

**INTERVENSI BIMBINGAN DAN KONSELING TERHADAP
PENERIMAAN DIRI DAN PENGELOLAAN EMOSI PADA SISWA
FATHERLESS**

**Dwi Rahmadani Indra¹, Viona Nursepti Triaswati², Nur Laila Habibah Ahmad³,
Uthia Tri Andani⁴**

dwi.rahmadani@lecturer.unri.ac.id¹, viona.nursepti4667@student.unri.ac.id²,
nur.laila1319@student.unri.ac.id³, uthia.tri4650@student.unri.ac.id⁴

Universitas Riau

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami kondisi emosional seorang siswa fatherless serta perubahan yang terjadi setelah diberikan layanan bimbingan dan konseling yang mencakup bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, dan konseling individual. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif metode studi kasus untuk menggali pengalaman subjektif konseli secara mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, konseli mengalami tekanan emosional yang ditandai dengan rasa aman yang rendah, kesulitan mengungkapkan perasaan, harga diri rendah, dan sensitivitas tinggi terhadap topik keluarga. Melalui tahapan layanan BK, konseli menunjukkan perkembangan positif berupa peningkatan regulasi emosi, penerimaan diri, keberanahan mengungkapkan perasaan, serta meningkatnya kepercayaan diri. Intervensi BK terbukti membantu konseli memahami dirinya, mengelola luka emosional akibat ketidakhadiran ayah, dan mengembangkan pola pikir yang lebih positif terhadap masa depannya. Temuan ini menegaskan pentingnya layanan BK dalam mendukung kesejahteraan emosional remaja yang mengalami fatherless.

Kata Kunci: Fatherless, Emosi Remaja, Bimbingan Dan Konseling, Konseling Individual, Studi Kasus.

ABSTRAK.

This study aims to understand the emotional condition of a fatherless student and the changes that occur after receiving guidance and counseling services, including classroom guidance, group counseling, and individual counseling. A qualitative case study approach was used to explore the student's subjective experiences in depth. The findings indicate that prior to intervention, the student experienced emotional distress characterized by low sense of security, difficulty expressing feelings, low self-esteem, and high sensitivity to family-related topics. Through the stages of counseling services, the student demonstrated significant improvements, including better emotional regulation, increased self-acceptance, greater openness in expressing emotions, and enhanced self-confidence. The intervention proved effective in helping the student process emotional wounds caused by the absence of a father and develop a more positive outlook on himself and his future. These results highlight the crucial role of counseling services in supporting the emotional well-being of fatherless adolescents.

Kata Kunci: Fatherless, Adolescent Emotion, Guidance And Counseling, Individual Counseling, Case Study.

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan tempat pertama bagi seorang anak untuk merasa dicintai, dilindungi, dan dihargai. Di dalamnya, anak belajar mengenali dirinya, membangun rasa aman, serta memahami bagaimana menjalin hubungan dengan orang lain. Namun, tidak semua anak tumbuh dalam kondisi keluarga yang memberikan kehangatan emosional tersebut. Di sekolah tempat penelitian ini berlangsung, peneliti menemukan seorang siswa

yang pada permukaan tampak menjalani aktivitas harian seperti biasa datang ke sekolah, mengikuti pelajaran, dan berinteraksi seperlunya. Akan tetapi, di balik ketenangannya, siswa ini menyimpan beban emosional yang tidak pernah benar-benar ia ungkapkan. Ia tumbuh tanpa kehadiran ayah, sebuah kondisi yang meninggalkan kekosongan emosional dalam kehidupannya dan memengaruhi pola pikir, perilaku, serta kesejahteraan psikologisnya.

