



## Pendekatan Biopsikososiospiritual dalam Penanganan Anak Korban *Broken Home*: Integrasi Intervensi Psikologis dan Islami

<u>INFO PENULIS</u>	<u>INFO ARTIKEL</u>
Dinda Aulia Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau <a href="mailto:22560224840@students.uin.suska.ac.id">22560224840@students.uin.suska.ac.id</a>	ISSN: 2808-1307 Vol. 6, No. 1, April 2026 <a href="https://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajsh">https://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajsh</a>
Nurhadi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau <a href="mailto:22560214812@students.uin.suska.ac.id">22560214812@students.uin.suska.ac.id</a>	
Khairunnas Rajab Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau <a href="mailto:khairunnasrajab@uin-suska.ac.id">khairunnasrajab@uin-suska.ac.id</a>	

© 2026 Arden Jaya Publisher All rights reserved

### **Saran Penulisan Referensi**

Aulia, D., Nurhadi, & Rajab, K. (2026). Pendekatan Biopsikososiospiritual dalam Penanganan Anak Korban Broken Home: Integrasi Intervensi Psikologis dan Islami. *Arus Jurnal Sosial dan Humaniora*, 6(1), 1544-1557.

### **Abstrak**

Fenomena *broken home* telah menjadi permasalahan psikososial yang semakin serius di Indonesia, sebagaimana tercermin dari tingginya angka perceraian yang mencapai 394.608 kasus pada tahun 2024. Kondisi keluarga disfungsional memberikan dampak destruktif terhadap perkembangan psikologis anak, meliputi gangguan regulasi emosi, hambatan sosial, penurunan harga diri, serta peningkatan risiko kecemasan dan depresi. Artikel ini bertujuan untuk mensintesis berbagai temuan penelitian mengenai intervensi psikologis dan intervensi Islami yang dapat digunakan dalam mendukung pemulihan psikologis serta penguatan resiliensi anak korban *broken home*. Metode yang digunakan adalah *narrative literature review* dengan sumber data berupa artikel ilmiah yang diperoleh dari berbagai basis data elektronik, meliputi Google Scholar, Scopus, PubMed, dan ScienceDirect, yang diterbitkan dalam rentang tahun 2016–2026. Hasil kajian menunjukkan bahwa pendekatan psikologis konvensional seperti *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT), konseling kelompok, dan intervensi berbasis resiliensi terbukti efektif dalam menangani distress emosional dan rekonstruksi kognitif pada anak. Sementara itu, intervensi Islami yang mencakup terapi dzikir, internalisasi nilai sabar dan tawakal, bimbingan keagamaan, serta dukungan komunitas masjid terbukti berkontribusi signifikan terhadap pemulihan psikologis melalui mekanisme *spiritual coping* dan penguatan jaringan sosial berbasis komunitas religius. Sintesis keduanya dalam paradigma biopsikososiospiritual dipandang sebagai model yang paling holistik dan kontekstual untuk anak korban *broken home* dalam komunitas Muslim.

**Kata Kunci:** *Broken Home*, Intervensi Psikologis, Intervensi Islami, Resiliensi, Biopsikososiospiritual

### Abstract

The phenomenon of *broken home* has emerged as an increasingly serious psychosocial issue in Indonesia, as reflected in the high divorce rate reaching 394,608 cases in 2024. Dysfunctional family conditions impose destructive impacts on children's psychological development, including emotional regulation difficulties, social impairments, diminished self-esteem, and heightened risks of anxiety and depression. This article aims to synthesize research findings on psychological and Islamic interventions applicable to supporting the psychological recovery and resilience of children from broken home backgrounds. A narrative literature review method was employed, drawing on scientific articles from electronic databases including Google Scholar, Scopus, PubMed, and ScienceDirect, published between 2016 and 2026. The findings indicate that conventional psychological approaches such as Cognitive Behavioral Therapy (CBT), Solution-Focused Brief Therapy (SFBT), group counseling, and resilience-based interventions are effective in addressing emotional distress and maladaptive cognition in children. Meanwhile, Islamic interventions encompassing *dhikr* therapy, internalization of *sabr* and *tawakkul* values, religious guidance, and mosque community support have been empirically shown to contribute significantly to psychological recovery through spiritual coping mechanisms and the strengthening of religious community-based social networks. The synthesis of both approaches within a biopsychosociospiritual paradigm is regarded as the most holistic and contextually appropriate model for children from broken homes within Muslim communities.

**Key Words:** Broken Home, Psychological Intervention, Islamic Intervention, Resilience, Biopsychosociospiritual

### A. Pendahuluan

Fenomena disfungsi keluarga atau yang sering disebut dengan istilah *broken home* kini mengalami pergeseran makna operasional dalam ranah psikologi modern. Broken home tidak lagi didefinisikan secara sempit sebagai kondisi perceraian fisik atau pemisahan hukum antara suami dan istri melalui pengadilan. Namun, dinamika *broken home* merujuk pada disfungsi struktural dan emosional kronis di dalam rumah tangga, di mana konflik interpersonal yang intens dan berkepanjangan, lemahnya komunikasi, hilangnya kehangatan pengasuhan, serta kegagalan keluarga dalam menjalankan fungsi afeksi tetap terjadi meskipun ikatan pernikahan secara formal masih bertahan (Lestari, 2016).

Dengan demikian, keluarga dapat dikategorikan mengalami *broken home* apabila relasi antaranggota keluarga tidak lagi mampu memberikan rasa aman dan dukungan psikologis bagi anak. Kondisi lingkungan domestik yang penuh dengan ketegangan dan permusuhan ini bertindak sebagai salah satu sumber stres kronis (*chronic stressor*) utama bagi anak, yang secara perlahan mengikis rasa aman objektif serta subjektif mereka, sekaligus berpotensi mengganggu perkembangan psikososial dan kesehatan mentalnya (Mphaphuli, 2023; Botero-Carvajal et al., 2023).

