BAB II
TINJAUAN PUSTAKA

A. Resiliensi Mental Siswa *Broken Home*

1. Pengertian Resiliensi Mental

a. Definisi Resiliensi Mental

Secara umum, resiliensi adalah kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif, bangkit kembali (*bounce back*), dan tetap berfungsi secara optimal meskipun terpapar oleh stresor yang signifikan, trauma, atau kemalangan. Resiliensi dipandang sebagai ukuran kemampuan mengatasi stres dan dapat dianggap sebagai "penggerak" yang membantu seseorang menghadapi kesulitan (Connor dan Davidson, 2003).

Resiliensi mental adalah kemampuan untuk tetap fokus dan tangguh secara mental dalam situasi penuh tekanan. Resiliensi mental melibatkan kapasitas untuk mengelola stres, mengatasi kecemasan, dan mempertahankan sikap positif serta pandangan hidup yang optimis, meskipun berada dalam kondisi yang sulit (Faridah, dkk. 2025).

Pada remaja, khususnya siswa yang berasal dari keluarga *broken home*, resiliensi tidak hanya dimaknai sebagai kemampuan untuk bertahan menghadapi kesulitan, tetapi juga sebagai kemampuan untuk tetap berkembang secara psikologis, emosional, dan sosial meskipun berada dalam lingkungan keluarga yang kurang kondusif. Kondisi keluarga yang tidak utuh seperti perceraian orang tua atau konflik dalam keluarga dapat menimbulkan tekanan emosional yang cukup berat bagi remaja. Oleh karena itu, resiliensi menjadi kemampuan penting yang membantu remaja untuk menyesuaikan diri dengan situasi yang sulit dan tetap mampu menjalani kehidupan secara positif (Haliza dan Nasichah, 2024).

Resiliensi pada remaja juga berkaitan dengan kemampuan dalam mengelola emosi negatif seperti kesedihan, kemarahan, atau kekecewaan akibat permasalahan keluarga yang dialaminya. Remaja yang memiliki resiliensi yang baik cenderung mampu mengendalikan emosinya, berpikir secara realistis, serta tetap memiliki sikap optimis dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Selain itu, dukungan sosial dari lingkungan sekitar seperti teman

sebaya, guru, dan lingkungan sekolah juga menjadi faktor penting yang dapat membantu memperkuat resiliensi pada diri remaja. Dengan demikian, resiliensi pada remaja *broken home* tidak hanya berkaitan dengan kemampuan untuk bertahan dari tekanan hidup, tetapi juga kemampuan untuk bangkit, beradaptasi, serta tetap berkembang secara positif dalam kehidupan sosial maupun pendidikan. Dukungan dari lingkungan, terutama dari guru dan sekolah, sangat berperan dalam membantu siswa membangun kekuatan mental serta meningkatkan kepercayaan diri sehingga mereka mampu menghadapi berbagai kesulitan hidup dengan lebih baik (Kinseng, 2019).

b. Ciri-ciri siswa yang resilien

Siswa yang memiliki resiliensi biasanya mampu mengelola emosi, berpikir secara rasional, serta memiliki motivasi untuk terus memperbaiki diri ketika mengalami kegagalan atau masalah. Kemampuan tersebut sangat penting dimiliki oleh siswa, terutama bagi mereka yang menghadapi tekanan dalam lingkungan keluarga maupun lingkungan sekolah (Haliza dan Nasichah, 2024).

Adapun beberapa ciri-ciri siswa yang resilien antara lain sebagai berikut:

1) Mampu bangkit dari kesulitan (*bounce back*)

Siswa yang resilien memiliki kemampuan untuk bangkit kembali setelah mengalami kegagalan atau kesulitan dalam kehidupannya. Ketika menghadapi masalah, baik dalam proses belajar maupun dalam kehidupan pribadi, mereka tidak mudah menyerah atau kehilangan semangat. Sebaliknya, siswa yang resilien mampu melihat kegagalan sebagai bagian dari proses belajar yang dapat memberikan pengalaman berharga bagi perkembangan dirinya. Mereka berusaha memahami penyebab dari kesulitan yang dialami dan mencari cara yang lebih baik untuk mengatasinya di masa yang akan datang.

Kemampuan untuk bangkit kembali dari kesulitan juga menunjukkan bahwa siswa memiliki ketahanan mental yang baik. Siswa yang resilien cenderung tidak larut dalam perasaan kecewa atau putus asa ketika menghadapi kegagalan. Mereka mampu mengubah pengalaman negatif menjadi motivasi untuk memperbaiki diri serta meningkatkan usaha dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Sikap ini membantu siswa untuk tetap memiliki semangat belajar, percaya diri, dan terus berusaha mencapai

keberhasilan meskipun menghadapi berbagai hambatan dalam perjalanan hidupnya (Herwin, dkk. 2025).

2) Regulasi emosi

Siswa yang resilien memiliki kemampuan regulasi emosi, yaitu kemampuan untuk mengendalikan dan mengelola perasaan ketika menghadapi tekanan atau masalah. Dalam situasi yang menimbulkan stres, seperti konflik dengan teman, kesulitan belajar, atau permasalahan keluarga, siswa yang resilien tidak langsung menunjukkan reaksi emosional yang berlebihan. Mereka mampu menahan perasaan marah, sedih, atau kecewa sehingga tidak memengaruhi perilaku secara negatif. Dengan kemampuan ini, siswa dapat tetap tenang dan berpikir secara lebih rasional dalam menghadapi berbagai situasi yang menantang. Selain itu, regulasi emosi yang baik memungkinkan siswa untuk merespons masalah secara lebih konstruktif. Siswa yang resilien cenderung mampu memahami dan mengontrol emosi yang muncul sehingga tidak bertindak secara impulsif atau merugikan diri sendiri maupun orang lain. Mereka lebih memilih cara yang positif dalam menghadapi tekanan, seperti mencari solusi terhadap masalah yang dihadapi, meminta saran dari guru atau teman, serta berusaha memperbaiki keadaan. Kemampuan mengelola emosi tersebut membantu siswa tetap fokus pada tujuan belajar dan mempertahankan hubungan sosial yang baik di lingkungan sekolah (Hasmarlin dan Hirmaningsih, 2019).

3) Sikap Optimis Terhadap Masa Depan

Siswa yang resilien umumnya memiliki pandangan optimis terhadap masa depan, yaitu keyakinan bahwa berbagai kesulitan yang dihadapi saat ini tidak akan menentukan keseluruhan perjalanan hidupnya. Mereka memandang masalah sebagai tantangan yang dapat diatasi melalui usaha, ketekunan, dan pembelajaran dari pengalaman. Sikap optimis ini membuat siswa tetap memiliki semangat untuk melanjutkan proses belajar dan berusaha mencapai tujuan yang telah direncanakan, meskipun menghadapi berbagai hambatan dalam kehidupan pribadi maupun akademik. Selain itu, optimisme juga mendorong siswa untuk tetap memiliki harapan dan tujuan hidup yang jelas. Siswa yang resilien cenderung percaya pada kemampuan dirinya untuk memperbaiki keadaan serta mencapai keberhasilan di masa

depan. Kepercayaan tersebut membantu mereka mempertahankan motivasi belajar, meningkatkan rasa percaya diri, serta tidak mudah putus asa ketika menghadapi kegagalan. Dengan adanya harapan yang kuat terhadap masa depan, siswa akan lebih mampu mengarahkan perilaku dan usahanya secara positif untuk mencapai cita-cita yang diinginkan (Dewi, dkk. 2025).

