUNG BANYUWANGI**

2022

Skripsi Dengan Judul:

**PENDEKATAN RASIONAL EMOTIF BEHAVIOR THERAPY  
TERHADAP PERKEMBANGAN EMOSI REMAJA YANG TERDAMPAK  
PERCERAIAN ORANG TUA (STUDI KASUS REMAJA DI DESA  
SAMBIMULYO)**

Telah disetujui untuk diajukan dalam sidang ujian skripsi  
Pada tanggal :

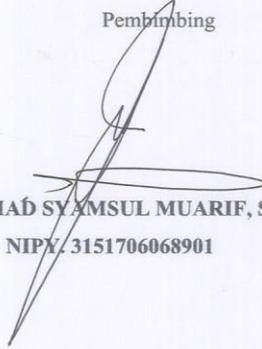
Mengetahui,

Ketua Prodi



**HALIMATUS SA'DIAH, S. Psi., MA**  
NIPY. 3151301019001

Pembimbing



**AHMAÐ SYAMSUL MUARIF, S.Sos., M.A**  
NIPY. 3151706068901

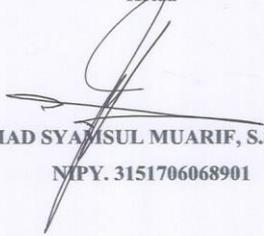
## PENGESAHAN

Skripsi Saudari Dian Ayu Aromawati telah di munaqosahkan kepada dewan penguji skripsi kepada dewan penguji skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Institut Agama Islam Darussalam Blokagung Tegalsari Banyuwangi pada tanggal:

Dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial dalam Ilmu Dakwah dan Komunikasi Islam Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.

Tim Penguji:

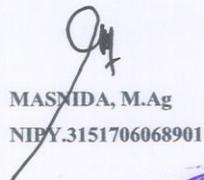
Ketja



AHMAD SYAMSUL MUARIF, S.Sos., M.A

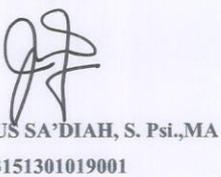
NIPY. 3151706068901

Penguji 1



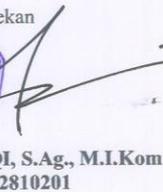
MASNIDA, M.Ag  
NIPY.3151706068901

Penguji 2



HALIMATUS SA'DIAH, S. Psi., MA  
NIPY. 3151301019001

Dekan



AGUS BAIHAQI, S.Ag., M.I.Kom  
315012810201

## **Motto**

**“Jangan pernah bosan membuat orang lain  
bahagia”**

**“Tetap semangat dan jangan putus asa ”**

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama: Dian Ayu Aromawati

NIM: 18122110006

Progam: Sarjana Stara Satu (S1) Institusi FDKI IAI Darussalam

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

Banyuwangi, 04 juli 2022

Dian Ayu Aromawati

18122110006

## ABSTRAK

Dian Ayu Aromawati, 2022. Pendekatan Rasional Emotif Behavior Therapy Terhadap Perkembangan Emosi Remaja yang Terdampak Perceraian Orang Tua (Studi Kasus Remaja di Desa Sambimulyo). Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Institut Agama Islam Darussalam Blokagung – Banyuwangi. Pembimbing Ahmad Syamsul Mu'arif, M.A.

Kata kunci: Pendekatan *REBT*, Perkembangan emosi, Perceraian.

Penelitian ini di latar belakang dengan adanya remaja yang memiliki tingkat emosional tinggi akibat perceraian orang tua. Akibatnya dia cenderung lebih memiliki sikap yang negative yaitu suka terges-gesa dalam bertindak, suka marah-marah, suka pulang bermain larut malam melebihi batas jam, dan tidak percaya diri dalam hal apapun. Padahal sebenarnya remaja tersebut sebelum orang tua bercerai memiliki kepribadian yang normal seperti remaja pada umumnya. Dia juga sangat merasa kesepian, rasa kesalnya kepada orang tua juga masih ada hingga sekarang. Fokus dalam penelitian skripsi ini adalah bagaimana proses pelaksanaan *Rasional Emotif Behavior Therapy* terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua? Dan hasil dari pelaksanaan *Rasional Emotif Behavior Therapy* terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua?

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Subjek penelitian ini yaitu remaja yang terdampak perceraian orang tua yaitu bernama Cece (nama samaran ) dan Eka (nama samaran) tetangga dekat Cece. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi yang disajikan dalam bab penyajian data, serta analisis data yang digunakan adalah reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian dari pelaksanaan pendekatan *Rasional Emotif Behavior Therapy* terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua dapat dilihat dari proses konseling yang telah terlaksana yaitu konseli yang Sebelum orang tuanya berpisah, konseli tidak memiliki masalah apapun sehingga perilaku yang nampak darinya adalah perilaku normal remaja yang tidak memiliki masalah berat, konseli layaknya remaja pada umumnya. Namun semenjak kedua orang tuanya berpisah sifat konseli menjadi berubah, konseli menjadi remaja yang tumbuh dengan sifat nakal, yaitu konseli pulang bermain larut malam melebihi batas jam, suka marah-marah, tergesa-gesa dalam bertindak dan tidak percaya diri. Akan tetapi kini konseli sudah mulai bisa menerima keadaan yang telah konseli hadapi. Konseli memiliki afektif (emosi) yang baik karena ditunjang terlebih dahulu dari pikiran yang rasional. Konseli yang sebelumnya suka marah-marah, tidak percaya diri, suka main larut malam melebihi batas jam, dan suka tergesa-gesa dalam bertindak pelan-pelan berubah menjadi pribadi yang sebaliknya.

## ***ABSTRACT***

Dian Ayu Aromawati, 2022. Rational Approach to Emotive Behavior Therapy on the Emotional Development of Adolescents Affected by Parental Divorce (Adolescent Case Study in Sambimulyo Village). Islamic Guidance and Counseling Study Program, Darussalam Islamic Institute, Blokagung – Banyuwangi. Advisor Ahmad Syamsul Mu'arif, M.A.

Keywords: REBT approach, Emotional development, Divorce.

This research is motivated by the existence of teenagers who have high emotional levels due to parental divorce. As a result, he tends to have a more negative attitude, that is, he likes to act hastily, likes to be angry, likes to come home playing late at night beyond the hour limit, and is not confident in anything. In fact, the teenager before his parents divorced had a normal personality like teenagers in general. He also felt very lonely, his resentment towards his parents was still there until now. The focus in this thesis research is how is the process of implementing Rational Emotive Behavior Therapy on the emotional development of adolescents who are affected by parental divorce? And the results of the implementation of Rational Emotive Behavior Therapy on the emotional development of adolescents affected by parental divorce?

This study uses a qualitative method with the type of case study research. The subjects of this study were teenagers who were affected by their parents' divorce, namely Cece (a pseudonym) and Eka (a pseudonym), Cece's close neighbors. Data collection techniques in this study used interviews, observations, and documentation presented in the data presentation chapter, and data analysis used was data reduction, data presentation, and conclusion drawing.

The results of the research from the implementation of the Rational Emotive Behavior Therapy approach to the emotional development of adolescents affected by parental divorce can be seen from the counseling process that has been carried out, namely the counselee who before his parents separated, the counselee did not have any problems so that the behavior that appeared from him was the normal behavior of teenagers who did not have severe problems, counsees like teenagers in general. However, since his parents separated, the counselee's nature has changed, the counselee becomes a teenager who grows up with a naughty nature, namely the counselee comes home playing late at night beyond the hour limit, likes to be angry, hasty in acting and is not confident. However, now the counselee has begun to accept the situation that the counselee has faced. The counselee has a good affective (emotional) because it is supported in advance from a rational mind. The counselee who previously liked to be angry, not confident, liked to play late at night beyond the hour limit, and liked to be in a hurry to act slowly turned into the opposite person.

## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillah Puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberi rahmat-nya sehingga skripsi ini dapat tersusun hingga selesai.

Sholawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang menjadi teladan bagi umatnya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak akan terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang tulus dan ikhlas kepada:

1. H. ahmad Munib Syafa'at, Lc., M.E.I. Selaku Rektor Institut Agama Islam Darussalam
2. Agus Baihaqi, S.Ag., M.I.Kom. Selaku Dekan Fakultas dan Komunikasi Islam
3. Halimatus Sa'diah, S.Psi., M.A. Selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam
4. Ahmad Samsul Mu'arif, S.Sos., M.A. Selaku Dosen Pembimbing dalam Penulisan Skripsi ini yang selalu sabar membimbing saya
5. Keluarga yang selalu mensupport, suami saya, ayah, dan ibuku tercinta yang selalu sabar, semangat dan sangat mendukung dalam saya mengerjakan skripsi ini
6. Seluruh teman-teman BKI'18 tercinta yang selalu menemani dan saling mendukung

7. Kepada orang-orang yang selalu mendoakan yang terbaik untuk saya
8. Dan semua pihak baik secara langsung maupun tidak langsung telah menyumbang tenaga dan pikirannya demi terselesaikannya penulisan skripsi ini

Tiada gading yang tak retak, tiada manusia yang sempurna, permohonan maaf penulis haturkan kepada semua pihak apabila selama proses belajar mengajar kurang baik mohon maaf apabila mempunyai kesalahan baik yang disengaja maupun tidak disengaja. Demikian juga dengan skripsi ini, tentunya masih ada kekurangan. Oleh karena itu dengan kerendahan hati penulis berharap akan saran dan kritik yang konstruktif. Dan semoga penulis mendapatkan ilmu yang barokah manfaat fiddini waddunya wal akhiroh. Aamiin

DIAN AYU AROMAWATI

NIM. 18122110006

## DAFTAR ISI

### HALAMAN JUDUL

### HALAMAN PRASYARAT GELAR

HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
MOTTO .....	iv
LEMBAR KEASLIAN .....	v
ABSTRAK .....	vi
ABSTRACT .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL.....	xii

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. kegunaan Penelitian .....	6

### BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori .....	8
B. Penelitian Terdahulu .....	29
C. Kerangka Konseptual .....	33

### BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian .....	34
B. Lokasi dan waktu Penelitian .....	34
C. Kehadiran Peneliti .....	35
D. Informan Penelitian .....	35
E. Data dan Sumber Data.....	35
F. Prosedur Pengumpulan Data .....	36
G. Keabsahan Data .....	38
H. Analisis Data .....	39

<b>BAB IV PAPARAN DATA DAN TEMUAN PENELITIAN</b>	
A. Paparan Data .....	41
B. Temuan Penelitian .....	59
<b>BAB V PEMBAHASAN</b>	
A. Pelaksanaan pendekatan REBT terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian.....	64
B. Hasil pelaksanaan pendekatan REBT terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian.....	73
<b>BAB VI PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	77
B. Keterbatasan Penelitian.....	78
C. Saran .....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>80</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

## **DAFTAR TABEL**

<b>2.1</b> Tabel Persamaan dan Perbedaan Penelitian .....	31
---	----

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar belakang masalah**

Keluarga merupakan tempat yang pertama dan utama bagi anak. Selain itu keluarga juga merupakan pondasi primer bagi perkembangan anak, karena keluarga merupakan tempat anak untuk menghabiskan sebagian besar waktu dalam kehidupannya. Keluarga pada awalnya terbentuk karena adanya perkawinan. Perkawinan merupakan proses dimana manusia dari berbagai perbedaan dan berusaha untuk mengintegrasikan dirinya untuk membangun kebersamaan dalam rumah tangga. Dalam sebuah hubungan tidak jarang menimbulkan harapan-harapan yang tidak realistis baik di pihak suami ataupun istri. Namun ketika harapan-harapan yang tidak realistis ini dihadapkan dengan realistik kehidupan sehari-hari sebagai suami istri, maka tidak jarang hal-hal yang dianggap sepele kemudian dapat menimbulkan kekecewaan, seperti sikap egois, mudah marah, keras kepala, dan lain-lain. Jika keluarga yang merupakan fungsi pertama dan yang utama bagi anak untuk tumbuh berkembang dinodai perpecahan seperti perceraian, maka anak akan menjadi sosok korban yang paling terluka.

Adapun yang dimaksud dengan bercerai adalah melepaskan ikatan pernikahan.<sup>1</sup> Yang dimaksud dengan pengertian diatas ialah bahwa

---

<sup>1</sup> Sulaiman Rasjid, *Fiqih Islam*, (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2015), 401

perceraian itu harus dilakukan menurut aturan-aturan yang telah berlaku oleh agama islam, bukan atas dasar kemauan dan kehendak nafsu yang didorong oleh ajakan sistem yang tidak suka melihat dan menyaksikan keharmonisan kehidupan rumah tangga seorang muslim.

Secara syar’I bercerai memiliki arti melepas ikatan perkawinan, dalil tentang diperbolehkannya bercerai dalam islam disebutkan dalam Al Qur’an. Allah ta’ala berfirman:

بِإِحْسَانٍ تَسْرِيحٌ أَوْ بِمَعْرُوفٍ فَاِمْسَاكٌ مَّرَّتَيْنِ الطَّلَاقُ

“Talak (yang dapat dirujuk) dua kali. Setelah itu boleh rujuk lagi dengan cara yang ma’ruf atau menceraikan dengan cara yang baik.” (QS. Al Baqarah:229).

Di dalam Al Qur’an juga menerangkan peran orang tua bagi anak itu penting seperti yang diterangkan dalam al-quran surat Al Luqman ayat 16 yaitu:

يٰۤاِبْنٰى اِنَّهَا اِنْ تَاكُ مِثْقَالَ حَبَّةٍ مِّنْ خَرْدَلٍ فَتَكُنْ فِيْ صَخْرَةٍ اَوْ فِي السَّمٰوٰتِ  
اَوْ فِي الْاَرْضِ يٰۤاتِ بِهَا اللّٰهُ اِنَّ اللّٰهَ لَطِيْفٌ خَبِيْرٌ

(Lukman berkata), ”Wahai anakku! Sungguh, jika ada (sesuatu perbuatan) seberat biji sawi, dan berada dalam batu atau di langit atau di bumi, niscaya Allah akan memberinya (balasan). Sesungguhnya Allah Mahahalus, Mahateliti.”

Perkembangan emosi remaja yang orang tuanya mengalami perceraian akan berbeda dengan remaja yang orang tuanya tidak bercerai.

Salah satu dari 2 dampak perceraian orang tua bagi perkembangan emosi remaja adalah kurangnya perhatian dari kedua orang tua terhadap mereka, akibatnya remaja tersebut merasa bahwa tidak ada lagi yang peduli terhadap mereka, sehingga mereka merasa bebas dan membuat remaja menjadi tidak terarah dalam bergaul dan melawan orang tua. Remaja memiliki emosi yang labil sehingga terkadang muncul dalam bentuk yang meledak-ledak. Pada fase ini perilaku remaja mendadak menjadi sulit diduga dan sering kali agak melawan norma sosial yang berlaku. Bentuk-bentuk emosi yang sering nampak dalam masa remaja seperti marah, malu, takut, cemas, cemburu, iri hati, sedih, gembira, kasih sayang, dan rasa ingin tahu. Remaja yang dapat mengendalikan emosinya dapat mendatangkan kebahagiaan, sedangkan remaja yang belum dapat mengontrol emosi negative dengan baik dapat mengakibatkan remaja dalam bertingkah laku sangat dikuasai oleh emosinya. Hal ini dapat mengakibatkan remaja dalam menghadapi masalahnya merasa tidak aman, tidak senang, khawatir dan kesepian.<sup>2</sup>

Seperti yang di alami Cece (nama samaran) remaja Desa Sambimulyo yang tingkat kematangan emosionalnya tinggi akibat perceraian orang tuanya. Ciri atau karakteristik nya yakni tidak dapat menerima keadaan yang dia alami, sering tergesa-gesa dalam bertindak tidak dipikirkan lebih dahulu, pulang dari main suka larut malam melewati

---

<sup>2</sup> Nila Y: 2019. *Pendekatan Model Rational Emotif Therapy dalam Membangun Kepercayaan Diri Remaja Terdampak Perceraian*. Disertasi tidak diterbitkan. Jember: Progm Bimbingan Konseling IAIN JEMBER

batas jam, kurang percaya diri, dan suka marah-marah. Orang tua konseli berpisah dikarenakan adanya banyak masalah yang muncul, masalah yang dihadapi salah satunya karena krisis ekonomi yang mengakibatkan seringnya pertengkaran antara ayah dan ibu. Sehingga mereka memutuskan untuk mengakhiri pernikahannya di pengadilan agama secara baik-baik.<sup>3</sup>

Ketika melakukan wawancara dengan konseli, konseli mengatakan bahwa selama orang tua bercerai dia sangat merasa kesepian dan rasa kesalnya kepada orang tua masih ada hingga sekarang. (Orang tua bercerai pada tahun 2020 bulan Oktober). Yang sebenarnya konseli memiliki kepribadian selayaknya remaja pada umumnya, sekarang berubah menjadi remaja yang mempunyai sifat nakal. Ketidaknyamanan, kegelisahan juga dialaminya. Perceraian yang dialami oleh orang tua, akan berdampak pada masa depan remaja tersebut. Namun pada kenyataannya, perceraian dikalangan masyarakat Desa Sambimulyo masih saja terjadi.<sup>4</sup>

Adapun salah satu metode konseling yang dijadikan untuk menangani remaja terdampak perceraian adalah menggunakan pendekatan *Rasional Emotif Behavior Therapy* yaitu terapi yang dikembangkan oleh Albert ellis sebagai salah satu bentuk perubahan dari pendekatan-pendekatan yang sudah ada pada saat itu. *Rasional Emotif Behavior Therapy* (REBT) merupakan terapi yang berbeda, dimana terapi ini menekankan kepada faktor kognisi, perasaan dan perbuatan. *Rasional Emotif Behavior*

---

<sup>3</sup> Cece, *observasi*, Banyuwangi, 20-26 Mei 2022

<sup>4</sup> Cece, *wawancara*, Banyuwangi, 20 Mei 2022

*Therapy* berusaha memahami manusia sebagaimana adanya yang sadar akan dirinya dan sadar akan objek-objek yang dihadapinya. Manusia adalah makhluk berbuat dan berkembang dan merupakan individu dalam satu kesatuan yang berarti manusia bebas berpikir, bernafas, dan berkehendak<sup>5</sup>

Alasan peneliti mengambil judul *Pendekatan Rasional Emotif Behavior Therapy* terhadap tingkat perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua studi kasus di Desa Sambimulyo, karena remaja tersebut mengalami berbagai gangguan pada psikologisnya yaitu merasa kurang percaya diri, sering pulang bermain larut malam melewati batas jam, suka tergesa-gesa dalam melakukan apapun, dan suka marah-marah. Penggunaan *Rasional Emotif Behavior Therapy* (REBT) ini bertujuan untuk memperbaiki dan mengubah segala perilaku dan pola pikir yang irasional dan tidak logis menjadi rasional dan logis agar konseli dapat menerima kenyataan yang ada dan tidak melakukan hal-hal yang bersifat negative yang merugikan dirinya sendiri.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti berharap semoga dengan penelitian ini konseli dapat terobati dari rasa yang negative yang dia alami sekarang. Peneliti tertarik untuk meninjau lebih dalam dengan melakukan penelitian dengan judul “**Pendekatan Rasional Emotif Behavior Therapy Terhadap perkembangan emosi Remaja yang Terdampak Perceraian Orang Tua (Studi Kasus Remaja di Desa Sambimulyo)**”

---

<sup>5</sup> Sofyan S. Wilis, *Konseling individual : teori dan praktek*, (Bandung: AlfaBeta, 2014), 75.