Fenomena disfungsi domestik ini menjadi semakin krusial untuk diperhatikan mengingat tingginya angka perceraian di Indonesia. Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa sepanjang tahun 2024 terdapat sekitar 394.608 kasus perceraian di Indonesia, dengan sebaran jumlah terbesar berasal dari Provinsi Jawa Barat, Jawa Timur, dan Jawa Tengah. Meskipun secara kuantitatif mengalami sedikit penurunan dibandingkan tahun sebelumnya, angka tersebut menegaskan bahwa permasalahan ketahanan keluarga masih menjadi tantangan sosiopsikologis yang sangat serius di Indonesia (Badan Pusat Statistik, 2025). Tingginya angka perceraian dan ketidakharmonisan tersebut mengindikasikan semakin besarnya populasi anak yang berpotensi mengalami perubahan struktur keluarga maupun paparan konflik rumah tangga akut yang mengancam trajektori perkembangan mereka.

Ketika terjebak dalam ekosistem keluarga yang disfungsi tersebut, anak-anak berada pada situasi yang sangat rentan karena mereka sedang menjalani masa transisi perkembangan yang krusial. Secara psikologis, fase kanak-kanak hingga remaja merupakan periode kritis bagi perkembangan kognitif, regulasi emosi, serta pembentukan skema sosial individu (Harold & Sellers, 2018). Pada fase ini, keluarga idealnya berfungsi sebagai lingkungan primer yang memberikan rasa aman, dukungan emosional, serta ruang pembentukan pola interaksi sosial yang sehat. Stabilitas domestik, keharmonisan, dan pola asuh yang suportif menjadi salah satu

faktor protektif (*protective factor*) utama yang membentengi anak dari tekanan eksternal sekaligus menstimulasi resiliensi mereka (Masten, 2018).

Sebaliknya, ketidakstabilan lingkungan domestik berkaitan erat dengan meningkatnya masalah perilaku dan gangguan emosi pada anak (Hosokawa et al., 2023). Paparan konstan terhadap konflik keluarga, kualitas hubungan orang tua yang buruk, serta runtuhnya fungsi pengasuhan terbukti memiliki hubungan signifikan dengan penurunan kualitas kesehatan mental anak, termasuk meningkatnya risiko depresi, kecemasan, rendahnya harga diri, serta berbagai masalah penyesuaian psikologis (Parache et al., 2024; Yan et al., 2024). Bahkan, pengalaman konflik keluarga dan perceraian ini berisiko meninggalkan konsekuensi emosional serta distorsi kognitif jangka panjang yang menetap hingga masa dewasa (Miralles et al., 2023).

Merespons dampak destruktif tersebut, berbagai intervensi psikologis telah dikembangkan untuk memitigasi trauma pada anak korban *broken home*. Pendekatan klinis konvensional seperti *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), *Solution-Focused Brief Therapy* (SFBT), konseling kelompok, maupun intervensi berbasis resiliensi terbukti efektif dalam membantu individu mengembangkan kemampuan koping, memfasilitasi restrukturisasi kognitif, mengurangi distorsi kognitif, serta meningkatkan penyesuaian diri (Rassool, 2019). Kendati demikian, pendekatan psikologis konvensional yang sebagian besar lahir dan berkembang dalam tradisi Barat sekuler ini cenderung menitikberatkan pada aspek kognitif dan perilaku individual semata. Akibatnya, model ini belum sepenuhnya mengakomodasi dimensi spiritual-eksistensial serta koping religius yang memegang peran sentral dalam proses pencarian makna hidup pada masyarakat teistik (Cucchi, 2022; Rothman & Coyle, 2018). Padahal, bagi masyarakat Muslim, religiositas dan spiritualitas merupakan bagian integratif yang tidak terpisahkan dari kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*).

Di sisi lain, pendekatan atau intervensi Islami tradisional yang berkembang secara organik di masyarakat sering kali mengalami keterbatasan operasional yang kontras. Praktik penanganan yang ada cenderung lebih berfokus pada aspek normatif dan dogmatis semata melalui pemberian nasihat keagamaan, tanpa didukung oleh kerangka intervensi psikologis klinis yang sistematis, berbasis bukti (*evidence-based*), serta terukur secara empiris. Fragmentasi ini menyebabkan pendekatan psikologis-ilmiah dan pendekatan spiritual-keagamaan berjalan secara terpisah dan parsial. Kesenjangan (*research gap*) tersebut menunjukkan perlunya rekonstruksi teoretis yang mengawinkan kedua pendekatan, agar proses intervensi tidak hanya berfokus pada perubahan kognitif-perilaku eksternal, melainkan juga mampu memenuhi kebutuhan spiritual terdalam individu.

Urgensi pelibatan dimensi spiritual ini semakin diperkuat oleh penelitian terkini yang menunjukkan kontribusi yang signifikan terhadap pemulihan kesehatan mental. Sebagai contoh, tinjauan sistematis yang dilakukan oleh Mohd et al. (2022) menemukan bahwa aktivitas spiritual yang berkaitan dengan Al-Qur'an, seperti membaca, mendengarkan, dan menghafal Al-Qur'an, berhubungan kuat dengan peningkatan kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis pada populasi Muslim. Selaras dengan hal tersebut, kajian sistematis oleh Owens et al. (2023) menunjukkan hasil bahwa berbagai bentuk intervensi klinis yang memanfaatkan nilai-nilai Al-Qur'an memiliki potensi besar untuk meningkatkan kesehatan mental secara optimal melalui pendekatan yang adaptif dengan konteks budaya dan religiositas individu. Temuan-temuan eksperimental ini mengonfirmasi bahwa aspek spiritual merupakan variabel penting yang tidak boleh diabaikan dalam upaya pemulihan psikologis klien dalam kultur Islami.