4) Hubungan Sosial Yang Positif

Siswa yang resilien memiliki kemampuan untuk menjalin hubungan sosial yang positif dengan teman, guru, maupun lingkungan sekitarnya. Kemampuan ini ditunjukkan melalui sikap saling menghargai, mampu bekerja sama, serta terbuka dalam berkomunikasi dengan orang lain. Hubungan sosial yang baik membantu siswa merasa diterima dan dihargai dalam lingkungan sekolah. Kondisi tersebut memberikan rasa aman dan nyaman sehingga siswa lebih mudah mengekspresikan perasaan serta menyampaikan permasalahan yang sedang dihadapi. Selain itu, dukungan sosial dari orang-orang di sekitar juga berperan penting dalam memperkuat resiliensi siswa. Ketika menghadapi tekanan atau kesulitan, siswa yang memiliki hubungan sosial yang baik cenderung memperoleh dukungan berupa nasihat, motivasi, maupun bantuan dari teman dan guru. Dukungan tersebut dapat membantu siswa mengurangi tekanan emosional serta meningkatkan kepercayaan diri dalam menghadapi masalah. Dengan adanya hubungan sosial yang positif, siswa akan lebih mampu bertahan dan beradaptasi secara baik dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan (Utomo, et al., 2022).

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Mental

a. Faktor internal dapat memengaruhi cara mereka merespons masalah, mengelola emosi, serta mempertahankan motivasi untuk tetap berkembang meskipun berada dalam situasi yang tidak menguntungkan. Beberapa faktor internal yang sering dikaitkan dengan resiliensi, antara lain:

1) Kepribadian

Kepribadian merupakan salah satu faktor internal yang memengaruhi tingkat resiliensi seseorang. Individu dengan kepribadian yang positif, seperti optimis, percaya diri, dan mampu mengendalikan emosi, cenderung lebih mampu menghadapi tekanan serta bangkit dari kesulitan. Pada siswa, kepribadian yang kuat membantu mereka tetap berusaha dan tidak mudah

menyerah ketika menghadapi kegagalan atau masalah dalam kehidupan akademik maupun sosial (Nurmalisa, 2024).

2) *self-esteem* (harga diri)

Self esteem adalah suatu hasil penilaian individu terhadap dirinya yang diungkapkan dalam sikap positif dan negatif. *Self esteem* berkaitan dengan bagaimana orang menilai tentang dirinya akan mempengaruhi perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Memiliki *self esteem* yang baik pada masa individu dapat membantu myang enghadapi kesengsaraan hidup karena dapat menilai sesuatu hal dari sisi yang lebih positif. Siswa yang memiliki *self-esteem* tinggi biasanya lebih percaya pada potensi yang dimiliki serta mampu menerima kekurangan dirinya. Hal ini membuat mereka lebih kuat dalam menghadapi kritik, kegagalan, maupun tekanan dari lingkungan. *Self-esteem* yang positif juga membantu siswa untuk tetap mempertahankan motivasi dan keyakinan bahwa mereka mampu memperbaiki keadaan (Mayasari, 2014).

3) *Self-efficacy* (Efikasi diri)

Self-efficacy merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu.*Self-efficacy* berperan penting dalam mempengaruhi bagaimana seseorang berpikir, merasa, memotivasi diri, dan bertindak ketika menghadapi berbagai situasi. Individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu menyelesaikan tugas atau mengatasi masalah yang dihadapi. Sebaliknya, individu dengan *self-efficacy* rendah sering merasa ragu terhadap kemampuan dirinya sehingga lebih mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan. Dengan demikian, *self-efficacy* menjadi salah satu faktor internal yang penting dalam menentukan keberhasilan seseorang dalam menghadapi tantangan hidup maupun mencapai tujuan yang diinginkan. Selain itu, *self-efficacy* juga mempengaruhi tingkat motivasi, ketekunan, serta kemampuan individu dalam menghadapi tekanan atau hambatan. Individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi biasanya lebih optimis, berani mencoba hal-hal baru, dan mampu melihat kesulitan sebagai tantangan yang perlu diatasi. Dalam konteks pendidikan, *self-efficacy* sangat berperan dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa, ketekunan dalam belajar, serta

kemampuan untuk mengatasi berbagai masalah akademik maupun sosial. Oleh karena itu, pengembangan *self-efficacy* pada diri siswa sangat penting agar mereka memiliki kemampuan untuk menghadapi berbagai kesulitan serta mampu mencapai tujuan yang diharapkan (Purwasih, dkk. 2025).

4) Religiusitas

Religiusitas merupakan tingkat keyakinan, penghayatan, dan pengamalan individu terhadap ajaran agama yang dianutnya. Religiusitas tidak hanya berkaitan dengan pelaksanaan ibadah, tetapi juga mencakup nilai-nilai moral, sikap spiritual, serta hubungan individu dengan Tuhan. Individu yang memiliki tingkat religiusitas tinggi biasanya memiliki pegangan hidup yang kuat, lebih sabar, dan mampu memaknai berbagai peristiwa kehidupan secara positif. Dalam kehidupan remaja, religiusitas dapat menjadi sumber kekuatan psikologis yang membantu individu menghadapi berbagai tekanan atau masalah kehidupan. Nilai-nilai agama seperti kesabaran, tawakal, dan rasa syukur dapat membantu seseorang mengembangkan sikap optimis serta ketahanan mental dalam menghadapi kesulitan (Ubaidillah dan Jaelani 2026).

b. Faktor eksternal yang mempengaruhi perkembangan dan resiliensi individu, diantaranya yaitu:

1) Keluarga

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama bagi individu dalam proses perkembangan kepribadian, emosional, maupun sosial. Dukungan keluarga yang positif, seperti perhatian, kasih sayang, serta komunikasi yang baik antara orang tua dan anak dapat membantu individu dalam menghadapi berbagai masalah kehidupan. Sebaliknya, kondisi keluarga yang kurang harmonis dapat mempengaruhi kondisi psikologis anak dan menghambat perkembangan emosionalnya. Dalam kehidupan remaja, keluarga memiliki peran penting dalam membentuk ketahanan mental dan kemampuan individu dalam menghadapi berbagai kesulitan. Dukungan emosional dari orang tua dapat memberikan rasa aman dan meningkatkan kepercayaan diri anak sehingga mereka lebih mampu mengatasi tekanan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari (Julianingsih, 2021).

