

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN**

#### **A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

1. Profil Umum Program Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.

Status : Aktif

Perguruan Tinggi : Universitas Islam Negeri Antasari

Kode Program studi : 86201

Nama Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Jenjang : S-1

Akreditasi : (A) Unggul

SK Penyelenggara : 5 Maret 2025 – 4 Maret 2030

Alamat : Jl. Jenderal Ahmad Yani KM.4,5 Banjarmasin

Telepon : (0511) 3253939

Faximile : (0511)3274492

Email : [bkpi@uin-antasari.ac.id](mailto:bkpi@uin-antasari.ac.id)

2. Visi, Misi, dan Kompetensi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.

Visi Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Menjadi program Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang unggul dan berakhlak dalam mengembangkan teori bimbingan dan konseling holistik berbasis kearifan local.

Misi Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.

1. Pendidik/Guru Bimbingan dan Konseling yang memiliki kemampuan kerja, penguasaan pengetahuan, kemampuan manajerial, dan tanggung jawab sebagai pendidik dalam bidang Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam pada sekolah/madrasah (SD/MI, SMP/MTs, SMA/MA/SMK/MAK).
2. Asisten Peneliti Bidang Bimbingan dan Konseling yang memiliki kemampuan kerja, penguasaan pengetahuan, kemampuan manajerial, dan tanggung jawab sebagai asisten peneliti dalam bidang Bimbingan dan Konseling.
3. Wirausahawan yang memiliki kemampuan untuk membuka usaha sendiri maupun bekerja sama dengan orang lain untuk menghasilkan barang dan jasa yang berhubungan dengan pendidikan dan non kependidikan.

## **B. Hasil Penelitian**

Deskripsi hasil penelitian merupakan gambaran atau temuan data yang digunakan dalam suatu penelitian. Dalam pengujian deskripsi data ini peneliti mencoba untuk mengetahui gambaran atau kondisi responden yang menjadi sampel dalam penelitian ini melalui dari hasil wawancara dan observasi.

### **1. Biodata Informan**

Biodata subjek Mahasiswa BKPI dari keluarga *Broken home*

**a. Deskripsi Subjek SH**

Nama Lengkap : SH

Jenis Kelamin : Perempuan

**b. Deskripsi Subjek HAB**

Nama Lengkap : HAB

Jenis Kelamin : Laki-laki

**c. Deskripsi Subjek T**

Nama Lengkap : T

Jenis Kelamin : Perempuan

**d. Deskripsi Subjek F**

Nama Lengkap : F

Jenis Kelamin : Laki-laki

**e. Deskripsi Subjek MF**

Nama Lengkap : MF

Jenis Kelamin : Laki-laki

**f. Deskripsi Subjek N**

Nama Lengkap : N

Jenis Kelamin : Perempuan

**g. Deskripsi Subjek AZ**

Nama Lengkap : AZ

Jenis Kelamin : Perempuan

**h. Deskripsi Subjek AM**

Nama Lengkap : AM

Jenis Kelamin : Laki laki

## 2. Deskripsi Hasil Penelitian

Hasil wawancara subjek SH, HAB, T, F, MF, N, AZ, AM, dilakukan dimulai dari tanggal 20 Maret 2025 sampai dengan 10 April 2025.

### a. Analisis Konsep Diri Berdasarkan Tiga Aspek

#### 1) Psikologi

Psikologi untuk memahami, menjelaskan, dan memprediksi perilaku manusia serta memberikan solusi untuk masalah yang dihadapi. Subjek 1 berjenis SH adalah seorang perempuan berusia 23 tahun. Ia berasal dari keluarga *broken home* yang disebabkan oleh meninggalnya salah satu orang tuanya sejak kecil. Kehilangan tersebut membuatnya mengalami kesulitan dalam mengatur waktu, serta berdampak pada kestabilan konsep dirinya.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap SH, ketika diajukan pertanyaan mengenai psikolog, subjek memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>42</sup>

*“Untuk mempengaruhi diri motivasi belajar sejauh ini baik-baik saja dari keadaan yang broken home ini membuat saya lebih semangat dan termotivasi untuk membahagiakan orang tua saya karena tidak mungkin kita berlarut-larut dalam kesedihan.”*

*“Dengan cara tidak terlalu overthinking memikirkan hal yang seharusnya tidak perlu dipikirkan terus menerus karna mengingat kesehatan yang kadang naik turun jadi kita harus menjaga kesehatan dan mental kita,jika stress yaa saya mencari kesenangan dan menjalani hobi saya seperti bermain dengan teman<sup>2</sup> dan liburan.”*

*“Jika merasa kesulitan dan tidak fokus belajar, ya tetap saja jalani pelan pelan dan berusaha untuk fokus.”*

---

<sup>42</sup> SH. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswi BKPI, di UIN Antasari Banjarmasin, 20 Maret 2025.

Subjek kedua berinisial HAB, ia merupakan mahasiswa laki-laki berusia 21 tahun yang berasal dari keluarga *broken home*, ia mengalami tekanan psikologis yang mengganggu fokus belajarnya dan memengaruhi motivasi akademik. Hal ini dapat kita lihat berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada subjek HAB, ketika diajukan pertanyaan tentang psikologi, subjek memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>43</sup>

*“Pengalaman saya, Broken home cukup menguras pikiran saya dalam belajar dengan dampak kurang fokus dan sering melamun.”*

*“Mencoba memahami situasi dan kondisi keluarga dari pihak orang tua, mulai dari posisi ayah dan ibu lalu memperbanyak mendekatkan diri kepada Allah.”*

*“Terkadang fokus hilang dan teralihkan oleh pikiran.”*

Subjek ketiga berinisial T, subjek T adalah perempuan berusia 21 tahun. Ia berasal dari keluarga *broken home* akibat perceraian orang tuanya saat ia duduk di bangku kelas 6 SD. Sejak itu, ia berpindah-pindah tempat tinggal dan akhirnya tinggal bersama neneknya. Situasi ini memengaruhi kestabilan emosinya dan membuatnya cepat merasa jenuh. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada subjek T, ketika diajukan pertanyaan tentang psikologi, subjek memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>44</sup>

*“Broken home cukup mempengaruhi motivasi belajar saya, orang tua saya cerai dari saya kls 6 SD, saya pindah<sup>2</sup> tempat untuk tinggal dan berakhir menetap dengan nenek hingga sekarang, dulu saya belajar dengan giat, saya mempelajari semua hal, karena saya berpikir "saya harus bisa segala hal" hanya diri saya yang dapat saya andalkan. Namun lambat laun saya mulai jenuh juga hampa, sehingga untuk sekarang, saya hanya belajar semampu*

---

<sup>43</sup> HAB. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswa BKPI, Via WhatsApp, 24 Maret 2025.

<sup>44</sup> T. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswi BKPI, di UIN Antasari Banjarmasin, 26 Maret 2025.

*saya dan jika saya lelah yaa istirahat, saya tidak lagi memaksakan diri atau menggebu gebu dalam hal belajar, yaa sewajarnya saja.”*

*“mengatasi stress atau tekanan akademik, biasanya saya mengerjakan tugas semampu saya saja, istirahat, lalu di sambung nanti yang penting tidak keteteran, atau ngobrol<sup>2</sup> santai dengan teman dekat, selebihnya dengan mendengarkan musik.”*

*“sebenarnya untuk berkonsentrasi di kelas, itu tergantung situasi kelas saja, jika materi yang di bawakan dosen menarik saya bisa saja fokus dan agak aktif.”*

Subjek keempat berinisial F, ia adalah seorang mahasiswa laki-laki berusia 19 tahun yang berasal dari keluarga *broken home*. Ia mengalami kekurangan dukungan emosional dari orang tua, yang berdampak pada kemampuan membangun kepercayaan dan kestabilan emosi. Ia sering mencurahkan perasaan kepada guru sebagai bentuk coping terhadap pikiran yang kacau.

Hal tersebut dapat kita lihat berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, ketika diajukan pertanyaan tentang psikologi, subjek memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>45</sup>

*“Untuk saat ini saya berkeinginan dan berfokus pada meraih kesuksesan dan membanggakan orang tua, walaupun orang tua saya ini sudah bercerai atau sudah meninggal maka dari itu saya membuktikan bahwa bisa mengatasi segala masalah walaupun kurang nya semangat dan dukungan emosional dari orang tua.”*

*“Biasanya saya bercerita dengan guru yang ada di sekolahan supaya tidak terbawa pikiran yang kacau.”*

*“Kadang kala ada kepikiran kenapa di dalam keluarga saya ini ada masalah dan di satu sisi kita harus memahami materi pelajaran yang mana membuat pikiran jadi kacau.”*

Subjek kelima berinisial MF, mahasiswa laki-laki berusia 21 tahun yang berasal dari keluarga *broken home* ini tinggal bersama ibu tirinya. Meskipun hubungan mahasiswa terbilang baik, MF tetap merasa perlu menjaga jarak secara emosional dan lebih memilih fokus pada kebahagiaan dirinya sendiri. Ia tidak

---

<sup>45</sup> F. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswa BKPI, Via WhatsApp, 28 Maret 2025.

terlalu merasa dominan dalam keluarga, karena menurutnya setiap anggota keluarga telah memiliki kehidupan masing-masing. Kondisi keluarga ini turut memengaruhi cara pandangnya terhadap interaksi sosial dan peran dalam keluarga.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, ketika diajukan pertanyaan tentang psikologi, subjek memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>46</sup>

*“Kalau motivasi belajar ya. saya Merasa biasa aja juga, walaupun mengingat kondisi keluarga sekarang. Motivasi belajar saya yang ada adalah karena dipengaruhi faktor lain yaitu keinginan diri berkembang dan menjadi lebih baik daripada hari ini.”*

*“Untuk mengatasi stress saya cenderung melakukan hal-hal yang membuat diri saya nyaman terlebih dahulu, Seperti bermain game ataupun makan-makan, mendengarkan music, ataupun mencari pemandangan hamparan luas. Setelahnya saya akan memikirkan cara pemecahan masalahnya/mengerjakan tugas akademik dengan mengelola waktu agar tidak terlalu terdesak dan memiliki waktu istirahat yang cukup. Adapun ketika hal-hal hiburan yang diatas sebelumnya tidak mempan, solusi yang bisa bikin tenang adalah sholat tepat waktu dan berdoa, paling ampuh menurut saya.”*

*“Saya pernah merasa kesulitan untuk focus belajar dikarenakan pikiran2 hal lainnya, jadi saya mensugesti diri saya untuk menghilangkan pikiran-pikiran yang tidak perlu sekarang dan mencoba fokus dengan yang ada sekarang. saya juga cenderung memilih tempat duduk di depan dan jauh dari distraksi sumber suara kebisingan (yang berucap di belakang maksudnya).”*

Subjek keenam berinisial N, ia merupakan mahasiswa perempuan berusia 20 tahun yang berasal dari keluarga *broken home*, meskipun penyebab pastinya tidak dijelaskan secara rinci. Ia mengalami ketidakharmonisan dalam keluarganya, hal ini juga berdampak pada motivasi belajar dan kemampuan berinteraksi sosialnya. Ia mengalami kesulitan dalam mempercayai orang lain, merasa lebih nyaman menyendiri, dan hanya mengandalkan diri sendiri dalam menghadapi masalah.