## **B. Fokus Penelitian**

1. Bagaimana melaksanakan *Rasional Emotif Behavior Therapy* terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua?
2. Bagaimana hasil dari pelaksanaan *Rasional Emotif Behavior Therapy* terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua?

## **C. Tujuan penelitian**

1. Untuk mengetahui pelaksanaan *Rasional Emotif Behavior Therapy* terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua.
2. Untuk mengetahui hasil dari pelaksanaan *Rasional Emotif Behavior Therapy* terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua.

## **D. Kegunaan Penelitian**

Adapun kegunaan dari penelitian sebagai berikut:

1. Kegunaan Teoritis
  - a. Penelitian ini berguna untuk mengembangkan konsep-konsep ilmu tentang bimbingan dan konseling khususnya konseling *Rasional Emotif Behavior Therapy* (REBT)
  - b. Menjadi bahan masukan dan rujukan untuk kepentingan pengembangan ilmu bagi pihak-pihak tertentu guna menjadikan penelitian ini menjadi acuan untuk penelitian lanjutan terhadap

objek sejenis atau aspek lainya yang belum tercakup dalam penelitian ini.

## 2. Kegunaan Praktis

### a. Bagi remaja

Dapat meningkatkan percaya diri, mempunyai rasa optimisme terhadap segala sesuatu yang dilakukan dengan melalui konseling *Rasional Emotif Behavior Therapy* (REBT). Sehingga remaja mampu menjalani kehidupannya jauh lebih baik lagi tanpa dipengaruhi dengan rasa kurang percaya diri dan perilaku yang kurang baik terhadapnya.

### b. Bagi peneliti

Dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang peningkatan perilaku yang mengganggu psikologis remaja terdampak perceraian orang tua melalui metode *Rasional Emotif Behavior Therapy*.

### c. Bagi orang tua

Dapat memberikan pengetahuan kepada orang tua betapa seorang anak mengalami masa yang sulit akibat perceraian yang terjadi agar orang tua lebih memperhatikan kehidupan anak, baik dari segi psikologis maupun pendidikanya.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Kajian teori

##### 1. *Rasional Emotif Behavior Therapy*

###### a. Pengertian *Rasional Emotif Behavior Therapy*

Menurut Ellis, *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah terapi yang sangat komprehensif yang membahas masalah emosional, kognitif, dan perilaku. *Konseling Rasional Emotif Behavior Therapy* menekankan penyatuan pikiran dengan akal sehat (pemikiran rasional), perasaan (feelings) dan perilaku (tindakan), serta sekaligus menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalam dalam cara berpikir dan menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku.<sup>6</sup>

Berdasarkan komentar Willis dan Ellis di atas, dapat dipahami bahwa *Konseling Rasional Emotif Behavior Therapy* adalah proses suportif yang meringankan masalah konselor dengan berfokus pada mendapatkan pengetahuan, emosi, dan tindakan sehingga perubahan persepsi sangat mempengaruhi pemikiran yang sehat. dan perilaku yang lebih baik.

###### b. Tujuan konseling *Rasional Emotif Behavior Therapy* (REBT)

Tujuan utama REBT adalah membantu orang menyadari bahwa mereka dapat menjalani kehidupan yang lebih rasional dan

---

<sup>6</sup> Ellis dalam latipun, *Bimbingan Dan Konseling Kelompok* (PT Bumi Aksara: Jakarta, 2006), 103.

produktif. REBT membantu konseli berhenti membuat permintaan dan merasa terganggu oleh "kekacauan". Konseling dalam REBT dapat mengekspresikan emosi negatif, namun tujuan utamanya adalah membantu konseli agar tidak membuat respon emosional yang berlebihan sesuai dengan suatu peristiwa. Tujuan konseling terutama untuk menghilangkan kecemasan, ketakutan, kurang percaya diri dan mencapai perilaku rasional, kebahagiaan dan kesadaran diri.<sup>7</sup>

c. Teknik konseling *Rasional Emotif Behavior Therapy* (REBT)

Pelaksanaan konseling REBT menggunakan berbagai teknik yang bersifat kognitif, afektif, dan behavioral yang disesuaikan dengan kondisi individu.<sup>8</sup> Berikut dibawah ini teknik konseling dalam REBT:

1) Teknik-teknik kognitif sebagai berikut:

- a) *Home work assignments* (pemberian tugas rumah): teknik ini bekerja dengan cara konseli diberi tugas-tugas rumah untuk melatih, mebiasakan diri serta menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menuntut pola perilaku yang diharapkan. Dengan tugas rumah yang diberikan, konseli diharapkan dapat mengurangi atau menghilangkan perasaan-perasaan irasional dan ilogis. Selanjutnya *home work assignments* yang diberikan

---

<sup>7</sup> Andi Mappiare, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi* (PT Raja Grafindo Persada: Jakarta, 2010), 157.

<sup>8</sup> Mohamad Surya, *Teori-Teori Konseling* (Pustaka Bani Quraisy: Bandung, 2003), 20.

konselor dilaporkan oleh konseli dalam suatu pertemuan tatap muka dengan konselor di kantor, di sekolah atau di tempat lain.

b) *Teknik Assertive* : Teknik ini untuk melatih keberanian konseli dalam mengekspresikan tingkah laku tertentu yang diharapkan dengan bermain peran, latihan atau meniru model-model social.<sup>9</sup>

## 2) Teknik -teknik emotif (afektif)

Teknik emotif dalam REBT dilakukan dengan cara melatih membiasakan perilaku-perilaku yang diinginkan, mengekspresikan perasaan negatif yang menekan, berkomitmen untuk menghilangkan perasaan atau perilaku tertentu yang dapat didukung dengan menirukan model perilaku yang diinginkan.

a) Teknik *assertive training*: teknik yang digunakan untuk melatih, mendorong, dan membiasakan klien untuk secara terus menerus menyesuaikan dirinya dengan perilaku tertentu yang diinginkan. Latihan-latihan yang diberikan lebih bersifat pendisiplinan diri konseli.

b) Teknik *sosiodrama*: digunakan untuk mengekspresikan berbagai jenis perasaan yang menekan (perasaan negatif) melalui suatu suasana yang didramatisasikan sedemikian rupa sehingga konseli dapat secara bebas mengungkapkan dirinya

---

<sup>9</sup> <https://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/01/23/pendekatan-konseling-rasional-emotif/>

sendiri secara lisan, tulisan ataupun melalui gerakan - gerakan yang dramatis.

c) Teknik *self modeling* atau diri sendiri sebagai model: yakni teknik yang digunakan untuk meminta konseli agar “*berjanji*” atau mengadakan “*komitmen*” dengan konselor untuk menghilangkan perasaan atau perilaku tertentu. Teknik *self modeling* dilakukan dengan cara konseli diminta untuk tetap setia pada janjinya dan secara terus menerus menghindarkan dirinya dari perilaku negatif.

d) Teknik imitasi: teknik yang digunakan dimana klien diminta untuk menirukan secara terus-menerus meniru suatu model perilaku tertentu dengan maksud menghadapi dan menghilangkan perilakunya sendiri yang negatif.

### 3) Teknik-teknik behavioristic

a) Teknik *reinforcement*: teknik yang digunakan untuk mendorong konseli ke arah perilaku yang lebih rasional dan logis dengan jalan memberikan pujian verbal (*reward*) ataupun hukuman (*punishment*)

b) Teknik *social modeling*: teknik yang digunakan untuk membentuk perilaku - perilaku baru pada konseli. Teknik ini dilakukan agar konseli dapat hidup dalam suatu model sosial yang diharapkan dengan cara mengimitasi, mengobservasi dan menyesuaikan dirinya dengan *social model* yang dibuat itu.

Bentuk social modeling antara lain live models (model perilaku dalam kehidupan nyata), *filmed models* (model perilaku yang difilmkan), *audio tape recorder models* (model perilaku yang diperoleh dengan melihat dan mendengarkan).

c) Teknik behavioristik dalam REBT adalah mendorong perilaku rasional konseli dengan jalan memberikan pujian atau hukuman, dan adanya model perilaku untuk konseli dalam pembentukan perilaku baru yang merupakan perilaku positif yang diharapkan konseli.

d. Proses konseling *Rasional Emotif Behavior Terapy* (REBT)

Proses konseling REBT yang dilakukan untuk menyelesaikan permasalahan konseli adalah dengan menunjukkan pada konseli bahwa masalah yang dihadapinya berkaitan dengan keyakinan-keyakinan irasionalnya, menunjukkan bagaimana konseli mengembangkan nilai nilai sikapnya yang menunjukkan secara kognitif bahwa konseli telah memasukkan banyak keharusan. Sebaiknya dan semestinya konseli harus belajar memisahkan keyakinan-keyakinannya yang rasional dan keyakinan irrasional, agar konseli mencapai kesadaran. Proses yang selanjutnya adalah membawa konseli ke dalam tahapan kesadaran dengan menunjukan bahwa konseli sekarang mempertahankan gangguan-gangguan emosionalnya untuk tetap aktif dengan terus menerus berfikir secara tidak logis. Konselor kemudian berusaha mendorong agar konseli

memperbaiki pikiran-pikirannya dan meninggalkan pikiran-pikiran irrasionalnya, sehingga konseli dapat berubah dari selalu berfikir yang tidak masuk akal menjadi yang masuk akal. Perubahan keyakinan konseli yang irrasional menjadi rasional lebih lanjut dilakukan dengan menantang atau memberikan tugas rumah untuk konseli agar dapat mengembangkan filosofis kehidupannya yang rasional, dan menolak kehidupan yang irrasional. Konseli harus dapat mencoba menolak fikiran-fikiran yang irrasional untuk masuk dalam dirinya dan harus konsisten dengan perubahannya.

Adapun prosedur proses konseling antara lain:

1) *Assessment* merupakan salah satu kegiatan pengukuran.

Dalam konteks bimbingan dan konseling, *assessment* yaitu mengukur suatu proses konseling yang harus dilakukan konselor sebelum, selama dan setelah konseling tersebut dilaksanakan atau berlangsung. *Assessment* merupakan salah satu bagian terpenting dalam seluruh kegiatan yang ada dalam konseling (baik konseling kelompok maupun konseling individual). Karena itulah *assessment* dalam bimbingan dan konseling merupakan bagian yang terintegral dengan proses terapi maupun semua kegiatan bimbingan dan konseling itu sendiri.<sup>10</sup>

---

<sup>10</sup> Burul wahidah (dkk), *peran dan aplikasi assessment dalam bimbingan dan konseling*, 2 Maret 2019, 46.

- 2) Diagnosis adalah alat untuk mengenal, memprediksi. Istilah lain dari diagnosis adalah istilah test atau istilah lainnya measurement (pengukuran). Seorang psikologi ahli klinis tidak akan bisa mengidentifikasi penyakit atau masalah pasiennya atau kliennya jika ia belum mendiagnosisnya terlebih dahulu.<sup>11</sup>
- 3) Prognosis, Williamson menyatakan bahwa prognosis merupakan proses yang tidak terpisahkan dari diagnosis. Prognosis berkaitan dengan upaya untuk memprediksi kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi berdasarkan data yang ada. Sebagai contoh, jika konseli inteligensinya rendah, maka ia akan rendah pula prestasi belajarnya. jika ia tidak berminat pada suatu tugas pekerjaan, maka ia akan gagal memperoleh kepuasan dalam bidang kerja tersebut. Jika konseli rendah bakatnya di bidang mekanik, maka kemungkinan besar ia akan gagal studi pada program studi teknik mesin. Hati-hati dalam pengembangan prognosis ini, sebab yang terpenting adalah keterlibatan aktif siswa agar dia menyadari bahwa jika dia tidak memutuskan sebagaimana data *assessment* secara bijak, maka ia bisa gagal. Untuk itu maka dalam konsep prognosis, kesadaran

---

<sup>11</sup> MuhammadTaufiq, Izzuddin, *Panduan Lengkap dan Praktis Psikologi Islam* (Jakarta: Gema Insani Press, 2006), 348.

konseli harus menghantarkan ia mau berubah, sehingga tahap selanjutnya dapat dilakukan.

- 4) *Treatment* atau lazimnya disebut perlakuan merupakan tindakan menetapkan dan melakukan cara yang tepat dalam mengatasi kesulitan atau masalah kasus dengan program yang teratur dan sistematis.
- 5) Evaluasi adalah kegiatan untuk mengetahui sejauh mana langkah konseling yang dilakukan dalam mencapai hasil. Sebenarnya evaluasi dilaksanakan setiap pertemuan usai. Peneliti melakukan *review* terhadap layanan yang telah berlangsung, lalu mengkomparasikan kemajuan yang telah dibuat konseli saat pra dan pasca layanan saat itu.

## **2. Perkembangan Emosi**

### **a. Pengertian Perkembangan Emosi**

Menurut Monks dkk yang telah dikutip kembali oleh Abu Ahmadi, mengartikan perkembangan sebagai suatu proses ke arah yang lebih sempurna pada tingkat integrasi yang lebih tinggi, dan tidak dapat terulang kembali. Perkembangan menunjukkan pada perubahan-perubahan pada suatu arah yang bersifat tetap dan maju.<sup>12</sup> Perkembangan sebagai suatu proses perubahan mengacu pada kualitas fungsi organ-organ jasmaninya. Artinya perkembangan itu menekankan pada penyempurnaan fungsi psikologis yang di sandang

---

<sup>12</sup> Abu Ahmadi, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: PT Asdi Mahasatya, 2015), 1.

oleh organ fisik. Perkembangan akan terus berlanjut hingga manusia menghakhiri hayatnya. Perkembangan menghasilkan bentuk-bentuk dan ciri-ciri kemampuan baru yang berlangsung dari tahap aktivitas yang sederhana ke tahap yang lebih tinggi<sup>13</sup>. Sedangkan Emosi menurut English and English, emosi adalah a complex feeling state accompanied by characteristic motor and glandular activities (keadaan yang kompleks, yang disertai karakteristik kegiatan kelenjar dan motoris).<sup>14</sup> Emosi merupakan bagian dari aspek afektif yang memiliki pengaruh besar terhadap kepribadian dan perilaku seseorang<sup>15</sup>. Emosi adalah sebagai reaksi penilaian (positif atau negatif) yang kompleks dari sistem syaraf seseorang terhadap rangsangan dari luar atau dari dalam diri sendiri.<sup>16</sup>

#### b. Jenis-Jenis Emosi

Pada bagian ini, akan menguraikan beberapa jenis emosi yang dapat dilihat melalui tingkah laku. Berikut merupakan jenis-jenis emosi:

##### 1) Takut

Takut merupakan salah satu bentuk dari jenis emosi yang mendorong individu untuk menjauhi sesuatu dan sedapat mungkin

---

<sup>13</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan*,(Bandung:PT Remaja Rosdakarya, 2013), 4.

<sup>14</sup> Rosleny Marliani, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*,(Bandung: CV Pustaka Setia ,2016), 187.

<sup>15</sup> Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama* (Bandung: PT Refika Aditama, 2007), 180.

<sup>16</sup> Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum* ( Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2014), 124.

menghindari kontak dengan suatu hal. Bentuk dari takut salah satunya adalah fobia. Rasa takut bisa merupakan indikasi kelainan kejiwaan adalah kecemasan, yaitu rasa takut yang tak jelas sasarannya dan juga alasannya.

#### 2) Cemburu

Kecemburuan merupakan bentuk dari kekhawatiran yang berawal dari kurang adanya keyakinan terhadap diri sendiri dan ketakutan akan kehilangan kasih sayang. Seorang yang cemburu selalu mempunyai sikap-sikap benci terhadap saingannya.

#### 3) Frustrasi

Frustrasi adalah suatu bentuk keadaan emosi yang disebabkan oleh tidak tercapainya kepuasan atau dapat dikatakan memiliki hambatan-hambatan dalam usaha mencapai kepuasan atau tujuan tersebut. Frustrasi ada beberapa macam yaitu frustrasi lingkungan, frustrasi pribadi, dan frustrasi konflik.

#### 4) Marah

Sumber utama marah adalah hal-hal yang mengganggu aktivitas untuk sampai pada tujuannya. Dengan demikian, ketegangan (stres) yang terjadi dalam aktivitas itu tidak mereda, bahkan bertambah. Untuk mengungkapkan ketegangan-ketegangan itu individu yang bersangkutan menjadi marah.

### 5) Jengkel

Jengkel adalah sebuah perasaan yang di dalamnya terdapat rasa hina, jijik, muak, mual, benci, tidak suka, dan mau marah.