2) Teman sebaya

Teman sebaya merupakan kelompok individu yang memiliki usia dan tingkat perkembangan yang relatif sama. Pada masa remaja, teman sebaya memiliki pengaruh yang cukup besar karena remaja cenderung lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman-temannya. Hubungan yang positif dengan teman sebaya dapat memberikan dukungan sosial, meningkatkan rasa percaya diri, serta membantu individu dalam menghadapi berbagai permasalahan kehidupan. Melalui interaksi dengan teman sebaya, remaja juga belajar mengenai nilai-nilai sosial, kerja sama, serta cara berkomunikasi dan menyelesaikan konflik secara efektif.Selain itu, teman sebaya juga dapat menjadi sumber dukungan emosional bagi remaja ketika menghadapi tekanan atau masalah dalam kehidupan sehari-hari. Kehadiran teman yang dapat dipercaya untuk berbagi cerita, memberikan saran, maupun memberikan motivasi dapat membantu remaja merasa lebih diterima dan tidak merasa sendirian dalam menghadapi kesulitan. Dukungan positif dari teman sebaya dapat mendorong individu untuk mengembangkan sikap optimis, meningkatkan kemampuan beradaptasi, serta memperkuat ketahanan mental dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan (Novianti dan Chaerani 2021).

3) Guru

Guru merupakan salah satu faktor eksternal yang berperan penting dalam perkembangan siswa di lingkungan sekolah. Guru tidak hanya berfungsi sebagai penyampai materi pembelajaran, tetapi juga sebagai pembimbing dan motivator bagi siswa. Hubungan yang baik antara guru dan siswa dapat menciptakan suasana belajar yang nyaman serta membantu siswa dalam mengembangkan potensi akademik maupun sosialnya. Dukungan dari guru dapat meningkatkan motivasi belajar siswa serta membantu siswa mengatasi berbagai kesulitan yang dihadapi di sekolah. Guru yang memberikan perhatian dan bimbingan kepada siswa dapat membantu menciptakan lingkungan belajar yang positif dan kondusif (Sutha, 2016).

4) Linkungan Sekolah

Lingkungan sekolah merupakan tempat dimana siswa menghabiskan sebagian besar waktunya untuk belajar dan berinteraksi

dengan orang lain. Lingkungan sekolah yang kondusif, aman, dan mendukung proses pembelajaran dapat membantu siswa mengembangkan kemampuan akademik, sosial, serta emosional secara optimal. Suasana sekolah yang positif, hubungan yang baik antara guru dan siswa, serta interaksi yang sehat antar teman sebaya dapat menciptakan rasa nyaman bagi siswa dalam menjalani proses pendidikan. Lingkungan yang demikian juga dapat membantu siswa mengembangkan sikap disiplin, tanggung jawab, serta kemampuan beradaptasi dengan berbagai situasi yang mereka hadapi di sekolah. Lingkungan sekolah memiliki peran penting dalam membantu siswa menghadapi berbagai tantangan dan kesulitan yang mereka alami. Sekolah yang memberikan dukungan emosional, bimbingan dari guru, serta iklim sosial yang positif dapat membantu siswa membangun ketahanan mental dalam menghadapi tekanan akademik maupun masalah pribadi. Bagi siswa yang menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan, seperti masalah keluarga atau tekanan sosial, lingkungan sekolah yang suportif dapat menjadi sumber dukungan yang membantu mereka tetap termotivasi, percaya diri, dan mampu bangkit dari kesulitan yang dihadapi. Dengan demikian, lingkungan sekolah yang positif dapat menjadi salah satu faktor eksternal yang memperkuat resiliensi siswa dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan (Kholifah, 2025).

3. Keluarga *Broken Home*

a. Definisi *Broken Home* dan Bentuk-Bentuknya

Istilah *broken home* sering diartikan sebagai kondisi ketika keluarga tersebut mengalami perpecahan yang berujuk kepada kriminal. Menurut pernyataan dari Welss terkait pengertian *broken home, Broken Home* merupakan keluarga yang mengalami perpecahan karena kematian, perceraian, seseorang yang tidak menikah, dan mengakibatkan melakukan tindakan kekerasan. Dengan hal ini, pertikaian yang umumnya terjadi di rumah tangga akan merujuk kepada pertengkaran seperti kekerasan fisik yang dilakukan oleh suami ataupun juga istri. Dan juga akibat dari adanya istilah *broken home* mendeskripsikan keadaan keluarga yang tidak lagi harmonis yang dapat diartikan tidak berjalan sebagaimana sebuah keluarga. Menurut penjelasan dari Quensel, *Broken home* adalah penggambaran keluarga yang tidak

harmonis, yang jauh dari kata rukun dan berakhir menjadi sebuah perpisahan ataupun perceraian (Sigiro, Alexander, dan Al-Ghifari, 2022).

Menurut Pujosuawarno, *Broken home* adalah keretakan yang terjadi di dalam keluarga yang menyebabkan hubungan antar anggota keluarga rusak. JP Chaplin juga mengatakan bahwa rumah yang rusak adalah ketika keluarga mengalami kerusakan dalam rumah tangga. keadaan di mana salah satu dari kedua orang tua, seperti ayah atau ibu, tidak hadir karena bercerai atau meninggal dunia. Berdasarkan pemahaman di atas, perceraian dapat didefinisikan sebagai kematian salah satu dari kedua orang tua atau keretakan dalam rumah tangga yang menyebabkan anak menjadi tanpa rumah (Pranata 2021).

Broken home terjadi ketika struktur keluarga tidak utuh dan tidak mampu menjalankan fungsinya sebagai sistem pendukung utama perkembangan individu. Bentuk-bentuk *broken home* dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

1) Perceraian Orang Tua *(Divorce*)

   Perceraian seringkali menyebabkan anak kehilangan keseimbangan emosional, terutama bila disertai konflik perebutan hak asuh atau perpindahan lingkungan hidup. Dalam situasi ini, anak sering menjadi korban dari konflik orang tua yang tidak terselesaikan. Perceraian yang diikuti dengan putusnya komunikasi anak dengan salah satu orang tua meningkatkan risiko depresi dan gangguan hubungan sosial.

2) Konflik Keluarga Kronis (*Chronic Marital Conflict*)

   Keluarga tetap utuh secara hukum, tetapi konflik terus-menerus, seperti pertengkaran, kekerasan verbal, atau kekerasan fisik. Anak yang tumbuh dalam konflik semacam ini kerap mengalami learned helplessness atau ketidakberdayaan yang dipelajari, yaitu perasaan bahwa ia tidak bisa mengubah situasi dan harus menerimanya tanpa harapan.