Ketidakhadiran figur ayah tidak hanya bermakna ketiadaan secara fisik, tetapi juga absennya dukungan emosional yang semestinya memberikan rasa aman. Bowlby (1988) menjelaskan bahwa keterikatan yang tidak terpenuhi pada masa anak-anak dapat menimbulkan kecemasan, perasaan ditinggalkan, serta hambatan dalam membangun hubungan yang sehat. penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa ketiadaan figur ayah dapat menghambat perkembangan regulasi emosi dan kemampuan membangun rasa aman pada remaja (Rosenberg & Wilcox, 2018). Hal ini tampak jelas pada konseli dalam penelitian ini. Meskipun hadir setiap hari di sekolah, ia menunjukkan tanda-tanda kecemasan ketika topik keluarga muncul. Saat teman-temannya bercerita tentang ayah mereka, ia menunduk, memainkan jemarinya, atau mengalihkan pandangan. Senyum tipis yang ia tunjukkan sering kali tampak seperti upaya untuk menutupi perasaan yang sebenarnya.

Kondisi emosional konseli juga tampak dalam aktivitas sehari-harinya di sekolah. Ia dikenal sebagai siswa yang jarang berbicara, tidak banyak melibatkan diri dalam kegiatan kelompok, dan lebih sering memilih duduk di bagian belakang kelas. Guru BK beberapa kali mengamati bahwa ia mudah tersinggung ketika menerima komentar ringan, dan beberapa kali meninggalkan kelas dalam keadaan emosi yang tidak stabil. Dalam kegiatan tertentu, seperti saat ditugaskan untuk bekerja kelompok atau diminta berbagi pengalaman pribadi, ia terlihat cemasmerenung lama sebelum menjawab, menghindari kontak mata, dan terkadang menarik napas panjang seolah menahan sesuatu.

Dalam pergaulan, konseli cenderung mengambil jarak. Ia memiliki beberapa teman, namun tidak pernah benar-benar dekat. Ketika temannya mencoba bertanya mengenai keadaan rumah atau keluarga, ia langsung mengganti topik pembicaraan. Guru melihat bahwa sebenarnya ia ingin berteman, namun ketidakpercayaannya terhadap hubungan emosional membuatnya sering menahan diri. Kondisi ini sejalan dengan pendapat Santrock (2007), yang menyatakan bahwa remaja fatherless sering mengalami kesulitan menjalin hubungan karena kurangnya contoh figur yang stabil dalam keluarga.

Saat mengikuti kegiatan bimbingan klasikal tentang dinamika keluarga, tanda-tanda tekanan emosionalnya semakin terlihat. Walaupun tampak berusaha mempertahankan ekspresi datarnya, bahasa tubuhnya memperlihatkan kegelisahan yang mendalam: menatap meja, meremas ujung seragam, menggerakkan kaki berulang-ulang, dan sesekali menyeka sudut matanya. Reaksi ini konsisten dengan penelitian Nindhita & Pringgadani (2023) yang menunjukkan bahwa remaja fatherless lebih sensitif terhadap topik keluarga karena berhubungan langsung dengan luka emosional yang belum terselesaikan.

Jika tidak mendapatkan penanganan yang tepat, kondisi ini dapat berdampak panjang terhadap perkembangan psikologis anak. Anas dkk. (2024) menemukan bahwa remaja yang tumbuh tanpa figur ayah lebih rentan mengalami kecemasan, gangguan regulasi emosi, dan perilaku menarik diri. Mereka juga cenderung memiliki persepsi diri yang negatif dan kesulitan memahami makna kasih sayang yang sehat. Hal ini serupa dengan konseli dalam penelitian ini, yang beberapa kali mengungkapkan keraguan terhadap masa depannya, serta kebingungan dalam memahami bagaimana seharusnya hubungan emosional yang aman dan sehat dibangun.

Dalam konteks ini, layanan bimbingan dan konseling memiliki peranan sangat penting. Corey (2021) menjelaskan bahwa konseling individual dapat menjadi ruang aman bagi konseli untuk memproses pengalaman emosionalnya, mengekspresikan perasaan yang selama ini dipendam, dan membangun strategi baru untuk menghadapi tekanan psikologis.

