

***Penerapan dan Efektivitas Konseling Individual bagi Peserta Didik
Terdampak Perceraian Orang Tua***

Fauzi, Rahma Wira Nita, Besti Nora Dwi Putri

Universitas PGRI Sumatera Barat, Indonesia

Email: fvclzhi@gmail.com

Abstract

The phenomenon of parental divorce is one of the events that can have a significant psychological impact on adolescents, especially high school students. This condition often causes feelings of depression, decreased motivation to learn, and difficulties in adapting to the school environment. This study aims to: (1) Describe how students of SMA N 2 Lubuk Sikaping face the impact of parental divorce, (2) Determine the application of individual counseling in students of SMA N 2 Lubuk Sikaping, and (3) Examine the effectiveness of the application of individual counseling for students who experience the impact of parental divorce. This study uses a qualitative approach with descriptive data. The key informants in the study were one of the students (AJ), as well as three additional informants, namely homeroom teachers (NA), BK teachers (AF), and other students (AZ). Data collection techniques were carried out through interviews, observations, and documentation studies. Data analysis is carried out through three stages, namely data reduction, data presentation, and conclusion drawn. The results of the study show that individual counseling plays an important role in helping students affected by parental divorce. BK teachers and homeroom teachers have worked together to provide emotional support and problem-solving strategies. This effort makes students more enthusiastic about learning, able to adapt, and motivated to achieve educational success.

Keywords: *Individual counseling, Counseling Effectiveness, Parental Divorce, Psychological Impact*

Abstrak

Fenomena perceraian orang tua merupakan salah satu peristiwa yang dapat memberikan dampak psikologis signifikan bagi remaja, khususnya siswa sekolah menengah atas. Kondisi ini tidak jarang menimbulkan perasaan tertekan, menurunnya motivasi belajar, serta kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) Mendeskripsikan bagaimana peserta didik SMA N 2 Lubuk Sikaping menghadapi dampak perceraian orang tua, (2) Mengetahui penerapan konseling individual pada peserta didik SMA N 2 Lubuk Sikaping, serta (3) Mengkaji efektivitas penerapan konseling individual bagi siswa yang mengalami dampak perceraian orang tua. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan data bersifat deskriptif. Informan kunci dalam penelitian adalah salah satu peserta didik (AJ), serta tiga informan tambahan yaitu wali kelas (NA), guru BK (AF), dan peserta didik lain (AZ). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan studi dokumentasi. Analisis data dilakukan melalui tiga tahap, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling individual berperan penting dalam membantu peserta didik yang terdampak perceraian orang tua. Guru BK bersama wali kelas telah bekerja sama untuk memberikan dukungan emosional dan strategi pemecahan masalah. Upaya ini membuat peserta didik lebih bersemangat belajar, mampu beradaptasi, serta memiliki motivasi untuk mencapai keberhasilan pendidikan.

Kata Kunci: *Konseling Individual, Efektivitas Konseling, Perceraian Orang Tua, Dampak Psikologis*

A. Pendahuluan

Keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat yang memiliki fungsi fundamental bagi perkembangan anak dan remaja. Secara struktural, keluarga dapat dipahami dalam tiga dimensi, yaitu keluarga sebagai asal-usul, sebagai sarana utama untuk meneruskan keturunan, serta sebagai wadah orang tua beserta anaknya. Dalam pandangan umum, keluarga terdiri dari ayah, ibu, dan anak sebagai unsur utama. Peran keluarga sangat menentukan dalam memberikan pendidikan, kasih sayang, dukungan emosional, serta pembentukan kepribadian yang baik bagi anak sejak lahir hingga memasuki masa remaja.¹