3) Penelantaran Emosional dan Fisik *(Neglect*)

   Bentuk ini tidak selalu tampak di permukaan. Meski keluarga tampak harmonis secara struktural, pengabaian emosional seperti tidak diajak bicara, tidak dipedulikan perasaannya, atau tidak ada kontak afeksi, menciptakan luka psikologis yang dalam. Mencatat bahwa penelantaran

emosional seringkali lebih berbahaya karena sulit diidentifikasi oleh pihak luar.

4) Keluarga Tunggal karena Kematian atau Kepergian Salah Satu Orang Tua

Meski tidak disebabkan oleh konflik, kehadiran satu orang tua seringkali tidak mencukupi kebutuhan psikososial anak, terutama dalam masa remaja yang penuh pencarian identitas. Anak-anak ini bisa mengalami kekosongan peran model, baik secara gender maupun moral (Faiza, 2025).

b. Dampak *Broken Home*

Keluarga yang mengalami kondisi *broken home* bukanlah masalah yang bisa dianggap mudah. Ketidakseimbangan dalam keluarga sangat memengaruhi pertumbuhan anak. Jika hubungan orang tua tidak baik, kurang perhatian, dan dukungan emosional tidak cukup, hal ini bisa memengaruhi kesehatan mental dan perilaku anak. Oleh karena itu, kondisi *broken home* bisa menyebabkan berbagai dampak negatif pada siswa, baik secara sosial, akademik, maupun emosional. Adapun dampak-dampaknya *broken home* terhadap siswa sebagai berikut:

1) Kondisi Sosial

Rumah tangga yang tidak utuh tidak hanya memengaruhi kondisi psikologis siswa, tetapi juga menghambat kemampuan sosialnya. Anak yang hidup dalam keluarga yang tidak harmonis sering kali mengalami kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat, seperti kurang percaya kepada orang lain, kesulitan beradaptasi dengan teman, atau merasa tidak nyaman saat berinteraksi dengan orang sekitar. Di banyak kasus, siswa seperti ini juga menunjukkan tindakan yang tidak sesuai norma, seperti bertindak agresif, kurang disiplin, atau melanggar aturan sekolah karena kurangnya pengendalian emosi dan dukungan sosial yang seharusnya diperoleh dari keluarga. Lingkungan keluarga yang tidak stabil membuat anak kehilangan contoh yang baik dalam bertingkah laku dan berinteraksi dengan orang lain, sehingga kemampuan sosialnya terganggu dan mereka lebih rentan terhadap tindakan yang bertentangan dengan norma sosial maupun norma sekolah (Darminto 2023).

2) Kondisi Akademik Siswa

Dari segi akademik, siswa yang berasal dari keluarga *broken home* sering kali mengalami penurunan semangat belajar, kesulitan fokus di kelas, dan hasil belajar yang kurang memuaskan. Kondisi psikologis yang tidak stabil akibat konflik keluarga atau kurangnya perhatian dan dukungan dari orang tua membuat siswa sulit mendapatkan bimbingan belajar di rumah. Hal ini berdampak pada rasa ingin tahu, ketertarikan, dan partisipasi mereka dalam proses belajar mengajar, yang selanjutnya memengaruhi kinerja akademik dan sikap disiplin di sekolah. Masalah kejiwaan dan kurangnya pengawasan orang tua bisa mengganggu fokus belajar siswa, sehingga mereka cenderung kurang aktif dalam kegiatan belajar mengajar dan menunjukkan hasil yang di bawah kemampuan mereka (Munjiah, Sofa, dan Kurnaesih, 2025).

3) Kondisi Emosional

Kondisi ini dapat memberikan dampak yang cukup besar terhadap perkembangan emosional anak atau remaja. Anak yang berasal dari keluarga *broken home* sering mengalami tekanan emosional karena kehilangan salah satu figur orang tua atau karena suasana keluarga yang tidak stabil. Akibatnya, anak dapat merasakan perasaan sedih, kecewa, marah, atau merasa tidak aman dalam lingkungan keluarganya. Selain itu, kondisi *broken home* juga dapat menyebabkan munculnya berbagai masalah emosional seperti kecemasan, rendahnya kepercayaan diri, emosi yang tidak stabil, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Anak yang mengalami tekanan emosional akibat *broken home* terkadang menjadi lebih sensitif, mudah marah, atau bahkan menunjukkan perilaku agresif sebagai bentuk pelampiasan perasaan yang terpendam. Apabila tidak mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitar seperti keluarga, guru, maupun teman sebaya, kondisi tersebut dapat mempengaruhi perkembangan psikologis anak dalam jangka panjang (Ningsih, dkk. 2026).

4. Kondisi Resiliensi Siswa *Broken Home* Sebelum Mendapat Bimbingan

a. Kondisi Siswa *Broken Home* Sebelum Mendapat Bimbingan

Secara umum, siswa yang berasal dari keluarga *broken home* menunjukkan beberapa pola perilaku dan kondisi psikologis tertentu sebelum

mendapatkan pendampingan atau bimbingan dari guru. Kondisi keluarga yang tidak harmonis seperti perceraian, konflik orang tua, atau kurangnya perhatian keluarga dapat memengaruhi perkembangan emosional, sosial, dan akademik siswa. Anak yang hidup dalam keluarga *broken home* cenderung mengalami gangguan emosional seperti stres, kecemasan, serta kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial maupun sekolah (Ratu dkk. 2024). Adapun beberapa pola umum yang akan diklasifikasikan, sebagai berikut:

1) Kecemasan

Sebelum mendapatkan bimbingan atau pendampingan dari guru maupun pihak sekolah, resiliensi siswa yang berasal dari keluarga *broken home* dapat diamati melalui beberapa indikator perilaku dan kondisi psikologis, yakni cara menghadapi hidup, dan reaksi emosi (Yahya, dkk., 2025) . Siswa dari keluarga *broken home* sering mengalami kecemasan dan tekanan emosional karena kurangnya rasa aman dalam keluarga. Konflik orang tua dapat membuat anak merasa takut, sedih, dan tidak stabil secara emosional. Kondisi ini dapat mengganggu kesejahteraan mental serta mempengaruhi hubungan sosial dan aktivitas belajar siswa (Fitriya, et al., 2026).

2) Minder atau Rendah Diri

Banyak siswa *broken home* mengalami rasa rendah diri karena merasa berbeda dengan teman-temannya yang memiliki keluarga utuh. Kurangnya dukungan emosional dari keluarga juga dapat menurunkan kepercayaan diri anak sehingga mereka merasa kurang berharga atau tidak mampu (Wulandari, 2025).

3) Perilaku Menyimpang

Beberapa siswa yang berasal dari keluarga *broken home* menunjukkan perilaku menyimpang seperti melanggar aturan sekolah, membolos, atau bersikap agresif. Hal ini sering menjadi bentuk pelampiasan emosi akibat konflik keluarga dan kurangnya pengawasan dari orang tua (Muttaqin dan Sulistyo, 2019).