Melalui layanan ini, konseli dibimbing untuk memahami dirinya, menemukan kekuatan yang selama ini terabaikan, serta menyadari bahwa kondisi keluarganya bukanlah ukuran nilai dirinya sebagai individu.

Urgensi penelitian ini semakin meningkat seiring dengan bertambahnya kasus fatherless di masyarakat dan dampaknya yang signifikan terhadap remaja. Jika tidak mendapatkan pendampingan, remaja fatherless sangat berisiko mengalami kebingungan identitas, hubungan sosial yang tidak stabil, serta ketidakmampuan mengelola emosi. Oleh karena itu, memahami kondisi emosional siswa yang mengalami fatherless dan memberikan intervensi bimbingan dan konseling secara tepat merupakan langkah krusial dalam mendukung kesehatan mental dan perkembangan remaja di sekolah.

Dengan demikian, pendahuluan ini menegaskan bahwa permasalahan fatherless bukan hanya persoalan keluarga, tetapi menjadi isu penting dalam pendidikan dan perkembangan remaja. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran menyeluruh mengenai kondisi emosional konseli, serta menunjukkan bagaimana layanan BK berperan dalam membantu siswa menemukan kembali stabilitas, rasa aman, dan kekuatan diri dalam menjalani kehidupan sehari-hari di sekolah.

METODE PENELITIAN

Artikel ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada pemahaman mendalam mengenai pengalaman emosional konseli yang mengalami kondisi fatherless. Pada tahap awal, peneliti melaksanakan layanan bimbingan klasikal mengenai dinamika keluarga dan kebutuhan emosional remaja. Melalui layanan ini, peneliti mengidentifikasi siswa yang menunjukkan respons emosional signifikan. Siswa tersebut kemudian diikutsertakan dalam bimbingan kelompok untuk memperoleh gambaran awal mengenai kondisi psikologis dan pengalaman yang ia alami. Tahap akhir intervensi dilakukan melalui konseling individual secara tatap muka kepada konseli yang menunjukkan tekanan emosional paling kuat akibat ketidakhadiran figur ayah.

Menurut Creswell (2018), penelitian kualitatif membantu peneliti memahami makna dan pengalaman subjektif individu secara mendalam. Metode studi kasus digunakan karena mampu menggambarkan fenomena secara menyeluruh dalam konteks kehidupan nyata konseli (Yin, 2018). Subjek penelitian adalah seorang siswa sekolah menengah yang mengalami tekanan emosional terkait kondisi fatherless. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi selama proses layanan BK, serta dokumentasi (Sugiyono, 2021). Analisis data menggunakan teknik reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan sebagaimana dijelaskan oleh Miles, Huberman, dan Saldaña (2014). Hasil analisis disajikan dalam bentuk narasi deskriptif yang menggambarkan perubahan emosional, peningkatan pemahaman diri, dan kemampuan konseli dalam menerima kondisi keluarganya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi Konseli Sebelum Diberikan Layanan BK

Papalia et al. (2009) menjelaskan bahwa proses perkembangan remaja sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan keluarga, sehingga kurangnya figur ayah dapat memperburuk perkembangan harga diri dan regulasi emosi. Sebelum intervensi dilakukan, konseli menunjukkan berbagai tanda tekanan emosional yang cukup kuat akibat ketidakhadiran figur ayah dalam kehidupannya. Berdasarkan observasi awal, wawancara ringan, dan laporan guru BK, konseli terlihat memiliki kecenderungan menarik diri serta sulit mengekspresikan perasaan. Ia tampak lebih banyak diam, menghindari topik keluarga,

dan menunjukkan reaksi emosional berlebihan ketika mendengar candaan atau percakapan yang menyentuh isu ayah.