Berdasarkan uraian tersebut, *literature review* ini dilakukan untuk mensintesis berbagai temuan penelitian mengenai intervensi psikologis dan intervensi Islami yang dapat digunakan dalam membantu meningkatkan kesejahteraan psikologis serta memperkuat resiliensi anak korban *broken home*. Sintesis ini diharapkan dapat memberikan landasan konseptual bagi pengembangan model intervensi yang lebih integratif, kontekstual, dan aplikatif bagi masyarakat Muslim. Dengan demikian, artikel ini berupaya menjawab beberapa pertanyaan mendasar, yaitu: (1) bagaimana karakteristik psikologis dan dampak broken home terhadap perkembangan emosional, sosial, dan kesehatan mental anak; (2) bagaimana efektivitas berbagai intervensi psikologis yang telah digunakan untuk membantu anak korban broken home; (3) bagaimana bentuk intervensi Islami yang berpotensi mendukung proses pemulihan psikologis anak; serta (4) bagaimana sintesis dan integrasi antara pendekatan psikologis dan pendekatan Islami dapat membentuk model intervensi yang lebih holistik dalam kerangka biopsikososiospiritual bagi anak korban broken home.

## B. Metodologi

Penelitian ini menggunakan metode *narrative literature review* untuk mengkaji dan mensintesis berbagai temuan penelitian mengenai intervensi psikologis dan intervensi Islami pada anak korban *broken home*. Pendekatan *narrative literature review* dipilih karena memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai konsep, karakteristik, dampak psikologis, serta berbagai bentuk intervensi yang telah dikembangkan dalam konteks penanganan anak yang mengalami disfungsi keluarga. Melalui pendekatan ini, hasil-hasil penelitian yang berasal dari berbagai desain dan perspektif teoretis dapat diintegrasikan secara deskriptif dan kritis sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih holistik terhadap fenomena yang dikaji (Baumeister & Leary, 1997; Ferrari, 2015).

Sumber data dalam penelitian ini berupa buku, serta artikel ilmiah yang diperoleh melalui basis data elektronik, meliputi Google Scholar, Scopus, PubMed, ScienceDirect, SpringerLink, dan Semantic Scholar. Proses penelusuran literatur dilakukan dengan menggunakan kombinasi kata kunci dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris, seperti "*broken home*", "*family dysfunction*", "*children*", "*mental health*", "*psychological intervention*", "*Cognitive Behavioral Therapy*", "*Solution-Focused Brief Therapy*", "*resilience*", "*Islamic intervention*", "*Islamic counseling*", "*dhikr therapy*", dan "*spiritual coping*". Literatur yang dipilih merupakan artikel penelitian dan artikel tinjauan pustaka yang dipublikasikan dalam rentang tahun 2016–2026, tersedia dalam akses terbuka (*open access*), serta memiliki relevansi dengan fokus pembahasan penelitian. Adapun kriteria eksklusi meliputi artikel yang tidak membahas anak korban *broken home*, serta publikasi yang tidak tersedia secara lengkap.

Analisis data dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu identifikasi literatur, seleksi berdasarkan relevansi topik, pengorganisasian informasi, serta sintesis naratif terhadap temuan-temuan yang diperoleh. Selanjutnya, berbagai hasil penelitian dianalisis secara deskriptif-komparatif untuk mengidentifikasi karakteristik psikologis anak korban *broken home*, dampak terhadap perkembangan anak, efektivitas intervensi psikologis, serta kontribusi intervensi Islami dalam mendukung pemulihan kesehatan mental. Hasil sintesis tersebut kemudian digunakan untuk membangun pemahaman yang lebih integratif mengenai model penanganan berbasis paradigma biopsikososiospiritual bagi anak korban *broken home*.

## C. Hasil dan Pembahasan

### Hasil

#### Anak Korban Broken Home

Anak yang tumbuh dalam keluarga *broken home* umumnya mengalami gangguan pada aspek emosional, kognitif, sosial, dan perilaku. Kondisi perceraian, konflik berkepanjangan, atau ketidakhadiran salah satu orang tua menyebabkan hilangnya rasa aman (*sense of security*) yang seharusnya diperoleh anak dari lingkungan keluarga. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa anak korban *broken home* cenderung mengalami kesedihan berkepanjangan, kecemasan, perasaan kehilangan, kemarahan, serta ketidakstabilan emosi yang dapat menghambat perkembangan psikologisnya. Selain itu, mereka sering menunjukkan kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat karena berkurangnya model relasi keluarga yang positif (Syahdariani, 2025).

Karakteristik psikologis lain yang sering ditemukan adalah rendahnya harga diri (*self-esteem*) dan kepercayaan diri. Anak sering memandang dirinya sebagai penyebab konflik keluarga atau merasa tidak berharga karena kurang memperoleh perhatian dan afeksi dari orang tua. Penelitian (Hazhara & Firman, 2024) menemukan bahwa anak *broken home* menunjukkan kebingungan dalam pengambilan keputusan, ketidakstabilan emosi, serta rendahnya kesejahteraan subjektif akibat lemahnya ikatan emosional dengan orang tua. Kondisi tersebut berpotensi menurunkan motivasi belajar dan keyakinan anak terhadap kemampuannya sendiri.

Dari aspek sosial, anak korban *broken home* cenderung mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan dengan teman sebaya maupun lingkungan sekolah. Mereka sering menunjukkan perilaku menarik diri (*social withdrawal*), merasa berbeda dari teman-temannya, serta mengalami hambatan dalam komunikasi sosial. Studi (Munawwaroh, 2025) mengidentifikasi bahwa anak yang mengalami perceraian orang tua menunjukkan kecenderungan mengurangi partisipasi dalam aktivitas sosial dan mengalami kesulitan berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Dampak ini semakin kuat apabila konflik keluarga berlangsung dalam waktu yang lama dan disertai minimnya dukungan sosial.