4) Menarik Diri dari Lingkungan

Kondisi psikologis yang tidak stabil sering membuat siswa *broken home* menarik diri dari lingkungan sosial. Mereka cenderung menjadi pendiam, kurang aktif dalam kegiatan sekolah, serta sulit

menjalin hubungan dengan teman sebaya. Hal ini terjadi karena mereka merasa tidak nyaman atau kurang percaya diri dalam berinteraksi dengan orang lain

5) Prestasi Belajar Menurun

Masalah keluarga juga dapat memengaruhi prestasi akademik siswa. Kurangnya perhatian dan dukungan dari orang tua membuat siswa kurang termotivasi untuk belajar sehingga prestasi akademik mereka cenderung menurun (Yahya, et al., 2025). Dampak yang terjadi jika siswa tidak memiliki motivasi yang tumbuh dalam dirinya akan membuat siswa merasa sulit dalam memahami materi yang dijelaskan oleh gurunya, karena tidak adanya minat dalam belajar (Simanjuntak, dkk., 2024).

Remaja yang tinggal dalam lingkungan *broken home* cenderung mengalami stres emosional dan psikologis yang dapat mengganggu fokus dan konsentrasi belajar, sehingga berdampak pada rendahnya keterlibatan dan tingkat kehadiran siswa dalam pembelajaran di sekolah (Fauziah, 2024).

b. Indikator yang bisa diamati

Sebelum mendapatkan bimbingan atau pendampingan dari guru maupun pihak sekolah, resiliensi siswa yang berasal dari keluarga *broken home* dapat diamati melalui beberapa indikator perilaku dan kondisi psikologis, adapun sebagai berikut:

1) Cara Menghadapi Masalah

Indikator pertama yang dapat diamati adalah bagaimana siswa menghadapi permasalahan yang mereka alami. Siswa dengan resiliensi yang masih rendah sebelum mendapatkan bimbingan cenderung menghadapi masalah dengan cara menghindar, memendam perasaan, atau menunjukkan perilaku negatif. Mereka sering kesulitan menemukan solusi terhadap masalah yang dihadapi, baik yang berkaitan dengan keluarga maupun sekolah. Kondisi ini terjadi karena mereka belum memiliki keterampilan koping (*coping skills)* yang baik dalam menghadapi tekanan hidup.

2) Reaksi Emosi

Indikator kedua adalah reaksi emosional siswa ketika menghadapi situasi yang menekan. Siswa *broken home* sebelum mendapatkan bimbingan biasanya menunjukkan emosi yang kurang stabil, seperti mudah marah, sedih, cemas, atau merasa kecewa terhadap keadaan keluarga mereka. Ketidakstabilan emosi ini dapat memengaruhi perilaku mereka di lingkungan sekolah maupun dalam hubungan dengan teman sebaya (Yahya, Garlis, dan Oktafiana 2025).

3) Hubungan Sosial

Indikator lain yang dapat diamati adalah bagaimana siswa menjalin hubungan sosial dengan teman maupun guru di sekolah. Siswa yang berasal dari keluarga broken home sering mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan sosial karena rendahnya kepercayaan diri serta adanya perasaan berbeda dari teman-temannya. Beberapa siswa bahkan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial, menjadi lebih pendiam, atau kurang aktif dalam kegiatan sekolah. Kurangnya dukungan keluarga dapat memengaruhi kemampuan anak dalam berinteraksi sosial dan beradaptasi dengan lingkungan. Dukungan sosial dari teman dan guru menjadi faktor penting yang dapat membantu meningkatkan resiliensi siswa dalam menghadapi berbagai tekanan hidup (Ali Mohammad 2021).

5. Kondisi Resiliensi Siswa *Broken Home* Selama Mendapat Bimbingan

a. Indikator Peningkatan Resiliensi

Selama mendapatkan bimbingan, beberapa perubahan perilaku dan sikap siswa yang dapat diamati sebagai indikator peningkatan resiliensi antara lain:

1) Tenang dalam Menghadapi Masalah

Siswa mulai menunjukkan sikap yang lebih tenang ketika menghadapi kesulitan. Mereka tidak lagi mudah panik atau putus asa ketika menghadapi masalah keluarga maupun masalah di sekolah. Melalui proses bimbingan, siswa belajar memahami situasi yang dialami serta menemukan cara yang lebih positif dalam menyelesaikan masalah.

2) Mampu Mengelola Emosi

Perubahan lain yang terlihat adalah kemampuan siswa dalam mengelola emosi. Siswa yang sebelumnya mudah marah, sedih, atau

cemas mulai mampu mengontrol perasaan mereka. Guru bimbingan konseling memiliki peran penting dalam membantu siswa mengatasi emosi negatif melalui berbagai teknik konseling, seperti konseling Islami atau teknik modelling (Dewi dan Lubis, 2024).

3) Optimis terhadap Masa Depan

Siswa yang telah mendapatkan bimbingan cenderung menunjukkan sikap lebih optimis terhadap kehidupan dan masa depan mereka. Mereka mulai memiliki harapan untuk mencapai keberhasilan dalam pendidikan maupun kehidupan pribadi. Optimisme merupakan salah satu komponen penting dalam membangun resiliensi individu (Novithasari, et al., 2025).

4) Aktif dalam Kegiatan Pembelajaran

Perubahan resiliensi juga terlihat dari meningkatnya keaktifan siswa di kelas. Siswa mulai berpartisipasi dalam diskusi, mengerjakan tugas dengan lebih baik, serta menunjukkan motivasi belajar yang lebih tinggi. Layanan konseling juga dapat meningkatkan motivasi belajar siswa yang sebelumnya rendah akibat kondisi keluarga (Rahmadiana 2024).

5) Hubungan Sosial yang Lebih Baik

Setelah mendapatkan bimbingan, siswa biasanya lebih mampu menjalin hubungan sosial dengan teman maupun guru. Mereka menjadi lebih terbuka, percaya diri, dan tidak lagi terlalu menarik diri dari lingkungan sosial (Radianengsih, 2023).

b. Resiliensi sebagai Proses yang Dapat Dikembangkan Melalui Bimbingan

Resiliensi bukanlah kemampuan yang bersifat bawaan sejak lahir, tetapi merupakan proses psikologis yang dapat berkembang melalui pengalaman hidup, dukungan sosial, serta intervensi yang tepat. Dalam konteks pendidikan, layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam membantu siswa membangun resiliensi.

Penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dapat secara signifikan meningkatkan resiliensi siswa yang berasal dari keluarga *broken home*. Melalui sesi konseling, siswa belajar memahami masalah yang mereka hadapi, mengembangkan keterampilan mengatasi stres (*coping skills*), serta memperoleh dukungan emosional dari konselor dan teman sebaya (Nida, 2025).

Selain itu, peran guru bimbingan konseling juga sangat penting dalam membantu siswa meningkatkan kontrol diri, mengelola emosi negatif, serta membangun sikap positif terhadap kehidupan. Dengan adanya bimbingan yang berkelanjutan, siswa dapat mengembangkan kemampuan untuk bangkit dari kesulitan dan beradaptasi dengan situasi yang mereka alami (Amanda, 2024).