### 6) Malu

Malu adalah kondisi yang dialami manusia akibat sebuah tindakan yang dilakukan sebelumnya dan kemudian ingin ditutupinya.<sup>17</sup>

Emosi yang kuat pada umumnya diikuti perubahan-perubahan pada tubuh, seperti:

- a. Reaksi elektris pada kulit: meningkat bila terpesona.
- b. Peredaran darah: bertambah cepat bila marah.
- c. Denyut jantung: bertambah cepat bila terkejut.
- d. Pernafasan: bernafas panjang bila kecewa.
- e. Pupil mata: membesar bila sakit atau marah.
- f. Liur: mengering kalau takut atau tegang.
- g. Bulu roma: berdiri kalau takut.
- h. Pencernaan: mencret kalau tegang.<sup>18</sup>

Dari pernyataan di atas maka dapat penulis simpulkan bahwa Takut, cemburu, frustrasi, marah, jengkel dan malu merupakan beberapa jenis dari suatu bentuk emosi yang dapat dilihat ketika mengalami hal-hal yang memungkinkan untuk terbentuknya emosi.

---

<sup>17</sup> Mohammad Ali & Mohammad Asrosi, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2012), 63.

<sup>18</sup> Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum* (PR Rajagrafindo Persada: Jakarta, 2008),

Emosi yang kuat akan terlihat dengan adanya perubahan atau pergerakan pada tubuh seseorang yang berbeda pada keadaan biasanya selama tubuh dalam keadaan stabil. Perubahan dan pergerakan yang terjadi pada tubuh yaitu seperti pada kulit, reaksi elektis kulit akan meningkat apabila seseorang terpesona, peredaran darah pada seseorang akan bertambah cepat apabila seseorang tersebut marah, denyut jantung yang terjadi pada seseorang akan bertambah cepat apabila seseorang tersebut terkejut, kemudian seseorang yang kecewa akan menghelai nafas panjang, pupil mata seseorang yang sedang sakit atau sedang marah akan membesar, kemudian air liur akan mengering dan bulu roma akan berdiri apabila seseorang sedang takut, serta pencernaan seseorang akan mengalami gangguan seperti mencret apabila seseorang tersebut sedang merasa tegang. Dari analisis tersebut maka penulis dapat menyimpulkan bahwa remaja yang orangtuanya mengalami perceraian, keadaan emosi mereka akan terlihat pada jenis-jenis emosi yang akan diperlihatkan melalui tingkah laku mereka dalam sehari-hari.

### **3. Remaja**

Remaja dalam arti *adolescence* berasal dari kata latin *adolescere* yang artinya tumbuh kearah kematangan. Kematangan dalam hal ini tidak hanya berarti kematangan fisik tetapi terutama kematangan social psikologis.<sup>19</sup>

---

<sup>19</sup> Sarlito Wirawan Sarwono, *Psiklogi Remaja*,(PR Rajagrafindo Persada:Jakarta, 2008) 8.

Definisi yang memadai remaja tidaklah mudah, sebab kapan masa remaja berakhir dan kapan anak remaja tumbuh menjadi seorang dewasa tidak dapat ditetapkan secara pasti. Kesulitan untuk memastikan kapan berakhirnya masa *adolesens* ini, di antaranya karena *adolesens* sesungguhnya merupakan suatu ciptaan budaya, yakni suatu konsep yang muncul dalam masyarakat modern sebagai tanggapan terhadap perubahan social yang menyertai perkembangan industri. Hingga akhir abad 18 konsep *adolesens* belum digunakan untuk menunjukkan suatu periode tertentu dari kehidupan manusia.

Terlepas dari kesulitan untuk merumuskan definisi dan menentukan batas akhir masa remaja, namun dewasa ini istilah “*adolesens*,” atau remaja telah digunakan secara luas untuk menunjukkan suatu tahap perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa, yang ditandai oleh perubahan-perubahan fisik umum serta perkembangan kognitif dan social. Batasan usia remaja yang umum digunakan oleh para ahli adalah antara 12 hingga 21 tahun. Rentang waktu usia remaja ini biasanya dibedakan atas tiga, yaitu: 12-15 tahun = masa remaja awal, 15-18 tahun = masa remaja pertengahan, dan 18-21 tahun = masa remaja akhir. Tetapi, Monks, Knoers & Haditono, (2001) membedakan masa remaja atas empat bagian, yaitu: (1) masa pra-remaja atau pra pubertas (10-12 tahun), (2) masa remaja awal atau pubertas (12-15 tahun), (3) masa remaja

pertengahan (15-18 tahun) dan (4) masa remaja akhir (18-21). Remaja awal hingga remaja akhir inilah yang disebut dengan masa *adolesens*.<sup>20</sup>

Adapun tugas -tugas Perkembangan Remaja

#### 1. Menerima keadaan fisik

Perubahan fisik pada remaja dapat mempengaruhi perkembangan remaja tersebut sehingga mengakibatkan banyak remaja yang tidak bisa menerima perubahan pada fisiknya. Perubahan fisik yang dialami remaja seperti warna kulit, wajah dan pertumbuhan alat vital. Menurut Ratrioso menyatakan Keadaan fisik yang dimiliki remaja hampir sebagian besar tidak sesuai dengan harapan mereka. Warna kulit yang menghitam padahal ingin kulit yang putih, wajah yang berjerawat di saat menginginkan kemulusan wajah, postur tubuh yang gemuk tatkala mendambakan tubuh yang atletis agar menarik perhatian orang lain itu adalah beberapa kenyataan yang sering dihadapi remaja jika membahas tentang keadaan fisik mereka.

#### 2. Mencapai kemandirian emosional

Menurut Ratrioso menyatakan yang dimaksud kemandirian emosional dari orang tua adalah kemampuan untuk bisa mandiri mengendalikan emosi tanpa campur tangan orang tua, kamu bisa menyemangati dirimu sendiri, menahan rasa marah, serta

---

<sup>20</sup>Desmita, *Psikologi Perkembangan* (PT Remaja Rosdakarya: Bandung, 2015), 189-190.

mengeluarkan unek-unek dengan cara yang santun tanpa ketergantungan pada perhatian dari orang tua kamu.<sup>21</sup>

### 3. Menjalin hubungan dengan lawan jenisnya

Menurut Hurlock menyatakan karena adanya pertentangan dengan lawan jenis yang sering berkembang selama akhir masa kanak-kanak dan masa puber, maka mempelajari hubungan baru dengan lawan jenis berarti harus mulai dari nol dengan tujuan untuk mengetahui hal-hal lawan jenis dan bagaimana harus bergaul dengan mereka.<sup>22</sup>

### 4. Mengembangkan perilaku sosial yang bertanggung jawab

Perkembangan social yang bertanggung jawab pada remaja mempengaruhi remaja dalam hubungan sosialnya dengan teman sebaya maupun orang yang lebih tua. Remaja harus mampu bertanggung jawab dalam memecahkan masalah sosial secara baik. Menurut Asrori menyatakan Hakekat tugas pengembangan perilaku sosial yang bertanggung jawab dalam kehidupan masyarakat dan mampu menyunjung tinggi nilai-nilai masyarakat dalam bertingkah laku.<sup>23</sup>

---

<sup>21</sup> Ratrioso, Imam, *Remaja Unggul Kamukah Itu?*, (Nobel Edumedia: Jakarta, 2008), 23-24

<sup>22</sup> Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Penerjemah: Istiwidayati & Soedjarwo (Jakarta: Erlangga, 1980), 209.

<sup>23</sup> Asrori, mohammad, *Memahami Dan Membantu Perkembangan Peserta Didik* (Pontianak: Untan Press, 2008), 165.

#### 4. Perceraian

##### a. Pengertian perceraian

Menurut Erma karim dalam T.O ihromi, perceraian adalah cerai hidup antara pasangan suami istri sebagai akibat dari kegagalan mereka menjalankan obligasi peran masing-masing, dalam hal ini perceraian dilihat sebagai akhir dari suatu ketidakstabilan perkawinan dimana pasangan suami istri kemudian hidup berpisah dan secara resmi diakui oleh hokum yang berlaku.<sup>24</sup>

Menurut Dariyo yang dikutip oleh ningrum perceraian merupakan titik puncak dari pengumpulan berbagai permasalahan yang menumpuk beberapa waktu sebelumnya dan jalan terakhir yang harus ditempuh ketika hubungan perkawinan itu sudah tidak dapat dipertahankan lagi.<sup>25</sup>

Dari kedua pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa perceraian merupakan berakhirnya hubungan suami istri karena ketidak cocokan diantara keduanya yang disebabkan oleh berbagai factor dan perceraian diputuskan oleh hukum yang berlaku.

Ada beberapa factor yang menyebabkan terjadi perceraian suami istri diantaranya sebagai berikut<sup>26</sup>:

---

<sup>24</sup> T.O Ihromi, *Bunga Rampai Sosiologi Keluarga*, (Jakarta : Yayasan Obor Indonesia, 2004), h. 137

<sup>25</sup> Putri Rosalia Ningrum, *Perceraian Orang Tua dan Penyesuaian Diri Remaja*, *eJournal Psikologi Vol. 1 No 1*, 2013, 74.

<sup>26</sup> Agoes Dariyo. *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. (PT Gramedia Widiasarana Indonesia: Jakarta, 2008), 167.

### 1) Masalah keperawanan (virginity)

Bagi seorang individu (laki-laki) yang menganggap keperawanan sebagai sesuatu yang penting, kemungkinan masalah keperawanan akan mengganggu proses perjalanan kehidupan perkawinan, tetapi bagi laki-laki yang tidak memperlakukan masalah keperawanan kehidupan perkawinan akan dapat dipertahankan dengan baik. Kenyataan di sebagian besar masyarakat wilayah Indonesia masih menjunjung tinggi dan menghargai keperawanan seorang wanita. Karena itu, factor keperawanan dianggap sebagai sesuatu yang suci bagi wanita yang akan memasuki pernikahan. Itulah sebabnya, keperawanan menjadi factor yang mempengaruhi kehidupan seseorang.

### 2) Ketidaksetiaan salah satu pasangan hidup

Keberadaan orang ketiga (WIL/PIL) memang akan mengganggu kehidupan perkawinan. Bila diantara keduanya tidak ditemukan kata sepakat untuk menyelesaikan dan saling memaafkan, akhirnya perceraianlah jalan terbaik untuk mengakhiri hubungan pernikahan itu.

### 3) Tekanan kebutuhan ekonomi keluarga

Sudah sewajarnya seorang suami memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga. Itulah sebabnya seorang istri berhak menuntut supaya suami dapat memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga. Bagi mereka yang terkena PHK, hal itu dirasakan amat berat. Untuk

menyelesaikan masalah itu, kemungkinan seorang istri menuntut cerai dari suaminya.

4) Tidak mempunyai keturunan

Kemungkinan karena tidak mempunyai keturunan walaupun menjalin hubungan pernikahan bertahun-tahun dan berupaya kemana-mana untuk mengusahakanya, namun tetap saja gagal. Guna menyelesaikan masalah keturunan ini, mereka sepakat mengakhiri pernikahan itu dengan bercerai dan masing-masing menentukan nasib sendiri-sendiri.

5) Salah satu dari pasangan hidup meninggal dunia

Setelah meninggal dunia dari salah satu pasangan hidup, secara otomatis keduanya bercerai. Apakah kematian tersebut disebabkan factor sengaja (bunuh diri) ataupun tidak sengaja (mati dalam kecelakaan, mati karena sakit, mati karena bencana alam) tetap memengaruhi terjadinya perpisahan (perceraian) suami istri.

6) Perbedaan prinsip, ideologi, dan agama

Setelah memasuki jenjang pernikahan dan kemudian memiliki keturunan, akhirnya mereka baru sadar adanya perbedaan-perbedaan itu. masalah mulai timbul mengenai penentuan anak harus mengikuti aliran agama pihak siapa, apakah ikut ayah atau ibunya. Rupanya, hal itu tidak dapat diselesaikan dengan baik sehingga perceraianlah jalan terbaik bagi mereka.

## b. Hukum Percerian

Menurut Syaikh Hasan Ayyub dalam Muhammad Syaifuddin, hukum cerai menurut syar'ī Islam terdapat lima tergantung illat (sebab-sebab dan waktunya) yaitu, sebagai berikut:

1) Wajib, yaitu cerainya orang yang melakukan ila' setelah masa menunggu apabila ia menolak kembali menyetubuhi istrinya, cerai yang diputuskan dua hakim dalam kasus perselisihan suami istri yang beranggapan bahwa cerai lebih baik untuk keduanya, dan cerai yang apabila tidak dilakukan akan mendatangkan bahaya dan menjadi penyebab terjerumusnya suami istri ke dalam kemaksiatan.

2) Makruh, yaitu cerai tanpa ada hajat. Terdapat dua riwayat mengenai cerai macam ini, yaitu sebagai berikut:

a) Berdasarkan sabda Nabi SAW *“Tidak boleh membahayakan diri sendiri dan orang lain”*, karena cerai mendatangkan mudharat bagi diri sendiri dan istri, serta menghilangkan maslahat yang mereka peroleh tanpa adanya hajat, maka hukumnya haram.

b) Hukumnya boleh berdasarkan sabda Nabi *“Perkara hal yang paling dibenci Allah adalah cerai”* dalam lafad lain disebutkan *“Allah tidak menghalalkan sesuatu yang lebih dibenci-Nya dari pada cerai”* (HR. Abu Daud, Isnadnya cacat). Cerai yang dibenci adalah cerai yang tanpa hajat, karena Nabi

menyebutnya halal juga karena cerai meniadakan pernikahan yang mengandung maslahat-maslahat yang dianjurkan, sehingga hukumnya makruh.

- 3) Mubah, yaitu cerai ketika ada hajat, baik karena buruknya perangai dan pergaulan istri, dan karena istri dirugikan tanpa mencapai tujuan.
- 4) Dianjurkan, yaitu ketika istri melalikan kewajibannya kepada Allah seperti sholat dan sebagainya, sedang suami sudah tidak bisa memaksanya lagi, atau ketika suami istri sudah tidak bisa menjaga moral.
- 5) Dilarang, yaitu cerai ketika haid atau dalam masa suci dimana suami telah menyetubuhinya. Ulama seluruh negeri dan zaman sepakat akan keharamannya. Kondisi seperti ini disebut juga cerai bid'ah, dimana suami menalak istri ketika sedang haid itu menentang sunah dan meninggalkan perintah Allah dan Rasul-Nya.<sup>27</sup>

c. Akibat-akibat perceraian

Pasangan menikah yang telah melakukan perceraian pasti akan mengalami dampak negative. Hal-hal yang dapat dirasakan setelah terjadi perceraian tersebut, diantaranya sebagai berikut:

---

<sup>27</sup> Muhammad Syaifuddin, dkk, *Hukum Perceraian*, (Jakarta: Sinar Grafika, 2014), 23-24

### 1) Pengalaman traumatis pada salah satu pasangan

Individu yang telah melakukan segala usaha demi mendapatkan kehidupan rumah tangga yang bahagia ternyata harus menghadapi pahitnya perceraian. Dampak akan dirasakan berupa kesedihan, kekecewaan, frustrasi, tidak nyaman, dan rasa khawatir berkepanjangan, tidak dapat konsentrasi dalam bekerja, sulit tidur dan berbagai masalah lainnya. Akibatnya, individu akan memiliki sikap benci terhadap diri sendiri maupun pasangannya. Jika kondisi psikis tersebut tidak ditanggulangi dengan baik, bisa mengakibatkan gangguan psikosomatis, bunuh diri atau gangguan psikologis lainnya.

### 2) Pengalaman traumatis bagi anak

Anak-anak yang ditinggalkan juga akan mengalami dampak negative yang serius. Mereka akan mengalami kebingungan harus ikut siapa, ayah atau ibu. Mereka tidak dapat mengidentifikasi orang tua. Akibatnya, anak-anak mendapatkan gambaran buruk terhadap pernikahan karena tidak ada contoh positif yang harus ditiru. Secara tidak langsung, mereka akan beranggapan bahwa orang tua itu jahat, egois, tidak bertanggung jawab, dan hanya mementingkan diri sendiri.

### 3) ketidakstabilan kehidupan dalam pekerjaan

Dampak psikologis yang terjadi akibat perceraian, akan berdampak pula pada fisik individu tersebut seperti susah tidur dan

tidak dapat berkonsentrasi dalam bekerja sehingga mengganggu kehidupan kerja, misalnya pekerjaan menjadi terbengkalai.<sup>28</sup>

## **B. Penelitian Terdahulu**

Pada bagian ini peneliti mencantumkan berbagai hasil hasil penelitian terdahulu yang terkait dengan penelitian yang hendak dilakukan, kemudian membuat ringkasannya, baik penelitian yang sudah terpublikasikan atau belum terpublikasikan (skripsi, tesis, disertasi dan sebagainya). Dengan melakukan langkah ini, maka akan dapat dilihat sampai sejauh mana orisinalitas dan posisi penelitian yang hendak dilakukan. Untuk mempermudah pembaca peneliti meringkas perbedaan dan persamaan penelitian terdahulu.

Pertama, hasil penelitian Nila yulina mawaddah yang berjudul “ Pendekatan Model *Rational Emotif Therapy* dalam membangun kepercayaan diri pada remaja yang terdampak perceraian di SMK Islam Bustanul Ulum Kecamatan Pekusari Kabupaten Jember” (2019), peneliti ini menjelaskan tentang Pendekatan Metode *Rational Emotif Therapy* dalam membangun kepercayaan diri pada remaja yang terdampak perceraian di Smk Islam Bustanul Ulum Kecamatan Pakusari Kabupaten Jember. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, dalam penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif, populasi dalam penelitian ini adalah siswa siswi smk islam bustanul ulum Kecamatan Pakusari Kabupaten

---

<sup>28</sup> Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*, (Jakarta: Grasindo, 2005), 168-169

Jember.<sup>29</sup> Hasil dalam penelitian ini adalah pendekatan *Rational Emotif Therapy* sangat penting dalam membangun kepercayaan diri remaja yang terdampak perceraian orang tua.