Dalam aktivitas belajar, konseli sering tampak kurang fokus. Ia beberapa kali terlihat melamun, menunjukkan respon lambat ketika diajak berdiskusi, dan memilih duduk di belakang kelas. Ia juga memperlihatkan gejala kecemasan seperti menggigit bibir, memainkan jari, serta menghindari kontak mata saat berbicara dengan guru. Hal ini menunjukkan adanya ketidakstabilan emosional yang disebabkan oleh ketidakterpenuhinya kebutuhan akan rasa aman dan kasih sayang dari figur ayah.

Dari sisi hubungan sosial, konseli belum mampu membangun kedekatan yang sehat dengan teman sebaya. Ia bersikap cukup ramah, namun menjaga jarak dalam interaksi emosional. Ketika diberikan tugas kelompok, ia lebih sering pasif dan menyerahkan keputusan kepada teman lain. Beberapa guru juga melaporkan bahwa konseli sensitif dan mudah tersinggung terhadap kritik maupun komentar kecil. Fenomena ini sesuai dengan temuan penelitian Anas dkk. (2024) dan Santrock (2007) bahwa remaja yang mengalami fatherless lebih rentan terhadap kecemasan, rendahnya rasa percaya diri, dan kesulitan membangun hubungan interpersonal. Wulandari dan Haq (2022) menemukan bahwa remaja yang tumbuh tanpa kehadiran ayah cenderung memiliki konsep diri yang rapuh, mudah merasa tidak berharga, dan mengalami ketidakstabilan emosi dalam hubungan sosial maupun akademik.

Secara keseluruhan, kondisi konseli sebelum menerima layanan BK menunjukkan adanya kerentanan emosional yang cukup kuat. Ia memiliki rasa aman yang rendah, terlihat dari kecemasannya dalam berinteraksi dan ketakutannya untuk membuka diri. Konseli juga mengalami kesulitan dalam mengenali serta mengekspresikan emosinya, sehingga ia lebih sering diam, menghindari pembicaraan, atau menahan perasaan yang sebenarnya ingin ia sampaikan. Dalam pergaulan, konseli cenderung menarik diri dan menjaga jarak dari teman-temannya, seolah tidak ingin terlibat terlalu jauh secara sosial. Di sisi lain, ia menunjukkan harga diri yang rendah, merasa kurang berharga dibandingkan teman sebaya, dan sering meragukan kemampuannya sendiri. Sensitivitasnya terhadap topik keluarga terutama tentang figur ayah juga sangat terlihat; ia mudah tersentuh, tidak nyaman, dan kerap mengalihkan pembicaraan ketika hal tersebut muncul. Keseluruhan kondisi awal ini menjadi dasar penting bagi konselor dalam menentukan bentuk layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan kebutuhan emosional konseli.

Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling

Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dalam penelitian ini menunjukkan penggunaan tahapan intervensi yang terstruktur, mencakup integrasi layanan preventif, pengembangan, serta layanan responsif sebagai bentuk penanganan yang berkesinambungan. Urutan layanan dilaksanakan mulai dari bimbingan klasikal, dilanjutkan dengan bimbingan kelompok, dan diakhiri dengan konseling individual sebagai proses pendalaman dan pemantapan penerimaan diri. Layanan bimbingan dan konseling berperan penting dalam membantu siswa yang mengalami fatherless untuk memahami perasaan, menumbuhkan penerimaan diri, serta membangun strategi pengelolaan emosi yang sehat. Hartono dan Fadhilah (2022) menekankan bahwa pendampingan konselor memberikan ruang aman bagi siswa untuk memproses pengalaman emosional tanpa rasa takut dinilai. Azzahra dan Hidayat (2024) menunjukkan bahwa konseling individual dan kelompok dapat membantu remaja fatherless meningkatkan penerimaan diri, mengurangi reaksi emosional berlebihan, serta menumbuhkan pola pikir yang lebih adaptif terhadap kondisi keluarga. Model alur layanan ini memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk memperoleh pemahaman umum tentang dinamika keluarga, kemudian mengembangkan kesadaran diri melalui interaksi kelompok, hingga akhirnya mengevaluasi kondisi emosional secara personal dalam konseling individual. Hal ini sejalan dengan pandangan Prayitno (2017) yang menegaskan

bahwa layanan BK harus bergerak dari layanan umum menuju layanan responsif sesuai kebutuhan peserta didik.