Dapat disimpulkan proses bimbingan dapat menjadi sarana penting dalam mengembangkan resiliensi siswa *broken home*. Melalui dukungan yang tepat dari guru, lingkungan sekolah, dan teman sebaya, siswa dapat belajar mengatasi tekanan hidup, membangun kepercayaan diri, serta mengembangkan sikap optimis dalam menghadapi masa depan.

B. Pendekatan Spiritual Guru Akidah Akhlak

1. Pendekatan Spiritual

a. Definisi Pendekatan Spiritual

Istilah spiritual berasal dari kata *spirit* yang berarti ruh atau jiwa. Dalam konteks keagamaan, spiritualitas berkaitan dengan hubungan individu dengan Tuhan, nilai-nilai keimanan, serta kesadaran batin yang memberikan makna dan tujuan hidup. Aspek spiritual mencakup keyakinan kepada Tuhan, praktik ibadah, nilai moral, serta sikap hidup seperti sabar, ikhlas, dan bersyukur. Dalam kajian psikologi dan pendidikan Islam, spiritualitas dipandang sebagai salah satu dimensi penting dalam kehidupan manusia yang dapat membantu individu mencapai ketenangan batin, mengatasi stres, serta membangun sikap positif dalam menghadapi berbagai permasalahan hidup. Oleh karena itu, penguatan aspek spiritual sering digunakan sebagai pendekatan dalam konseling maupun pembinaan mental, terutama bagi individu yang mengalami tekanan psikologis (Ambo, et al., 2024).

Pendekatan spiritual adalah suatu cara atau metode pembinaan yang menekankan pada penguatan nilai-nilai keimanan, kedekatan kepada Tuhan, penghayatan makna hidup, serta pembentukan ketenangan batin dalam menghadapi berbagai persoalan kehidupan. Pendekatan ini mengarahkan individu agar mampu mengembangkan aspek ruhani, moral, dan emosional melalui nilai-nilai agama.

Dalam konteks pendidikan Islam, pendekatan spiritual dipahami sebagai proses internalisasi nilai-nilai Islam melalui pembelajaran,

keteladanan, pembiasaan ibadah, refleksi diri, serta penguatan hubungan manusia dengan Allah SWT sehingga peserta didik tidak hanya berkembang secara intelektual, tetapi juga secara emosional dan spiritual (Akbar, et al., 2025).

2. Tujuan Pendekatan Spiritual dalam Konteks Pendidikan

Pendekatan spiritual dalam pendidikan bertujuan mengintegrasikan nilai-nilai keimanan, moral, dan kesadaran hubungan manusia dengan Tuhan dalam proses pembelajaran. Melalui pendekatan ini, pendidikan tidak hanya menekankan penguasaan ilmu pengetahuan, tetapi juga membentuk kepribadian, akhlak, dan ketenangan batin peserta didik secara menyeluruh (Astuti, et al., 2023).

Secara umum, tujuan pendekatan spiritual dalam pendidikan antara lain sebagai berikut:

a. Mengembangkan keseimbangan antara aspek intelektual, emosional, dan spiritual siswa.

Pendekatan spiritual bertujuan membentuk peserta didik yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga memiliki kecerdasan emosional dan spiritual. Dengan keseimbangan tersebut, siswa mampu memahami makna hidup, memiliki nilai moral yang kuat, serta menjalani kehidupan secara lebih bijaksana.

b. Membentuk karakter dan akhlak yang baik.

Pendekatan spiritual membantu siswa menanamkan sikap seperti jujur, sabar, tanggung jawab, disiplin, dan empati. Pendidikan yang memperhatikan aspek spiritual dapat menumbuhkan perilaku moral serta membangun kepribadian yang berlandaskan nilai-nilai agama (Wibisono, 2021). Program pembiasaan rutin seperti tadarus Al-Qur'an dan pelaksanaan shalat dhuha berjamaah juga menjadi sarana internalisasi nilai yang sangat efektif. Melalui aktivitas spiritual yang terjadwal secara konsisten, siswa secara bertahap belajar untuk meresapi makna syukur dalam setiap tarikan napas mereka (Afifah, Hadiati, dan Asyha 2026).

c. Meningkatkan kesadaran religius dan hubungan dengan Tuhan.

Pendekatan ini bertujuan menumbuhkan kesadaran spiritual siswa sehingga mereka tidak hanya memahami ajaran agama secara kognitif, tetapi juga mampu menghayati dan mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari (Akbar, et al., 2025).

d. Membantu siswa mengelola emosi dan menghadapi masalah kehidupan.

Melalui penguatan nilai-nilai spiritual, peserta didik dapat mengembangkan ketenangan jiwa, pengendalian diri, serta ketahanan mental dalam menghadapi berbagai tantangan hidup secara lebih positif dan penuh makna.

e. Menciptakan proses pembelajaran yang bermakna dan humanis.

Pendekatan spiritual mendorong guru untuk memperhatikan kondisi batin dan perkembangan karakter siswa serta memberikan pembelajaran yang menyentuh hati dan nilai kehidupan, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih bermakna bagi perkembangan pribadi peserta didik (Komarudin, dkk. 2025).

3. Bentuk-bentuk Pendekatan Spiritrual Guru Akidah Akhlak

Pendekatan spiritual dalam pendidikan Islam merupakan usaha guru untuk menanamkan nilai-nilai keimanan, ibadah, dan akhlak dalam proses pembelajaran guna membentuk kepribadian peserta didik yang lebih baik. Guru Akidah Akhlak tidak hanya berperan sebagai penyampai materi keagamaan, tetapi juga sebagai pembimbing spiritual yang membantu siswa memahami makna kehidupan, mendekatkan diri kepada Allah SWT, serta membangun ketenangan batin dan akhlak mulia dalam kehidupan sehari-hari (Hamdi dan Idarianty, 2026).

Adapun bentuk-bentuk pendekatan spiritual guru akidah akhlak di antaranya, sebagia berikut:

a. Pemberian nasihat keagamaan

Guru memberikan nasihat, arahan, dan motivasi yang mengandung nilai-nilai Islam agar siswa mampu bersikap sabar, tawakal, bersyukur, dan tidak mudah putus asa dalam menghadapi masalah kehidupan. Pendekatan ini membantu siswa memperoleh penguatan mental dan spiritual dalam menghadapi tekanan hidup (Nugroho, 2018).

b. Pembiasaan ibadah

Guru membimbing siswa untuk membiasakan kegiatan ibadah seperti shalat berjamaah, membaca Al-Qur'an, berdoa sebelum dan sesudah belajar, dzikir, serta kegiatan keagamaan lainnya untuk menumbuhkan ketenangan batin dan kedisiplinan spiritual (Rais, dkk., 2019). Kegiatan pembiasaan yang dilakukan yaitu shalat berjamaah, kegiatan shalat malam dan kegiatan shalat dhuha, hal ini memberikan nilai-nilai ketaatan dalam kaitannya hubungan manusia dengan Allah (Holidi, dkk., 2021).

c. Keteladanan (*uswah hasanah*)

Guru menjadi contoh yang baik dalam perilaku, ucapan, sikap, dan akhlak sehari-hari sehingga siswa dapat meneladani nilai-nilai spiritual yang diterapkan oleh guru. Keteladanan guru menjadi salah satu metode efektif dalam pendidikan akhlak (Rahmawati, dkk. 2026). Guru yang sering mengucapkan salam, berbicara dengan bahasa yang baik, menghargai pendapat siswa, dan menjaga etika saat berkomunikasi menunjukkan contoh nyata tentang sikap sopan santun yang bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Ma'arif, dkk., 2026).