---

<sup>46</sup> MF. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswa BKPI, Via WhatsApp, 3 April 2025.

Hal tersebut dapat kita lihat berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada subjek N, ketika diajukan pertanyaan tentang psikologi, subjek memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>47</sup>

*“Pengalaman broken home yang pernah saya alami karena banyak beberapa faktor, sehingga motivasi belajar lun sempat terganggu, nilai menurun bahkan hampir dibawah rata”.*

*“cara yang sayalakukan adalah mengatasi stress dalam akademik maupun situasi, lun mencari tempat untuk menyediri dan lebih berfokus ke diri sendiri dan mencoba berfikir positif dan melakukan hal positif.”*

*“pada saat lun merasa kesulitan untuk fokus saat belajar, lun mencoba mereleksasikan diri dengan cara melakukan hal yang lun suka terlebih dahulu, ntah mendengarkan lagu atau hal yg bermanfaat lainnya.”*

Subjek ketujuh berinisial AZ, ia adalah perempuan berusia 23 tahun yang baru saja mengalami perceraian orang tua sekitar empat bulan sebelum wawancara dilakukan. Situasi tersebut menimbulkan trauma emosional yang mendalam, membuatnya kehilangan rasa aman di rumah dan kesulitan menjalin kepercayaan dengan orang lain.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada subjek AZ, ketika diajukan pertanyaan tentang psikologi, subjek memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>48</sup>

*“Sangat mempengaruhi, saya berpikir untuk tidak mengerjakan bahkan tidak mau melanjutkan studi saya karena menurut saya sudah tidak ada lagi yg perlu saya bahagiakan atas gelar saya dan sudah tidak ada lagi yg menunggu saya mencapai itu.”*

*“Saya adalah tipe org yg kalau lagi stres saya pendam terlebih dahulu kalau saya sudah tidak kuat maka saya akan bercerita sampai menangis ke orang terdekat saya yang memang saya percaya atas cerita yang saya sampaikan.”*

*“Pikiran saya akan tidak fokus kalau tiba-tiba ada pemicu dipembelajaran, misalkan pembahasan yang dipelajari terkait hal-hal yang mungkin pernah saya alami hingga membuat saya trauma.”*

---

<sup>47</sup> N. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswi BKPI, di UIN Antasari Banjarmasin, 5 April 2025.

<sup>48</sup> AZ. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswi BKPI, di UIN Antasari Banjarmasin, 7 April 2025.

Subjek kedelapan berinisial AM, ia merupakan mahasiswa laki-laki berusia 21 tahun yang berasal dari keluarga *broken home* karena orang tuanya berpisah. Ia sempat mengalami masa-masa sulit, merasa tertutup, dan sulit mempercayai orang lain karena takut kehilangan.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada subjek AM, ketika diajukan pertanyaan tentang psikologi, subjek memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>49</sup>

*“Pengalaman broken home awalnya membuat motivasi belajarku menurun drastis. Aku merasa kehilangan arah dan sempat berpikir, “Untuk apa aku belajar keras kalau kondisi keluargaku seperti ini?” Tapi seiring waktu, aku mulai menjadikan itu sebagai pemicu. Aku ingin membuktikan pada diriku sendiri bahwa aku bisa berhasil walau situasi keluargaku tidak ideal.”*

*“Aku belajar untuk membagi fokus dan menetapkan batas antara urusan pribadi dan akademik. Saat stres datang, aku menenangkan diri dengan menulis jurnal, mendengarkan musik, atau berbicara dengan teman dekat. Kadang juga aku mencari tempat sepi untuk menenangkan pikiran sebelum kembali belajar.”*

*“Iya, sering kali aku sulit fokus terutama saat ada masalah di rumah. Pikiran jadi bercabang, dan sulit menangkap materi. Tapi aku mencoba mengatasinya dengan mencatat hal-hal penting dan mahasiswa materi kuliah agar bisa dipelajari ulang saat suasana hati sudah lebih tenang.”*

Psikologi subjek SH merasa termotivasi untuk belajar meskipun berasal dari latar belakang *broken home*. Mahasiswa berusaha untuk tidak terjebak dalam kesedihan dan lebih fokus pada kebahagiaan orang tua. Penulis menghindari overthinking dan menjaga kesehatan mental dengan melakukan hobi dan bersosialisasi. Ketika menghadapi kesulitan dalam belajar, mahasiswa memilih untuk melakukannya secara perlahan dan tetap berusaha fokus.

---

<sup>49</sup> AM. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswa BKPI, Via WhatsApp, 10 April 2025.

Psikologi subjek HAB mengalami kesulitan dalam belajar akibat latar belakang *broken home*, yang menyebabkan kurangnya fokus dan sering melamun. Mahasiswa berusaha memahami situasi keluarga dan mendekati diri kepada Allah, meskipun terkadang pikiran masih mengalihkan perhatian dari fokus belajar.

Psikologi subjek A dengan *broken home* telah mempengaruhi motivasi belajarnya. Setelah orang tuanya bercerai saat kelas 6 SD, penulis berpindah-pindah tempat tinggal dan akhirnya menetap dengan nenek. Meskipun awalnya belajar dengan giat, penulis merasa jenuh dan hampa seiring waktu. Saat ini, mahasiswa belajar sesuai kemampuan dan tidak memaksakan diri. Untuk mengatasi stres akademik, penulis mengerjakan tugas semampunya, beristirahat, dan bersosialisasi dengan teman, serta mendengarkan musik. Konsentrasi di kelas tergantung pada materi yang diajarkan; jika menarik, penulis bisa lebih fokus dan aktif.

Psikologi subjek F berfokus pada meraih kesuksesan dan membanggakan orang tua, meskipun mahasiswa sudah bercerai atau meninggal. Penulis berusaha membuktikan bahwa mahasiswa bisa mengatasi berbagai masalah meskipun kurang mendapatkan semangat dan dukungan emosional dari orang tua. Untuk mengatasi pikiran yang kacau, penulis sering bercerita dengan guru di sekolah. Namun, penulis juga kadang merasa bingung dengan masalah dalam keluarga yang mengganggu konsentrasi dalam memahami materi pelajaran.

Psikologi subjek MF Penulis merasa motivasi belajarnya biasa saja meskipun menyadari kondisi keluarga. Motivasi tersebut berasal dari keinginan untuk berkembang dan menjadi lebih baik. Untuk mengatasi stres, penulis melakukan aktivitas yang membuat nyaman, seperti bermain game, makan,

mendengarkan musik, atau menikmati pemandangan. Setelah itu, penulis mengelola waktu untuk menyelesaikan tugas akademik agar tidak terburu-buru dan memiliki waktu istirahat yang cukup. Jika cara-cara tersebut tidak efektif, penulis menemukan ketenangan melalui sholat dan berdoa. Penulis juga mengalami kesulitan fokus belajar karena pikiran lain, sehingga mahasiswa berusaha menghilangkan pikiran yang tidak perlu dan memilih tempat duduk yang jauh dari kebisingan untuk meningkatkan konsentrasi.

Psikologi subjek N Pengalaman *broken home* yang dialami penulis telah mengganggu motivasi belajarnya, menyebabkan penurunan nilai. Untuk mengatasi stres akademik dan situasi tersebut, penulis mencari waktu untuk menyendiri, fokus pada diri sendiri, dan berpikir positif. Ketika kesulitan fokus belajar, penulis merefleksikan diri dengan melakukan aktivitas yang disukai, seperti mendengarkan musik atau hal-hal bermanfaat lainnya.

Psikologi Az Pengalaman penulis sangat mempengaruhi motivasi untuk melanjutkan studi, hingga merasa tidak ada lagi yang perlu dibahagiakan dengan gelar yang dicapai. Penulis cenderung memendam stres hingga tidak kuat, kemudian bercerita kepada orang terdekat yang dipercaya. Selain itu, penulis mengalami kesulitan fokus saat belajar jika ada pemicu yang mengingatkan pada pengalaman traumatis.

Psikologi subjek AM Pengalaman *broken home* awalnya membuat motivasi belajar penulis menurun drastis, dengan perasaan kehilangan arah dan mempertanyakan tujuan belajar. Namun, seiring waktu, penulis menjadikannya sebagai pemicu untuk membuktikan diri bahwa mahasiswa bisa berhasil meskipun

dalam situasi keluarga yang tidak ideal. Penulis belajar membagi fokus antara urusan pribadi dan akademik, serta mengatasi stres dengan menulis jurnal, mendengarkan musik, atau berbicara dengan teman dekat. Ketika sulit fokus karena masalah di rumah, penulis mencatat hal-hal penting dan mahasiswa materi kuliah untuk dipelajari ulang saat suasana hati lebih tenang.

## 2) Sosial

Pengertian sosial merujuk pada interaksi, hubungan, dan struktur yang terbentuk di antara individu dalam suatu masyarakat. Istilah ini mencakup berbagai aspek, termasuk norma, nilai, budaya, dan institusi yang mempengaruhi perilaku dan interaksi manusia. Dalam konteks sosiologi, pengertian sosial juga mencakup cara individu berinteraksi dengan kelompok dan bagaimana kelompok tersebut berfungsi dalam masyarakat yang lebih luas. Ketika diajukan pertanyaan tentang sosial, subjek SH memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>50</sup>

*“Pengalaman broken home mempengaruhi cara berinteraksi dengan orang lain itu sejauh ini saya baik baik saja , tetapi saya orang nya memang harus memilih dengan berinteraksi dan berteman dikuliah yaitu dengan orang yang memperlakukan saya dengan baik dan bisa menjaga kepercayaan saya.”*

*“Perubahan yang saya alami ya saat ini saya lebih bisa mandiri karena kehilangan seorang ayah,karena dulu saya anak yang manja sekali tpi sekarang saya sudah bisa berusaha untuk menjadi anak yang mandiri.”*

*“Dukungan yang paling saya butuhkan yaitu dukungan atau support dri orang tua dan juga keluarga besar saya seperti nenek dan tante saya yang sangat mensupport saya selalu, lalu yang kedua teman dekat saya.”*

Ketika diajukan pertanyaan tentang sosial, subjek HAB memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>51</sup>

---

<sup>50</sup> SH. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswi BKPI, di UIN Antasari Banjarmasin, 20 Maret 2025.

<sup>51</sup> HAB. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswa BKPI, Via WhatsApp, 24 Maret 2025.