Masa remaja merupakan periode transisi yang rentan terhadap berbagai pengaruh eksternal, termasuk kondisi keluarga. Lingkungan keluarga yang harmonis akan menciptakan rasa aman, tumbuhnya konsep diri positif, serta motivasi untuk berkembang. Sebaliknya, keluarga yang bermasalah justru dapat mengganggu keseimbangan kehidupan remaja. Permasalahan dalam rumah tangga, khususnya konflik berkepanjangan antara orang tua, kerap berujung pada perceraian. Perceraian menjadi fenomena yang semakin umum terjadi dalam masyarakat kontemporer, dan tidak hanya menimbulkan dampak bagi pasangan suami istri, tetapi juga berdampak besar terhadap remaja yang berada di dalam keluarga tersebut.²

Dampak perceraian terhadap remaja sangat beragam, baik secara psikologis, sosial, maupun akademik. Menurut Hasni (2020), anak korban perceraian cenderung mengalami kurang percaya diri, rendahnya konsep diri, kecemasan yang tinggi, hingga perilaku membangkang.³ Temuan Rizky dkk. (2020) juga menegaskan bahwa remaja dengan orang tua bercerai berisiko mengalami gangguan kesehatan mental jangka pendek seperti stres, cemas, dan depresi. Kondisi ini, apabila tidak ditangani dengan baik, dapat berdampak jangka panjang terhadap kesejahteraan psikologis, perkembangan sosial, hingga prestasi akademik remaja.

Fenomena serupa terlihat pada siswa di SMA N 2 Lubuk Sikaping. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, siswa yang berasal dari keluarga *broken home* menunjukkan berbagai permasalahan, antara lain kurangnya semangat belajar, rendahnya minat akademik, sering tidak hadir di sekolah, tidak mengerjakan tugas, serta menarik diri dari pergaulan dengan teman sebaya. Informasi dari guru BK dan wali kelas juga memperlihatkan bahwa kondisi perceraian orang tua berpengaruh terhadap rendahnya prestasi akademik siswa, minimnya perhatian dari orang tua, serta kecenderungan siswa bersikap pasif di kelas. Fenomena ini

¹ Karina Dewi, A., Arianto, J., & Supentri. (2024). *Studi tentang status perceraian orang tua terhadap motivasi belajar siswa SMP*. Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, 6(5), 5748–5755.

² Paia. (2019). *Dampak perceraian terhadap psikologis anak* (pp. 46–79).

³ Husni, M., & Kunci, K. (.). *Layanan konseling individual remaja: Pendekatan behaviorisme*.

menegaskan bahwa perceraian tidak hanya berdampak pada kehidupan keluarga, tetapi juga secara langsung memengaruhi proses pendidikan remaja di sekolah.

Untuk mengatasi dampak tersebut, layanan konseling individual menjadi salah satu pendekatan yang strategis. Konseling individual dipahami sebagai layanan bimbingan yang memungkinkan siswa mendapatkan bantuan secara langsung melalui tatap muka dengan konselor untuk membahas serta mengatasi permasalahan pribadi yang dihadapinya. Layanan ini memberikan ruang bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan, mengelola emosi, memahami kondisi keluarga, serta mempelajari strategi menghadapi stres akibat perceraian.⁴ Bahkan, konseling individual dipandang sebagai inti dari layanan bimbingan dan konseling, karena penguasaan keterampilan konseling ini akan memudahkan penerapan bentuk konseling lainnya.⁵

Berdasarkan berbagai paparan tersebut, dapat dipahami bahwa perceraian orang tua memiliki dampak psikologis yang signifikan bagi remaja, khususnya dalam aspek kesehatan mental, motivasi belajar, serta interaksi sosial. Oleh karena itu, konseling individual dipandang penting sebagai strategi untuk membantu siswa mengatasi permasalahan emosional, stres, dan tekanan akibat perceraian. Melalui penelitian ini, penulis berupaya mengkaji lebih dalam tentang penerapan konseling individual pada peserta didik yang mengalami perceraian orang tua di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkuat praktik layanan bimbingan konseling di sekolah, serta menjadi referensi bagi guru BK dalam menangani siswa korban perceraian.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif lapangan dengan metode deskriptif kualitatif. Pendekatan ini dipilih karena sesuai untuk menggambarkan secara mendalam fenomena sosial yang terjadi secara alamiah. Penelitian dilaksanakan pada Februari hingga Juni 2025 di SMA Negeri 2 Lubuk Sikaping, yang dipilih karena terdapat peserta didik yang mengalami dampak perceraian orang tua. Subjek penelitian terdiri dari dua peserta didik sebagai informan kunci, sedangkan informan tambahan meliputi guru BK, wali kelas, orang tua, dan teman sebaya untuk memperkuat data penelitian.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini mencakup observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan untuk mengamati perilaku dan kondisi peserta didik secara