Selain masalah internalisasi seperti kecemasan dan depresi, sebagian anak juga memperlihatkan masalah eksternalisasi berupa perilaku agresif, mudah marah, pembangkangan, dan perilaku berisiko. (Renjana & Suhendri, 2024) menemukan bahwa siswa korban *broken home* menunjukkan reaksi agresi, regresi, kompensasi, serta berbagai mekanisme koping yang kurang adaptif. Perilaku tersebut muncul sebagai bentuk pelampiasan tekanan psikologis yang tidak tersalurkan secara sehat. Apabila tidak ditangani sejak dini, kondisi ini dapat berkembang menjadi masalah penyesuaian sosial yang lebih kompleks pada masa remaja.

Secara keseluruhan, karakteristik psikologis anak korban *broken home* mencerminkan kerentanan terhadap gangguan kesejahteraan mental, namun dampaknya tidak selalu bersifat permanen. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak yang memperoleh dukungan emosional, lingkungan pengasuhan yang stabil, serta hubungan yang positif dengan orang dewasa signifikan lainnya mampu mengembangkan resiliensi dan beradaptasi secara sehat. Dengan demikian, pengalaman *broken home* bukanlah faktor deterministik yang secara otomatis menyebabkan gangguan psikologis, melainkan kondisi risiko yang dapat diminimalkan melalui berbagai faktor protektif (Schalkwyk & Gentz, 2023).

### **Dampak Broken Home pada Perkembangan Anak**

Faktor resiko utama yang memengaruhi kondisi psikologis anak korban *broken home* adalah konflik orang tua yang berlangsung secara kronis. Berbagai studi menegaskan bahwa bukan hanya perceraian yang berdampak negatif terhadap anak, tetapi terutama konflik berkepanjangan yang disaksikan secara langsung oleh anak. Paparan konflik yang terus-menerus menyebabkan anak mengalami stres kronis, ketidakamanan emosional, dan kesulitan dalam regulasi emosi. Dalam banyak kasus, anak bahkan terjebak dalam posisi sebagai mediator konflik sehingga meningkatkan beban psikologis yang mereka alami (Naim, 2024).

Faktor resiko berikutnya adalah berkurangnya kualitas pengasuhan dan keterikatan (*attachment*) dengan orang tua setelah terjadinya perceraian. Ketidakhadiran salah satu orang tua, penurunan komunikasi keluarga, serta kurangnya perhatian emosional menyebabkan anak kehilangan sumber dukungan utama dalam proses perkembangannya. Penelitian (Hazhara & Firman, 2024) menunjukkan bahwa rendahnya *parental attachment* berkaitan dengan rendahnya *subjective well-being* pada anak korban *broken home*. Kondisi ini dapat memperburuk perasaan kesepian, ketidakberdayaan, dan kecenderungan depresi pada anak.

Selain faktor keluarga, kondisi ekonomi yang menurun pasca perceraian juga menjadi faktor risiko yang signifikan. Berkurangnya sumber daya ekonomi sering kali memengaruhi akses anak terhadap pendidikan, kesehatan, dan kebutuhan psikososial lainnya. Tekanan ekonomi juga dapat meningkatkan stres pada orang tua sehingga kualitas pengasuhan menjadi kurang optimal. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kombinasi antara perceraian, kemiskinan, dan rendahnya dukungan sosial merupakan prediktor kuat munculnya masalah psikologis pada anak (Butler, 2025).

Di sisi lain, faktor protektif yang paling konsisten ditemukan adalah dukungan sosial (*social support*). Dukungan yang diberikan oleh keluarga besar, guru, teman sebaya, maupun masyarakat berperan sebagai penyangga (*buffer*) terhadap dampak negatif *broken home*. Anak yang merasa diterima, dicintai, dan mendapatkan bantuan emosional cenderung memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik dibandingkan anak yang menghadapi masalah keluarga sendirian. Dukungan sosial membantu anak membangun kembali rasa aman, meningkatkan harga diri, serta memperkuat kesehatan mental mereka (Schalkwyk & Gentz, 2023).

Faktor protektif lainnya adalah resiliensi, religiusitas, dan kualitas hubungan yang positif dengan figur pengasuh yang signifikan. Penelitian (Schalkwyk & Gentz, 2023) menunjukkan bahwa keberadaan hubungan yang suportif, keyakinan spiritual, serta kemampuan memaknai pengalaman hidup secara positif berkontribusi terhadap ketahanan psikologis anak pasca perceraian orang tua. Dalam konteks masyarakat religius, nilai-nilai agama dapat menjadi sumber kekuatan psikologis yang membantu anak menerima kondisi keluarga, mengelola emosi negatif, serta membangun harapan terhadap masa depan. Oleh karena itu, intervensi psikologis yang terintegrasi dengan pendekatan Islam memiliki potensi besar untuk memperkuat faktor protektif dan meminimalkan dampak resiko pada anak korban *broken home*.

### **Perkembangan Emosi**

Perkembangan emosi merupakan salah satu aspek yang paling terdampak ketika anak mengalami kondisi *broken home*. Keluarga yang mengalami perceraian, konflik berkepanjangan, atau ketidakhadiran salah satu orang tua dapat mengganggu pemenuhan kebutuhan emosional

anak. Menurut penelitian oleh Amato (2020), anak dari keluarga yang mengalami disintegrasi cenderung menunjukkan tingkat kesedihan, kemarahan, kecemasan, dan ketidakstabilan emosi yang lebih tinggi dibandingkan anak yang berasal dari keluarga harmonis. Kondisi tersebut terjadi karena anak kehilangan rasa aman (*emotional security*) yang menjadi fondasi perkembangan emosional yang sehat. Selain itu, penelitian (Eldik et al., 2020; Kelly & Emery, 2003; Lansford, 2015) menunjukkan bahwa konflik orang tua yang berlangsung terus-menerus berkontribusi terhadap munculnya gangguan regulasi emosi pada anak.