Penyampaian kisah keteladanan Nabi dan sahabat melalui metode *storytelling* merupakan media yang efektif untuk membentuk akhlak peserta didik, karena peserta didik cenderung lebih mudah menyerap dan meneladani nilai moral yang disampaikan melalui narasi kisah keteladanan dibandingkan melalui nasihat langsung (Damayanti 2020). Menceritakan keberhasilan para tokoh-tokoh dunia yang dimulai dengan mimpi-mimpi mereka dan ceritakan juga cara-cara mereka meraih mimpi-mimpi itu. Ajak siswa untuk bermimpi meraih sukses dalam bidang apa saja seperti mimpinya para tokoh dunia tersebut dan menanamkan nilai atau pandangan hidup yang positif (Hendrizal, 2020).

d. Pendekatan personal

Guru memberikan perhatian, pendampingan, dan komunikasi secara personal kepada siswa yang mengalami masalah agar siswa merasa dihargai, diperhatikan, dan mendapatkan dukungan emosional maupun spiritual (Rachma, dkk. 2025).

e. Penguatan mental Islami

Guru membantu siswa membangun semangat hidup dan ketahanan mental melalui penguatan nilai iman, keyakinan kepada Allah SWT, serta pemahaman bahwa setiap ujian hidup memiliki hikmah (Purba 2025).

C. Dampak Pendekatan Spiritual Terhadap Perubahan Perilaku dan Resiliensi Mental

1. Dampak Pendekatan Spiritual Terhadap Perubahan Perilaku

Pendekatan spiritual merupakan upaya pembinaan yang menekankan penguatan nilai-nilai keimanan, ibadah, serta kedekatan kepada Allah SWT dalam membantu individu menghadapi berbagai tekanan hidup. Dalam konteks pendidikan, pendekatan ini berperan penting dalam meningkatkan resiliensi mental siswa, yaitu kemampuan untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali ketika menghadapi kesulitan. Adapun dampak pendekatan spiritual terhadap perubahan perilaku, sebagai berikut:

a. Meningkatkan kemampuan mengendalikan emosi

Pendekatan spiritual membantu siswa dalam mengelola emosi negatif seperti stres, kecemasan, dan kesedihan. Melalui aktivitas spiritual seperti doa, dzikir, shalat, serta refleksi diri (*muhasabah*), siswa diarahkan untuk lebih tenang dan mampu menerima keadaan dengan sikap yang positif. Kegiatan spiritual tersebut memberikan ketenangan batin sehingga siswa lebih mampu mengontrol emosi saat menghadapi tekanan. Penelitian menunjukkan bahwa praktik refleksi spiritual dapat meningkatkan ketenangan batin dan kemampuan siswa dalam mengendalikan emosi ketika menghadapi tekanan psikologis (Syamsiah et al., 2023).

b. Meningkatkan sikap optimis dan berpikir positif

Pendekatan spiritual mendorong siswa untuk meyakini bahwa setiap kesulitan memiliki hikmah dan jalan keluar dari Allah SWT. Nilai-nilai seperti tawakal, sabar, dan husnuzan (berprasangka baik) membantu siswa membangun pola pikir positif dalam menghadapi berbagai masalah. Dengan demikian, siswa tidak mudah putus asa dan tetap memiliki harapan dalam situasi sulit. Penelitian menunjukkan bahwa coping religius dapat meningkatkan optimisme, harapan, dan pemikiran positif dalam menghadapi tekanan akademik maupun masalah pribadi (Sari & Sutarto, 2023).

c. Meningkatkan kemampuan memaknai pengalaman hidup

Pendekatan spiritual membantu siswa memahami bahwa setiap ujian hidup memiliki makna dan hikmah yang dapat diambil sebagai pembelajaran. Melalui refleksi spiritual, doa, serta penguatan nilai keimanan, siswa diarahkan untuk menerima pengalaman hidup secara lebih positif. Pemaknaan ini membantu mengurangi beban psikologis dan memperkuat ketahanan mental. Penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas berperan dalam membantu individu menemukan makna dalam penderitaan, sehingga meningkatkan kemampuan adaptasi dan mempertahankan harapan dalam situasi sulit (Sukadana, 2025).

d. Terbentuk perilaku yang lebih positif

Pendekatan spiritual dapat meningkatkan perilaku religius, kedisiplinan, sikap sosial positif, dan kemampuan pengendalian emosi pada siswa *broken home* (Thohari dan Balgies 2025). Pendekatan spiritual juga berpengaruh terhadap pembentukan perilaku siswa yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari. Nilai-nilai seperti disiplin, tanggung jawab, kejujuran, dan sikap saling menghormati ditanamkan melalui pembiasaan ibadah dan keteladanan guru. Dengan demikian, siswa tidak hanya memahami nilai agama secara teoritis, tetapi juga mengamalkannya dalam kehidupan nyata. Penelitian menunjukkan bahwa penanaman nilai religius melalui pembelajaran Akidah Akhlak dan kegiatan keagamaan di sekolah mampu membentuk karakter dan perilaku positif siswa (Marlianingsih & Muslimin, 2025).

e. Memperkuat resiliensi mental siswa

Pendekatan spiritual secara keseluruhan berperan dalam memperkuat resiliensi mental siswa. Melalui penguatan hubungan dengan Allah SWT, siswa menjadi lebih mampu menghadapi tekanan, mengelola stres, dan tetap bertahan dalam kondisi sulit. Spiritualitas membantu individu menemukan makna hidup, meningkatkan pengendalian diri, serta menumbuhkan sikap optimis. Penelitian menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki kontribusi penting dalam meningkatkan resiliensi karena memberikan kekuatan batin dalam menghadapi kesulitan (Nisa et al., 2025).