⁴ Haolah, S., Atus, A., & Irmayanti, R. (2018a). *Pentingnya kualitas pribadi konselor dalam pelaksanaan konseling individual*. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 1(6), 215. <https://doi.org/10.22460/fokus.v1i6.2962>

⁵ Zaynab Aljawi, et al. (2024). *Layanan konselor individu: Pengaruh motivasi belajar terhadap perkembangan hasil belajar pada siswa di sekolah dasar*. *Jurnal Pendidikan Kreativitas Pembelajaran*, 6(3), 105–117.

langsung. Wawancara digunakan untuk memperoleh informasi lebih mendalam dari informan terkait pengalaman, hambatan, serta layanan konseling individual yang diterima. Dokumentasi dipakai sebagai data pelengkap berupa catatan, arsip, maupun dokumen sekolah yang relevan.

Keabsahan data dijamin melalui triangulasi sumber, teknik, dan waktu, serta didukung prinsip *transferability* dan *dependability* dengan penyajian uraian penelitian yang jelas dan bukti dokumentasi yang relevan. Analisis data dilakukan secara interaktif melalui tiga tahap, yaitu reduksi data untuk menyaring informasi penting, penyajian data dalam bentuk deskriptif naratif, serta penarikan kesimpulan guna merumuskan inti temuan penelitian.

C. Hasil dan Pembahasan

1. Penerapan Konseling Individual bagi Peserta Didik Terdampak Perceraian Orang Tua

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 80 peserta didik di SMA N 13 Padang, pemenuhan kebutuhan dasar peserta didik dapat dijelaskan melalui lima aspek utama, yaitu kebutuhan fisiologis, rasa aman, cinta dan kasih sayang, harga diri, serta aktualisasi diri. Rekap persentase pemenuhan kebutuhan pada masing-masing aspek dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Rekap Hasil Penelitian Konseling Individual

| Aspek Konseling Individual | | |
|---|--|---|
| Sub-Indikator | Temuan Utama | Kesimpulan |
| a. Adanya Perhatian | | |
| Fokus pada informasi | Peserta didik (AJ) mengungkapkan perasaan tentang perceraian. Guru BK (AP) mendengarkan, membantu fokus pada masalah, dan memberi motivasi. | Konseling individual efektif membantu siswa mengekspresikan perasaan dan menerima dukungan positif. |
| Mengikuti alur pembicaraan | AJ meminta pengulangan informasi dan contoh untuk memahami dampak perceraian. Guru BK menggunakan metode pengulangan dan memberi contoh konkret. | Komunikasi dua arah membuat siswa lebih memahami masalahnya dan merasa nyaman dalam konseling. |
| b. Adanya Ketertarikan | | |
| Menunjukkan antusias | AJ tampak antusias menyampaikan perasaan, sementara guru BK memberi strategi mengurangi dampak perceraian. | Antusiasme siswa mempermudah konseling berlangsung efektif. |
| Keinginan lebih tahu topik | AJ banyak bertanya, membaca, dan mencari informasi tambahan. Guru BK memberi contoh dan strategi praktis. | Konseling menumbuhkan rasa ingin tahu dan kemandirian siswa dalam memahami masalahnya. |
| c. Adanya Keinginan | | |
| Mengungkapkan keinginan untuk mencapai tujuan | AJ ingin mengatasi dampak perceraian dengan meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi. Guru BK memberi arahan dan contoh pengelolaan emosi. | Peserta didik memiliki motivasi untuk bangkit dengan bimbingan guru BK. |