Dampak emosional sering kali ditunjukkan melalui perubahan perilaku sehari-hari, seperti mudah menangis, mudah tersinggung, perasaan tidak berharga, dan kesulitan mengelola kemarahan. Penelitian oleh Ratnasari dan Kustanti (2022) menemukan bahwa anak korban *broken home* memiliki kecenderungan lebih tinggi mengalami *emotional distress* yang ditandai dengan rasa kesepian, kehilangan kasih sayang, dan perasaan ditolak oleh lingkungan keluarga. Temuan serupa juga dilaporkan oleh (Bernardi & Boertien, 2016; Dinisman et al., 2017; Munawwaroh, 2025) yang menunjukkan bahwa anak sering mengembangkan emosi negatif sebagai respons terhadap ketidakstabilan keluarga.

Dalam jangka panjang, gangguan perkembangan emosi dapat memengaruhi pembentukan konsep diri dan identitas anak. Anak yang terus-menerus terpapar konflik keluarga berpotensi mengembangkan citra diri negatif dan rendahnya harga diri (*self-esteem*). Studi (Hazhara & Firman, 2024) menunjukkan bahwa lemahnya keterikatan emosional dengan orang tua (*parental attachment*) berkorelasi dengan rendahnya kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) pada anak korban *broken home*. Temuan ini diperkuat oleh penelitian (Schalkwyk & Gentz, 2023; Syahdariani, 2025) yang menegaskan bahwa pengalaman keluarga yang tidak stabil dapat menghambat perkembangan emosi positif dan meningkatkan kerentanan psikologis anak.

#### *Perkembangan Sosial*

Lingkungan keluarga merupakan tempat pertama anak belajar membangun hubungan sosial. Oleh karena itu, kondisi *broken home* dapat mengganggu proses perkembangan sosial karena anak kehilangan model interaksi yang sehat dari orang tua. Menurut penelitian (Lansford, 2015) anak yang mengalami perceraian orang tua cenderung menunjukkan kesulitan dalam membangun kepercayaan terhadap orang lain dan mengalami hambatan dalam menjalin hubungan interpersonal. Temuan tersebut didukung oleh studi (Bernardi & Boertien, 2016; Dinisman et al., 2017; Kelly & Emery, 2003) yang menyatakan bahwa konflik keluarga berdampak pada kemampuan anak dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial.

Pada lingkungan sekolah, anak korban *broken home* sering menunjukkan perilaku menarik diri (*social withdrawal*), kurang percaya diri saat berinteraksi, dan merasa berbeda dari teman-temannya. Penelitian (Munawwaroh, 2025) menemukan bahwa anak yang berasal dari keluarga tidak utuh memiliki tingkat partisipasi sosial yang lebih rendah dibandingkan teman sebaya yang berasal dari keluarga harmonis. Kondisi tersebut diperkuat oleh penelitian (Gager et al., 2015; Syahdariani, 2025) yang menunjukkan bahwa anak sering mengalami kesulitan membangun hubungan sosial yang stabil karena adanya pengalaman emosional negatif dalam keluarga.

Selain perilaku menarik diri, sebagian anak menunjukkan pola perilaku sosial yang agresif sebagai bentuk pelampiasan tekanan psikologis. Penelitian (Renjana & Suhendri, 2024) menunjukkan bahwa siswa korban *broken home* cenderung memperlihatkan perilaku agresif, mudah marah, dan konflik dengan teman sebaya. Perilaku tersebut muncul sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri terhadap stres yang mereka alami. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Amato, 2014; Bernardi & Boertien, 2016; Kelly & Emery, 2003) yang menjelaskan bahwa ketidakstabilan hubungan keluarga dapat mengganggu kemampuan anak dalam membangun hubungan sosial yang adaptif.

#### **Kesehatan Mental**

Kesehatan mental merupakan aspek yang paling banyak diteliti dalam konteks anak korban *broken home*. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa anak yang mengalami perceraian orang tua memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan psikologis dibandingkan anak dari keluarga yang utuh. Menurut penelitian (Dinisman et al., 2017), perceraian orang tua berkaitan dengan meningkatnya gejala depresi, kecemasan, dan stres psikologis pada anak dan remaja. Temuan tersebut didukung oleh penelitian (Gager et al., 2015; Lansford, 2015) yang menyatakan bahwa pengalaman keluarga yang tidak stabil dapat menjadi faktor risiko utama munculnya masalah kesehatan mental.

Salah satu gangguan yang paling sering ditemukan adalah kecemasan (*anxiety*). Anak korban *broken home* sering merasa khawatir terhadap masa depan, kehilangan figur orang tua, serta takut mengalami penolakan sosial. Penelitian (Hazhara & Firman, 2024) menunjukkan bahwa rendahnya kualitas hubungan dengan orang tua setelah perceraian berkontribusi terhadap penurunan kesejahteraan psikologis anak. Hasil serupa ditemukan oleh (Eldik et al., 2020) yang mengungkapkan bahwa ketidakpastian dalam keluarga dapat meningkatkan risiko gangguan kecemasan dan depresi.

Dalam beberapa kasus, dampak kesehatan mental juga dapat berkembang menjadi perilaku berisiko seperti penyalahgunaan zat, kenakalan remaja, dan perilaku antisosial. Penelitian (Amato, 2014) menunjukkan bahwa anak dari keluarga *broken home* memiliki probabilitas lebih tinggi untuk terlibat dalam perilaku bermasalah apabila tidak mendapatkan dukungan sosial yang memadai. Temuan ini diperkuat oleh penelitian (Lansford, 2015; Renjana & Suhendri, 2024) yang menekankan bahwa dampak kesehatan mental tidak hanya muncul dalam bentuk gangguan internalisasi, tetapi juga perilaku eksternalisasi yang mengganggu fungsi sosial anak.

Meskipun demikian, tidak semua anak korban *broken home* mengalami gangguan kesehatan mental yang berat. Kehadiran faktor protektif seperti dukungan sosial, kualitas pengasuhan yang baik, religiusitas, dan resiliensi dapat membantu anak beradaptasi secara positif. Penelitian (Eldik et al., 2020) menemukan bahwa anak yang memiliki dukungan keluarga besar, hubungan positif dengan guru, dan keterlibatan dalam aktivitas spiritual menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi. Hasil ini juga didukung oleh (Syahdariani, 2025) yang menyimpulkan bahwa intervensi psikologis dan spiritual yang tepat dapat meminimalkan dampak negatif *broken home* terhadap kesehatan mental anak.