Penelitian yang kedua oleh Khusnul khotimah, dengan judul “penerapan *Rational Emoti Behavior Therapy* untuk mengurangi perilaku agresif siswa dari keluarga *broken home*” (2017), peneliti ini menjelaskan tentang penerapan *Rational Emoti Behavior Therapy* untuk mengurangi perilaku agresif siswa dari keluarga *broken home*, peneliti ini menggunakan metode kualitatif, populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 13 Magelang.<sup>30</sup> Hasil penelitian tersebut adalah penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* sangat penting untuk mengatasi perilaku agresif siswa yang terdampak perceraian orang tua.

Terakhir penelitian yang ketiga, oleh Widi tri estuti, yang berjudul “Dampak perceraian orang tua terhadap tingkat kecemasan emosi anak kasus pada 3 siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Pekucen Banyumas tahun ajaran 2012/2013. Peneliti ini menjelaskan bahwa dampak perceraian orang tua sangat berpengaruh terhadap tingkat kematangan emosi, adapun penelitian ini yaitu penelitian kualitatif dengan menggunakan metode deskriptif kualitatif, populasi dalam penelitian ini adalah siswa di SMP

---

<sup>29</sup> Nila yulina mawaddah, Skripsi “*Pendekatan model Rational Emotif Therapy dalam membangun kepercayaan diri pada remaja yang terdampak perceraian di SMK Islam bustanul ulum Kec Pakusasi Kab Jember*” (Jember: UIN Khas Jember, 2019), 19

<sup>30</sup> Khusnul khotimah, Skripsi “*penerapan rational emotif behavior therapy untuk mengurangi perilaku agresif siswa dari keluarga broken home*” (Magelang: Univeritas Muhamadiyyah, 2017), 24

Negeri 2 Pekucen Banyumas tahun ajaran 2012/2013.<sup>31</sup> Hasil penelitian ini adalah dampak perceraian orang tua bisa berpengaruh kepada tingkat kematangan emosi.

**Tabel 2.1**

No	Nama	Tahun	Perbedaan	Persamaan
1	Nila Yulina Mawadah (D20153047)	2019	Penelitian ini fokus untuk membangun kepercayaan diri pada remaja yang terdampak perceraian	Dalam penelitian ini sama- sama menggunakan metode penelitian kualitatif.
2	Khusnul khotimah (12.0301.0042)	2017	Dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan fokus pada penerapan	Sama-sama membahas tentang dampak perceraian pada remaja.

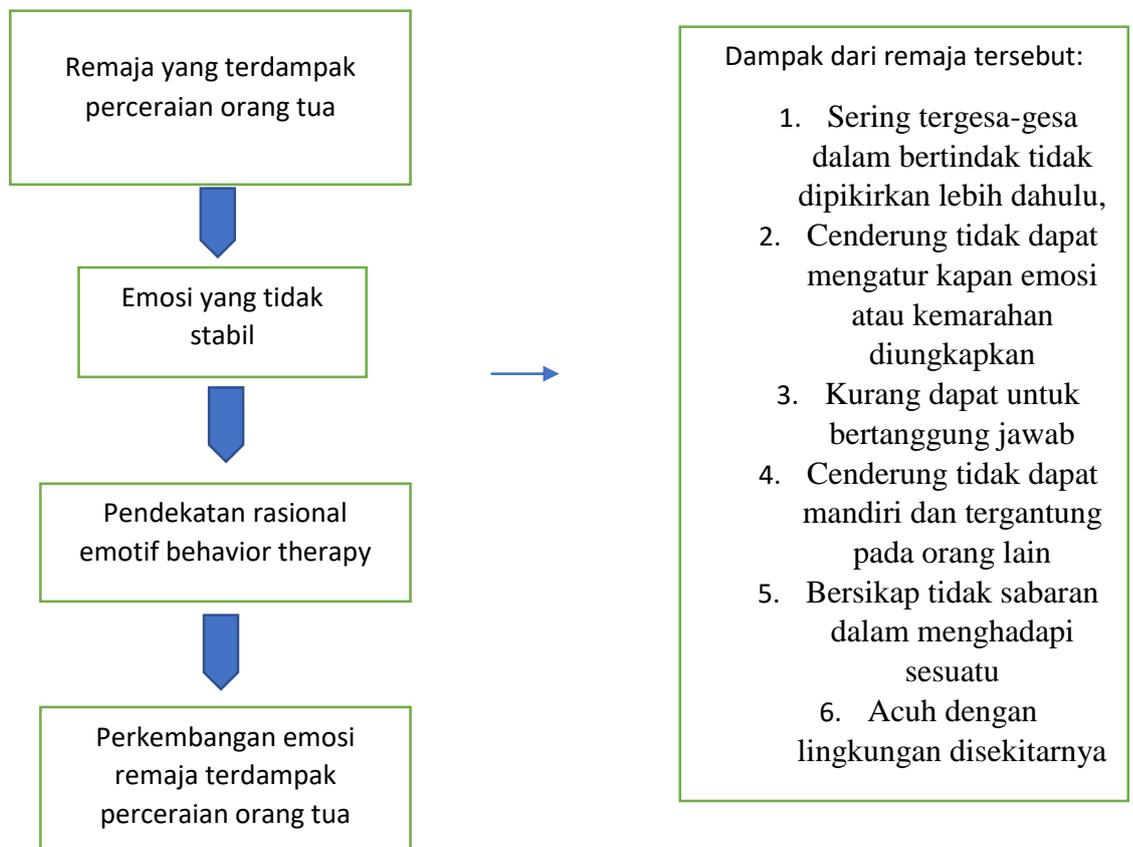
---

<sup>31</sup> Widi tri estuti, Skripsi “*Dampak perceraian orang tua terhadap tingkat kecemasan emosi anak kasus pada 3 siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Pekucen Banyumas tahun ajaran 2012/2013*” (Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2013), 25.

			REBT untuk mengurangi perilaku agresif.	
3	Widi Tri Astuti (1301407045)	2013	Penelitian ini mengarah pada kematangan emosi remaja karena dampak perceraian orang tua	Dalam penelitian ini sama-sama menggunakan metode penelitian kualitatif dan kematangan emosi remaja yang terdampak perceraian.

### C. Kerangka konseptual

Kerangka konseptual ini merupakan suatu kerangka berpikir peneliti untuk penelitian yang akan diteliti, yaitu: apakah bimbingan konseling dengan pendekatan *Rasional Emotif Behavior Therapy* terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua dapat menghasilkan perubahan yang diinginkan. Kerangka konsep ini berfungsi untuk menghubungkan atau menjelaskan secara panjang lebar tentang suatu topik yang akan dibahas. Kerangka ini di dapat dari ilmu atau teori yang dipakai sebagai landasan penelitian yang didapatkan dari tinjauan pustaka dan dihubungkan dengan yang akan di teliti.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis penelitian**

Dalam skripsi penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Creswell mengatakan studi kasus ini merupakan jenis pendekatan yang digunakan untuk menyelidiki dan memahami sebuah kejadian atau masalah yang telah terjadi dengan mengumpulkan berbagai macam informasi yang kemudian diolah untuk mendapatkan sebuah solusi agar masalah yang diungkap dapat terselesaikan. Susilo Rahardjo & Gudnanto pada tahun 2010 juga menjelaskan bahwa studi kasus merupakan suatu metode untuk memahami individu yang dilakukan secara integrative dan komprehensif agar diperoleh pemahaman yang mendalam tentang individu tersebut beserta masalah yang dihadapinya dengan tujuan masalahnya dapat terselesaikan dan memperoleh perkembangan diri yang baik.<sup>32</sup>

#### **B. Lokasi dan Waktu Penelitian**

Lokasi penelitian menunjukkan dimana penelitian tersebut hendak dilakukan. Wilayah penelitian biasanya berisi tentang lokasi (Desa, organisasi, peristiwa, teks dan sebagainya) dan unit analisis. Adapun lokasi penelitian yang akan diteliti oleh peneliti yaitu bertempat di Desa

---

<sup>32</sup> Lembaga Penelitian Mahasiswa Universitas Negri Malang, *Metode Penelitian Kualiatatif Dengan Jenis Pendekatan Studi Kasus*, <http://penalaran-unm.org>,2020

Sambimulyo. Dan untuk waktu penelitiannya yakni dilakukan mulai dari tanggal 20 Mei sampai 11 Juni 2022.

### **C. Kehadiran peneliti**

Penelitian dilaksanakan secara bertahap yang mana mungkin bisa terjadi penelitian jika peneliti dan yang diteliti ketika tidak ada halangan apapun. Peneliti melakukan observasi langsung dilapangan dengan wawancara dan dokumentasi.

### **D. Informan penelitian**

Subjek penelitian adalah remaja yang terdampak perceraian orang tua di Desa Sambimulyo yang bernama Cece (nama samaran) yang berumur 20 tahun dan orang yang berada di lingkungan tersebut yaitu Eka (nama samara) tetangga Cece yang berumur 23 tahun yang sekarang masih melanjutkan perguruan tinggi di UIN Khas Jember. Sedangkan konselornya adalah mahasiswa Institut Agama Islam Darussalam semester 8 Prodi BKI atas nama Dian ayu aromawati yang berumur 22 tahun.

### **E. Data dan Sumber data**

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan sumber primer dan sekunder. Yaitu sebagai berikut:

#### **1. Data primer**

Data primer merupakan data utama atau data pokok yang digunakan dalam suatu penelitian. Data primer diperoleh dari sumber pertama subjek penelitian atau informan yang dilakukan melalui proses

wawancara. Data primer dalam penelitian ini yaitu hasil wawancara yang dilakukan pada remaja yang terdampak perceraian orang tua.

## 2. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber kedua atau sumber sekunder dari data yang kita butuhkan. Sumber data sekunder diharapkan dapat berperan mengungkap data yang diharapkan<sup>33</sup>

Pada penelitian ini sumber sekunder merupakan studi literatur dari beberapa penelitian terdahulu, buku, dan jurnal yang berkaitan dengan penelitian ini. Dan juga mendapat sumber dari tetangga remaja yang bersangkutan.

Fungsi dari sumber data sekunder ini adalah untuk melengkapi data yang didapat dari sumber data primer.<sup>34</sup>

## **F. Prosedur pengumpulan data**

Pada bagian ini diuraikan teknik pengumpulan data yang akan digunakan, misalnya observasi partisipan, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Masing-masing harus dideskripsikan tentang data apa saja yang diperoleh melalui teknik-teknik tersebut.

### 1. Observasi

Observasi sebagai teknik pengumpulan data mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain, yaitu wawancara dan kuesioner. Wawancara dan kuesioner selalu berkomunikasi dengan

---

<sup>33</sup> Ibid., 132-133.

<sup>34</sup> Burhan Bungin, *Metode Penelitian Sosial: Format-Format Kuantitatif dan Kualitatif*, (Surabaya: Universitas Airlangga, 2001), 128.

orang, maka observasi tidak terbatas pada orang, tetapi juga objek-objek alam yang lain. Dalam penelitian kualitatif teknik observasi digunakan untuk mendapat informasi yang real dari data-data yang sedang diobservasi seperti apa yang dikatakan Nasution bahwa observasi adalah dasar dari semua ilmu pengetahuan yaitu fakta mengenai dunia kenyataan yang diperoleh melalui observasi.<sup>35</sup>

## 2. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu, percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu. Maksud mengadakan wawancara, seperti ditegaskan oleh Linclon dan Guba antara lain: mengkonstruksi mengenai orang, kejadian, organisasi, perasaan, motivasi, tuntutan, kepedulian dan lain-lain.<sup>36</sup>

## 3. Dokumentasi

Dokumentasi ialah setiap bahan tertulis atau film yang tidak dipersiapkan karena ada permintaan seorang peneliti. Dokumen dapat berupa catatan, buku teks, jurnal, makalah, memo, surat, notulen rapat dan sebagainya. Dokumen pada hakikatnya merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen dibedakan dengan record, yang artinya

---

<sup>35</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, 138.

<sup>36</sup> Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung, PT Remaja Rosdakarya Offset:2016), 186.

setiap pernyataan tertulis yang disusun oleh seseorang atau lembaga untuk keperluan pengujian suatu peristiwa.<sup>37</sup>

## **G. Keabsahan data**

Untuk menjamin validitas dan data temuan yang diperoleh dalam penelitian ini, peneliti melakukan beberapa upaya disamping menanyakan langsung kepada subjek, peneliti juga berupaya mencari jawaban dari sumber lain, yaitu teman dari anak korban perceraian yang mengetahui permasalahan dalam penelitian ini.

Keabsahan data dilakukan untuk meneliti kredibilitasnya menggunakan teknik triangulasi yaitu teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data. Diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

### **1. Triangulasi sumber**

Triangulasi sumber dilakukan dengan menanyakan hal yang sama melalui sumber yang berbeda dalam hal ini sumber datanya adalah teman subyek.

### **2. Triangulasi teknik**

Triangulasi teknik dilakukan dengan cara melakukan hal yang sama dengan menggunakan teknik yang berbeda, yaitu wawancara dan

---

<sup>37</sup> Djamal, *Paradigma Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta, Pustaka Pelajar: 2015), 86.

pengecekan melalui observasi dalam pelaksanaan. Dalam penelitian ini akan dilakukan wawancara, observasi, dan dokumentasi.

## **H. Analisis data**

Analisis data berarti mengatur semua hasil bahan wawancara, observasi, menafsirkannya dan menghasilkan pemikiran, pendapat, atau teori yang terpercaya. Dalam analisis data diolah, diorganisir dan dipecahkan dalam unit yang lebih kecil. Analisis data dilakukan sebelum memasuki lapangan, selama dilapangan, dan selesai dilapangan.<sup>38</sup> Analisis data dibagi menjadi tiga bagian yaitu:

### **1. Reduksi data**

Ketika data yang dihimpun peneliti sudah cukup banyak terkumpul dilapangan dan sudah kompleks, maka data-data tersebut perlu direduksi data. Reduksi data digunakan untuk menyeleksi, merangkum, dan menganalisis sehingga dengan kerangka konseptual dan tujuannya yang sudah direncanakan. Reduksi data ini, dalam proses penelitian akan menghasilkan ringkasan catatan dari lapangan. Proses reduksi data akan dapat memperpendek, mempertegas, membuat fokus, dan membuang hal yang tidak perlu.<sup>39</sup>

### **2. Penyajian data**

Langkah selanjutnya adalah penyajian data. Penyajian data akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja

---

<sup>38</sup> Beni Ahmad Saebani dan Kadar Nurjaman, *Manajemen Penelitian*, (Bandung: Pusaka Setia, 2013), 106.

<sup>39</sup> Moh. Soehadha, *Metode Penelitian Sosial Kualitatif untuk Studi Agama*, (Yogyakarta: SUKA-Press, 2012), 130.

selanjutnya sehingga dari situ dapat diambil hipotesis dan pengambilan tindakan.<sup>40</sup> Penyajian data dapat berupa narasi, bagan, diagram maupun yang lain dengan alur yang terstruktur.

### 3. Analisis data

Analisis data adalah mengambil kesimpulan dari data-data yang sudah didapat. Kesimpulan ini juga bermaksud untuk memudahkan orang lain memahami data.<sup>41</sup> Selain itu kesimpulan yang sudah didapat ini akan memudahkan peneliti untuk menemukan hipotesa (dugaan sementara) dan verifikasi data. Proses untuk mendapatkan bukti yang digunakan memperkuat hipotesa inilah yang disebut verifikasi data.

---

<sup>40</sup> Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung:Alfabeta, 2008), 95.

<sup>41</sup> Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2008), 96.

## **BAB IV**

### **PAPARAN DATA DAN TEMUAN PENELITIAN**

#### **A. Paparan Data Penelitian**

##### **1. Gambaran Informan**

Informan atau subjek dalam penelitian ini adalah seorang remaja bernama Cece (nama samaran) yang terdampak perceraian orang tuanya. Ia lahir pada 13 Juli 2002 dan tinggal di Desa Sambimulyo. Remaja berumur 20 tahun ini merupakan putri sulung dari dua bersaudara. Cece saat sekarang sudah lulus tingkat atas namun belum bekerja. Ia berencana untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi namun masih belum tahu kapan ia akan melaksanakannya.

Semua berjalan baik-baik saja semenjak cece kecil. Cece memiliki bapak dan ibu yang masih hidup hingga kini namun tidak lengkap karena semua berubah ketika pada Bulan Oktober tahun 2020 orang tuanya memutuskan untuk bercerai lantaran sudah merasa tidak sejalan dalam menjalankan bahtera rumah tangga. Namun orang tuanya berpisah secara baik-baik dan sudah sesuai dengan hukum islam dan negara. Semua itu berawal dari masalah tentang ekonomi keluarga yang melanda. Ayah Cece adalah petani buruh yang dianggap merasa kurang semangat dalam bekerja sehingga beliau sering menjadi pengangguran dan tak ada pekerjaan tetap. Seiring berjalannya waktu, sang ibu pun merasa tidak kuat dengan

kelakuan sang ayah. Dan sang ayah pun tidak ada i'tikad baik untuk sekedar merubah pola hidupnya. Sehingga pada akhirnya mereka berdua sama-sama melayangkan surat perceraian melepaskan tanggung jawab sebagai ayah dan ibu yang baik.

Setelah ayah dan ibu berpisah, Cece hidup bersama dengan nenek dari ibu. Di rumah nenek ini Cece menjalani hidup berjauhan dengan kedua orang tuanya karena sang ibu terpaksa harus menjadi Tenaga Kerja Indonesia (TKI) yang bekerja di Hongkong, sementara sang ayah pindah ke Papua. Hak asuh Cece berpindah ke tangan ibunya sehingga hingga kini ibunyalah yang menanggung biaya kebutuhan Cece. Hanya sesekali sang ayah mengirimkan uang untuk Cece karena memang sang ayah sangat sulit untuk dihubungi.