| | | |
|-----------------|--|---|
| Membuat rencana | AJ membuat rencana dengan mencari dukungan, mengikuti ekstrakurikuler, dan konseling. Guru BK memberi strategi pengelolaan emosi serta mengarahkan kegiatan positif. | Kerja sama siswa dan guru BK efektif dalam mengurangi dampak perceraian dan meningkatkan kesejahteraan siswa. |
|-----------------|--|---|

Sumber: diolah peneliti, 2025

Berdasarkan hasil penelitian, konseling individual terbukti efektif dalam membantu peserta didik yang mengalami dampak perceraian. Pada aspek adanya perhatian, guru BK berfokus untuk mendengarkan, memahami, dan memberi motivasi sehingga siswa mampu mengekspresikan perasaannya. Pada aspek mengikuti alur pembicaraan, komunikasi yang terbuka melalui pengulangan dan pemberian contoh memudahkan siswa memahami situasi.

Selanjutnya, aspek adanya ketertarikan memperlihatkan bahwa siswa menunjukkan antusiasme serta rasa ingin tahu yang tinggi, sementara guru BK memberikan informasi, strategi, dan dukungan untuk memperkuat pemahaman siswa. Terakhir, aspek adanya keinginan menunjukkan motivasi siswa dalam mengatasi dampak perceraian dengan membuat rencana dan mencari dukungan. Guru BK berperan sebagai fasilitator yang memberi arahan, strategi, serta motivasi.

Secara keseluruhan, konseling individual bukan hanya menjadi sarana ekspresi, tetapi juga membantu membangun komunikasi efektif, menumbuhkan antusiasme, meningkatkan motivasi, serta memberikan strategi nyata untuk mengatasi dampak perceraian orang tua.

Tabel 2. Rekap Dampak Perceraian Orang Tua

| Aspek Dampak Perceraian Orang Tua | | |
|-----------------------------------|---|---|
| Sub-Indikator | Temuan Utama | Kesimpulan |
| a. Kurang Bersosialisasi | | |
| Kurang memiliki teman | Peserta didik kurang percaya diri dan memiliki keterbatasan fisik sehingga sulit berinteraksi | Guru BK, wali kelas, dan teman sebaya melakukan komunikasi dua arah rutin (langsung/WA), teman sebaya memulai percakapan → meningkatkan kemampuan bersosialisasi dan kesejahteraan peserta didik |
| Kurang memiliki teman | Peserta didik kurang percaya diri dan memiliki keterbatasan fisik sehingga sulit berinteraksi | Guru BK, wali kelas, dan teman sebaya melakukan komunikasi dua arah rutin (langsung/WA), teman sebaya memulai percakapan → meningkatkan kemampuan bersosialisasi dan kesejahteraan peserta didik |
| b. Konsep Diri rendah | | |
| Pikiran negatif terhadap diri | Peserta didik memiliki pikiran negatif dari masa lalu | Mengembangkan rasa syukur, mencari dukungan, mengatur manajemen waktu, memperbanyak ibadah, melakukan hal positif → membantu peserta didik meningkatkan konsep diri, pikiran positif, dan kesejahteraan |

| | | |
|-------------------------|---|---|
| Rasa tidak puas | Peserta didik merasa tidak puas dan perilaku negatif muncul | Memberikan motivasi dan dukungan, menghargai kelebihan/kekurangan, melakukan aktivitas menyenangkan → membantu peserta didik mengatasi rasa tidak puas dan meningkatkan kesejahteraan |
| c. Kurang Mandiri | | |
| Mengandalkan orang lain | Peserta didik berkebutuhan khusus membutuhkan orang lain dalam tugas/kegiatan | Memberikan dukungan, motivasi, pengalaman positif → meningkatkan kemandirian dan percaya diri |
| Merasa kurang mampu | Peserta didik merasa tidak mampu menghadapi tantangan | Dukungan, motivasi, pengalaman positif, komunikasi efektif → membantu peserta didik meningkatkan kemampuan dan percaya diri |