## Pembahasan

### Intervensi Psikologis

#### Cognitive Behavioral Therapy (CBT)

*Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) merupakan salah satu pendekatan psikologis yang paling banyak direkomendasikan dalam penanganan anak korban *broken home* karena berfokus pada perubahan pola pikir negatif, emosi maladaptif, dan perilaku yang tidak sehat. Anak yang mengalami perceraian orang tua atau konflik keluarga berkepanjangan sering kali mengembangkan keyakinan irasional seperti merasa tidak dicintai, menyalahkan diri sendiri atas perpisahan orang tua, atau memandang masa depan secara pesimis. CBT membantu anak mengidentifikasi distorsi kognitif tersebut, kemudian menggantinya dengan pola pikir yang lebih rasional dan adaptif. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa CBT efektif dalam menurunkan kecemasan, depresi, rendahnya harga diri, serta masalah penyesuaian sosial yang umum ditemukan pada anak korban *broken home*. Selain itu, CBT juga mampu meningkatkan keterampilan pemecahan masalah dan regulasi emosi sehingga anak lebih mampu menghadapi tekanan hidup secara konstruktif (Fadilah & Prasetya, 2026).

Secara praktis, intervensi CBT pada anak *broken home* dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu asesmen masalah, identifikasi pikiran otomatis negatif, restrukturisasi kognitif, pelatihan coping skills, serta evaluasi perubahan perilaku. Terapis membantu anak mengenali hubungan antara pikiran, perasaan, dan perilaku yang muncul setelah mengalami konflik keluarga. Misalnya, ketika anak berpikir bahwa dirinya tidak berharga karena orang tuanya bercerai, maka pikiran tersebut akan memunculkan kesedihan dan menarik diri dari lingkungan sosial. Melalui teknik *cognitive restructuring*, anak diajak mengevaluasi kebenaran pikiran tersebut dan menggantinya dengan keyakinan yang lebih realistis. Pendekatan ini terbukti efektif dalam memperkuat kepercayaan diri dan meningkatkan kesejahteraan psikologis anak yang mengalami disfungsi keluarga (Fadilah & Prasetya, 2026).

#### Solution Focused Brief Therapy (SFBT)

*Solution Focused Brief Therapy* (SFBT) merupakan pendekatan terapi yang menekankan pencarian solusi daripada berfokus pada masalah. Pada anak korban *broken home*, SFBT membantu individu mengenali kekuatan, sumber daya, dan keberhasilan yang masih dimiliki meskipun menghadapi kondisi keluarga yang tidak ideal. Pendekatan ini berasumsi bahwa setiap individu memiliki kapasitas untuk berubah dan menemukan solusi terhadap kesulitannya. Fokus terapi diarahkan pada pencapaian tujuan masa depan, bukan mengulang atau menggali trauma masa lalu secara berlebihan. Penelitian meta-analisis menunjukkan bahwa SFBT memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental, penyesuaian psikososial, serta berbagai permasalahan perilaku pada anak dan remaja (Hsu et al., 2021).

Dalam implementasinya, terapis menggunakan teknik seperti *miracle question*, *scaling question*, dan *exception finding*. Teknik *miracle question* membantu anak membayangkan kondisi ideal yang ingin dicapai apabila masalahnya terselesaikan. Sementara itu, *scaling question* digunakan untuk mengukur tingkat kemajuan dan harapan anak terhadap perubahan yang diinginkan. Pendekatan ini sangat relevan bagi anak korban *broken home* karena memungkinkan mereka membangun optimisme dan harapan terhadap masa depan tanpa terjebak pada pengalaman negatif keluarga. Berbagai studi menunjukkan bahwa SFBT efektif meningkatkan kesejahteraan emosional, mengurangi kecemasan, dan memperkuat kemampuan adaptasi anak dalam menghadapi perubahan keluarga (Hsu et al., 2021).

### **Konseling Kelompok**

Konseling kelompok merupakan intervensi yang memberikan kesempatan kepada anak korban *broken home* untuk berbagi pengalaman dengan individu lain yang memiliki masalah serupa. Kehadiran kelompok menciptakan rasa diterima, dipahami, dan tidak sendirian dalam menghadapi situasi keluarga yang sulit. Melalui dinamika kelompok, anak dapat mengekspresikan emosi, memperoleh dukungan sosial, serta belajar strategi *coping* dari anggota kelompok lainnya. Dukungan sosial yang diperoleh dalam kelompok terbukti berperan penting dalam mengurangi perasaan kesepian, kecemasan, dan stigma yang sering dialami anak dari keluarga *broken home* (Pratiwi et al., 2025).

Efektivitas konseling kelompok semakin meningkat ketika dipadukan dengan pendekatan CBT atau *Solution Focused Brief Counseling*. Penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok berbasis CBT mampu meningkatkan resiliensi pada siswa korban perceraian, sedangkan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* efektif meningkatkan kemampuan adaptasi dan ketahanan psikologis siswa *broken home*. Selain itu, interaksi kelompok membantu anak mengembangkan keterampilan komunikasi, empati, dan kemampuan menyelesaikan konflik secara sehat. Dengan demikian, konseling kelompok tidak hanya berfungsi sebagai sarana dukungan emosional tetapi juga sebagai media pembelajaran sosial yang penting bagi perkembangan anak (Firmansyah et al., 2025).