1. Tahap Bimbingan Klasikal

Tahap pertama berupa pelaksanaan bimbingan klasikal dengan tema “Mengenal Dinamika Keluarga dan Peran Anggota di Dalamnya.” Pada tahap ini, peneliti memberikan informasi mengenai struktur keluarga, kebutuhan emosional remaja, serta dampak keterlibatan orang tua terhadap perkembangan psikologis anak. Fenomena fatherless turut dijelaskan secara objektif, mencakup bentuk ketidakhadiran ayah, potensi kehilangan emosional, dan implikasinya terhadap pembentukan rasa aman dan harga diri. Tahap ini berfungsi sebagai fondasi awal bagi peserta didik dalam memahami pentingnya peran keluarga.

2. Tahap Bimbingan Kelompok

Tahap kedua yaitu bimbingan kelompok yang bertujuan memfasilitasi peningkatan kesadaran diri melalui interaksi sosial dan dukungan sebaya. Dukungan teman sebaya terbukti berperan penting dalam meningkatkan stabilitas emosional remaja yang mengalami tekanan psikologis, termasuk remaja fatherless (Wentzel & Ramani, 2017). Komposisi kelompok disusun berdasarkan kedekatan antaranggota untuk menciptakan suasana nyaman. Pada sesi ini, konseli mulai mampu mengungkapkan pengalaman emosional terkait kondisi fatherless, seperti perasaan kehilangan dan kebingungan terhadap figur ayah. Dukungan teman sebaya berupa validasi, empati, dan pembagian pengalaman membantu meringankan beban emosional konseli. Pada tahap ini peneliti memperkenalkan penerapan I-message dan pola komunikasi Dewasa–Dewasa (Adult–Adult) sebagaimana dikemukakan Berne (1964) dalam Analisis Transaksional.

3. Tahap Konseling Individual

Tahap ketiga adalah konseling individual tatap muka, yang bertujuan memperdalam pemahaman konseli tentang dirinya. Konseli menunjukkan peningkatan pemahaman terhadap emosinya, seperti perasaan kurang dihargai, kehilangan figur ayah, dan kebutuhan akan kasih sayang yang konsisten. Perubahan positif yang dialami konseli juga sejalan dengan pendapat Willis (2014) yang menegaskan bahwa konseling individual di sekolah mampu membantu peserta didik memahami diri, mengelola emosi, dan membangun strategi penyesuaian diri yang lebih sehat. Konselor membantu konseli melalui teknik konseling seperti identifikasi pikiran negatif, afirmasi diri, latihan komunikasi asertif, serta strategi regulasi emosi. Layanan ini meningkatkan self-esteem konseli dan membantu membangun perspektif yang lebih positif terhadap diri dan keluarganya.

Perubahan Konseli Setelah Layanan BK

Setelah mengikuti rangkaian layanan bimbingan dan konseling, konseli mengalami perubahan yang cukup signifikan dibandingkan dengan kondisi awal. Ia mulai mampu mengelola emosinya dengan lebih baik; reaksi-reaksi berlebihan yang sebelumnya sering muncul kini berkurang, dan konseli dapat menenangkan diri ketika menghadapi situasi yang membuatnya cemas. Penerimaan terhadap kondisi keluarganya juga meningkat. Jika sebelumnya ia sering menolak atau merasa malu dengan keadaan tanpa ayah, kini ia mulai memandang suasannya secara lebih realistik dan tidak lagi menyalahkan diri sendiri.