*“Sangat mempengaruhi dalam kepercayaan kepada orang lain karena tidak akan mudah untuk mempercayai orang dengan Kata maupun perilaku orang lain terhadap saya.”*

*“Perubahan peran dalam keluarga tentu ada namun tidak terlalu banyak, perubahan di pertemanan hanya berada pada perasaan saya terhadap melihat teman namun selalu ingat akan bahwa mungkin ada saja orang lain yg lebih kurang beruntung.”*

*“Penguatan hati akan penerimaan keadaan.”*

Ketika diajukan pertanyaan tentang sosial, subjek T memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>52</sup>

*“untuk berinteraksi yaa saya hanya berbicara jika perlu dan penting<sup>2</sup> saja, mungkin klo agak banyak berbicara hanya dengan orang<sup>2</sup> terdekat saja, kepercayaan? saya orang yg cukup percaya diri, tapi saya bukan orang yang mudah percaya dengan orang lain, karena menurut saya kita harus hati<sup>2</sup> dengan siapa yang kita percayai.”*

*“perubahan, saya merasa lebih kuat dan mandiri, terkadang terkesan bodo amat dan mungkin agak keras dengan diri sendiri.”*

*“sudah terbiasa aja dengan keadaan sekarang, lebih perlunya uang saja.”*

Ketika diajukan pertanyaan tentang sosial, subjek F memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>53</sup>

*“Kita itu harus memberikan kesempatan kepada orang lain untuk dipercaya walaupun butuh waktu dan jangan jua terlalu percaya sepenuhnya.”*

*“Saya merasa menjadi mandiri dan lebih dewasa apalagi dalam menghadapi Masalah apalagi dalam pertemanan itu kita harus saling memahami dan memberikan dukungan.”*

*“Butuh perhatian dan mendengarkan apa yang ulun ceritakan itu sdh sangat membantu”*

Ketika diajukan pertanyaan tentang sosial, subjek MF memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>54</sup>

*“Ya biasa saja ya interaksinya, kalau menyerahkan kepercayaan saya mempertimbangkan kebiasaan orang tersebut terlebih dahulu, tentunya saya mencoba husnuzon terlepas dari kebiasaan orang itu diketahui kurang mungkin menurut saya. Saya juga merasa lebih berhati-hati pada interaksi wanita ya, maksudnya jangan sampai ke hati dan juga jangan sampai*

---

<sup>52</sup> T. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswi BKPI, di UIN Antasari Banjarmasin, 26 Maret 2025.

<sup>53</sup> F. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswa BKPI, Via WhatsApp, 28 Maret 2025.

<sup>54</sup> MF. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswa BKPI, Via WhatsApp, 3 April 2025.

*menyakitinya, soalnya sensitive sangat ya, etentitas ini. Oh ya, saya juga hati-hati karena mengingat Ibu tiri, beliau baik, tapi ya.. adalah.”*

*“Saya merasa peran saya biasa aja ya walaupun saya posisinya anak tertua, karena saya merasa masing-masing keluarga saya sudah ada kebahagiaannya gitu, baik keluarga ayah saya ataupun keluarga Ibu dan adik2 saya. Saya pikir, focus pada kebahagiaan diri sendiri aja lagi. Lain halnya apabila saya yang menjadi tulang punggung, tapi ya tadi, masing2 keluarga Allhamduillah aman saja.”*

*“Saya mungkin hanya ingin jauh dari hal-hal yang mungkin menyebabkan konflik ya, baik itu kepercayaan ataupun prasangka buruk dari orang lain, itu saja.”*

Ketika diajukan pertanyaan tentang sosial, subjek N memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>55</sup>

*“Pengalaman tersebut sempat membuat lun merasa trust issue bahkan bisa juga disebut lebih percaya ke diri sendiri dan merasa hanya diri sendiri yang bisa diandalkan, sehingga interaksi dengan orang lain sempat terganggu dan lun mencoba untuk membuka diri lagi dan menyaring pada saat interaksi dengan orang lain meskipun itu cara yang sangat lambat.”*

*“Perubahan yang dialami pada saat di keluarga dan teman pastinya membuat adanya jarak untuk diri sendiri dan merasa nyaman ketika tidak ada orang lain.”*

*“Dukungan seperti dibela, dihargai bahkan di dengarka.”*

Ketika diajukan pertanyaan tentang sosial, subjek AZ memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>56</sup>

*“Sebenarnya saya menjadi anak broken home hanya 4 bulan kebelakang ini jadi atau semenjak saya jadi mahasiswa akhir maka dari itu tidak terlalu mempengaruhi saya dalam berinteraksi dengan orang lain yang memang sudah saya kenal terkecuali kepada orang baru yang saya kenal atau mencoba kenal saya maka saya akan membangun kepercayaan yang sulit, karena membuat saya percaya membutuhkan waktu yang lama dan pembuktiaan yang memang nyata.”*

*“Saya merasa ada perubahan peran dikeluarga adalah ketika saya pulang kerumah dan sudah tidak ada ibu saya yang menyambut saya ketika saya pulang kerumah, memasak saya makanan kesukaan saya, menemani saya dirumah, saya merasa banyak peran yang banyak berubah dan sulit untuk saya pahami, banyak pertanyaan-pertanyana yang awalnya saya tidak bisa mendapatkan jawabannya namun setelah berjalannya waktu saya*

---

<sup>55</sup> N. Wawancara Pribadi, Mahasiswi BKPI, di UIN Antasari Banjarmasin, 5 April 2025.

<sup>56</sup> AZ. Wawancara Pribadi, Mahasiswi BKPI, di UIN Antasari Banjarmasin, 7 April 2025.

*mendapatkan jawaban dan mulai terbiasa akan hal itu. Untuk pertemanan tidak ada perubahan yang sangat signifikan karna tidak semua orang mengetahui kalau saya jadi anak broken home walaupun ada yang tau pasti teman-teman selalu menyemangati dan mengatakan kalau semua ini akan baik-baik saja dan saya adalah anak yang hebat dan kuat, mahasiswa juga meminta saya untuk tidak memendam apapun ceritakan saja ke mahasiswa.”*  
*“Saya tidak memerlukan dukungan yang khusus, saya cuman mau tidak ada perlakuan yang berbeda atau perubahan karna bagi saya yang penting mahasiswa ada waktu untuk saya ketika saya ingin pulang, bercerita, menangis dan lain-lain”*

Ketika diajukan pertanyaan tentang sosial, subjek AM memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>57</sup>

*“Awalnya, aku jadi lebih tertutup dan sulit percaya dengan orang lain. Aku takut mahasiswa akan meninggalkanku atau menghakimi. Tapi perlahan aku belajar membuka diri, karena ternyata ada juga orang-orang yang benar-benar peduli dan mau mendengarkan tanpa menghakimi.*  
*“Aku jadi lebih dewasa dalam waktu singkat. Kadang harus menjadi penengah antara orang tua, atau mengambil peran sebagai ‘pengganti’ yang hilang di rumah. Dalam pertemanan, aku juga lebih peka terhadap perasaan orang lain karena tahu rasanya menahan beban sendiri.”*  
*“Yang paling aku butuhkan adalah pengertian dan kehadiran. Aku tidak selalu butuh solusi, tapi aku butuh didengarkan. Cukup dengan kehadiran yang tulus, tanpa menghakimi, itu sudah sangat membantu.”*

Sosial subjek S Pengalaman *broken home* mempengaruhi cara saya berinteraksi dengan orang lain, sehingga saya lebih selektif dalam memilih teman di kuliah, hanya bergaul dengan orang yang memperlakukan saya dengan baik dan dapat dipercaya. Saya juga mengalami perubahan menjadi lebih mandiri setelah kehilangan ayah, mengingat sebelumnya saya adalah anak yang manja. Dukungan yang saya butuhkan berasal dari orang tua, keluarga besar seperti nenek dan tante, serta teman dekat yang selalu mendukung saya.

---

<sup>57</sup> AM. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswa BKPI, Via WhatsApp, 10 April 2025.

Sosial subjek HAB Pengalaman ini sangat mempengaruhi kepercayaan saya kepada orang lain, membuat saya sulit untuk mempercayai kata-kata dan perilaku mahasiswa. Meskipun ada perubahan peran dalam keluarga, dampaknya tidak terlalu signifikan. Dalam pertemanan, saya lebih peka terhadap perasaan saya dan selalu ingat bahwa ada orang lain yang mungkin kurang beruntung. Saya berusaha menguatkan hati untuk menerima keadaan.

Sosial subjek T Dalam berinteraksi, saya cenderung berbicara hanya jika perlu dan lebih banyak berbicara dengan orang-orang terdekat. Meskipun saya cukup percaya diri, saya tidak mudah mempercayai orang lain dan lebih berhati-hati dalam memilih siapa yang dapat dipercaya. Saya merasa lebih kuat dan mandiri, meskipun terkadang terkesan acuh dan keras pada diri sendiri. Saya sudah terbiasa dengan keadaan sekarang, dan lebih memprioritaskan kebutuhan finansial.

Sosial subjek F Kita perlu memberikan kesempatan kepada orang lain untuk mendapatkan kepercayaan, meskipun itu memerlukan waktu, dan tidak boleh sepenuhnya percaya. Saya merasa lebih mandiri dan dewasa, terutama dalam menghadapi masalah, dan dalam pertemanan, penting untuk saling memahami dan memberikan dukungan. Perhatian dan mendengarkan cerita saya sangat membantu.

Sosial subjek MF Interaksi saya biasa saja, dan dalam memberikan kepercayaan, saya mempertimbangkan kebiasaan orang tersebut sambil berusaha berpikir positif, meskipun ada kebiasaan yang kurang baik. Saya lebih berhati-hati dalam berinteraksi dengan wanita agar tidak menyakiti perasaan mahasiswa, mengingat sensitivitas yang ada, serta pengalaman dengan ibu tiri yang meskipun baik, tetap ada pertimbangan. Sebagai anak tertua, saya merasa peran saya biasa

saja karena masing-masing anggota keluarga sudah menemukan kebahagiaan mahasiswa, baik di keluarga ayah maupun ibu. Saya lebih memilih fokus pada kebahagiaan diri sendiri, dan ingin menjauh dari hal-hal yang dapat menyebabkan konflik, baik dalam hal kepercayaan maupun prasangka buruk dari orang lain.

Sosial subjek N Pengalaman tersebut membuat saya mengalami trust issue, sehingga saya lebih percaya pada diri sendiri dan merasa hanya diri sendiri yang dapat diandalkan. Hal ini mengganggu interaksi dengan orang lain, tetapi saya berusaha membuka diri dan menyaring interaksi meskipun prosesnya lambat. Perubahan dalam hubungan dengan keluarga dan teman menciptakan jarak, dan saya merasa lebih nyaman ketika sendirian. Dukungan yang saya butuhkan meliputi perasaan dibela, dihargai, dan didengarkan.