### **Pendekatan Berbasis Resiliensi**

Pendekatan berbasis resiliensi berfokus pada penguatan kemampuan anak untuk bangkit, beradaptasi, dan berkembang secara positif meskipun menghadapi pengalaman hidup yang penuh tekanan. Dalam konteks *broken home*, tujuan utama intervensi bukan hanya mengurangi gejala psikologis, tetapi juga membangun kapasitas internal anak agar mampu menghadapi tantangan kehidupan di masa depan. Faktor-faktor seperti regulasi emosi, efikasi diri, optimisme, dukungan sosial, serta kemampuan pemecahan masalah menjadi target utama dalam pengembangan resiliensi. Pendekatan ini sejalan dengan paradigma psikologi positif yang menekankan pengembangan kekuatan individu dibandingkan hanya memperbaiki kelemahan atau gangguan psikologis (Amaliah et al., 2025).

Berbagai penelitian terbaru menunjukkan bahwa anak yang memiliki tingkat resiliensi tinggi cenderung menunjukkan penyesuaian psikologis yang lebih baik meskipun berasal dari keluarga yang mengalami perceraian atau konflik berkepanjangan. Intervensi berbasis resiliensi dapat dilakukan melalui pelatihan regulasi emosi, peningkatan *self-efficacy*, penguatan dukungan sosial, mentoring, serta pengembangan keterampilan *coping* adaptif. Program-program yang menumbuhkan rasa kompetensi dan harapan terbukti mampu mengurangi resiko depresi, kecemasan, dan perilaku bermasalah pada anak korban *broken home*. Oleh karena itu, pendekatan berbasis resiliensi menjadi salah satu strategi yang sangat penting untuk membantu anak tidak hanya bertahan dari pengalaman traumatis, tetapi juga berkembang menjadi individu yang lebih tangguh dan adaptif (Amaliah et al., 2025).

### **Intervensi Islami**

Pendekatan Islami dalam konteks pemulihan psikologis anak korban *broken home* bertindak sebagai sistem *religious coping* yang menyentuh dimensi spiritual-eksistensial individu. Integrasi nilai-nilai spiritual ke dalam psikoterapi tidak hanya berfungsi meredakan simptom psikologis, tetapi juga membantu anak menata ulang cara pandang terhadap krisis kehidupan yang dialaminya melalui perspektif transendental (Cucchi, 2022). Dalam kerangka psikologi Islam, aspek spiritual dipandang sebagai salah satu sumber kekuatan yang berkontribusi terhadap pembentukan makna hidup, pengembangan resiliensi, serta peningkatan kesejahteraan psikologis secara menyeluruh (Bensaid et al., 2021; Ibrahim & Whitley, 2021).

## Terapi Dzikir

Dalam perspektif psikologi Islam, dzikir merupakan salah satu bentuk *spiritual coping* yang berfungsi sebagai mekanisme pengelolaan stres dan regulasi emosi melalui peningkatan kesadaran terhadap kehadiran Allah SWT (Mohd et al., 2022; Owens et al., 2023). Terapi dzikir diposisikan sebagai bentuk *active spiritual coping* yang melibatkan pengingatan secara sadar dan berulang terhadap keagungan Allah SWT melalui lisan dan hati (Bensaid et al., 2021). Aktivitas dzikir tidak hanya memiliki dimensi ibadah, tetapi juga berkontribusi terhadap terciptanya ketenangan batin, rasa aman, serta peningkatan kesejahteraan psikologis individu (Surzykiewicz et al., 2022; Ibrahim & Whitley, 2021). Pada anak yang mengalami kondisi *broken home*, dzikir dapat menjadi sarana untuk mengurangi perasaan cemas, marah, kesepian, maupun ketidakberdayaan yang muncul akibat konflik keluarga (Owens et al., 2023).

Secara konseptual, dzikir bukan sekadar ritual ibadah verbal, melainkan suatu metode intervensi psikologis yang mengarahkan kembali fokus kognitif (*cognitive refocusing*) individu dari berbagai stimulus eksternal yang penuh tekanan menuju ketenangan internal (Fadheela & Fakhriya, 2024). Melalui proses tersebut, dzikir berfungsi sebagai jangkar emosional yang membantu menghentikan proses ruminasi atau pikiran negatif yang berulang pada anak (Cholili et al., 2024). Mekanisme dzikir dalam menurunkan kecemasan dan meningkatkan ketenangan batin juga dapat dijelaskan melalui pendekatan psikofisiologis (Zahir & Qoronfleh, 2025). Ketika dzikir dilakukan secara khusyuk dan ritmis, aktivitas tersebut mampu menstimulasi sistem saraf parasimpatis sehingga menurunkan produksi hormon stres, seperti kortisol dan adrenalin, serta meningkatkan aktivitas gelombang alfa yang berkaitan dengan kondisi relaksasi (Sobhani et al., 2022; Vitorino et al., 2018). Penurunan ketegangan fisiologis tersebut secara langsung berimplikasi terhadap berkurangnya kecemasan subjektif yang dialami individu (Widyastuti et al., 2019; Pearce et al., 2020).

Dalam konteks regulasi emosi dan kesehatan mental, terapi dzikir melatih anak untuk mengembangkan kontrol diri yang lebih stabil ketika menghadapi distress emosional. Akumulasi temuan empiris menunjukkan bahwa intervensi dzikir berkaitan dengan penurunan tingkat stres, depresi, dan kecemasan pada individu yang mengalami berbagai tekanan psikologis, termasuk trauma domestik. Selain itu, sejumlah penelitian menunjukkan bahwa aktivitas spiritual yang berpusat pada Al-Qur'an dan dzikir berhubungan dengan peningkatan kesehatan mental pada populasi Muslim. Tinjauan sistematis yang dilakukan oleh Mohd et al. (2022) menemukan bahwa aktivitas membaca, mendengarkan, dan menghafal Al-Qur'an berkaitan dengan penurunan stres dan peningkatan kesejahteraan psikologis. Sejalan dengan hal tersebut, Owens et al. (2023) melaporkan bahwa intervensi berbasis Al-Qur'an memiliki potensi dalam meningkatkan kesehatan mental melalui pendekatan yang sesuai dengan nilai-nilai religius individu. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa aktivitas spiritual yang terstruktur dapat memulihkan stabilitas afektif, menumbuhkan rasa aman subjektif, serta memberikan ketenangan dan penguatan psikologis bagi anak korban *broken home*.