Informan kedua adalah orang yang berada di lingkungan sekitar Cece tinggal, yakni Eka (nama samaran) yang merupakan tetangga rumah nenek Cece berada. Ia berumur 23 tahun dan sekarang masih melanjutkan pendidikan perguruan tingginya di UIN KHAS Jember. Informasi dari Eka tentunya sangat penting mengingat ia adalah tetangga dekat Cece karena juga sesekali Cece dan Eka bermain bersama.

Informan ketiga yaitu konselor yang merupakan mahasiswa aktif Institut Agama Islam Darussalam Blokagung Tegalsari semester 8 yang saat ini telah melaksanakan penyusunan skripsi yakni bernama Dian Ayu Aromawati umur 22 tahun.

## 2. Pelaksanaan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Peneliti memakai pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan beberapa langkah yang sesuai dengan prosedur umum layanan konseling, yakni: 1) *Assessment*, 2) *Diagnosis*, 3) *Prognosis*, 4) *Treatment*, dan 5) *Evaluasi*. Berikut adalah penjelasan lengkap dari langkah-langkah di atas:

### a. *Assessment*

Peneliti mengedepankan *assessment* sebelum langkah-langkah yang lain karena memang *assessment* sangat bermanfaat dalam rangka memberikan gambaran melalui pengukuran terhadap masalah yang ada sebelum peneliti melakukan komunikasi secara langsung dengan konseli tentang perihal masalahnya. Teknik *assessment* yang digunakan peneliti adalah teknik observasi dan dokumentasi yang juga merupakan salah satu teknik penggalian data dengan cara melihat keseharian konseli.

Sebagaimana yang diterangkan dalam gambaran informan di atas bahwa Cece merupakan remaja yang terdampak perceraian orang tua. Sebagai anak yang kini diasuh langsung oleh sang nenek, tentunya kasih sayang seorang nenek akan terasa berbeda dibanding dengan kasih sayang langsung dari orang tua. Sebelum orang tuanya berpisah, Cece tidak memiliki masalah apapun

sehingga perilaku yang nampak darinya adalah perilaku normal remaja yang tidak memiliki masalah berat. Ia layaknya remaja pada umumnya. Namun semenjak kedua orang tuanya berpisah sifat Cece menjadi berubah. Cece menjadi remaja yang tumbuh dengan sifat nakal. Hal ini terbukti dengan adanya hasil observasi yang menunjukkan bahwa Cece sering pulang ke rumah malam-malam melewati batas jam pada umumnya.<sup>42</sup> Entah apa yang telah ia lakukan sehingga ia pulang sudah dalam keadaan larut malam. Namun yang pasti, sebagaimana remaja pada umumnya, Cece pun punya cukup teman untuk diajaknya bermain.

Perilakunya yang mudah pulang malam itu tidak ia hiraukan bahwa perilaku tersebut merupakan perilaku yang dapat dilihat oleh orang lain seperti tetangganya. Ia acuh jika perilakunya ini dapat menjadi buah bibir tetangganya. Hal ini diperkuat dengan adanya bukti dari Eka, tetangga Cece sebagaimana yang ia sampaikan dalam wawancara, yakni:

*“Memang mbak, Cece tuh anaknya emang suka pulang malam. Ya gak tahu, mungkin ya dolan gitu.”*

*“Pasti tetangga ada yang bilangin mbahnya, termasuk saya juga. Ya bilangin Cece jangan pulang malam-malam gak baik dilihat orang. Tapi Cece ya cuek aja kalo dikasih tahu gitu.”<sup>43</sup>*

---

<sup>42</sup> Cece, *observasi*, Banyuwangi, 20-26 Mei 2022.

<sup>43</sup> Eka, *wawancara*, Banyuwangi, 25 Mei 2022.

Perilaku di atas bukanlah satu-satunya yang berubah dari pribadi Cece. Ia juga menjadi pribadi yang suka marah-marah, mudah tergesa-gesa dalam bertindak, dan kurang percaya diri. Hal ini sesuai dengan apa yang juga disampaikan oleh Eka dalam wawancara dengannya, yakni:

*“Memang Cece yang sekarang tuh berubah. Saya aja yang tetangganya gampang denger Cece malah balik marahin mbahnya kalo mbahnya nasehatin dia. Kadang cuman karena sepele.”*

*“Kalo saya pernah dengerin curhatnya dia sih dia bilang kalo semenjak orang tuanya cerai ya dia seperti kehilangan sosok yang dekat dengan dia. Tapi dengan itu ia juga minder mau dekat sama siapa gitu. Saya aja bilangin dia tak suruh dekat sama aku aja tapi dia tetep minder.”<sup>44</sup>*

Hasil *assessment* dengan teknik observasi dan wawancara orang lain di atas pada 20-26 Mei 2022 menunjukkan bahwa memang Cece adalah pribadi yang kini sudah berubah setelah orang tuanya bercerai.

#### b. Diagnosis

Diagnosis merupakan upaya untuk menganalisa dan menetapkan faktor-faktor penyebab atau yang melatar belakangi timbulnya masalah yang didasarkan pada *assessment*.

Maka diagnosis yang dapat ditetapkan untuk sekarang adalah adanya perkembangan emosi yang terjadi pada diri Cece yang mengarah pada kondisi negatif atas perceraian kedua orang

---

<sup>44</sup> Eka, wawancara, Banyuwangi, 25 Mei 2022.

tuanya. Perkembangan emosi negatif tersebut antara lain sering pulang larut malam, acuh dengan lingkungan, suka marah-marah, mudah tergesa-gesa dalam bertindak, dan kurang percaya diri. Emosi negatif di atas disebabkan oleh pemikiran dan perasaan Cece yang selalu menyalahkan bahwa apa yang terjadi dan kondisi Cece saat ini adalah hasil dari perceraian orang tuanya. Ia menganggap hal tersebut merupakan kejahatan sehingga membuat dirinya menjadi seperti sekarang ini.

c. Prognosis

Prognosis merupakan estimasi alternatif pemecahan masalah yang mungkin dilakukan berdasarkan hasil diagnosis. Dari hasil diagnosis di atas, peneliti menyimpulkan sebagai berikut:

- 1) Masalah yang dihadapi oleh konseli dapat ditangani.
- 2) Masalah yang dialami konseli berakar dari pikirannya sendiri yaitu hanya menjadikan perceraian orang tuanya sebagai kambing hitam dari perubahan sikap dan emosinya saat ini.
- 3) Penanganan menggunakan pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) karena sumber masalah pada diri konseli adalah pikirannya sendiri sehingga berpengaruh juga pada emosi dan perilakunya. Pendekatan ini juga dipandang mampu untuk membantu konseli dalam mengubah pandangan konseli tentang pikiran irasionalnya dan membantu konseli

untuk memperoleh filsafat hidup yang lebih realistis, mengubah afektif dan behavioristiknya ke arah yang lebih baik.

*d. Treatment*

*Treatment* disebut perlakuan merupakan tindakan menetapkan dan melakukan cara yang tepat dalam mengatasi kesulitan atau masalah kasus dengan program yang teratur dan sistematis. Adapun proses treatment yakni:

1) Pertemuan Pertama

Pertemuan pertama ini dilakukan pada 25 Mei 2022 adalah tahap penyampaian tujuan tentang penelitian kepada konseli. Pertemuan ini dilaksanakan dalam 40 menit, dimulai dengan peneliti mendatangi rumah konseli dan menyampaikan maksud kedatangan. Setelah konseli dan keluarga menyetujui, peneliti berusaha untuk menciptakan hubungan yang baik dan keakraban. Pertemuan pertama dirasa cukup karena peneliti merasa tidak harus terburu-buru, juga demi kenyamanan konseli, sehingga peneliti memutuskan untuk menyudahinya.

2) Pertemuan Kedua

Pertemuan yang dilaksanakan dalam  $\pm 60$  menit pada 01 Juni 2022 ini terlebih dulu memfokuskan pada pengadaan kontrak kasus dan membuat kesepakatan waktu. Selanjutnya peneliti menjelaskan mengenai asas-asas yang digunakan dalam konseling, menjelaskan pendekatan REBT secara sederhana

serta kaitannya dengan permasalahan konseli. Peneliti juga meyakinkan konseli bahwa segala data atau informasi yang digali bersifat rahasia dan tak akan ada orang lain yang tahu.

Dirasa konseli sudah memahami konteks layanan selanjutnya peneliti mulai memberikan layanan. Layanan diawali dengan pemberian stimulus tentang pengaturan kognitif untuk perubahan emosi dan perilaku berupa sarana audio visual, seperti konten YouTube dan dari bintang K-Pop kesukaannya, sesuatu yang dekat dengannya. Permodelan ini diharapkan dapat merangsang konseli untuk menangkap maksud dari peneliti bahwa rasionalitas dalam berpikir dapat diusahakan dan irasional dapat disingkirkan. Peneliti menerangkan bahwa seperti bintang K-Pop kesukaannya, jika ia terus mengutuk diri dan tidak mau maju mungkin ia tidak akan sukses seperti sekarang. Hal ini secara tak terduga langsung dapat respon positif dari konseli dengan ucapannya sebagai berikut:

*“Iya sebenarnya aku juga sempat berpikir begitu. Kalau bapak ibu pisah ya bukan berarti aku harus jadi begini”<sup>45</sup>*

Selanjutnya peneliti meluruskan bahwa pikiran irasional konselilah yang membuatnya terbelenggu, terus menerus menyalahkan kedua orang tuanya, dan tidak mau berubah. Peneliti berusaha memahamkan konseli bahwa buah

---

<sup>45</sup> Cece, wawancara, Banyuwangi, 01 Juni 2022.

perkembangan emosi yang terjadi pada dirinya disebabkan oleh akar masalah pikiran irasionalnya. Jika pikirannya rasional tentu perkembangan emosinya tidak akan negatif, begitu pula sebaliknya. Peneliti juga berusaha meyakinkan konseli dengan memberikan beberapa contoh sederhana.

Namun memang semua awalan tidak berjalan mulus. Cece masih tetap saja menyalahkan kedua orang tuanya, walaupun di samping itu juga sedikit ada kemajuan. Hal itu dianggap wajar oleh peneliti. Pertemuan kedua ini diakhiri dengan ucapan Cece sebagai berikut:

*“Makasih ya mbak, seenggaknya saya sudah lebih lega untuk sekarang ini.”<sup>46</sup>*

Hal ini menunjukkan bahwa Cece mulai tidak minder untuk menyampaikan emosinya. Tentu ini merupakan salah satu *goal* dari pendekatan REBT, karena pikiran rasional akan menampilkan emosi yang baik.

### 3) Pertemuan Ketiga

Pada tanggal 05 Juni 2022 fokus pada teknik *assertive*, peneliti ingin fokus agar konseli dapat mencurahkan semuanya lewat cerita, dan konseli pun mengiyakan dengan antusias. Ia cerita dengan lengkap bagaimana kedua orang tuanya cerai lalu menurutnya membuat ia berubah. Hal ini berguna untuk

---

<sup>46</sup> Cece, *wawancara*, Banyuwangi, 01 Juni 2022.

mengukur bagaimana selanjutnya ia memandang perceraian ini sebagai sebuah *Event*, sebagaimana yang ia sampaikan berikut:

*“Ya dulu sih pas ibu bapak cerai aku gak bisa berbuat apa-apa. Nenek juga gak bisa ngalangi.”*

*“Dulu sih gak terima banget. Ngaruh gitu lho mbak. Saya takut akan hal itu. Tapi sekarang ya walaupun tetep ada pikiran gak terima tapi udah gak kayak dulu. Saya perlahan bisa memahami.”<sup>47</sup>*

Selanjutnya, pertemuan 60 menit ini diakhiri dengan *home work assignments*, yakni konseli diharapkan dapat selalu memandang semua hal dengan pikiran rasionalnya. Tugas rumah yang diberikan kepada konseli adalah konseli harus mencatat apa saja kejadian yang dialami setelah ini hingga pertemuan berikutnya dan bagaimana pandangannya terhadap kejadian itu dengan mengharuskan berupa pandangan rasional.

#### 4) Pertemuan Keempat

Pertemuan ini peneliti mengulas balik apa yang telah dibahas kemarin dan pekerjaan rumah konseli. Didapati disini bahwa ada kemajuan yang dialami konseli karena ia perlahan sudah dapat paham dengan konsep REBT dalam pikirannya. Ia sudah mampu untuk mengatur pikirannya dan berusaha mengedepankan rasionalnya. Seperti pekerjaan rumah yang ia sampaikan bahwa kemarin setelah maghrib belum ada masakan yang telah siap di meja makan, tidak seperti biasanya. Ia

---

<sup>47</sup> Cece, *wawancara*, Banyuwangi, 05 Juni 2022.

kemudian mengedepankan pikiran rasionalnya dengan tidak menyalahkan neneknya yang belum masak ketika itu. Kemudian ia berinisiatif untuk menanyakan kepada nenek serta membantu beliau memasak. Ini merupakan angin segar bagi konseli dan peneliti. Konseli telah sedikit demi sedikit berjalan menuju *goal* yang diharapkan.

Konseli selanjutnya dibantu untuk yakin bahwa pikiran dan perasaan negatif dapat ditantang dan diubah. Mula-mula peneliti memberikan contoh dengan mendikte konseli, seperti jika ada orang yang melihatmu secara terus menerus maka pikiran rasionalnya adalah bahwa orang itu sedang mencari tahu tentang anda, bukan akan jahat. bukan karena seperti anda atau akibat perceraian, dan lain-lain.

#### 5) Pertemuan Kelima

Pertemuan ini 07 Juni 2022 dimulai dengan *review* pekerjaan rumah pertemuan sebelumnya. Kini konseli sudah bisa memunculkan banyak opsi pikiran rasional atas apa yang dulunya menjadi momok masalahnya. Selanjutnya, peneliti mengajak konseli untuk berdamai dengan dirinya dan masalahnya. Peneliti mendorong konseli agar sadar bahwa yang namanya hidup pasti ada permasalahan. Diri kita adalah diri yang berharga, maka dari itu seberat apapun permasalahan hidup, diri kitalah yang lebih berharga. Dengan penghargaan

kepada diri, konseli diharapkan mampu untuk bisa menunjukkan kapasitasnya dalam menghadapi segala gejala di depan dirinya. Setelah itu, konseli diajak untuk berdamai dengan permasalahan perceraian kedua orang tuanya, bahwa perceraian merupakan hal yang bukan mustahil terjadi, termasuk kepada kedua orang tuanya.

*“Perceraian orang tua itu pasti karena sudah terjadi. Ada kemungkinan saya tidak terima dengan hal itu lalu menjadi anak nakal lalu semakin terpuruk. Tapi ada kemungkinan juga saya merasionalkan itu dengan menerimanya. Dengan menerima hal itu saya bisa menjadi anak yang lebih baik dan lebih tidak memiliki masalah. Maka saya lebih memilih merasionalkan hal itu”<sup>48</sup>*

Konseli sudah dengan sadar dan atas inisiatif sendiri menghadirkan pikiran rasionalnya atas permasalahan yang ia hadapi. Dalam tahap ini, konseli dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga konseli tidak terjebak pada masalah yang disebabkan oleh pemikiran irasional. Pertemuan diakhiri dengan teknik *reinforcement* lagi, yakni dengan pengujian berupa adanya konsekuensi jika mulai sekarang hingga pertemuan berikutnya konseli kembali menghadirkan pikiran irasionalnya, dan konseli wajib untuk melatih diri agar jujur mengenai hal ini. Lalu sebagai penutup,

---

<sup>48</sup> Cece, wawancara, Banyuwangi, 07 Juni 2022.

peneliti melayangkan pertanyaan bagaimana perasaan anda sekarang, lalu ia menjawab sebagai berikut:

*“Sekarang saya sudah seperti bebas dari tali yang berat. Walaupun di awal agak susah, ternyata saya bisa mengendalikan pikiran saya dan menjalani proses ini dengan baik.”<sup>49</sup>*

#### 6) Pertemuan Keenam

Pertemuan ini dilaksanakan pada 11 Juni, 4 hari setelah pertemuan sebelumnya. Dalam 4 hari yang lalu peneliti melakukan observasi terhadap konseli. Yang terjadi adalah konseli sudah lebih baik dari sebelumnya, terbukti dengan konseli tidak lagi pulang larut malam walaupun masih tetap bermain ke luar dengan teman-temannya. Ia juga sudah mau membantu nenek dalam mengurus rumah. Hal serupa juga disampaikan oleh Eka, tetangga Cece, sebagai berikut:

*“Alhamdulillah mbak habis ketemu sampeyan dari kemarin-kemarin tuh dia sudah baik. Gak kedengeran marah-marah, rebahan mainan hp doang, sama tak lihat dia mau sholat sekarang. Kalau sebelumnya kan ndak mau. Mungkin sepulang sampeyan kapan hari neneknya juga nasehatin dia agar lebih dekat sama Allah.”<sup>50</sup>*

Teknik *social modelling* yang beberapa hari kemarin diterapkan oleh konseli merupakan salah satu output dari layanan konseling yang memang mengharapkan adanya perubahan signifikan pada pikiran, emosi, dan perilaku konseli.

---

<sup>49</sup> Cece, *wawancara*, Banyuwangi, 07 Juni 2022.

<sup>50</sup> Eka, *wawancara*, Banyuwangi, 11 Juni 2022.

Selain itu konseli juga menjawab jujur bahwa 4 hari ke belakang dirinya tidak satu kalipun menghadirkan pikiran irasionalnya entah dalam masalah apapun.

Pertemuan kali ini peneliti memberikan dorongan bahwa setiap manusia memiliki potensi, begitu pula dengan diri konseli. Sekarang, konseli sudah memiliki potensi yang luar biasa, yakni mengalahkan pikiran irasionalnya dan menggantinya dengan pikiran rasional. Pengembangan potensi selanjutnya merupakan langkah agar konseli tersibukkan dengan hal-hal yang dapat mencegah konseli untuk kembali terus menerus memikirkan masalahnya. Peneliti juga mengajak konseli untuk *searching* di internet tentang siapa saja orang terkenal di Indonesia yang tumbuh dari keluarga *broken home* tapi menjadi sukses. Teknik *modelling* ini dilakukan bertujuan untuk memberikan motivasi dan mengesampingkan konseli agar tidak terus mengasihani dirinya sehingga ia akan terus stagnan, tak ada perubahan yang berarti.