Sosial subjek AZ Saya baru menjadi anak *broken home* sekitar 4 bulan yang lalu, dan sebagai mahasiswa akhir, hal ini tidak terlalu mempengaruhi interaksi saya dengan orang-orang yang sudah saya kenal. Namun, saya kesulitan membangun kepercayaan dengan orang baru. Perubahan peran dalam keluarga terasa ketika saya pulang dan tidak ada ibu yang menyambut atau memasak untuk saya, tetapi saya mulai terbiasa seiring waktu. Dalam pertemanan, tidak ada perubahan signifikan karena tidak semua teman tahu situasi saya, tetapi mahasiswa selalu mendukung dan menyemangati saya untuk berbagi perasaan. Saya tidak memerlukan dukungan khusus, hanya berharap agar tidak ada perlakuan berbeda dan ingin teman-teman ada untuk saya saat saya ingin bercerita atau menangis.

Sosial subjek AM Awalnya, penulis menjadi lebih tertutup dan sulit percaya pada orang lain karena takut ditinggalkan atau dihakimi. Namun, seiring waktu,

penulis belajar membuka diri dan menemukan bahwa ada orang-orang yang peduli dan mau mendengarkan tanpa menghakimi. Pengalaman ini membuat penulis lebih dewasa, terkadang berperan sebagai penengah antara orang tua atau sebagai 'pengganti' yang hilang di rumah. Dalam pertemanan, penulis menjadi lebih peka terhadap perasaan orang lain karena memahami rasanya menahan beban sendiri. Penulis menyadari bahwa yang paling dibutuhkan adalah pengertian dan kehadiran, bukan selalu solusi, melainkan didengarkan dengan tulus tanpa penilaian.

### 3) Fisik

Fisik merujuk pada segala sesuatu yang berkaitan dengan aspek material atau tubuh, termasuk struktur, bentuk, dan sifat-sifat materi. Dalam konteks ilmu pengetahuan, fisik sering kali merujuk pada cabang ilmu yang mempelajari sifat dan perilaku materi serta energi, termasuk mekanika, termodinamika, elektromagnetisme, dan fisika kuantum. Ketika diajukan pertanyaan tentang fisik, subjek SH memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>58</sup>

*“Untuk dampak ke kesehatan fisik sih tidak ada dan pola tidur juga tidak ada masih baik baik saja, kalo nafsu makan kadang lebih berpengaruh kalo saya kepikiran dan merasa sedih.”*

*“Tetap menjaga pola makan dan istirahat yang cukup, tidak terlalu mau memaksakan diri yang membuat fisik kita lelah.”*

*“Tampil seadanya sesuai budget yang kita miliki dan tetap jadi diri sendiri jangan ikut ikutan orang lain atau fomo. Karena kalo kit selalu mengikuti tren dan gaya akan membuat kita cape sendiri.”*

Ketika diajukan pertanyaan tentang fisik, subjek HAB memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>59</sup>

*“Tidak terlalu berdampak pada fisik, pola tidur dan nafsu makan.”*

---

<sup>58</sup> SH. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswi BKPI, di UIN Antasari Banjarmasin, 20 Maret 2025.

<sup>59</sup> HAB. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswa BKPI, Via WhatsApp, 24 Maret 2025.

*“Rutin berolahraga dan Banyak berteman.”*

*“selalu Memotivasi diri, Semua yang terjadi memiliki tujuan tersendiri dengan membayangkan didikan orang tua dan didikan alam yang menTakdirkan semua hal berjalan sesuai dengan tujuan baik dari Tuhan.”*

Ketika diajukan pertanyaan tentang fisik, subjek T memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>60</sup>

*“paling pola tidur saja yang berantakan, tapi itu dulu, sekarang sudah agak berkurang.”*

*“kontrol diri itu paling penting, jadi istirahat kalau lelah, makan kalau lapar, tidur kalau ngantuk, yaa sewajarnya aja asal jangan sampai keteteran kuliahnya jadi harus di imbangi.”*

*“mengabaikan sudut pandang orang, kendalikan apa yang bisa di kendalikan, kek sudut pandang orang itu di luar kendali kita, dan cukup ubah apa yang emg seharusnya di ubah, selebihnya belajar menghargai diri sendiri.”*

Ketika diajukan pertanyaan tentang fisik, subjek F memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>61</sup>

*“Saat saya stress yang membuat saya tidak nafsu makan.”*

*“Manajemen waktu dan menjaga pola tidur yang sehat dan makan yang teratur.”*

*“Berusaha menerima apa yang ada di diri saya pribadi dan fokus apa yang saya impikan pada saat ini.”*

Ketika diajukan pertanyaan tentang fisik, subjek MF memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>62</sup>

*“Ketika saya tinggal bersama Ayah dan Ibu tiri, saya kadang kesulitan tidur, ataupun bisa tidur cepat, walaupun ada tidur cepat ujungnya itu akan saya akan bangun pukul 2 malam sampai pagi. Tapi untuk sekarang di masa perkuliahan pola tidur dan makan yang tidak teratur disebabkan oleh hal lain ya, saya merasa tidak ada hubungannya dengan pengalaman broken home sebelumnya. Dan untuk sekarang, saya juga sedang mencoba makan secara teratur walaupun sedikit, mencoba membiasakan, dan juga tidur dibawah pukul 12 malam.”*

*“Saya juga sedang mencoba membiasakan diri untuk berolahraga minimal 3x seminggu setiap pagi ataupun sore. Saya juga lebih membiasakan untuk*

---

<sup>60</sup> T. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswi BKPI, di UIN Antasari Banjarmasin, 26 Maret 2025.

<sup>61</sup> F. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswa BKPI, Via WhatsApp, 28 Maret 2025.

<sup>62</sup> MF. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswa BKPI, Via WhatsApp, 3 April 2025

*berjalan kaki ketika ingin membeli sesuatu di daerah sekitar selama radiusnya dibawah 1km.”*

*“Saya tidak membandingkan penampilan diri dengan orang lain, karena saya percaya setiap orang memiliki keunikannya tersendiri, saya memilih pakaian yang menurut saya nyaman dan sesuai dengan ciri sendiri, selama itu tidak melanggar peraturan yang ada, saya juga mencoba tuk selalu berjalan tegap dan tersenyum (walau kadang lupa senyumnya ini, karena respon orang lain sering cemberut.”*

Ketika diajukan pertanyaan tentang fisik, subjek N memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>63</sup>

*“Dampak kesehatan fisik pada saat pengalaman broken home membuat fisik lun menurun, seperti sering mengalami insomnia, types, gangguan pencernaan, bahkan stress yang berlebihan.”*

*“menjaga fisik pada saat jadwal kuliah padat biasanya lun akan menjaga pola makan atau mengonsumsi beberapa vitamin dan istirahat yang cukup.”*

*“cara lun merasa nyaman dan percaya diri dengan penampilan saat ini adalah dengan cara menghargai diri lun sendiri, tidak memikirkan standar yang bagaimana seharusnya seperti orang”, dan tida terlalu memikirkan apa perkataan orang lain apabila diri sendiri sudah merasa cukup nyaman dan percaya diri (self-love).”*

Ketika diajukan pertanyaan tentang fisik, subjek AZ memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>64</sup>

*“Sangat berdampak bagi pola tidur saya yang menjadi berantakan yang juga menyebabkan kesehatan fisik saya terganggu seperti saya sering pusing, demam, dan lemas, untuk nafsu makan sedikit terganggu kalau saat saya kepikiran saja terlebih dari itu saya makan dengan normal.”*

*“Saya sudah mahasiswa akhir yang sudah tidak ada mata kuliah yang mengharuskan saya ke kampus jadi menurut saya pertanyaan ini tidak tertuju untuk saya.”*

*“Caranya adalah nikmati saja semua hal yang memang sudah ditakdirkan untuk kita meskipun itu semua diluar kendala bahkan diluar keiinginan kita memang, tidak semua orang mampu berpikiran atau menjalani apa yang saya katakan tapi, percayalah jadi anak broken home tidak seburuk itu kalau kalian mampu menerima hal tersebut dengan pikiran dan perasaan yang positif dan pikiran yang positif juga.”*

---

<sup>63</sup> N. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswi BKPI, di UIN Antasari Banjarmasin, 5 April 2025.

<sup>64</sup> AZ. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswi BKPI, di UIN Antasari Banjarmasin, 7 April 2025.

Ketika diajukan pertanyaan tentang fisik, subjek AM memberikan jawaban sebagai berikut:<sup>65</sup>

*“Dampaknya cukup terasa. Aku sering insomnia karena terlalu banyak berpikir, dan kadang nafsu makan menurun drastis saat suasana hati buruk. Tapi aku mulai mencoba rutin menjaga pola makan dan tidur, meski tidak selalu berhasil.”*

*“Aku mencoba olahraga ringan seperti stretching atau jalan kaki. Aku juga mengatur waktu tidur meski tidak lama, tapi cukup berkualitas. Selain itu, aku berusaha minum cukup air dan tidak melewatkan makan, walau sesederhana roti atau buah.*

*“Aku mulai menerima bahwa penampilan bukan segalanya.” Yang penting adalah bagaimana aku merawat diriku. Aku mencoba tampil rapi dan bersih, dan itu cukup untuk membuatku merasa lebih percaya diri, meski tidak selalu sempurna.”*

Fisik subjek SH Dampak terhadap kesehatan fisik saya tidak ada, dan pola tidur tetap baik. Namun, nafsu makan kadang terpengaruh saat saya merasa sedih. Saya berusaha menjaga pola makan dan istirahat yang cukup, serta tidak memaksakan diri agar tidak kelelahan. Saya juga berusaha tampil sesuai dengan budget yang dimiliki dan tetap menjadi diri sendiri, tanpa mengikuti tren atau gaya orang lain, karena hal itu dapat membuat saya merasa lelah.

Fisik subjek HAB Tidak ada dampak signifikan pada fisik, pola tidur, dan nafsu makan. Saya rutin berolahraga, banyak berteman, dan selalu memotivasi diri. Saya percaya bahwa semua yang terjadi memiliki tujuan tersendiri, dipengaruhi oleh didikan orang tua dan alam, serta ditakdirkan untuk berjalan sesuai dengan rencana baik dari Tuhan.

Fisik subjek T Pola tidur saya sempat berantakan, tetapi sekarang sudah membaik. Kontrol diri sangat penting; saya berusaha untuk istirahat saat lelah,

---

<sup>65</sup> AM. *Wawancara Pribadi*, Mahasiswa BKPI, Via WhatsApp, 10 April 2025.

makan saat lapar, dan tidur saat mengantuk, sambil tetap menjaga keseimbangan dengan kuliah. Saya juga berusaha mengabaikan sudut pandang orang lain dan fokus pada hal-hal yang bisa saya kendalikan, serta belajar untuk menghargai diri sendiri.

Fisik subjek F Saat stres, saya kehilangan nafsu makan. Oleh karena itu, saya berusaha untuk mengelola waktu, menjaga pola tidur yang sehat, dan makan secara teratur. Saya juga berusaha menerima diri sendiri dan fokus pada impian yang saya miliki saat ini.