Konseli menjadi lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan. Ia sudah berani bercerita mengenai apa yang ia rasakan dan tidak lagi menahan emosi seperti sebelumnya. Kepercayaan dirinya pun semakin berkembang. Ia terlihat lebih aktif dalam kegiatan kelas dan lebih yakin dalam mengambil keputusan. Secara keseluruhan, pola pikir konseli menjadi lebih positif. Ia mulai melihat masa depannya dengan lebih optimis dan menyadari bahwa kondisi keluarganya tidak menjadi penghalang untuk berkembang. Perubahan ini menunjukkan bahwa layanan BK berperan penting dalam membantu konseli menemukan kembali keseimbangan emosinya dan membangun identitas diri yang lebih kuat.

Keterkaitan Temuan Penelitian dengan Penelitian Sebelumnya

Hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa kondisi fatherless memberikan dampak signifikan terhadap regulasi emosi, harga diri, dan hubungan interpersonal remaja. Temuan awal pada konseli yaitu kecenderungan menarik diri, sensitivitas terhadap topik keluarga, serta rendahnya rasa aman selaras dengan penelitian Anas dkk. (2024) yang menyatakan bahwa remaja fatherless lebih rentan mengalami kecemasan, ketidakstabilan emosi, dan kesulitan dalam menyesuaikan diri sosial.

Perubahan yang dialami konseli setelah intervensi BK juga memperkuat temuan Nindhita & Pringgadani (2023) yang menjelaskan bahwa remaja fatherless menunjukkan reaksi emosional kuat ketika menghadapi isu keluarga karena adanya luka emosional yang belum terselesaikan. Dalam penelitian ini, reaksi tersebut terlihat pada sikap konseli yang mudah gelisah, menghindari kontak mata, dan menahan tangis pada sesi-sesi awal layanan. Setelah intervensi dilakukan, konseli menjadi lebih mampu mengenali sumber emosinya dan menunjukkan peningkatan keberanian dalam mengungkapkan perasaan sejalan dengan temuan bahwa pendampingan psikologis dapat membantu remaja fatherless memproses trauma emosionalnya.

Dari sisi perkembangan harga diri, hasil penelitian ini menguatkan pendapat Santrock (2007) yang menyatakan bahwa absennya figur ayah dapat mengganggu pembentukan self-esteem remaja. Pada tahap awal penelitian, konseli menunjukkan sikap ragu terhadap kemampuan dirinya, merasa berbeda dibandingkan teman-temannya, dan cenderung merendahkan potensi dirinya. Setelah mengikuti layanan BK, konseli menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dan mulai melihat dirinya sebagai individu yang mampu, selaras dengan temuan yang menyatakan bahwa dukungan konselor mampu memperbaiki persepsi diri remaja.

Intervensi melalui konseling individual dalam penelitian ini juga mendukung teori Corey (2021) bahwa konseling dapat menjadi ruang aman yang efektif dalam membantu individu memahami perasaan yang terpendam dan mengubah cara berpikir yang maladaptif. Teknik komunikasi asertif, restrukturisasi kognitif, dan penguatan penerimaan diri yang digunakan dalam penelitian ini terbukti berhasil meningkatkan kemampuan konseli dalam mengelola emosi dan membangun pola pikir yang lebih positif. Hal ini menguatkan temuan-temuan sebelumnya bahwa pendekatan konseling yang berfokus pada eksplorasi emosi dan pola pikir dapat membantu remaja fatherless mengembangkan regulasi emosi yang lebih baik.