#### 7) Pertemuan Ketujuh

Pertemuan kali ini adalah sesi akhir dari layanan konseling 13 Juni 2022. Pada pertemuan ini peneliti melakukan *evaluation termination* yaitu hasil konseling berkaitan dengan perkembangan emosi. Peneliti mengevaluasi kegiatan konseling yang telah dilakukan dari pertemuan pertama hingga akhir.

Peneliti juga memberikan kesempatan kepada konseli setelah untuk menanyakan tentang hal-hal yang sudah dilakukan, apa yang belum paham, serta hambatan apa saja yang dihadapi.

*“Untuk sekarang saya sudah banyak berubah menurut saya, dibandingkan dengan saya yang dulu. Walaupun saya mungkin masih kurang paham dengan teknik-teknik konseling itu tapi yang penting saya sudah lebih baik kan mbak.”*

*“Intinya kalau kita mau berusaha berubah ya pasti bisa. Akan ada jalannya.”<sup>51</sup>*

Ia menyampaikan dengan seloroh bahwa ia tidak paham seluruhnya dengan beberapa teknik dan istilah dalam layanan konseling selama ini. Namun itu bukan hal yang mesti diperhatikan, yang penting sekarang ia sudah berubah, terbebas dari masalahnya.

Peneliti selanjutnya menyampaikan bahwa ini merupakan penutupan layanan konseling dalam rangka penelitian tugas akhir kampus. Namun di luar ini, konseli tetap boleh berkomunikasi dengan peneliti untuk membahas hal apapun, bahkan masalahnya ini atau masalah yang lain. Kemudian peneliti kembali menitik beratkan kepada konseli agar ia selanjutnya mampu mempola pikiran, perasaan, dan perilaku sesuai yang diharapkan, dapat menciptakan keterampilan baru sesuai harapan, dapat mempertahankan

---

<sup>51</sup> Cece, wawancara, Banyuwangi, 13 Juni 2022.

keterampilannya sampai di luar sesi konseling, serta perubahan yang mantap dan menetap.

Tahap selanjutnya yakni pemberian penghargaan kepada diri sendiri dengan mengucapkan permohonan maaf karena sudah larut dalam bayang-bayang kesalahan sekian lama. Selanjutnya mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri karena sudah kuat, mau diajak berubah dan bebas dari masalah sebelumnya. Selanjutnya, konseli diajak untuk mengucapkan hal yang sama kepada kedua orang tuanya. Ia mencoba menghubungi kedua orang tua memakai handphone namun hanya ibu yang bisa mengangkat. Ia menyampaikan mohon maaf kepada ibu jika selama ini masih belum bisa menjadi anak yang baik, dan mengucapkan terima kasih karena walaupun jauh ibu tidak meninggalkan ia hidup sendirian. Tentunya rasa haru menyelimuti kami bertiga. Permohonan maaf dan terima kasih merupakan wujud bahwa kita merupakan makhluk yang rapuh, yang senantiasa membutuhkan uluran tangan orang lain.

Akhirnya, proses layanan konseling telah usai. Peneliti mengakhiri proses konseling dengan ucapan minta maaf apabila ada kata-kata yang kurang berkenan serta ucapan terima kasih kepada konseli karena sudah berkenan mengikuti proses konseling dari awal hingga akhir.

e. Evaluasi

Tahap akhir dari layanan konseling ini adalah evaluasi. Evaluasi adalah kegiatan untuk mengetahui sejauh mana langkah konseling yang dilakukan dalam mencapai hasil. Sebenarnya evaluasi dilaksanakan setiap pertemuan usai. Peneliti melakukan *review* terhadap layanan yang telah berlangsung, lalu mengkomparasikan kemajuan yang telah dibuat konseli saat pra dan pasca layanan saat itu.

Selain di setiap layanan, peneliti juga melakukan evaluasi setelah seluruh pertemuan layanan konseling usai. Sebagaimana yang disampaikan di atas, evaluasi tahap akhir menunjukkan adanya perubahan yang terjadi pada diri konseli. Jika sebelumnya perkembangan emosi mengarah pada negatif, setelah konseli mengikuti proses konseling, konseli mengalami perkembangan emosi ke arah yang lebih baik (positif). Hal ini dapat dibuktikan dengan keterangan di atas.

3. Hasil dari pelaksanaan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Pelaksanaan layanan konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) telah dilakukan terhadap Cece, remaja yang mengalami perkembangan emosi akibat perceraian kedua orang tuanya. Pendekatan REBT berdasarkan pada layanan konseling yang telah dilakukan ini menghasilkan beberapa dampak, antara lain:

- a. Konseli menjadi sadar tentang pikiran rasional dan irasional. Ia mampu membedakan keduanya dan dengan dorongan kemampuan yang dimunculkan ia mampu memilih antara keduanya. Tentunya, pendekatan ini menghendaki konseli untuk mengikis habis pikiran irasionalnya dan mengedepankan pikiran rasional. Dengan itu, konseli akan memiliki kejernihan pikiran sehingga masalah apapun tidak akan menghambatnya jauh dari yang diharapkan sebelumnya.
- b. Berdasarkan poin nomor 1 di atas selanjutnya konseli mampu untuk menghadapi segala bentuk gejala masalah yang menyimpannya, karena ia sudah memiliki pandangan yang baik. Hal ini sesuai dengan teori pendekatan REBT.
- c. Konseli memiliki afektif (emosi) yang baik karena ditunjang terlebih dahulu dari pikiran yang rasional, karena memang salah satu aspek yang besar pengaruhnya terhadap perasaan adalah pikiran seseorang. Hal ini tentunya berdampak pada perkembangan emosi yang menjadi salah satu variabel dalam penelitian ini. Konseli yang sebelumnya suka marah-marah, tidak bertanggung jawab, acuh dengan lingkungan sekitar, dan serangkaian emosi negatif lainnya pelan-pelan berubah menjadi pribadi yang sebaliknya. Perkembangan emosi ke arah positif ini merupakan *goal* utama dalam layanan konseling ini.

- d. Selain afektif, perilaku yang nampak dari konseli juga mengalami perkembangan. Sebelumnya ia sering pulang larut malam, namun sekarang berkurang. Behavioristik yang berubah ke arah positif ini tentu merupakan dampak dari pendekatan REBT ini.

Akhirnya, pendekatan REBT ini memiliki hasil, yakni adanya perkembangan emosi ke arah yang lebih baik (positif) pada diri konseli pasca ikut layanan konseling.

## **B. Temuan Penelitian**

### 1. Pelaksanaan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Pelaksanaan pendekatan REBT melalui layanan konseling dilakukan dalam beberapa tahap. Secara garis besar, layanan konseling dilaksanakan dalam 5 tahap, yakni:

#### *a. Assessment*

*Assessment* sangat bermanfaat dalam rangka memberikan gambaran melalui pengukuran terhadap masalah yang ada sebelum peneliti terjun langsung berkomunikasi dengan konseli. Berdasarkan pada salah satu teknik *assessment* yang dipakai, yakni observasi, didapatkan data tentang adanya kecenderungan perkembangan emosi ke arah negatif yang terjadi pada informan, Cece, yang disebabkan oleh perceraian kedua orang tuanya.

b. *Diagnosis*

*Diagnosis* merupakan upaya untuk menganalisa dan menetapkan faktor-faktor penyebab atau yang melatarbelakangi timbulnya masalah yang didasarkan pada *assessment*. *Diagnosis* terbentuk setelah *assessment* dilakukan, yakni adanya perkembangan emosi yang terjadi pada diri Cece yang mengarah pada kondisi negatif, antara lain sering pulang larut malam, acuh dengan lingkungan, suka marah-marah, mudah tergesa-gesa dalam bertindak, dan kurang percaya diri.

c. *Prognosis*

*Prognosis* merupakan pemecahan masalah yang mungkin dilakukan berdasarkan hasil *diagnosis*. Dari hasil *diagnosis* di atas, disimpulkan bahwa masalah yang dihadapi oleh konseli dapat ditangani menggunakan pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) karena sumber masalah pada diri konseli adalah pikirannya sendiri yang menjadikan perceraian orang tuanya sebagai akar masalah dari perubahan emosinya saat ini.

d. *Treatment*

*Treatment* merupakan tindakan menetapkan dan melakukan cara yang tepat dalam mengatasi kesulitan atau masalah kasus dengan program yang teratur. *Treatment* dilaksanakan hingga tujuh kali pertemuan, dengan garis besar sebagai berikut:

- 1) Pertemuan pertama berfokus pada penyampaian tujuan penelitian
  - 2) Pertemuan kedua berfokus pada kontrak kasus dan pengetahuan tentang layanan konseling. Lalu mulai masuk layanan dengan teknik modelling berdasarkan kisah kesuksesan idol kesukaan yang dikaitkan dengan pendekatan REBT.
  - 3) Pertemuan ketiga berfokus dengan teknik *assertive* agar konseli dapat mencurahkan semua bentuk emosinya. Lalu dengan teknik *home work assignments* konseli diharapkan secara mandiri dapat selalu memandang semua hal dengan pikiran rasionalnya.
  - 4) Pertemuan keempat berfokus pada menihilkan pikiran irasional dan mewajibkan pikiran rasional dengan beberapa teknik.
  - 5) Pertemuan kelima peneliti mengajak konseli untuk berdamai dengan dirinya dan masalahnya. Selanjutnya konseli juga secara terus menerus didorong untuk membangun pikiran rasionalnya.
  - 6) Pertemuan keenam didapati adanya kemajuan dalam perkembangan emosi konseli. Lalu menggali potensi dalam diri konseli.
  - 7) Pertemuan ketujuh berfokus pada evaluasi, penyampaian terima kasih dan minta maaf kepada diri sendiri.
- e. Evaluasi

Evaluasi adalah kegiatan untuk mengetahui sejauh mana langkah konseling yang dilakukan dalam mencapai hasil. Evaluasi dilaksanakan setiap pertemuan usai, dengan cara *review* layanan

konseling, lalu membandingkan kemajuan konseli. Evaluasi tahap akhir juga menunjukkan adanya perubahan yang terjadi pada diri konseli. Jika sebelumnya perkembangan emosi mengarah pada negative, setelah konseli mengikuti proses konseling, konseli mengalami perkembangan emosi ke arah yang lebih baik (positif).

2. Hasil dari pelaksanaan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Layanan konseling dengan pendekatan REBT ini memberikan beberapa hasil, antara lain:

- a. Konseli menjadi sadar tentang pikiran rasional dan irasional, mampu membedakan dan memilih antara keduanya. Lalu diarahkan untuk memilih pikiran rasional dan menghilangkan pikiran irasional.
- b. Konseli dapat menghadapi masalahnya karena ia sudah memiliki kemampuan untuk memilih pikiran rasional.
- c. Emosi konseli juga berkembang ke arah positif, setelah sebelumnya emosinya ke arah negatif. Hal ini disebabkan karena ia sudah mampu untuk mengendalikan pikirannya.
- d. Selain emosi, perilaku konseli juga mengalami perkembangan positif karena hal tersebut merupakan manifestasi dari pikiran rasionalnya.

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

Sebagaimana yang telah dijelaskan pada bab-bab sebelumnya bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perkembangan emosi yang ada pada remaja yang terdampak perceraian orang tua. Remaja dalam penelitian ini adalah Cece yang berusia 18 tahun saat kedua orang tuanya berpisah pada tahun 2020 silam. Cece dikategorikan remaja sebagaimana teori Monks, Knoers & Haditono yang menyatakan bahwa masa remaja adalah antara umur 10 hingga 21 tahun.<sup>52</sup>

Masa remaja adalah masa tumbuh ke arah kematangan. Kematangan dalam hal ini tidak hanya berarti kematangan fisik tetapi terutama kematangan sosial psikologis sebagaimana pendapat Sarlito.<sup>53</sup> Dengan itu, Cece juga merupakan remaja yang sedang mengalami perkembangan, salah satunya perkembangan emosi. Hal ini dibuktikan dengan adanya perubahan emosi pada diri Cece saat sebelum dan sesudah orang tuanya cerai.

Orang tua Cece bercerai pada Oktober 2020 secara baik-baik karena suatu masalah seperti yang telah dijelaskan di atas. Menurut Erma Karim dalam T.O. Ihromi, perceraian adalah cerai hidup antara pasangan suami istri sebagai akibat dari kegagalan mereka menjalankan obligasi peran masing-masing, dalam hal ini perceraian dilihat sebagai akhir dari suatu ketidakstabilan perkawinan dimana

---

<sup>52</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan* (PT Remaja Rosdakarya: Bandung, 2015), 189-190.

<sup>53</sup> Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja* (PR Rajagrafindo Persada: Jakarta, 2008), 8.

pasangan suami istri kemudian hidup berpisah dan secara resmi diakui oleh hukum yang berlaku.<sup>54</sup>

Perceraian orang tua pasti berdampak kepada anak. Perkembangan emosi yang terjadi pada Cece akibat dari perceraian orang tuanya mengarah pada perkembangan emosi yang negatif, seperti suka marah, suka tergesa-gesa dalam bertindak, acuh terhadap lingkungan, dan kurang percaya diri. Perkembangan emosi negatif inilah oleh peneliti ingin diubah ke positif dengan layanan konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*.

#### **A. Pelaksanaan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* terhadap Perkembangan Emosi Remaja yang Terdampak Perceraian**

Ellis berpandangan bahwa *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) menangani masalah-masalah yang berhubungan dengan emosi, kognisi, dan perilaku. Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* menekankan kebersamaan antara berpikir dengan akal sehat (rational thinking), berperasaan (emoting), dan berperilaku (acting), serta menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalam dalam cara berpikir dan menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku.<sup>55</sup>

Pendekatan REBT digunakan dalam penelitian ini dengan beberapa teknik konseling dalam prosedur yang sesuai dengan prosedur umum dalam

---

<sup>54</sup> T.O. Ihromi, *Bunga Rampai Sosiologi Keluarga* (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2004), 137.

<sup>55</sup> Ellis dalam Latipun, *Bimbingan dan Konseling Kelompok* (PT Bumi Aksara: Jakarta, 2006), 103.

layanan konseling, yakni yakni: 1) *Assessment*, 2) *Diagnosis*, 3) *Prognosis*, 4) *Treatment*, dan 5) *Evaluasi*.<sup>56</sup>

#### 1. *Assessment*

*Assessment* sangat bermanfaat dalam rangka memberikan gambaran melalui pengukuran terhadap masalah yang ada sebelum peneliti melakukan komunikasi secara langsung dengan konseli tentang perihal masalahnya.<sup>57</sup> Teknik *assessment* yang digunakan peneliti adalah teknik observasi yang juga merupakan salah satu teknik penggalian data dengan cara melihat keseharian konseli.

Sebagaimana diterangkan dalam Bab IV tentang himpunan data yang telah ada bahwa ditemukan kecenderungan perkembangan emosi ke arah negatif dalam diri Cece. Hal ini dibuktikan dengan temuan bahwa setelah orang tuanya berpisah, Cece mudah meluapkan emosi negatifnya. Ia juga selalu menyalahkan kedua orang tuanya atas kondisinya sekarang. Ia menganggap kedua orang tuanya telah jahat. Maka dari itu, menurut tetangga Cece, Eka, bahwa Cece sulit untuk dinasehati oleh neneknya. Ini sesuai dengan pendapat Agoes Dariyo bahwa anak yang terdampak perceraian akan beranggapan bahwa orang tuanya jahat, egois, tidak bertanggung jawab, dan hanya mementingkan diri sendiri.<sup>58</sup>

---

<sup>56</sup> Desak Era Puspita Santi *et.all.*, Penerapan Konseling Karir Trait dan Factor dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengembangkan Rencana Pilihan Karir Siswa Kelas X TPM 1 SMK Negeri 3 Singaraja, *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 2(1), (2014), 5.

<sup>57</sup> Siti Wahyuni Siregar, *Assessment dalam Bimbingan dan Konseling*, *Artikel Hikmah*, 10(2), (2016), 3.

<sup>58</sup> Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda* (Jakarta: Grasindo, 2005), 168-169.

## 2. Diagnosis

Diagnosis merupakan upaya untuk menganalisa dan menetapkan faktor-faktor penyebab atau yang melatar belakangi timbulnya masalah yang didasarkan pada *assessment*.<sup>59</sup> Diagnosis ini sesuai dengan apa yang telah dilakukan peneliti juga dalam penelitian ini, yakni adanya perkembangan emosi yang terjadi pada diri Cece yang mengarah pada kondisi negatif atas perceraian kedua orang tuanya. Sebelum orang tuanya berpisah, Cece tidak memiliki masalah apapun sehingga perilaku yang nampak darinya adalah perilaku normal remaja yang tidak memiliki masalah berat. Ia layaknya remaja pada umumnya. Namun semenjak kedua orang tuanya berpisah sifat Cece menjadi berubah. Cece menjadi remaja yang tumbuh dengan sifat nakal. Hal ini terbukti dengan adanya hasil observasi yang menunjukkan bahwa Cece sering pulang ke rumah malam-malam melewati batas jam pada umumnya, suka marah-marah, mudah tergesa-gesa dalam bertindak, dan kurang percaya diri.

## 3. Prognosis

Prognosis merupakan estimasi alternatif pemecahan masalah yang mungkin dilakukan berdasarkan hasil diagnosis.<sup>60</sup> Definisi ini sesuai dengan prognosis yang telah ditetapkan oleh peneliti, yakni masalah yang dihadapi oleh konseli dapat ditangani menggunakan pendekatan REBT karena sumber masalah pada diri konseli adalah pikirannya sendiri yang

---

<sup>59</sup> Heronimus D. P., M. N. Wangid, Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Kota Tambolaka, *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, 2(1), (2016), 148.

<sup>60</sup> Siti Murwani, Laporan Studi Kasus, *Artikel*, 13.

menjadikan perceraian orang tuanya sebagai akar masalah dari perkembangan emosinya saat ini. Di dalam REBT terdapat teknik-teknik yang menangani masalah konseli yaitu teknik kognitif (perilaku), teknik afektif (emosi), dan teknik behavioral (perilaku). Harapannya adalah perkembangan emosi negatif yang ada pada diri konseli akan berubah menuju perkembangan yang positif setelah diadakannya layanan konseling.