Fisik subjek MF ketika tinggal bersama ayah dan ibu tiri, saya kadang kesulitan tidur, meskipun bisa tidur cepat, saya sering terbangun sekitar pukul 2 malam. Saat ini, pola tidur dan makan saya tidak teratur karena faktor lain, dan saya merasa tidak ada hubungannya dengan pengalaman *broken home* sebelumnya. Saya sedang berusaha untuk makan secara teratur, tidur sebelum pukul 12 malam, dan berolahraga minimal tiga kali seminggu. Saya juga membiasakan diri untuk berjalan kaki jika jaraknya di bawah 1 km. Saya tidak membandingkan penampilan diri dengan orang lain, percaya bahwa setiap orang memiliki keunikan tersendiri, dan memilih pakaian yang nyaman sesuai dengan diri saya. Saya berusaha untuk selalu berjalan tegap dan tersenyum, meskipun kadang lupa tersenyum karena respon orang lain yang sering cemberut.

Fisik subjek N Pengalaman *broken home* berdampak negatif pada kesehatan fisik saya, seperti insomnia, gangguan pencernaan, dan stres berlebihan. Saat jadwal kuliah padat, saya berusaha menjaga pola makan, mengonsumsi vitamin, dan cukup istirahat. Untuk merasa nyaman dan percaya diri dengan penampilan,

saya menghargai diri sendiri dan tidak terpengaruh oleh standar orang lain atau perkataan orang lain, fokus pada self-love.

Fisik subjek AZ Pengalaman saya sangat berdampak pada pola tidur yang berantakan, yang mengganggu kesehatan fisik, seperti sering pusing, demam, dan lemas. Nafsu makan saya sedikit terganggu saat saya memikirkan sesuatu, tetapi saya tetap makan dengan normal. Sebagai mahasiswa akhir tanpa mata kuliah yang mengharuskan ke kampus, saya merasa pertanyaan ini tidak relevan untuk saya. Saya percaya bahwa kita harus menikmati segala hal yang ditakdirkan untuk kita, meskipun itu di luar kendali dan keinginan. Menjadi anak *broken home* tidak seburuk yang dibayangkan jika kita mampu menerima dengan pikiran dan perasaan positif.

Fisik subjek AM Dampak dari situasi yang saya alami cukup terasa, seperti sering insomnia akibat terlalu banyak berpikir dan penurunan nafsu makan saat suasana hati buruk. Saya berusaha menjaga pola makan dan tidur secara rutin, meskipun tidak selalu berhasil. Saya mencoba olahraga ringan seperti stretching dan jalan kaki, serta mengatur waktu tidur agar berkualitas meski tidak lama. Saya juga berusaha minum cukup air dan tidak melewatkan makan, meskipun hanya makanan sederhana seperti roti atau buah. Saya mulai menerima bahwa penampilan bukan segalanya; yang terpenting adalah merawat diri. Saya berusaha tampil rapi dan bersih, yang membantu meningkatkan rasa percaya diri meskipun tidak selalu sempurna.

Untuk memperkuat data hasil wawancara, peneliti juga melakukan observasi terhadap perilaku, ekspresi, dan sikap subjek dalam berbagai situasi sosial

dan akademik. Observasi ini meliputi aspek psikologis, sosial, dan emosional yang berkaitan dengan pembentukan konsep diri mahasiswa dari keluarga *broken home*.

Adapun hasil pengamatan tersebut dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 4. 2 Hasil Observasi dan Wawancara

| No. | Nama | Aspek Konsep Diri             | Indikator Yang Diamati                              | Hasil Observasi                                     |
|-----|------|-------------------------------|---|---|
| 1   | SH   | Psikologis<br>Sosial<br>Fisik | Motivasi belajar,<br>kestabilan emosi               | Menunjukkan motivasi tinggi walau kadang murung     |
| 2   | HAB  | Psikologi<br>Sosial<br>Fisik  | Interaksi dengan teman, keterlibatan dalam kelompok | Cenderung pendiam dan menghindari diskusi kelompok  |
| 3   | T    | Psikologis<br>Sosial<br>Fisik | Fokus belajar, kepercayaan diri, hubungan sosial    | Sulit konsentrasi saat belajar, kurang percaya diri |
| 4   | F    | Psikologi<br>Sosial<br>Fisik  | Kepercayaan terhadap orang lain                     | Sulit membuka diri, curiga terhadap teman sekelas   |
| 5   | MF   | Psikologis<br>Sosial<br>fisik | Motivasi dan fokus belajar                          | Fokus kurang, sering menyendiri                     |
| 6   | N    | Psikologi<br>Sosial<br>Fisik  | Ekspresi emosi, kestabilan perasaan                 | Sering terlihat murung, mudah tersinggung           |
| 7   | AZ   | Psikologi<br>Sosial<br>Fisik  | Trauma, kepercayaan terhadap orang                  | Menutup diri, sulit berinteraksi                    |
| 8   | AM   | Psikologis<br>Sosial<br>Fisik | Respon terhadap tekanan, hubungan sosial            | Lebih tenang, tapi kurang aktif dalam forum sosial  |

### **b. Hasil Analisis Dari Observasi dan Wawancara**

Berdasarkan pengamatan terhadap pengalaman dan pandangan yang disampaikan, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

Dari hasil observasi peneliti, dari subjek SH Pengalaman keluarga yang kurang harmonis (*broken home*) justru menjadi pendorong yang kuat untuk meningkatkan semangat dan motivasi belajar. Individu memiliki kesadaran untuk tidak terlarut dalam kesedihan dan memilih fokus untuk membahagiakan orang tua. Ini menunjukkan adanya resiliensi dan kemampuan untuk mengubah kesulitan menjadi motivasi positif.

Subjek memiliki mekanisme koping yang sehat dalam menghadapi tekanan mental, yaitu dengan menghindari overthinking dan memprioritaskan kesehatan fisik dan mental. Mencari kesenangan melalui hobi dan interaksi sosial dengan teman menjadi cara efektif untuk mengelola stres. Dalam menghadapi kesulitan dan kurang fokus saat belajar, individu memilih pendekatan yang realistis dengan tetap berusaha secara bertahap. Hal ini menunjukkan kesabaran dan pemahaman terhadap proses belajar yang tidak selalu linier.

Pengalaman *broken home* tidak secara signifikan memengaruhi kemampuan berinteraksi secara umum, namun individu menjadi lebih selektif dalam memilih teman di lingkungan perkuliahan. Prioritas diberikan kepada orang-orang yang memberikan perlakuan baik dan dapat dipercaya. Ini menunjukkan adanya kehati-hatian dalam membangun relasi. Kehilangan sosok ayah membawa perubahan signifikan dalam hal kemandirian. Individu yang sebelumnya merasa manja kini

berusaha untuk menjadi lebih mandiri. Ini menunjukkan adanya proses adaptasi dan pertumbuhan pribadi sebagai respons terhadap perubahan hidup.

Dukungan emosional dari orang tua, keluarga besar (nenek dan tante), serta teman dekat dinilai sangat penting. Hal ini menggarisbawahi peran signifikan dari support system dalam menghadapi tantangan hidup. Secara umum, tidak ada dampak signifikan pada kesehatan fisik dan pola tidur. Namun, nafsu makan dapat terpengaruh oleh pikiran dan perasaan sedih. Ini menunjukkan adanya keterkaitan antara kondisi emosional dan aspek fisik tertentu. Individu memiliki pemahaman yang baik tentang pentingnya menjaga pola makan dan istirahat yang cukup, serta menghindari memaksakan diri secara fisik.

Individu memiliki pandangan yang bijak terhadap penampilan, yaitu dengan tampil sesuai kemampuan finansial dan mengutamakan menjadi diri sendiri daripada mengikuti tren secara berlebihan. Ini mencerminkan kemandirian dan pemahaman akan nilai diri yang tidak bergantung pada materi. Secara keseluruhan, observasi ini menunjukkan bahwa individu memiliki mekanisme koping yang adaptif, kesadaran diri yang baik, dan kemampuan untuk belajar dan tumbuh dari pengalaman sulit. Dukungan sosial dari keluarga dan teman memainkan peran penting dalam kesejahteraan individu. Pengalaman *broken home* memiliki dampak signifikan terhadap fokus dan konsentrasi dalam belajar. Individu mengalami kesulitan fokus dan cenderung melamun, menunjukkan adanya distraksi mental akibat situasi keluarga.

Dari hasil observasi peneliti peneliti melihat subjek HAB, menunjukkan mekanisme koping yang matang dengan berusaha memahami perspektif kedua

orang tua dalam situasi keluarga. Selain itu, mendekatkan diri pada aspek spiritual (Allah) menjadi sumber kekuatan dan ketenangan dalam menghadapi kesulitan. Pikiran yang teralihkan menjadi tantangan utama dalam mempertahankan fokus dan konsentrasi selama proses belajar di kelas. Hal ini mengindikasikan adanya pergolakan emosional yang mempengaruhi kemampuan kognitif.

Pengalaman *broken home* secara signifikan memengaruhi tingkat kepercayaan terhadap orang lain. Individu menjadi lebih berhati-hati dan tidak mudah mempercayai perkataan maupun perilaku orang lain, terutama dalam konteks pertemanan di perkuliahan. Terjadi perubahan peran dalam keluarga meskipun tidak terlalu signifikan. Dalam pertemanan, perubahan lebih terasa pada tingkat emosional, di mana individu menjadi lebih peka dan mengingat kemungkinan adanya orang lain yang kurang beruntung. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan empati.

Kebutuhan Dukungan: Dukungan yang paling dibutuhkan adalah penguatan hati dalam menerima keadaan. Ini mengindikasikan bahwa aspek penerimaan diri dan situasi menjadi kunci penting dalam proses pemulihan emosional. Pengalaman *broken home* tidak secara langsung berdampak signifikan pada kesehatan fisik, pola tidur, maupun nafsu makan. Ini menunjukkan adanya ketahanan fisik yang baik dalam menghadapi tekanan emosional.

Individu menyadari pentingnya menjaga kesehatan fisik melalui rutinitas berolahraga dan memperluas lingkaran pertemanan sebagai bentuk dukungan sosial dan aktivitas positif. Individu membangun rasa nyaman dan percaya diri dengan memberikan motivasi pada diri sendiri. Mahasiswa memaknai setiap kejadian

sebagai bagian dari rencana Tuhan dan mengingat didikan orang tua serta takdir alam sebagai landasan penerimaan diri.

Secara keseluruhan, observasi ini menunjukkan bahwa pengalaman *broken home* memberikan tantangan emosional yang memengaruhi fokus belajar dan kepercayaan dalam berinteraksi sosial. Namun, individu menunjukkan mekanisme koping yang positif melalui pemahaman situasi, pendekatan spiritual, dan upaya menjaga kesehatan fisik. Kebutuhan akan dukungan berupa penguatan hati dalam menerima keadaan menjadi aspek penting dalam proses adaptasi dan pemulihan.