2. Dampak Pendekatan Spiritual Terhadap Ketahanan Mental

Adapun Ketahanan Mental (Resiliensi) yang Terbentuk melalui Pendekatan Spiritual juga berdampak langsung pada terbentuknya resiliensi mental siswa,

yaitu kemampuan untuk bertahan, menyesuaikan diri, dan bangkit kembali dari tekanan hidup. Dalam konteks pendidikan Islam, resiliensi ini diperkuat melalui nilai-nilai spiritual yang diinternalisasi dalam diri siswa. Ketahanan siswa melalui berbagai aspek, di antaranya yaitu:

a. *Self-Efficacy* (Efikasi Diri)

Self-efficacy merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi tugas dan tantangan. Melalui pendekatan spiritual, siswa didorong untuk memiliki keyakinan bahwa setiap usaha disertai pertolongan Allah SWT. Hal ini membuat siswa lebih percaya diri, tidak mudah menyerah, serta mampu mengelola emosi ketika menghadapi kegagalan. Dengan demikian, pendekatan spiritual berperan dalam memperkuat *self-efficacy* yang merupakan salah satu komponen penting dalam resiliensi mental. Siswa yang memiliki efikasi diri tinggi akan lebih mampu bangkit dari kesulitan serta mencari solusi secara positif (Dima, dkk. 2025).

b. *Spiritual Well-Being* (kesejahteraan spiritual)

Spiritual well-being atau kesejahteraan spiritual merupakan kondisi ketika individu merasakan kedamaian batin, memiliki hubungan yang baik dengan Tuhan, serta menemukan makna dan tujuan hidup. Dalam perspektif pendidikan Islam, kesejahteraan spiritual sangat berkaitan dengan keimanan, ibadah, serta pengamalan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari. Individu yang memiliki spiritual well-being yang baik cenderung memiliki ketenangan jiwa, sikap optimis, serta kemampuan menghadapi kesulitan hidup dengan lebih sabar dan penuh harapan. Praktik keagamaan seperti shalat, doa, dzikir, dan membaca Al-Qur'an dapat memberikan efek menenangkan dan membantu individu mengatasi stres maupun kecemasan. Oleh karena itu, *spiritual well-being* menjadi salah satu faktor penting dalam membangun ketahanan mental (resiliensi) pada peserta didik, terutama bagi mereka yang menghadapi masalah kehidupan seperti konflik keluarga atau tekanan sosial (Komarudin, dkk. 2025).

D. Kajian Penelitian Terdahulu

Kajian penelitian terdahulu berisi tentang telaah terhadap hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan permasalahan yang diteliti. Hal ini ditujukan untuk menginsipirasi peneliti untuk melakukan penelitian lanjutan serta sebagai perbandingan dengan karya tulis lain sehingga menghindari adanya plagiasi.

Berdasarkan eksplorasi peneliti, erdapat beberapa hasil penelitian yang relevan dengan penelitian ini, diantaranya:

No	Judul	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	Jurnal. Syaifin, (2022). Peranan Guru Akidah Akhlak Terhadap Pembentukan Akhlak Peserta Didik Di Madrasah Aliyah di At-Taufiq Padaelo Kabupaten Baru	Peranan guru Akidah Akhlak terhadap pembentukan akhlak peserta didik dengan keteladanan, pembiasaan, nasihat, perhatian, hadiah dan hukuman. Sehingga Pembinaan akhlak menghasilkan pribadi muslim berakhlak mulia, taat kepada Allah dan Rasul, hormat orang tua, dan sayang sesame.	Sama-sama meneliti atau membahas tentang guru akidah akhlak	Penelitian terdahulu fokus pada : 1) Peranan guru 2) Pembentukan akhlak peserta didik 3) Madrasah Aliyah Sedangkan penelitian ini fokus pada: 1) Resiliensi mental siswa *broken home* 2) Pendekatan Spiritual guru Akidah Akhlak 3) Madrasah Tsanawiyah.
2.	Jurnal. Rahayu, et al., (2023).“Strategi Guru dalam Membina Akhlakul Karimah Siswa Madrasah Ibtidaiyah”	Strategi guru Akidah Akhlak dalam membina akhlakul karimah siswa yang dimana trategi utama adalah program 8C: cinta Allah dan Rasul, orang tua dan guru, bangsa dan negara, sesama, keunggulan, iptek, alam sekitar, dan diri sendiri. Program 8C juga membentuk	Guru Akidah Akhlak .	Penelitian terdahulu fokus pada : 1) Strategi guru. 2) Membina akhlakul karimah siswa 3) Madrasah Ibtidaiyah sedangkan penelitian ini fokus pada pendekatan: 1) Resiliensi mental siswa *broken home* 2) Pendekatan Spiritual guru Akidah Akhlak 3) Madrasah Tsanawiyah

		akhlakul karimah melalui pembiasaan ibadah, sopan santun, tanggung jawab, kedisiplinan, kepedulian sosial dan lingkungan.		
3.	Jurnal. Kalsum, (2025). "Upaya Guru dalam Mengatasi Toxic Parent bagi Siswa *Broken Home* Kelas Tinggi"	Siswa broken home yang mengalami toxic parenting di SDN 2 Perampuan, yang dimana juga di Ditemukan perilaku dominan: membangkang (disobedience), agresif, menyendiri (isolation), dan sikap terlalu mengontrol/kuat).	1) Guru 2) Siswa *Broken Home*	Penelitian terdahulu fokus pada: 1) upaya guru 2) Toxic Parent 3) SDN sedangkan penelitian ini fokus pada: 1) Resiliensi mental siswa *broken home* 2) Pendekatan Spiritual guru Akidah Akhlak 3) Madrasah Tsanawiyah

Berdasarkan kajian penelitian terdahulu, sebagian besar penelitian lebih menekankan pada peran guru dalam pembentukan akhlak, strategi pembinaan akhlakul karimah, serta upaya guru dalam menangani perilaku siswa yang berasal dari keluarga bermasalah. Penelitian Syaifin, (2022), membahas peran guru Akidah Akhlak dalam membentuk akhlak peserta didik di Madrasah Aliyah melalui keteladanan, pembiasaan, nasihat, perhatian, hadiah, dan hukuman. Sementara itu, penelitian Rahayu, dkk. (2023), menyoroti strategi guru dalam membina akhlakul karimah siswa di Madrasah Ibtidaiyah melalui program pembinaan karakter religius. Adapun penelitian Kalsum (2025) membahas upaya guru dalam mengatasi dampak *toxic parenting* pada siswa *broken home* di tingkat sekolah dasar.

Berbeda dengan penelitian tersebut, penelitian ini memiliki kebaruan karena secara khusus mengkaji resiliensi mental siswa *broken home* melalui pendekatan spiritual yang dilakukan oleh guru Akidah Akhlak. Pendekatan ini mengintegrasikan

pembinaan spiritual dengan penguatan nilai-nilai spiritual Islam untuk membantu siswa menghadapi tekanan hidup. Selain itu, penelitian ini dilakukan pada tingkat Madrasah Tsanawiyah, sehingga memberikan perspektif baru mengenai peran guru Akidah Akhlak dalam membantu siswa mengembangkan ketahanan mental melalui pendekatan spiritual.