#### 4. *Treatment*

Tentu peneliti melaksanakan *treatment* kepada konseli sebagai inti dari layanan konseling. Hal ini sesuai dengan teori bahwa *treatment* atau lazimnya disebut perlakuan merupakan tindakan menetapkan dan melakukan cara yang tepat dalam mengatasi kesulitan atau masalah kasus dengan program yang teratur dan sistematis.<sup>61</sup> *Treatment* ini memakai pendekatan REBT dengan harapan agar konseli dapat dengan lebih leluasa mengungkapkan emosinya, lebih rasional dan produktif dalam berpikir, berhenti membuat tuntutan berlebih, serta menghilangkan berbagai macam bentuk kecemasan akan suatu hal. Ini sesuai dengan tujuan pendekatan REBT menurut Andi Mappiare dalam bukunya yang menegaskan bahwa tujuan REBT agar klien dapat hidup lebih rasional dan produktif, serta agar berhenti membuat tuntutan. REBT dapat mengekspresikan beberapa perasaan negatif, tetapi tujuan utamanya adalah membantu konseli agar

---

<sup>61</sup> Achmad Hardiansah, Skripsi, "*Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Terapi Gestalt Untuk Menangani Seorang Siswi Depresi Akibat Perbedaan Cita-Cita dengan Orang Tua di SMA Terpadu Nurul Huda Surabaya*", (Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2016), 125.

tidak memberikan tanggapan emosional melebihi yang selayaknya terhadap suatu peristiwa. Selain itu juga untuk menghilangkan kecemasan, ketakutan, kekhawatiran, ketidak keyakinan diri, dan semacamnya dan mencapai perilaku rasional, kebahagiaan, dan aktualisasi diri.<sup>62</sup>

*Treatment* ini dilaksanakan sesuai dengan teknik afektif (*emotive*), rasional, dan behavioristik dalam beberapa pertemuan, yakni:

a. Pertemuan Pertama

Berfokus pada penyampaian tujuan penelitian dan membangun hubungan baik dengan konseli. Pertemuan ini cukup singkat pelaksanaannya karena sebagai tahap awal.

b. Pertemuan Kedua

Berfokus pada kontrak kasus serta pemberian pemahaman tentang layanan konseling, asas-asas dalam konseling dan REBT. Lalu mulai masuk layanan dengan teknik *modelling* berdasarkan kisah kesuksesan idol kesukaan yang dikaitkan dengan pendekatan REBT. Harapannya dari kisah tersebut konseli dapat memetik motivasi bahwa semua hal bisa untuk diubah, tergantung seberapa pikiran kita mempengaruhi kinerja kita. Ini sesuai dengan pernyataan Ellis bahwa REBT menekankan kebersamaan antara berpikir dengan akal sehat (*rational thinking*), berperasaan (*emoting*), dan berperilaku (*acting*).<sup>63</sup>

---

<sup>62</sup> Andi Mappiare, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi* (PT. Raja Grafindo Persada: Jakarta, 2010), 157.

<sup>63</sup> Ellis dalam Latipun, *Bimbingan Dan Konseling Kelompok* (PT. Bumi Aksara: Jakarta, 2006), 103.

c. Pertemuan Ketiga

Berfokus dengan teknik *assertive* agar konseli dapat mencurahkan semua bentuk emosinya. Teknik *assertive* memang salah satu teknik dalam pendekatan REBT, yakni teknik yang digunakan untuk melatih keberanian konseli dalam mengekspresikan perilaku-perilaku tertentu yang diharapkan.<sup>64</sup> Dengan ini, konseli dilatih untuk tidak minder dan bisa untuk mengutarakan perasaannya.

Pertemuan diakhiri dengan teknik *home work assignments* agar konseli secara mandiri dapat selalu memandang semua hal dengan pikiran rasionalnya, minimal hingga pertemuan berikutnya. Teknik *home work assignments* merupakan teknik dengan memberikan pekerjaan rumah<sup>65</sup> agar konseli melaksanakan konseling secara mandiri.

d. Pertemuan Keempat

Pertemuan ini diawali dengan mengulas PR pertemuan kemarin dan didapati adanya perkembangan emosi konseli ke arah positif. Selanjutnya pertemuan ini berfokus pada menihilkan pikiran irasional dan mewajibkan pikiran rasional dengan teknik *assertive training*, yakni teknik dengan ciri kedisiplinan konseli dalam mengulang dan mempertahankan suatu bentuk latihan.<sup>66</sup> Peneliti juga

---

<sup>64</sup> Mohamad Surya, *Teori-Teori Konseling* (Pustaka Bani Quraisy: Bandung, 2003), 20.

<sup>65</sup> Mohamad Surya, *Teori-Teori Konseling* (Pustaka Bani Quraisy: Bandung, 2003), 20.

<sup>66</sup> *Ibid.*

memakai teknik *reinforcement*, yakni teknik yang salah satu contohnya adalah memberikan pujian verbal (*reward*) dan hukuman (*punishment*).<sup>67</sup> Konseli juga diberi teknik *home work assignments* agar dapat menunjukkan sebanyak-banyaknya pikiran rasional pada permasalahan perceraian kedua orang tuanya.

e. Pertemuan Kelima

Pertemuan dimulai dengan *review* pekerjaan rumah pertemuan sebelumnya. Kini konseli sudah bisa memunculkan banyak opsi pikiran rasional atas masalahnya. Lalu peneliti mengajak konseli untuk berdamai dengan dirinya dan masalahnya. Dengan berdamai diri, konseli akan menyadari bahwa hidup pasti bertemu dengan masalah hidup. Konseli juga diajak untuk menghargai diri, seperti karena sudah bisa melalui ini semua walaupun sebelumnya sempat terpuruk. Penghargaan ini bertujuan agar konseli lebih percaya dengan dirinya sendiri saat masalah lain datang suatu saat nanti. Selanjutnya konseli juga secara terus menerus didorong untuk membangun pikiran rasionalnya hingga pertemuan berakhir menggunakan teknik imitasi, yakni teknik yang digunakan dimana klien diminta untuk menirukan secara terus-menerus meniru suatu model perilaku tertentu.<sup>68</sup>

---

<sup>67</sup> *Ibid.*

<sup>68</sup> Mohamad Surya, *Teori-Teori Konseling* (Pustaka Bani Quraisy: Bandung, 2003), 20.

f. Pertemuan Keenam

Hasil yang didapati adanya kemajuan dalam perkembangan emosi konseli, seperti konseli sudah tidak mudah marah, bertanggung jawab atas dirinya sendiri seperti kegiatan sehari-hari yang lebih teratur, mau membantu neneknya, dan lainnya. Ini sesuai dengan pernyataan Andi Mappiare bahwa tujuan utama REBT adalah menyadarkan konseli bahwa mereka dapat hidup lebih rasional dan produktif.<sup>69</sup>

Langkah selanjutnya peneliti mengajak konseli untuk menggali potensi dalam diri konseli. Setidaknya, mengalahkan pikiran irasional juga merupakan potensi dalam diri. Maka konseli juga didorong untuk menemukan potensi-potensi lainnya dalam rangka agar konseli tersibukkan dengan hal-hal yang dapat mencegah konseli untuk kembali terus menerus memikirkan masalahnya. Penggalan potensi ini juga dengan teknik *modelling* yang merupakan salah satu teknik dalam pendekatan REBT,<sup>70</sup> yakni peneliti mengajak konseli untuk *searching* di internet tentang siapa saja orang terkenal di Indonesia yang tumbuh dari keluarga *broken home* tapi menjadi sukses, dengan harapan konseli dapat meduplikasi hal tersebut.

---

<sup>69</sup> Andi Mappiare, *Pengantar Konseling & Psikoterapi* (Raja Grafindo Persada: Jakarta, 2010), 157.

<sup>70</sup> Mohamad Surya, *Teori-Teori Konseling* (Pustaka Bani Quraisy: Bandung, 2003), 20.

g. Pertemuan Ketujuh

Berfokus pada *evaluation termination* yaitu hasil konseling berkaitan dengan perkembangan emosi dari pertemuan pertama hingga akhir.<sup>71</sup> Pertemuan pamungkas ini peneliti kembali menitik beratkan kepada konseli agar ia selanjutnya senantiasa mampu mempola pikiran, perasaan, dan perilaku sesuai yang diharapkan. Tahap selanjutnya adalah permohonan maaf dan terima kasih kepada diri konseli pribadi. Kemudian konseli juga diajak untuk berkomunikasi dengan orang tua untuk juga menyampaikan permohonan maaf dan terima kasih. Akhirnya, proses layanan konseling dalam rangka penelitian telah usai.

5. Evaluasi

Evaluasi adalah kegiatan untuk mengetahui sejauh mana langkah konseling yang dilakukan dalam mencapai hasil.<sup>72</sup> Evaluasi dilaksanakan setiap pertemuan usai dan setelah semua pertemuan usai. Evaluasi tahap akhir menunjukkan adanya perubahan yang terjadi pada diri konseli tentang perkembangan emosinya. Emosi adalah reaksi penilaian (positif atau negatif) yang kompleks dari seseorang terhadap rangsangan dari luar

---

<sup>71</sup> Erna Hasni, Tesis, "*Efektivitas Layanan Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) dengan Menggunakan Teknik Kognitif untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri dan Kemampuan Beradaptasi Siswa Korban Perceraian Orang Tua*", (Medan: UIN Sumatera Utara, 2020), 81.

<sup>72</sup> Achmad Hardiansah, Skripsi, "*Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Terapi Gestalt Untuk Menangani Seorang Siswi Depresi Akibat Perbedaan Cita-Cita dengan Orang Tua di SMA Terpadu Nurul Huda Surabaya*", (Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2016), 119.

atau dari dalam diri sendiri.<sup>73</sup> Jika sebelumnya perkembangan emosi mengarah pada negatif, setelah konseli mengikuti proses konseling, konseli mengalami perkembangan emosi ke arah yang lebih baik (positif).

## **B. Hasil Pelaksanaan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* terhadap Perkembangan Emosi Remaja yang Terdampak Perceraian**

Pembahasan proses pelaksanaan layanan konseling dengan pendekatan REBT telah usai diuraikan dan didapati bahwa proses layanan tersebut berjalan lancar karena konseli juga kooperatif dalam mengikuti semua proses layanan. Pendekatan REBT berdasarkan pada layanan konseling yang telah dilakukan ini menghasilkan beberapa dampak, antara lain:

1. Konseli menjadi sadar tentang pikiran rasional dan irasional. Ia mampu membedakan keduanya dan mampu memilih antara keduanya. Tentunya, pendekatan ini mengarahkan konseli agar memilih pikiran rasionalnya dan mengikis habis pikiran irasionalnya.
2. Dari pikiran yang rasional, konseli memiliki afektif (emosi) yang baik karena memang salah satu aspek yang besar pengaruhnya terhadap perasaan adalah pikiran seseorang. Hal ini tentunya berdampak pada perkembangan emosi yang menjadi salah satu variabel dalam penelitian ini. Konseli yang sebelumnya suka marah-marah, tidak bertanggung jawab, acuh dengan lingkungan sekitar, dan serangkaian emosi negatif lainnya pelan-pelan berubah menjadi pribadi yang sebaliknya. Perkembangan emosi ke arah positif ini merupakan *goal* utama dalam

---

<sup>73</sup> Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum* (Jakarta: PT Raja Grafindo, 2009).

layanan konseling ini yang sesuai dengan teori bahwa tujuan konseling terutama untuk menghilangkan kecemasan, ketakutan, kekhawatiran, ketidak keyakinan diri, dan semacamnya dan mencapai perilaku rasional, kebahagiaan, dan aktualisasi diri.<sup>74</sup>

3. Selain afektif, perilaku yang nampak dari konseli juga mengalami perkembangan. Sebelumnya ia sering pulang larut malam, namun sekarang berkurang. Karena memang pendekatan REBT ini mencakup tiga unsur utama dalam manusia, yakni pikiran, perasaan dan perilaku.
4. Berdasarkan 3 poin diatas selanjutnya konseli mampu untuk menghadapi segala bentuk masalah, karena telah diberikan Teori yang berhubungan dengan konsep konseling yang telah diberikan oleh konselor yaitu pendekatan *Rasional emotif behavior therapy* yang menggunakan berbagai Teknik. Adapun Teknik konseling dalam REBT yang digunakan adalah:
  - a. Teknik-teknik kognitif dengan teknik *home work assignment* yaitu teknik dengan memberikan tugas rumah agar konseli secara mandiri dapat selalu memandang semua hal dengan pikiran rasional. kemudian teknik *assertive* yaitu teknik yang digunakan untuk melatih keberanian konseli dalam mengekspresikan perilaku-perilaku tertentu yang diharapkan.
  - b. Teknik-teknik emotif (afektif) dengan teknik *assertive training* yaitu teknik dengan ciri kedisiplinan konseli dalam mengulang

---

<sup>74</sup> Andi Mappiare, *Pengantar Konseling & Psikoterapi* (Raja Grafindo Persada: Jakarta, 2010), 157.

dan mempertahankan suatu bentuk latihan. Kemudian teknik imitasi yaitu teknik yang digunakan dimana klien diminta untuk menirukan secara terus menerus meniru suatu model perilaku tertentu dengan maksud menghadapi periakunya sendiri yang negative.

- c. Teknik-teknik behavioral yang menggunakan teknik *reinforcement* yakni teknik yang salah satu contohnya adalah memberikan pujian verbal (*reward*) dan hukuman (*punishment*). kemudian teknik *social modelling* teknik yang digunakan untuk membentuk perilaku - perilaku baru pada konseli. Teknik ini dilakukan agar konseli dapat hidup dalam suatu model sosial yang diharapkan dengan cara mengimitasi, mengobservasi dan menyesuaikan dirinya dengan social model yang dibuat itu.

Selain hasil utama di atas, ada beberapa hasil yang nampak juga dari pendekatan REBT ini dalam diri konseli. Hasil tersebut yakni:

- a. Konseli lebih dapat memahami dirinya sendiri. Memahami diri sendiri disini artinya dapat mengetahui apa yang dibutuhkan dirinya pada suatu waktu sehingga dapat bertindak sesuai koridornya.
- b. Konseli lebih bisa menghargai dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungannya sehingga ia bisa mengembangkan perilaku sosial

yang bertanggung jawab. Hal ini sesuai dengan salah satu tugas perkembangan remaja menurut Asrori.<sup>75</sup>

- c. Konseli lebih mampu untuk mengekspresikan perasaannya yang sesuai dengan salah satu tujuan konseling dengan pendekatan REBT.<sup>76</sup>

Akhirnya, dengan hasil ini diharapkan ini dapat menjadi suatu kesepakatan bersama bahwa perkembangan emosi merupakan hal yang penting yang harus diperhatikan dalam kehidupan, terutama bagi dalam masa remaja. Perkembangan emosi yang negatif atau yang tidak seharusnya dapat ditangani dengan layanan konseling salah satunya dengan pendekatan REBT sebagaimana yang telah dibahas di atas.

---

<sup>75</sup> Asrori, Mohammad, *Memahami dan Membantu Perkembangan Peserta Didik* (Pontianak: Untan Press, 2008), 165.

<sup>76</sup> Andi Mappiare, *Pengantar Konseling & Psikoterapi* (Raja Grafindo Persada: Jakarta, 2010), 157.

## BAB VI

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari hasil analisis data mengenai Pendekatan *Rational Emotif Behavior Therapy* terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua yaitu:

1. Proses pelaksanaan Rasional Emotif Behavior Therapy terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua terlaksana dengan menggunakan proses konseling pada umumnya yaitu dengan: *assessment*, diagnosis, prognosis, *treatment*, dan evaluasi. Proses konseling yang digunakan dengan pendekatan *Rasional emotif behavior therapy* bertujuan agar konseli dapat dengan lebih leluasa mengungkapkan emosinya, lebih rasional dan produktif dalam berpikir, berhenti membuat tuntutan berlebih, serta menghilangkan berbagai macam bentuk kecemasan akan suatu hal. Adapun dalam proses konseling konselor melakukan 5 tahap seperti yang disebutkan diatas yaitu dengan mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan yang ada dalam diri konseli, melakukan praktek konseling dengan pendekatan *Rasional Emotif Behavior Therapy*, mendiagnosis perasaan-perasaan yang dialami konseli, mengevaluasi seberapa efektif pengungkapan perasaan, pikiran dan perilaku rasional konseli.
2. Hasil dari pelaksanaan pendekatan *Rasioanl Emotif Behavior Therapy* terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua dapat dilihat dari proses konseling yang telah terlaksana yaitu konseli yang

Sebelum orang tuanya berpisah, ia tidak memiliki masalah apapun sehingga perilaku yang nampak darinya adalah perilaku normal remaja yang tidak memiliki masalah berat. Ia layaknya remaja pada umumnya. Namun semenjak kedua orang tuanya berpisah sifat konseli menjadi berubah. konseli menjadi remaja yang tumbuh dengan sifat nakal. Akan tetapi kini konseli sudah mulai bisa menerima keadaan yang telah ia hadapi, Konseli memiliki kognisi (pikiran), afektif (emosi), dan behavioral (perilaku) yang baik karena ditunjang terlebih dahulu dari pikiran yang rasional. Konseli yang sebelumnya suka marah-marah, tidak percaya diri, acuh dengan lingkungan sekitar, dan serangkaian emosi negatif lainnya pelan-pelan berubah menjadi pribadi yang sebaliknya.