Hasil dari observasi peneliti, peneliti melihat subjek F, keinginan untuk meraih kesuksesan tetap membara meskipun menghadapi perceraian atau kehilangan orang tua. Individu memiliki tekad untuk membuktikan kemampuan mengatasi masalah meskipun kurangnya semangat dan dukungan emosional dari orang tua dirasakan. Ini menunjukkan adanya motivasi intrinsik yang kuat untuk mencapai tujuan hidup. Individu memiliki cara untuk mengatasi pikiran yang kacau dengan berbagi cerita atau keluh kesah kepada guru di sekolah. Ini menunjukkan adanya kesadaran akan pentingnya dukungan eksternal dan kemampuan untuk mencari bantuan ketika dibutuhkan.

Adanya masalah dalam keluarga terkadang menimbulkan pertanyaan dan pikiran yang mengganggu konsentrasi belajar. Situasi ini menciptakan tantangan dalam membagi fokus antara memahami materi pelajaran dan memproses dinamika keluarga. Individu memiliki pandangan yang bijaksana tentang membangun kepercayaan. Memberikan kesempatan untuk dipercaya dianggap penting, namun prosesnya memerlukan waktu dan kepercayaan penuh tidak diberikan dengan

mudah. Ini mencerminkan kehati-hatian dalam membangun relasi. Individu merasa menjadi lebih mandiri dan dewasa, terutama dalam menghadapi masalah. Dalam pertemanan, pemahaman dan dukungan timbal balik dianggap esensial. Ini menunjukkan adanya perkembangan karakter yang positif sebagai respons terhadap tantangan hidup.

Kebutuhan akan perhatian dan didengarkan saat bercerita dianggap sangat membantu. Ini menggarisbawahi pentingnya validasi emosional dan dukungan pendengar dalam menghadapi kesulitan. Stres yang dialami mungkin berdampak pada penurunan nafsu makan. Ini menunjukkan adanya keterkaitan antara kondisi emosional dan aspek fisiologis. Manajemen waktu, menjaga pola tidur yang sehat, dan makan teratur dipandang sebagai cara penting untuk menjaga kesehatan fisik. Ini menunjukkan pemahaman akan pentingnya gaya hidup sehat dalam menunjang aktivitas sehari-hari.

Individu berusaha untuk menerima diri apa adanya dan memfokuskan diri pada impian yang ingin dicapai saat ini. Ini menunjukkan adanya penerimaan diri dan orientasi pada tujuan masa depan sebagai sumber motivasi. Secara keseluruhan, observasi ini menunjukkan bahwa individu memiliki keinginan yang kuat untuk sukses meskipun menghadapi tantangan keluarga. Mahasiswa memiliki strategi untuk mengatasi pikiran negatif dan menyadari pentingnya dukungan sosial. Proses pendewasaan dan kemandirian terlihat jelas, dan individu memiliki kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan fisik dan fokus pada tujuan hidup.

Hasil dari observasi peneliti, peneliti melihat subjek MF Perceraian orang tua di usia sangat dini tidak memberikan dampak emosional yang signifikan

terhadap individu. Motivasi belajar lebih didorong oleh keinginan pribadi untuk berkembang dan menjadi lebih baik, terlepas dari kondisi keluarga saat ini. Ini menunjukkan adanya motivasi intrinsik yang kuat. Individu mengatasi stres dengan mencari kenyamanan melalui hiburan (game, makan, musik, pemandangan) sebelum mencari solusi masalah akademik.

Manajemen waktu dan istirahat yang cukup diterapkan. Ketika cara-cara tersebut tidak efektif, ibadah (sholat tepat waktu dan berdoa) menjadi solusi utama untuk ketenangan. Ini menunjukkan kombinasi strategi *problem-focused* dan *emotion-focused coping*. Kesulitan fokus belajar pernah dialami akibat pikiran-pikiran lain. Strategi yang diterapkan adalah sugesti diri untuk fokus pada saat ini, memilih tempat duduk di depan kelas, dan menghindari distraksi suara. Ini menunjukkan upaya aktif untuk mengelola perhatian. Interaksi sosial dianggap biasa saja. Dalam membangun kepercayaan, individu mempertimbangkan kebiasaan orang lain dengan tetap berusaha berprasangka baik.

Kehati-hatian lebih ditekankan dalam berinteraksi dengan wanita untuk menghindari kesalahpahaman emosional. Pengalaman dengan ibu tiri (meskipun baik) juga memengaruhi tingkat kehati-hatian. Ini menunjukkan pendekatan yang selektif dan berhati-hati dalam membangun relasi. Individu merasa perannya dalam keluarga tetap biasa meskipun sebagai anak tertua, karena melihat keluarga ayah, ibu, dan adik-adik sudah memiliki kebahagiaan masing-masing.

Fokus lebih diberikan pada kebahagiaan diri sendiri karena kondisi keluarga yang dianggap aman. Ini menunjukkan kemandirian dan penerimaan terhadap dinamika keluarga. Individu tidak terlalu membutuhkan validasi dan lebih

mengandalkan diri sendiri untuk dukungan. Namun, dukungan finansial dari orang tua tetap dianggap penting dan tak terhindarkan. Keinginan utama adalah menjauhi hal-hal yang berpotensi menimbulkan konflik, baik terkait kepercayaan maupun prasangka buruk. Ini menunjukkan preferensi terhadap lingkungan yang damai dan minim drama.

Kesulitan tidur pernah dialami saat tinggal bersama ayah dan ibu tiri. Namun, pola tidur dan makan yang tidak teratur saat kuliah lebih disebabkan oleh faktor lain, bukan pengalaman *broken home* sebelumnya. Saat ini, ada upaya untuk memperbaiki pola makan dan tidur. Ini menunjukkan adanya kesadaran akan pentingnya kesehatan fisik dan upaya untuk mengelola gaya hidup. Individu sedang membiasakan diri untuk berolahraga rutin dan lebih memilih berjalan kaki untuk jarak dekat. Ini menunjukkan komitmen untuk mengadopsi gaya hidup yang lebih aktif.

Individu tidak membandingkan diri dengan orang lain dan percaya pada keunikan setiap individu. Pemilihan pakaian didasarkan pada kenyamanan dan kesesuaian dengan diri sendiri tanpa melanggar aturan. Upaya untuk selalu berjalan tegap dan tersenyum dilakukan meskipun respons orang lain terkadang kurang menyenangkan. Ini menunjukkan penerimaan diri dan upaya untuk membangun citra diri yang positif.

Secara keseluruhan, observasi ini menunjukkan bahwa pengalaman *broken home* di usia dini tidak meninggalkan trauma emosional yang mendalam. Individu memiliki motivasi belajar yang kuat dari dalam diri, strategi koping yang adaptif terhadap stres, dan pendekatan yang berhati-hati dalam membangun kepercayaan.

Kemandirian dan fokus pada kebahagiaan diri menjadi ciri khas, dan ada kesadaran serta upaya untuk menjaga kesehatan fisik dan membangun kepercayaan diri.

Hasil dari observasi peneliti, peneliti melihat subjek N, Pengalaman *broken home* yang dialami memiliki dampak signifikan terhadap motivasi belajar. Adanya berbagai faktor pemicu dalam situasi tersebut menyebabkan penurunan motivasi, yang berujung pada penurunan nilai akademik, bahkan hampir di bawah rata-rata. Dalam menghadapi stres, baik yang berasal dari tekanan akademik maupun situasi personal, strategi koping yang diterapkan adalah mencari ruang untuk menyendiri dan memfokuskan diri.

Proses ini diiringi dengan upaya untuk berpikir positif dan melakukan aktivitas yang konstruktif. Ketika mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi saat belajar, metode yang digunakan adalah memberikan jeda dengan melakukan aktivitas yang disukai. Aktivitas ini bisa berupa mendengarkan musik atau kegiatan bermanfaat lainnya, dengan tujuan untuk merefleksikan diri dan memulihkan fokus. Pengalaman traumatis di masa lalu sempat memunculkan trust issue, yang berujung pada kecenderungan untuk lebih mengandalkan diri sendiri. Hal ini berdampak pada interaksi sosial.

Namun, ada upaya sadar untuk membuka diri kembali dan lebih selektif dalam berinteraksi dengan orang lain, meskipun proses ini berjalan secara bertahap. Perubahan yang terjadi akibat pengalaman pribadi menciptakan jarak dalam hubungan dengan keluarga dan teman. Kondisi ini memunculkan perasaan nyaman ketika berada dalam kesendirian. Bentuk dukungan yang dirasakan penting dan dibutuhkan adalah pembelaan, penghargaan, dan terutama didengarkan.

Pengalaman *broken home* turut memengaruhi kesehatan fisik, yang ditandai dengan munculnya gejala seperti insomnia, typhus, gangguan pencernaan, hingga stres yang berlebihan. Dalam menghadapi jadwal kuliah yang padat, upaya menjaga kesehatan fisik dilakukan melalui pengaturan pola makan yang baik, konsumsi vitamin, dan istirahat yang cukup.

Rasa nyaman dan percaya diri terhadap penampilan saat ini dibangun melalui penghargaan terhadap diri sendiri (*self-love*). Hal ini melibatkan mengabaikan standar eksternal dan tidak terlalu terpengaruh oleh perkataan orang lain, selama diri sendiri merasa nyaman dan percaya diri. Observasi ini menunjukkan adanya perjalanan yang kompleks dalam menghadapi tantangan hidup, mengembangkan mekanisme koping, dan membangun kembali kepercayaan diri serta relasi sosial. Proses penerimaan diri dan upaya menjaga kesehatan fisik juga menjadi aspek penting dalam pemulihan dan perkembangan pribadi.

Hasil dari observasi peneliti, peneliti melihat subjek AZ, Pengalaman menjadi seorang anak *broken home* sangat memengaruhi motivasi dalam melanjutkan studi. Muncul pemikiran untuk tidak menyelesaikan pendidikan tinggi karena hilangnya sosok yang menjadi penyemangat dan penantian atas pencapaian gelar tersebut. Ketika menghadapi stres, respons awal adalah memendam perasaan. Namun, ketika emosi mencapai batasnya, Anda akan mencari orang terdekat yang dipercaya untuk berbagi cerita hingga menangis sebagai bentuk pelepasan emosi.

Konsentrasi belajar dapat terganggu apabila materi pembelajaran menyentuh atau berkaitan dengan pengalaman traumatis yang pernah dialami. Perubahan status menjadi anak *broken home* relatif baru (sekitar 4 bulan, sejak

menjadi mahasiswa akhir), sehingga tidak terlalu memengaruhi interaksi dengan orang yang sudah dikenal. Namun, dalam membangun kepercayaan dengan orang baru, prosesnya menjadi lebih lambat dan memerlukan waktu serta pembuktian yang nyata. Terjadi perubahan signifikan dalam peran di keluarga, terutama hilangnya sosok ibu yang menyambut kedatangan di rumah, menyiapkan makanan, dan menemani.