Sumber: diolah peneliti, 2025

Dari tabel 2 diatas dapat di ambil Kesimpulan bahwa peserta didik yang terdampak perceraian orang tua sering menghadapi berbagai tantangan psikososial. Salah satunya adalah kesulitan bersosialisasi, seperti kurang memiliki teman dan merasa tidak nyaman dalam situasi sosial, yang disebabkan oleh keterbatasan fisik dan rendahnya rasa percaya diri. Dukungan dari guru BK, wali kelas, dan teman sebaya melalui komunikasi rutin, baik secara langsung maupun melalui *WhatsApp*, serta inisiatif teman sebaya dalam memulai percakapan, terbukti membantu peserta didik meningkatkan kemampuan bersosialisasi dan kesejahteraan sosial.

Selain itu, perceraian orang tua dapat menurunkan konsep diri peserta didik, ditandai oleh munculnya pikiran negatif dan rasa tidak puas. Untuk mengatasi hal ini, guru BK, wali kelas, dan teman sebaya memberikan dukungan moral, motivasi, dan bimbingan spiritual, seperti memperbanyak ibadah, mengembangkan rasa syukur, serta melakukan aktivitas positif. Pendekatan ini membantu peserta didik membangun pikiran positif, meningkatkan rasa percaya diri, dan kesejahteraan secara keseluruhan.

Tantangan lain yang muncul adalah kurangnya kemandirian, terutama pada peserta didik yang berkebutuhan khusus, yang cenderung bergantung pada orang lain dan merasa tidak mampu menghadapi tantangan. Dengan motivasi, pengalaman positif, dukungan, dan komunikasi efektif dari guru BK, wali kelas, serta teman sebaya, peserta didik terdorong untuk menjadi lebih mandiri, percaya diri, dan mampu menghadapi berbagai situasi secara positif. Secara keseluruhan, kerja sama antara guru BK, wali kelas, dan teman sebaya sangat penting untuk membantu peserta didik mengelola emosi, membangun konsep diri yang positif, serta meningkatkan kemampuan bersosialisasi dan kemandirian.

Berdasarkan hasil penelitian, penerapan konseling individual terbukti memberikan dampak positif bagi peserta didik yang mengalami perceraian orang tua. Layanan ini tidak

hanya berfungsi sebagai sarana bagi siswa untuk mengekspresikan emosi dan memperoleh dukungan psikologis, tetapi juga membantu mereka dalam memahami diri, mengelola emosi, serta membangun kembali motivasi belajar dan rasa percaya diri. Peran aktif guru BK dalam memberikan perhatian, membangun komunikasi yang empatik, serta menawarkan strategi pemecahan masalah menjadikan proses konseling lebih bermakna dan efektif. Dengan demikian, konseling individual menjadi pendekatan yang relevan dan perlu dioptimalkan dalam membantu peserta didik menghadapi tekanan emosional akibat perceraian orang tua, sekaligus mendukung tercapainya kesejahteraan psikologis dan keberhasilan belajar mereka.