## **B. Keterbatasan Penelitian**

Dalam penelitian ini, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam menyusun skripsi ini dengan baik dari segi penulisan maupun penelitian data di lapangan. Selain itu, penulis juga menyadari bahwa dalam penelitian ini juga masih ditemukan beberapa kekurangan dalam penggalan data. Pelaksanaan konseling juga terjadi dengan terbatas, dikarenakan hal ini dilaksanakan di lain desa yang mengakibatkan tidak bisa sering bertemu. Di dapati juga objek yang terdapat dalam penelitian hanya 1 objek saja, sedangkan untuk kevalidan data penelitian seharusnya lebih dari 1 objek. Dengan adanya segala kekurangan ini, berharap dapat menjadi sebuah pembelajaran bagi penulis dan juga pembaca sekalian, mengharap kritik dan saran agar kedepannya agar dapat lebih baik lagi untuk kemajuan dan perbaikan penelitian penulis.

## **C. Saran**

### 1. Bagi konseli

Agar tetap selalu berfikir rasional sehingga membuat pikiran, perbuatan, dan emosi menjadi baik. Dengan berfikir positif perkembangan emosi yang ada akan selalu terkontrol sehingga tidak mengakibatkan pikiran yang irrasional.

### 2. Bagi orang tua

Tetap memantau perkembangan emosi anak dengan selalu mengasih kabar, semangat serta dukungan untuk menjadi orang yang berfikir positif. Mengedepankan sikap rasional. Dan pasti harus selalu ceria terhadap anak yang berjauhan dengan orang tuanya.

## DAFTAR PUSTAK

- Achmad Hardiansah. 2016. Skripsi, “*Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Terapi Gestalt Untuk Menangani Seorang Siswi Depresi Akibat Perbedaan Cita-Cita dengan Orang Tua di SMA Terpadu Nurul Huda Surabaya*”, Surabaya: UIN Sunan Ampel.
- Agoes Dariyo. 2008. *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Asrori, Mohammad. 2008. *Memahami dan Membantu Perkembangan Peserta Didik*. Pontianak: Untan Press.
- Burhan Bugin, *Metode Penelitian Sosial: Format-Format Kuantitatif*
- Dariyo, Agoes. 2005. *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: Grasindo.
- Desak Era Puspita Santi *et.all*. 2014. *Penerapan Konseling Karir Trait dan Factor dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengembangkan Rencana Pilihan Karir Siswa Kelas X TPM 1 SMK Negeri 3 Singaraja, Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 2(1).
- Desmita. 2015. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Elizabeth, Hurlock. 1980. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Penerjemah: *istiwidayati & Soedjarwo* .Jakarta: Erlangga
- Ellis dalam Latipun. 2006. *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. PT Bumi Aksara: Jakarta
- Erna Hasni, Tesis. 2020. “*Efektivitas Layanan Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) dengan Menggunakan Teknik Kognitif untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri dan Kemampuan Beradaptasi Siswa Korban Perceraian Orang Tua*”. Medan: UIN Sumatera Utara.
- Heronimus D. P., M. N. Wangid. 2016. Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Kota Tambolaka, *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, 2(1).
- Ihromi. T.O 2004. *Bunga Rampai Sosiologi Keluarga*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Lembaga Penelitian Mahasiswa Universitas Negeri Malang, *Metode Penelitian Kualitatif Dengan Jenis Pendekatan Studi Kasus*, <http://penalaran-unm.org,2020>
- Lexy J. Moleong. 2016. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung, PT Remaja Rosdakarya Offset.

- Mappiare, Andi. 2010. *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Ratrioso, Imam. *Remaja Unggul Kamukah Itu?*. Jakarta: Nobel Edumedia.
- Sarlito Wirawan Sarwono. 2008. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PR Rajagrafindo Persada.
- Sarlito Wirawan Sarwono. 2014. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PR Rajagrafindo Persada.
- Siti Murwani, Laporan Studi Kasus, *Artikel*.
- Siti Wahyuni Siregar. 2016. Assessment dalam Bimbingan dan Konseling, *Artikel Hikmah*, 10(2).
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*.
- Sugiyono. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sulaiman Rasjid. 2015 *Fiqih Islam*, Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Surya, Mohammad. 2003. *Teori-Teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Syafiuddin, Muhammad, dkk. 2014. *Hukum Perceraian*. Jakarta: Sinar Grafika.
- Willis. 2009. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Winkel, Ws. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan (Edisi Revisi)*. Jakarta: Gramedia Widiasarna Indonesia

Lampiran 1

**PERNYATAAN KEASLIAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama: Dian Ayu Aromawati

NIM: 18122110006

Progam: Sarjana Stara Satu (S1) Institut FDKI IAI Darussalam

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

Banyuwangi, 04 juli 2022

Dian Ayu Aromawati

18122110006

Lampiran 2

plagiasi

Page 1 of 26

**Plagiarism Detector v. 1921 - Originality Report 7/6/2022 11:10:00 AM**

Analyzed document: SKRIPSI I-VI....docx Licensed to: Aster Putra

Comparison Preset: Rewrite Detected language: Id

Check type: Internet Check

[tee\_and\_enc\_string] [tee\_and\_enc\_value]

Detailed document body analysis:

Relation chart:

Category	Percentage
Original	80.15%
Plagiarism	19.08%
Referenced	0.78%

Distribution graph:

Top sources of plagiarism: 35

Percentage	Count	Source
10%	1251	1. <a href="https://repository.metroniv.ac.id/eprint/3574/1/SKRIPSI_DARA_EKA_YOGIYANTI_NPM_14114011.pdf">https://repository.metroniv.ac.id/eprint/3574/1/SKRIPSI_DARA_EKA_YOGIYANTI_NPM_14114011.pdf</a>
10%	1047	2. <a href="http://digilib.unsby.ac.id/528372/1/saniyah_Rohmatul_Maulah_B03216046.pdf">http://digilib.unsby.ac.id/528372/1/saniyah_Rohmatul_Maulah_B03216046.pdf</a>
6%	554	3. <a href="https://journal.ikipaliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/download/4171/1490">https://journal.ikipaliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/download/4171/1490</a>

Processed resources details: 75 - Ok / 12 - Failed

Important notes:

Wikipedia:	Google Books:	Ghostwriting services:	Anti-cheating:
[not detected]	[not detected]	[not detected]	[not detected]

[uace\_headline]

[uace\_line1]

[uace\_line2]

[uace\_line3]

[uace\_line4]

file:///C:/Users/Mr.%20Adib/Documents/Plagiarism%20Detector%20reports/originality%2... 7/6/2022

Lampiran 3

Kartu bimbingan

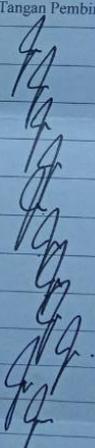


**INSTITUT AGAMA ISLAM DARUSSALAM**  
**IAIDA**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**  
**TERAKREDITASI**  
**BLOKAGUNG - BANYUWANGI**

Alamat : Pon. Pes. Darussalam Blokagung 02IV Karangdoro Tegalarif Banyuwangi Jawa Timur - 68491 Telp. (0333) 847459, Fax. (0333) 846221, Hp. 085250465333, Website: www.iaida.ac.id-E-mail: iaidsblokagung@gmail.com

**KARTU BIMBINGAN SKRIPSI**

Nama : Dian Ayu Aromawati  
NIM : 18122110006  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Judul Skripsi : Pendekatan Rasional Emotif Behavior Therapy terhadap Perkembangan Emosi Remaja yang terdampak perceraian Orang tua (Studi kasus Remaja di Desa Sambianulyo)  
Pembimbing : Ahmad Suansu Muarif, S.Sos., M.A

No.	Topik Pembahasan	Tanggal	Tanda Tangan Pembimbing
1	BAB I	6-06-22	
2	BAB I	7-06-22	
3	BAB II	16-06-22	
4	BAB II	20-06-22	
5	BAB III	25-06-22	
6	BAB IV	28-06-22	
7	BAB IV	29-06-22	
8	BAB V	30-07-22	
9	BAB V	3-07-22	
10			
11			
12			

Blokagung.....2022  
Ketua Prodi  
Bimbingan dan Konseling Islam

Halimatus Sa'diah, S.Psi., M.A  
NIPY. 3151301019001

## Lampiran 4

### **RIWAYAT HIDUP**



Dian Ayu Aromawati lahir di Banyuwangi, 15 Juli 2000, merupakan anak pertama dari tiga bersaudara. Nama orang tua ayah: Bonari dan ibu: Dewi khalimah. Nama adik pertama Rivan dan adik kedua Moh Raihan. Alamat Kedungagung Sambirejo Bangorejo Banyuwangi Jawa Timur. Riwayat Pendidikan RA Perwanida MI Miftahul huda 1 MTs Al Amiriyyah SMA Darussalam Dan sekarang masih menjadi mahasiswa aktif Institute Agama Islam Darussalam (IAIDA). Pengalaman organisasi pernah ikut IPPNU (Ikatan Pelajar Putri Nahdatul Ulama) dari Tahun 2018-2021.

Lampiran 5

**DOKUMENTASI**



Wawancara dengan Cece



Wawancara dengan Eka



**PEMERINTAH KABUPATEN BANYUWANGI  
KECAMATAN BANGOREJO  
DESA SAMBIMULYO**

*Jln. Gajah Mada NO. 01 Kode Pos 68487*

*Email:desasambimulyo@gmail.com*

Sambimulyo, 15 Agustus 2022

Nomor : 420/1413/429.516.06/2022  
Sifat : Penting  
Lampiran : -0-  
Perihal :Fasilitasi Permohonan Penelitian

Kepada  
Yth. Sdr Rektor IAIDA Blokagung

Di  
Blokagung

Menunjuk surat saudara Tanggal 31 Mei 2022 Nomor : 31.5/126.46/AIDA/FDKI/C.3/V/2022

Perihal Pengantar Penelitian,dengan ini kami sampaikan bahwa kami tidak keberatan/menyetujui/memfasilitasi Mahasiswi saudara atas nama :

Nama : DIAN AYU AROMAWATI  
NIM : 18122110006  
Fakultas : Dakwah dan komunikasi Islam  
Alamat : Kedungrejo-Sambimulyo-Bangorejo-Banyuwangi

Untuk melaksanakan penelitian di Pemerintahan Desa Sambimulyo atau memerlukan data-data yang dibutuhkan

Demikian untuk menjadikan maklum

Kepala Desa Sambimulyo  
  
**ANDIK SANTOSO**

## Hasil Wawancara

Keterangan:

K: Konselor

C: Cece (Konseli)

E: Eka (Tetangga dekat Cece)

K	Assalamualaikum, apa kabar Cece?	Pertemuan pertama Tgl 25 Mei 2022
C	Walaikumsalam, alhamdulillah baik kak	
K	Perkenalkan saya dian ayu dari mahasiswa IAIDA yang sedang melaksanakan penyusunan skripsi tahun ini.	
C	Iya kak	
K	Saya ingin penelitian dengan remaja yang terdampak perceraian orang tua di Desa Sambimulyo ini. Dan sebelumnya saya izin terlebih dahulu apakah	

	kamu mau saya gunakan sebagai remaja tersebut?	
C	Boleh saja kak, asalkan kalau ada pertanyaan yang menurut saya rahasia saya tidak mau menjawab ya?	
K	Baik Cece, terimakasih ya. Kalau begitu saya pamit undur diri Assalamualaikum	
C	Iya kak, waalaikumsalam	
K	Assalamualaikum eka, apa kabar?	Pertemuan pertama dengan Eka
E	Waalaikumsalam, sehat kak	
K	Langsung saja ya ka, menurut kamu apasih dampak dari perceraian orang tua yang dialami cece?	
E	Iya kak, kalau menurut saya cece itu sekarang cenderung menjadi anak yang mempunyai sifat nakal,	

	<p>yaitu suka pulang bermain larut malam melebihi batas jam, suka marah-marah, tergesa-gesa dalam bertindak, dan tidak percaya diri.</p>	
K	<p>Apakah sebelum orang tua bercerai cece tidak mengalami perilaku yang seperti itu?</p>	
E	<p>Tentu tidak kak, cece itu sebelum orang tua nya berpisah perilaku cece sangat sewajarnya remaja pada umumnya, malah memiliki perilaku baik.</p>	
K	<p>Oo, begitu ya. Baiklah terimakasih atas informasinya ya ka. Saya pamit pulang dulu Assalamualaikum</p>	
E	<p>Walaikumsalam</p>	

K	<p>Pagi cece, hari ini saya bermaksud untuk menyepakati waktu selama proses konseling berlangsung ya, apakah kamu tidak keberatan dengan waktu yang telah nanti saya jadwalkan hingga proses konseling ini selesai?</p>	<p>Pertemuan kedua Tgl 01 Juni 2022</p>
C	<p>Iya kak, selagi itu baik tidak masalah</p>	
K	<p>Oke, selanjutnya saya akan menjelaskan pendekatan konseling yang akan saya berikan kepada kamu ya, proses konseling yang saya gunakan adalah pendekatan REBT yaitu terapi yang menangani masalah-masalah yang berhubungan dengan emosi, kognisi, dan perilaku. Dan layanan yang akan saya berikan adalah</p>	

	<p>Teknik-teknik yang ada pada REBT. Seperti contoh ya konten youtube dan k-pop kesukaanmu, mereka yang mempunyai chanel terbut pasti juga berusaha untuk punya uang. Kalau tidak dengan konten tersebut apakah mereka berhasil seperti sekarang? Apakah mereka punya uang? Dari sini apakah kamu bisa menyamakan dengan masalah yang kamu hadapi sekarang?</p>	
C	<p>Iya sebenarnya aku juga sempat berpikir begitu. Kalau bapak ibu pisah ya bukan berarti aku harus jadi begini</p>	
K	<p>Nah kalau begitu kamu harus selalu berfikir rasional dari sekarang ya</p>	

C	<p>Makasih ya mbak, seenggaknya saya sudah lebih lega untuk sekarang ini.</p>	
K	<p>Untuk hari ini saya ingin kamu fokus bercerita tentang yang dialami orang tua kamu ya</p>	<p>Pertemuan ketiga Tgl 05 Juni 2022</p>
C	<p>Baik kak, Ya dulu sih pas ibu bapak cerai aku gak bisa berbuat apa-apa. Nenek juga gak bisa ngalangi. Dulu gak terima banget. Ngaruh gitu lho mbak. Saya takut akan hal itu. Tapi sekarang ya walaupun tetep ada pikiran gak terima tapi udah gak kayak dulu. Saya perlahan bisa memahami</p>	
K	<p>Baik kalau begitu kamu saya beri tugas ya, mulai hari ini kamu harus selalu berfikir yang rasional.</p>	

	<p>Tugasnya adalah kamu harus mencatat apa saja kejadian yang dialami setelah ini hingga pertemuan berikutnya dan bagaimana pandanganmu terhadap kejadian itu dengan mengharuskan berupa pandangan rasional</p>	
C	Baik kak	
K	<p>Untuk pertemuan kali ini kita mengulas balik apa yang telah dibahas kemarin dan pekerjaan yang saya berikan.</p>	<p>Pertemuan keempat Tgl 06 Juni 2022</p>
C	<p>Iya kak, saya sudah melaksanakan dengan baik kemarin setelah maghrib kan belum ada masakan yang telah siap di meja makan, tidak seperti biasanya kak. Kemudian saya tidak menyalahkan</p>	

	<p>nenek tidak seperti biasanya, saya suka marah-marah. Kemudian saya berinisiatif untuk membantu nenek memasak</p>	
K	<p>Nah, dari sini dapat saya dapati bahwa ada kemajuan terhadap kamu. Tetap terus berfikir yang rasional ya.</p>	
K	<p>Sekarang kamu sudah ada perubahan, selalu berfikir yang positif, rasional ya, jangan mempunyai pikiran yang negative atau irasional. Karena dengan apa yang kamu lakukan setelah saya bertemu dengan kamu, kamu bisa kok merubah sikap kamu menjadi baik lagi.</p>	<p>Pertemuan kelima Tgl 07 Juni 2022</p>
C	<p>Perceraian orang tua itu pasti karena sudah terjadi. Ada kemungkinan saya</p>	

	<p>tidak terima dengan hal itu lalu menjadi anak nakal lalu semakin terpuruk. Tapi ada kemungkinan juga saya merasionalkan itu dengan menerimanya. Dengan menerima hal itu saya bisa menjadi anak yang lebih baik dan lebih tidak memiliki masalah. Maka saya lebih memilih merasionalkan hal itu</p>	
C	<p>Sekarang saya sudah seperti bebas dari tali yang berat. Walaupun di awal agak susah, ternyata saya bisa mengendalikan pikiran saya dan menjalani proses ini dengan baik</p>	
K	<p>Bagaimana dengan sikap cece sekarang eka? Setelah beberapa hari kemarin saya</p>	<p>Pertemuan keenam dengan Eka Tgl 11 Juni 2022</p>

	suruh untuk berfikir rasional?	
C	Alhamdulillah mbak habis ketemu sampeyan dari kemarin-kemarin tuh dia sudah baik. Gak kedengeran marah-marah, rebahan mainan hp doang, sama tak lihat dia mau sholat sekarang. Kalau sebelumnya kan ndak mau. Mungkin sepulang sampeyan kapan hari neneknya juga nasehatin dia agar lebih deket sama Allah	
K	Kemudian saya memberikan arahan atau motivasi untuk cece <i>searching</i> di internet tentang siapa saja orang terkenal di Indonesia yang tumbuh dari keluarga <i>broken home</i> tapi menjadi sukses.	

K	Bagaimana dengan perasaanmu sekarang cece?	Pertemuan ketujuh 13 Juni 2022
C	Untuk sekarang saya sudah banyak berubah menurut saya, dibandingkan dengan saya yang dulu. Walaupun saya mungkin masih kurang paham dengan teknik-teknik konseling itu tapi yang penting saya sudah lebih baik kan mbak. Intinya kalau kita mau berusaha berubah ya pasti bisa. Akan ada jalannya.	
K	Alhamdulillah kalau begitu saya berterimakasih kepada kamu karena telah membantu saya dengan penelitian untuk tugas akhir kampus kalau ada yang mau di ceritakan lagi silahkan saya tunggu dirumah saya ya cece	

C	Iya kak, saya juga sangat berterimakasih karena dengan proses konseling ini saya menjadi lebih baik.	
K	Mohon maaf ya apabila ada perkataan yang kurang berkenan. Assalamualaikum	
C	Sama-sama kaka, waalaikumsalam	