Perubahan ini sulit dipahami pada awalnya, namun seiring waktu mulai dapat diterima. Dalam pertemanan, tidak ada perubahan drastis karena tidak semua teman mengetahui situasi ini. Teman-teman yang tahu memberikan dukungan dan semangat. Dukungan khusus tidak diperlukan. Yang terpenting adalah kehadiran dan waktu dari orang-orang terdekat ketika ingin pulang, bercerita, atau meluapkan emosi. Tidak ada keinginan untuk diperlakukan berbeda. Pengalaman ini berdampak pada pola tidur yang menjadi tidak teratur, yang kemudian memengaruhi kesehatan fisik seperti sering pusing, demam, dan lemas.

Nafsu makan juga dapat terganggu saat sedang banyak pikiran. Sebagai mahasiswa akhir yang tidak memiliki jadwal kuliah rutin di kampus, pertanyaan mengenai menjaga fisik saat jadwal padat kurang relevan. Cara untuk merasa nyaman dan menerima keadaan adalah dengan menikmati segala takdir, meskipun di luar kendali dan keinginan. Diyakini bahwa menjadi anak *broken home* tidak selalu negatif jika mampu menerima dengan pikiran dan perasaan yang positif. Observasi ini menggambarkan seorang individu yang sedang beradaptasi dengan perubahan besar dalam hidupnya, dengan mekanisme koping yang melibatkan penahanan emosi dan kemudian berbagi dengan orang terpercaya. Proses

membangun kepercayaan dengan orang baru menjadi lebih hati-hati, namun dukungan dari teman-teman terdekat memberikan kekuatan. Dampak pada kesehatan fisik menjadi perhatian, dan penerimaan diri dengan pikiran positif menjadi kunci dalam menghadapi situasi ini.

Hasil dari observasi peneliti, peneliti melihat subjek AM, pengalaman *broken home* berdampak negatif pada motivasi belajar, menimbulkan perasaan kehilangan arah dan mempertanyakan tujuan pendidikan. Namun, seiring berjalannya waktu, pengalaman tersebut bertransformasi menjadi pemicu untuk membuktikan diri dan meraih keberhasilan meskipun dalam situasi keluarga yang sulit. Dalam menghadapi stres dan tekanan, baik dari akademik maupun keluarga, strategi yang diterapkan adalah membagi fokus dan menetapkan batasan. Untuk meredakan stres, Anda menggunakan metode seperti menulis jurnal, mendengarkan musik, atau berbicara dengan teman dekat.

Mencari ketenangan di tempat sepi juga menjadi cara untuk menjernihkan pikiran sebelum kembali belajar. Kesulitan fokus dan berkonsentrasi seringkali muncul, terutama saat terbebani masalah keluarga. Pikiran menjadi terpecah dan menyulitkan penyerapan materi kuliah. Upaya untuk mengatasi hal ini melibatkan pencatatan poin-poin penting, mahasiswa materi kuliah untuk dipelajari kembali di saat yang lebih kondusif. Pengalaman *broken home* pada awalnya menimbulkan sikap tertutup dan kesulitan dalam mempercayai orang lain, dilandasi ketakutan akan ditinggalkan atau dihakimi.

Namun, dengan berjalannya waktu, ada kemauan untuk membuka diri dan belajar mempercayai orang-orang yang menunjukkan kepedulian dan kesediaan

untuk mendengarkan tanpa menghakimi. Terjadi percepatan kedewasaan akibat pengalaman ini. Anda terkadang mengambil peran sebagai penengah di keluarga atau mengisi kekosongan peran yang hilang. Dalam pertemanan, muncul kepekaan yang lebih tinggi terhadap perasaan orang lain, berdasarkan pengalaman pribadi dalam menanggung beban emosional. Bentuk dukungan yang paling dibutuhkan adalah pengertian dan kehadiran yang tulus. Kehadiran tanpa menghakimi dan kesediaan untuk mendengarkan dianggap lebih berharga daripada solusi konkret.

Pengalaman *broken home* memberikan dampak pada kesehatan fisik, terutama pola tidur yang menjadi tidak teratur (*insomnia*) dan penurunan nafsu makan saat suasana hati sedang buruk. Ada kesadaran dan upaya untuk menjaga pola makan dan tidur yang lebih teratur, meskipun tidak selalu konsisten. Di tengah jadwal kuliah yang padat, upaya menjaga kesehatan fisik dilakukan melalui olahraga ringan (*stretching*, jalan kaki), mengatur waktu tidur yang berkualitas meskipun singkat, serta berusaha untuk minum cukup air dan tidak melewatkan makan. Anda mulai menerima bahwa penampilan bukanlah faktor utama. Prioritas diberikan pada perawatan diri yang mendasar, seperti tampil rapi dan bersih, yang dirasa cukup untuk meningkatkan kepercayaan diri, tanpa terpaku pada kesempurnaan.

Observasi ini menunjukkan adanya proses adaptasi dan ketahanan diri yang signifikan dalam menghadapi tantangan keluarga. Mekanisme koping yang beragam digunakan untuk mengatasi stres dan kesulitan belajar. Proses membangun kembali kepercayaan dan menjalin interaksi sosial berjalan secara bertahap. Kesadaran akan pentingnya dukungan emosional dan upaya menjaga kesehatan

fisik juga menjadi bagian penting dalam perjalanan ini. Penerimaan diri dan fokus pada perawatan diri menjadi kunci dalam membangun kepercayaan diri.

### C. Pembahasan

#### Pembahasan Berdasarkan Teori

Setelah melakukan analisis data, peneliti kemudian membahas menjadi sebuah kesimpulan dari hasil analisis dengan aspek-aspek konsep diri. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh ditemukan aspek-aspek konsep diri yang baik pada mahasiswa yang sudah dari keluarga *broken home* dengan pencapaian yang baik pula. konsep diri diartikan kamu melihat dan menilai dirimu sendiri. Ini tentang kamu pikir kamu seperti apa, apa yang kamu bisa, dan seberapa berharganya dirimu menurutmu.

Berdasarkan observasi, subjek SH menunjukkan resiliensi tinggi dalam menghadapi pengalaman keluarga yang kurang harmonis (*broken home*). Alih-alih terlarut dalam kesedihan, pengalaman tersebut justru menjadi motivasi belajar untuk membahagiakan orang tua. Subjek memiliki mekanisme koping yang sehat dengan menghindari *overthinking*, memprioritaskan kesehatan mental dan fisik, serta menyalurkan stres melalui hobi dan interaksi sosial.

Dalam belajar, subjek bersikap realistis dan sabar. Meskipun pengalaman *broken home* tidak terlalu memengaruhi interaksi sosial secara umum, subjek menjadi lebih selektif dalam memilih teman. Kehilangan sosok ayah menumbuhkan kemandirian. Dukungan emosional dari keluarga dan teman terdekat dinilai sangat penting. Secara umum, kesehatan fisik dan pola tidur tidak terganggu signifikan,

meskipun nafsu makan dapat terpengaruh oleh kondisi emosional. Subjek memiliki pandangan bijak terhadap penampilan. Namun, pengalaman *broken home* berdampak signifikan pada fokus dan konsentrasi belajar, menyebabkan kesulitan fokus dan kecenderungan melamun. Secara keseluruhan, subjek SH menunjukkan kemampuan adaptasi dan pertumbuhan diri yang baik dalam menghadapi kesulitan, meskipun tantangan dalam fokus belajar perlu menjadi perhatian.<sup>66</sup>

Berdasarkan observasi, subjek HAB menunjukkan mekanisme koping yang matang dalam menghadapi situasi keluarga yang sulit dengan berusaha memahami perspektif kedua orang tua dan mendekatkan diri pada aspek spiritual sebagai sumber kekuatan dan ketenangan.

Tantangan utama yang dihadapi subjek adalah pikiran yang mudah teralihkan, yang mengganggu fokus dan konsentrasi belajar. Pengalaman *broken home* juga signifikan memengaruhi tingkat kepercayaan terhadap orang lain, membuat subjek lebih berhati-hati dalam berinteraksi, terutama dalam pertemanan di perkuliahan. Meskipun terjadi perubahan peran dalam keluarga yang tidak terlalu signifikan, dalam pertemanan, subjek menunjukkan peningkatan empati dengan menjadi lebih peka terhadap orang lain yang kurang beruntung.

Kebutuhan dukungan utama adalah penguatan hati dalam menerima keadaan. Secara positif, pengalaman *broken home* tidak berdampak signifikan pada kesehatan fisik, pola tidur, maupun nafsu makan. Subjek menyadari pentingnya menjaga kesehatan fisik melalui olahraga dan memperluas lingkaran pertemanan

---

<sup>66</sup> Ricahrd Lazarus dan Susan Folkman, *Stress, Appraisal, and Coping* (Springer Publishing Company, 1984).

sebagai dukungan sosial. Subjek juga membangun rasa nyaman dan percaya diri melalui motivasi diri, memaknai kejadian sebagai bagian dari rencana Tuhan, dan berpegang pada didikan orang tua serta takdir alam sebagai landasan penerimaan diri.

Secara keseluruhan, observasi ini menunjukkan bahwa pengalaman *broken home* memberikan tantangan emosional yang memengaruhi fokus belajar dan kepercayaan sosial. Namun, subjek HAB menunjukkan mekanisme koping yang adaptif dan upaya positif dalam menjaga kesejahteraan diri, dengan kebutuhan utama pada penguatan penerimaan diri.<sup>67</sup>

Berdasarkan observasi, subjek T menunjukkan adanya evolusi dalam motivasi belajar. Pengalaman *broken home* di usia dini awalnya menumbuhkan motivasi belajar yang kuat berbasis kemandirian. Namun, motivasi ini kini menjadi lebih moderat dan realistis, dengan subjek belajar sesuai kemampuan dan mengutamakan istirahat. Subjek menggunakan pendekatan fleksibel dalam mengatasi stres akademik, serta memanfaatkan interaksi sosial santai dan musik sebagai mekanisme koping.

Konsentrasi belajar sangat dipengaruhi oleh daya tarik materi dan metode pengajaran dosen. Dalam interaksi sosial, subjek cenderung berbicara seperlunya dan lebih terbuka dengan orang terdekat, menunjukkan kehati-hatian dalam membangun kepercayaan meskipun memiliki kepercayaan diri. Pengalaman *broken home* dirasakan telah membentuk kekuatan dan kemandirian, namun juga memunculkan sikap "bodo amat" dan keras terhadap diri sendiri sebagai mekanisme

---

<sup>67</sup> Ricahrd dan Susan, *Stress, Appraisal, and Coping...*,

pertahanan. Saat ini, kebutuhan finansial dirasakan lebih mendesak dibandingkan kebutuhan emosional. Pola tidur yang sempat terganggu kini membaik. Subjek menerapkan prinsip kontrol diri dalam menjaga kesehatan fisik dan fokus pada hal-hal yang dapat diubah, serta belajar menghargai diri sendiri. Secara keseluruhan, pengalaman *broken home* di masa lalu telah membentuk karakter mandiri dan hati-hati pada subjek T. Motivasi belajar telah bergeser menjadi lebih realistis, dan saat ini kebutuhan materiil menjadi prioritas. Subjek menunjukkan strategi yang adaptif dalam mengelola stres dan menjaga kesehatan fisik dan mental melalui kontrol dan penerimaan diri.<sup>68</sup>

Berdasarkan observasi, subjek F menunjukkan keinginan yang kuat untuk meraih kesuksesan meskipun menghadapi perceraian atau kehilangan orang tua. Subjek memiliki motivasi intrinsik yang kuat untuk membuktikan kemampuan mengatasi masalah, meskipun merasakan kurangnya semangat dan dukungan emosional dari orang tua. Subjek mengatasi pikiran kacau dengan berbagi cerita atau keluh kesah kepada guru, menunjukkan kesadaran akan pentingnya dukungan eksternal.