2. Efektivitas Konseling Individual dalam Mengatasi Dampak Psikologis Perceraian Orang Tua

Penerapan konseling individual terbukti memiliki efektivitas dalam membantu peserta didik mengatasi dampak psikologis akibat perceraian orang tua.⁶ Layanan ini memberikan ruang bagi peserta didik untuk mengekspresikan emosi, memperoleh dukungan emosional, serta membangun kembali rasa percaya diri dan motivasi belajar.⁷ Berdasarkan hasil penelitian di SMAN 2 Lubuk Sikaping, konseling individual yang dilakukan oleh guru BK bersama wali kelas tidak hanya berfokus pada pemecahan masalah, tetapi juga menekankan pengembangan potensi diri dan penyesuaian sosial peserta didik. Dukungan yang diberikan melalui komunikasi empatik, bimbingan spiritual, dan pemberian strategi pemecahan masalah membuat peserta didik lebih mampu menghadapi tekanan emosional dan menumbuhkan sikap positif terhadap diri sendiri. Guru Bimbingan Konseling (BK) dan wali kelas secara rutin berdiskusi mengenai cara menangani permasalahan yang dihadapi peserta didik, terutama terkait dampak perceraian orang tua, agar peserta didik tetap termotivasi dalam belajar dan pendidikan mereka dapat berjalan dengan optimal.⁸

Hasil wawancara dengan peserta didik AJ dari 12 item pertanyaan menunjukkan bahwa peserta didik yang mengalami dampak perceraian orang tua dan memiliki kebutuhan khusus memerlukan dukungan serta motivasi dari guru BK dan teman sebaya. Dukungan ini penting untuk meningkatkan kemampuan dan rasa percaya diri mereka dalam menghadapi tantangan. Peserta didik dapat lebih fokus pada informasi terkait dampak perceraian dengan bantuan guru BK, serta mengatasi pikiran negatif dan rasa

⁶ Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, 2004, hlm. 18-19.

⁷ Division of Counseling Psychology, dalam McLeod, "Counseling is an interaction process ..." (dibahas dalam *Collegesidekick*), 2013.

⁸ Riyadi, A. (2017). *Pelaksanaan konseling individu dalam menangani dampak psikologis anak akibat perceraian orang tua di SMP Nurul Islam Purwoyoso Semarang* [Universitas Negeri Walisongo Semarang].

tidak puas melalui kegiatan positif dan komunikasi dengan orang yang dipercaya. Selain itu, mereka juga membutuhkan dorongan untuk meningkatkan kemandirian dan percaya diri dalam melakukan kegiatan sehari-hari.⁹

Hasil wawancara dengan guru BK menunjukkan bahwa wali kelas memiliki pemahaman yang baik mengenai kebutuhan dan tantangan peserta didik yang terdampak perceraian orang tua. Wali kelas menyatakan bahwa kurangnya percaya diri dan pikiran negatif terhadap diri sendiri menjadi penyebab utama peserta didik kesulitan memiliki teman. Untuk mengatasi hal ini, wali kelas menyarankan agar peserta didik mengikuti ekstrakurikuler keagamaan, memperbanyak ibadah, dan diberikan pendidikan ilmu keagamaan. Namun, wali kelas juga mengakui bahwa keterbatasan peserta didik membuat mereka masih mengandalkan orang lain dalam kehidupan sehari-hari dan merasa kurang mampu menghadapi tantangan tertentu.¹⁰

Hasil wawancara dengan teman sebaya menunjukkan persepsi yang sejalan dengan peserta didik terkait tantangan yang dihadapi, seperti kurangnya percaya diri dalam berkomunikasi, kesulitan memiliki teman, dan ketergantungan pada orang lain karena keterbatasan fisik. Teman sebaya sependapat bahwa peserta didik dapat mengatasi pikiran negatif dan rasa tidak puas dengan memperbanyak ibadah, mencari dukungan dari teman atau orang yang dipercaya, serta berusaha mengatur waktu dengan baik. Keterbatasan fisik dan pengalaman perceraian orang tua dianggap sebagai faktor yang memengaruhi kemampuan peserta didik dalam menghadapi tantangan tertentu.¹¹