Selain itu, temuan bahwa dukungan teman sebaya dalam bimbingan kelompok berperan penting dalam perkembangan emosional konseli sejalan dengan pendapat Berne (1964) dan penelitian-penelitian yang menekankan pentingnya dinamika kelompok dalam memfasilitasi proses refleksi diri serta penguatan relasi interpersonal. Dukungan yang diterima konseli dari anggota kelompok memberikan rasa diterima dan dipahami, sehingga membantu konseli membangun rasa aman dalam konteks sosial.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memperkuat temuan-temuan sebelumnya bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam menangani dampak psikologis kondisi fatherless pada remaja. Intervensi yang diberikan bukan hanya membantu konseli mengatasi masalah emosional jangka pendek, tetapi juga membantu membangun fondasi psikologis yang lebih sehat dalam jangka panjang. Hal ini menunjukkan bahwa layanan BK di sekolah memiliki potensi besar dalam mendukung perkembangan emosional remaja yang mengalami ketidakhadiran figur ayah, serta menjadi intervensi yang relevan dan efektif sebagaimana ditegaskan oleh penelitian-penelitian sebelumnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa ketidakhadiran figur ayah memberikan dampak signifikan terhadap perkembangan emosional konseli. Sebelum menerima layanan BK, konseli menunjukkan berbagai bentuk kerentanan seperti rasa aman yang rendah, kecenderungan menarik diri, kesulitan mengelola emosi, dan sensitivitas tinggi terhadap topik keluarga. Kondisi ini sejalan dengan teori keterikatan Bowlby dan temuan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa remaja fatherless berisiko mengalami kecemasan, rendahnya harga diri, serta kesulitan membangun hubungan interpersonal.

Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling melalui tiga tahap bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, dan konseling individual—memberikan perubahan positif yang signifikan. Konseli mulai menunjukkan kemampuan regulasi emosi yang lebih baik, keberanian untuk mengungkapkan perasaan, serta peningkatan kepercayaan diri. Penerimaan diri terhadap kondisi keluarganya juga berkembang, sehingga konseli dapat melihat masa depannya dengan lebih optimis.

Dengan demikian, layanan BK terbukti efektif dalam membantu konseli memproses luka emosional, mengembangkan pemahaman diri, dan membangun pola pikir yang lebih positif. Penelitian ini menegaskan bahwa pendampingan melalui layanan BK merupakan langkah penting dalam mendukung kesehatan mental dan perkembangan remaja yang mengalami fatherless, serta dapat menjadi rujukan bagi praktisi pendidikan dalam menangani kasus serupa di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas, F., Daud, M., & Zainuddin, K. (2024). Hubungan Fatherless dan Kenakalan Remaja pada Anak yang Berhadapan dengan Hukum di Makassar. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 3(2), 388–395.
- Azzahra, L., & Hidayat, M. (2024). Efektivitas layanan konseling terhadap penerimaan diri remaja fatherless. *Jurnal Bimbingan Konseling Nusantara*, 10(1), 13–25.
- Berne, E. (1964). *Games people play: The psychology of human relationships*. Grove Press.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Corey, G. (2021). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (11th ed.). Cengage Learning.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Hartono, B., & Fadhilah, A. (2022). Peran konselor sekolah dalam mendampingi siswa fatherless. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7(3), 120–131.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Nindhita, A. F., & Pringgadani, H. (2023). Pengaruh fatherless terhadap kondisi emosional remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 12(2), 145–156.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development* (11th ed.). McGraw-Hill.
- Prayitno. (2017). *Layanan bimbingan dan konseling: Teori dan praktik*. RajaGrafindo Persada.
- Rosenberg, J., & Wilcox, W. B. (2018). The importance of fathers in the healthy development of children. *Child Welfare Information Gateway*.
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan Remaja* (Edisi Keenam). Erlangga.
- Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kualitatif* (Edisi terbaru). Alfabeta.
- Wentzel, K. R., & Ramani, G. B. (Eds.). (2017). *Handbook of social influences in school contexts: Social-emotional, motivational, and cognitive outcomes*. Routledge
- Willis, S. S. (2014). *Konseling individual: Teori dan praktik*. Alfabeta.
- Wulandari, S., & Haq, M. (2022). Dinamika emosional fatherless pada remaja. *Jurnal Psikologi*

Modern, 8(2), 67–79.

Yin, R. K. (2018). *Case study research and applications: Design and methods* (6th ed.). SAGE Publications.