Masalah keluarga terkadang mengganggu konsentrasi belajar karena pikiran yang terbagi. Dalam membangun kepercayaan, subjek memiliki pandangan bijaksana, memberikan kesempatan namun memerlukan waktu untuk memberikan kepercayaan penuh. Subjek merasa menjadi lebih mandiri dan dewasa, dan dalam pertemanan, pemahaman serta dukungan timbal balik dianggap esensial.

---

<sup>68</sup> Matthew T. Gailliot dan Roy F. Baumeister, "The Physiology of Willpower: Linking Blood Glucose to Self-Control," *Personality and Social Psychology Review* 11, no. 4 (2007): 73–78.

Kebutuhan akan perhatian dan didengarkan saat bercerita sangat dirasakan membantu. Stres yang dialami mungkin berdampak pada penurunan nafsu makan, menunjukkan adanya keterkaitan emosi dan fisik. Subjek menyadari pentingnya manajemen waktu, pola tidur sehat, dan makan teratur untuk menjaga kesehatan fisik. Subjek berusaha untuk menerima diri apa adanya dan fokus pada impian masa depan sebagai sumber motivasi.

Secara keseluruhan, subjek F memiliki keinginan kuat untuk sukses dan strategi mengatasi pikiran negatif dengan mencari dukungan sosial. Proses pendewasaan dan kemandirian terlihat jelas, dengan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan fisik dan fokus pada tujuan hidup.

Pembahasan Teori: Teori *Self-Determination Theory* (SDT) dari Deci dan Ryan (2000) menekankan pentingnya motivasi intrinsik yang berasal dari minat dan kepuasan internal dalam mencapai tujuan. Keinginan subjek F untuk membuktikan kemampuan diri menunjukkan motivasi intrinsik yang kuat. Selain itu, konsep resiliensi (Masten, 2001) menjelaskan kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif terhadap *adversity*. Tekad subjek untuk meraih sukses meski kurang dukungan orang tua adalah manifestasi resiliensi.<sup>69</sup>

Berdasarkan observasi, subjek MF menunjukkan tidak adanya dampak emosional signifikan dari perceraian orang tua di usia dini. Motivasi belajar intrinsik yang kuat mendorong perkembangan diri. Subjek menggunakan kombinasi *problem-focused* (manajemen waktu, istirahat) dan *emotion-focused*

---

<sup>69</sup> A. S. Masten, "Ordinary Magic: Resilience Processes in Development," *American Psychologist* 56, no. 3 (2001): 227–38.

(hiburan, ibadah) coping terhadap stres. Kesulitan fokus belajar diatasi dengan strategi aktif seperti sugesti diri, memilih tempat duduk, dan menghindari distraksi. Interaksi sosial dianggap biasa saja, dan kepercayaan dibangun dengan mempertimbangkan kebiasaan dan berprasangka baik, namun kehati-hatian ditekankan pada interaksi dengan wanita dan dipengaruhi pengalaman dengan ibu tiri. Peran dalam keluarga dirasakan biasa saja dengan fokus pada kebahagiaan diri dan kemandirian, serta penerimaan dinamika keluarga.

Subjek tidak terlalu membutuhkan validasi namun mengakui pentingnya dukungan finansial. Preferensi terhadap lingkungan damai dan minim konflik terlihat jelas. Kesulitan tidur di masa lalu terkait lingkungan, sedangkan pola tidur dan makan tidak teratur saat kuliah disebabkan faktor lain, dan saat ini ada upaya perbaikan. Komitmen terhadap gaya hidup aktif melalui olahraga dan berjalan kaki terlihat. Penerimaan diri dan fokus pada keunikan individu tercermin dalam sikap tidak membandingkan diri dan pemilihan pakaian berdasarkan kenyamanan. Upaya membangun citra diri positif melalui postur dan senyum dilakukan.

Secara keseluruhan, pengalaman *broken home* di usia dini tidak menimbulkan trauma emosional mendalam. Subjek MF memiliki motivasi intrinsik yang kuat, strategi coping adaptif, pendekatan hati-hati dalam relasi, kemandirian, fokus pada kebahagiaan diri, kesadaran kesehatan fisik, dan penerimaan diri yang positif.

Pembahasan Teori: Teori Attachment (Bowlby, 1969) menekankan pentingnya ikatan awal, namun penelitian juga menunjukkan bahwa anak-anak memiliki tingkat resiliensi yang berbeda. Perceraian di usia sangat dini, jika

ditangani dengan baik dan anak mendapatkan lingkungan yang stabil setelahnya, tidak selalu menimbulkan trauma mendalam. Faktor-faktor seperti kualitas hubungan dengan pengasuh utama setelah perceraian berperan penting.<sup>70</sup>

Berdasarkan observasi, subjek N menunjukkan bahwa pengalaman *broken home* berdampak signifikan pada penurunan motivasi belajar dan prestasi akademik. Dalam menghadapi stres, subjek menerapkan strategi menyendiri dan fokus diri yang diiringi berpikir positif dan aktivitas konstruktif. Kesulitan konsentrasi diatasi dengan jeda aktivitas menyenangkan untuk refleksi dan pemulihan fokus. Trauma masa lalu memicu *trust issue* dan kecenderungan mengandalkan diri sendiri, memengaruhi interaksi sosial, namun ada upaya sadar untuk membuka diri secara selektif.

Pengalaman pribadi menciptakan jarak dengan keluarga dan teman, memunculkan kenyamanan dalam kesendirian. Bentuk dukungan yang dibutuhkan adalah pembelaan, penghargaan, dan didengarkan. Kesehatan fisik terpengaruh dengan munculnya insomnia, typhus, gangguan pencernaan, dan stres berlebihan. Upaya menjaga kesehatan fisik dilakukan melalui pola makan baik, vitamin, dan istirahat cukup. Rasa nyaman dan percaya diri dibangun melalui *self-love* dengan mengabaikan standar eksternal.

Secara keseluruhan, subjek N menunjukkan perjalanan kompleks dalam menghadapi dampak *broken home*, mengembangkan coping, membangun kembali kepercayaan dan relasi sosial, serta berupaya menerima diri dan menjaga kesehatan fisik.

---

<sup>70</sup> John Bowlby, *Attachment and Loss, Vol. 1 Attachment* (New York: Basic Books, 1969).

Pembahasan Teori *Self-Determination Theory* (SDT) Deci dan Ryan menjelaskan bahwa kebutuhan psikologis dasar (otonomi, kompetensi, keterhubungan) berperan penting dalam motivasi intrinsik. Pengalaman *broken home* yang menimbulkan tekanan dan ketidakstabilan dapat menghambat pemenuhan kebutuhan ini, sehingga menurunkan motivasi belajar.<sup>71</sup>

Hasil observasi pada subjek AZ menunjukkan respons psikologis yang kompleks terhadap perubahan status menjadi anak *broken home*. Pengalaman kehilangan, stres, dan perubahan dalam dinamika keluarga memengaruhi motivasi, emosi, kognisi, hubungan sosial, dan kesehatan fisik subjek. Mekanisme koping yang digunakan, dukungan sosial yang diterima, dan upaya untuk menerima keadaan dengan positif menjadi faktor-faktor penting dalam proses adaptasi subjek terhadap situasi ini. Penelitian lebih lanjut dengan pendekatan yang lebih mendalam dan melibatkan perspektif subjek sendiri akan memberikan pemahaman yang lebih komprehensif.<sup>72</sup>

Peneliti mengamati subjek AM yang mengalami dampak dari *broken home* pada berbagai aspek kehidupannya:

- a. Motivasi Belajar: Awalnya menurun dan mempertanyakan tujuan, namun kemudian menjadi pemicu untuk membuktikan diri.
- b. Manajemen Stres: Menggunakan strategi membagi fokus, menetapkan batasan, menulis jurnal, mendengarkan musik, berbicara dengan teman, dan mencari ketenangan.

---

<sup>71</sup> R. M. Ryan dan E. L. Deci, "Self-Determination Theory and The Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being," *American Psychologist* 55, no. 1 (2000): 68.

<sup>72</sup> Judith Herman, *Trauma and Recovery* (New York: Basic Books, 1992).

- c. Konsentrasi Belajar: Sering terganggu masalah keluarga, diatasi dengan mencatat poin penting dan mahasiswa materi kuliah.
- d. Kepercayaan Diri dan Relasi Sosial: Awalnya tertutup dan sulit percaya, namun ada kemauan untuk membuka diri pada orang yang tulus.
- e. Perkembangan Diri: Mengalami percepatan kedewasaan dan mengambil peran mediator atau pengganti peran yang hilang di keluarga.
- f. Empati: Menunjukkan peningkatan kepekaan terhadap perasaan orang lain.
- g. Kebutuhan Dukungan: Membutuhkan pengertian dan kehadiran tulus.
- h. Kesehatan Fisik: Pola tidur tidak teratur (insomnia) dan nafsu makan terganggu saat suasana hati buruk, dengan upaya untuk menjaga pola hidup sehat.
- i. Citra Diri: Prioritas pada perawatan diri dasar untuk meningkatkan kepercayaan diri.

Teori Ketahanan (*Resilience Theory*): Kemampuan subjek AM untuk bertransformasi dari dampak negatif menjadi motivasi untuk membuktikan diri adalah contoh dari ketahanan psikologis. Teori ini menjelaskan bagaimana individu dapat mengatasi dan beradaptasi secara positif terhadap adversity. Faktor-faktor seperti mekanisme koping yang efektif dan dukungan sosial berkontribusi pada ketahanan.

Hasil observasi ini menunjukkan adanya proses adaptasi dan kekuatan psikologis pada subjek AM dalam menghadapi tantangan *broken home*. Mekanisme koping yang beragam, kemampuan untuk membangun kembali kepercayaan, dan

kesadaran akan pentingnya dukungan sosial dan perawatan diri menjadi faktor penting dalam perjalanan adaptasi ini.<sup>73</sup>

---

<sup>73</sup> Masten, *Ordinary Magic: Resilience Processes...*, 227–38.