Temuan penelitian menunjukkan bahwa penerapan konseling individual bagi peserta didik yang mengalami perceraian orang tua di sekolah meliputi: guru BK mengenali dampak yang dialami peserta didik, memberikan arahan terkait cara menghadapi dampak tersebut, serta bekerja sama dengan wali kelas untuk memberikan informasi, menangani kasus, dan membiasakan perilaku positif seperti disiplin, jujur, dan bertanggung jawab. Pertukaran informasi dilakukan baik melalui diskusi singkat setelah jam pelajaran maupun melalui WhatsApp. Contoh nyata penerapan konseling individual meliputi saran untuk mengikuti ekstrakurikuler dan acara keagamaan agar peserta didik tidak terlalu terfokus pada pikiran negatif.¹²

⁹ Mustika, Y. (2020). *Peran bimbingan dan konseling dalam menghadapi anak broken home*. Seminar Nasional Pendidikan, 2(1), 1–10.

¹⁰ Karina Dewi, A., Arianto, J., & Supentri. (2024). *Studi tentang status perceraian orang tua terhadap motivasi belajar siswa SMP*. Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, 6(5), 5748–5755.

¹¹ Gunawan, K., & Herdi. (2019). *Implementasi konseling individual dengan pendekatan person centered dalam menangani masalah konsep diri anak dari orang tua yang bercerai*. Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia, 2(2), 1–6.

¹² Mustika, Y. (2020).

Temuan ini sejalan dengan pandangan Prayitno (2004), yang menyatakan bahwa melalui konseling individual, klien dapat memahami keadaan dirinya sendiri, lingkungannya, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan, serta upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah. Selanjutnya, menurut *Division of Counseling Psychology* dalam Prayitno (2015), konseling adalah proses membantu individu mengatasi hambatan perkembangan diri dan mencapai kemampuan optimal pribadi. Proses ini dapat berlangsung kapan saja melalui bimbingan atau pertolongan dari konselor kepada konseli, baik melalui pertemuan tatap muka maupun hubungan timbal balik, sehingga konseli mampu melihat, menemukan, dan memecahkan masalahnya sendiri.¹³

Penerapan layanan konseling individual di SMAN 2 Lubuk Sikaping berperan krusial dalam membantu peserta didik mengatasi dampak psikologis akibat perceraian orang tua. Melalui proses konseling yang terstruktur dan berkesinambungan, guru Bimbingan dan Konseling (BK) mampu memfasilitasi peserta didik untuk mengekspresikan perasaan, memahami kondisi diri, serta mengembangkan mekanisme coping yang adaptif terhadap situasi keluarga yang tidak utuh. Kolaborasi antara guru BK dan wali kelas turut memperkuat efektivitas layanan, karena keduanya berperan memberikan dukungan emosional, arahan perilaku positif, dan pemantauan perkembangan peserta didik baik di dalam maupun di luar sesi konseling. Sinergi ini berdampak pada meningkatnya kemampuan peserta didik dalam memecahkan masalah secara mandiri, menumbuhkan kepercayaan diri, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan akademiknya.

Berdasarkan hasil temuan dan analisis, dapat disimpulkan bahwa konseling individual memiliki efektivitas tinggi dalam membantu peserta didik menghadapi dampak psikologis akibat perceraian orang tua. Layanan ini memungkinkan peserta didik untuk memahami diri, mengekspresikan emosi, dan memperoleh dukungan moral serta spiritual dari guru BK, wali kelas, maupun teman sebaya. Kolaborasi antara pihak sekolah dan lingkungan sosial berperan penting dalam membentuk kepercayaan diri, kemandirian, serta kemampuan peserta didik untuk berpikir positif dan beradaptasi dengan situasi baru. Hasil ini sejalan dengan pandangan Prayitno (2004) dan Gunawan & Herdi (2019) yang menegaskan bahwa konseling individual efektif dalam membantu individu mengenali potensi diri, mengatasi hambatan psikologis, dan mencapai perkembangan pribadi yang optimal. Dengan demikian, penerapan konseling individual

¹³ Prayitno, E., & Amti, E. (2015). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

tidak hanya berfungsi sebagai intervensi terapeutik, tetapi juga sebagai upaya penguatan karakter dan kesejahteraan psikologis peserta didik di lingkungan sekolah.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan tentang penerapan konseling individual pada peserta didik yang menghadapi dampak perceraian orang tua di SMAN 2 Lubuk Sikaping, maka dapat diambil kesimpulan bahwa penerapan konseling individual pada peserta didik yang mengalami perceraian orang tua sangat penting karena dapat mengatasi dampak emosional, dapat meningkatkan kepercayaan diri, mengurangi stress dan serta mencegah masalah jangka panjang. Akibat dari perceraian orang tua mempengaruhi prestasi remaja sebagai berikut, Remaja cenderung menjadi pemalas dan tidak memiliki motivasi untuk belajar, remaja yang kurang perhatian dan kasih sayang cenderung mencari perhatian dari lingkungan, remaja mudah menjadi depresi sehingga bermasalah dalam pergaulan dan perilaku, Guru BK berperan penting karena memiliki tanggung jawab didalamnya setiap siswa yang memiliki karakter dan potensi yang berbeda-beda sehingga cara penanganannya juga berbeda yang menjadikan guru bk inovatif dan kreatif. Dan guru bk memberikan layanan siswa bagi yang membutuhkan mendengar keluh kesah dan menolong mereka untuk menyakinkan diri mereka setiap permasalahan dan persoalan yang menimpa dirinya.

Referensi

- Aini, N. A. (2022). *Efektivitas layanan konseling individu dalam menghadapi anak broken home di SMA N 1 Tebing Tinggi*. Al-Mursyid: Jurnal Ikatan Alumni Bimbingan dan Konseling Islam (IKABKI), 4(2). <https://doi.org/10.30829/mrs.v4i2.1353>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Division of Counseling Psychology. (2013). In McLeod, "Counseling is an interaction process ..." (Discussed in Collegesidekick).
- Fatchurrahman, M. (2022). *Problematisasi pelaksanaan konseling individual*. Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman, 3(2), 25–30.
- Gunawan, K., & Herdi. (2019). *Implementasi konseling individual dengan pendekatan person centered dalam menangani masalah konsep diri anak dari orang tua yang bercerai*. Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia, 2(2), 1–6.
- Haolah, S., Atus, A., & Irmayanti, R. (2018). *Pentingnya kualitas pribadi konselor dalam pelaksanaan konseling individual*. FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan), 1(6), 215. <https://doi.org/10.22460/fokus.v1i6.2962>
- Husni, M., & Kunci, K. (n.d.). *Layanan konseling individual remaja: Pendekatan behaviorisme*.
- Karina Dewi, A., Arianto, J., & Supentri. (2024). *Studi tentang status perceraian orang tua terhadap motivasi belajar siswa SMP*. Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, 6(5), 5748–5755.
- Lubis, R. (2020). *Penerapan konseling individu dalam menangani psikologis remaja akibat perceraian orang tua di Desa Huta Raja Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara].

- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Mustika, Y. (2020). *Peran bimbingan dan konseling dalam menghadapi anak broken home*. *Seminar Nasional Pendidikan*, 2(1), 1–10.
- Nur, F. (2017). *As-Syar'i: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga*, 2(1), 1–10.
- Paisa. (2019). *Dampak perceraian terhadap psikologis anak* (pp. 46–79).
- Prayitno, E. (2004). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno, E., & Amti, E. (2015). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Riyadi, A. (2017). *Pelaksanaan konseling individu dalam menangani dampak psikologis anak akibat perceraian orang tua di SMP Nurul Islam Purwoyo Semarang* [Skripsi, Universitas Negeri Walisongo Semarang].
- Zaynab Aljawi, et al. (2024). *Layanan konselor individu: Pengaruh motivasi belajar terhadap perkembangan hasil belajar pada siswa di sekolah dasar*. *Jurnal Pendidikan Kreativitas Pembelajaran*, 6(3), 105–117.