## Pendekatan Sabar dan Tawakal

Konsep sabar dan tawakal merupakan pilar kognitif-spiritual yang penting dalam membantu proses adaptasi psikologis anak yang berasal dari keluarga disfungsi. Dalam perspektif psikologi Islam, sabar tidak dimaknai secara pasif sebagai bentuk kepasrahan yang fatalistik, melainkan sebagai kemampuan regulasi diri (*self-regulation*) dan daya tahan emosional (*emotional endurance*) dalam menghadapi situasi yang penuh tekanan tanpa memunculkan perilaku maladaptif (Shaik, 2026). Sabar memungkinkan individu mengelola emosi secara adaptif, menahan impuls negatif, serta menerima realitas yang tidak dapat diubah tanpa kehilangan harapan (Kashim et al., 2020). Jadi, dalam konteks psikologi, sikap sabar memiliki hubungan erat dengan regulasi emosi dan resiliensi psikologis.

Sementara itu, tawakal merupakan bentuk penyerahan diri kepada Allah SWT setelah individu melakukan berbagai ikhtiar yang diperlukan. Secara psikologis, tawakal menggeser orientasi kontrol yang merusak menjadi bentuk *external locus of control* yang sehat dan teistik, sehingga memunculkan harapan dan optimisme terhadap masa depan (Gondal et al., 2024). Sikap tawakal membantu individu meyakini bahwa setiap kesulitan memiliki hikmah dan jalan keluar, serta bahwa masa depan tidak semata-mata ditentukan oleh pengalaman negatif yang pernah dialami (Gondal et al., 2024).

Pada anak korban *broken home*, internalisasi nilai sabar dan tawakal memiliki relevansi yang sangat penting dalam proses pemulihan psikologis (Sofia et al., 2024). Kedua konsep tersebut membantu anak mencapai tahap penerimaan emosional (*emotional acceptance*) terhadap kondisi keluarganya. Selain itu, nilai sabar dan tawakal dapat mengurangi perasaan

marah, kecewa, putus asa, serta kecenderungan menyalahkan diri sendiri (*self-blame*) akibat perceraian atau konflik orang tua (Lestari & Huwae, 2023). Dengan demikian, kedua konsep tersebut dapat berfungsi sebagai faktor protektif yang memperkuat resiliensi psikologis, sehingga anak mampu bangkit kembali dari keterpurukan dan menjalankan fungsi sosialnya secara lebih adaptif (Annisa et al., 2025).

### **Bimbingan Keagamaan**

Bimbingan keagamaan merupakan salah satu bentuk intervensi Islami yang bertujuan membantu individu mencapai kesejahteraan psikologis melalui penguatan aspek spiritual, moral, dan psikososial. Bimbingan tersebut dapat diimplementasikan melalui berbagai modalitas, seperti konseling Islam berbasis nilai-nilai profetik, pendidikan akhlak, pembelajaran Al-Qur'an, serta pendampingan oleh guru agama atau ustaz yang berfungsi sebagai figur teladan yang positif bagi anak. Kehadiran pembimbing agama yang empatik memberikan rasa aman dan dukungan eksternal yang mungkin tidak diperoleh secara optimal dari lingkungan keluarga.

Harahap et al. (2023) menjelaskan bahwa bimbingan dan konseling Islam berperan dalam membantu individu mengembangkan perilaku yang sesuai dengan nilai-nilai Islam dan membentuk kepribadian yang lebih adaptif. Senada dengan hal tersebut, Niswah et al. (2023) menunjukkan bahwa pendekatan konseling Islam dapat digunakan sebagai alternatif dalam menangani berbagai permasalahan kesehatan mental pada remaja.

Secara lebih luas, manfaat utama bimbingan keagamaan adalah membantu individu membangun makna hidup (*meaning in life*) dan tujuan hidup yang lebih jelas. Melalui internalisasi nilai-nilai agama, anak dibimbing untuk memandang berbagai ujian kehidupan sebagai bagian dari proses pembelajaran yang memiliki hikmah tertentu. Proses tersebut berkontribusi terhadap pembentukan konsep diri yang positif (*positive self-concept*) meskipun anak berasal dari keluarga yang mengalami keretakan. Selain itu, Aqilah (2023) menemukan bahwa agama memiliki peranan penting sebagai sumber kekuatan psikologis dan energi positif dalam menghadapi berbagai permasalahan kehidupan. Bimbingan keagamaan yang dilakukan secara konsisten juga berfungsi sebagai kompas moral yang mendorong munculnya perilaku adaptif serta perkembangan moral yang sehat pada anak korban *broken home*.

### **Dukungan Komunitas Masjid**

Selain dukungan keluarga, lingkungan sosial yang positif memiliki peranan penting dalam proses pemulihan psikologis anak korban *broken home*. Dalam perspektif psikologi komunitas, masjid tidak hanya berfungsi sebagai tempat ibadah ritual, tetapi juga sebagai lingkungan sosial sekunder yang menyediakan sarana interaksi yang sehat, pusat pembinaan spiritual, serta sumber dukungan emosional dan sosial yang inklusif bagi anak-anak yang kehilangan kehangatan domestik (Mehdaoui, 2025). Dengan demikian, komunitas masjid dapat dipandang sebagai jaringan pengaman sosial (*social safety net*) yang membantu melindungi anak dari risiko pengabaian lingkungan (Abu-Ras et al., 2024).

Berbagai program preventif maupun kuratif dapat dikembangkan melalui ekosistem masjid, seperti kajian khusus anak dan remaja, program mentoring atau halaqah, kegiatan sosial dan kepemudaan, serta pendampingan oleh tokoh agama setempat (Mehdaoui, 2025). Program-program tersebut menyediakan ruang aman (*safe space*) yang memungkinkan anak mengekspresikan diri secara positif sekaligus memperoleh dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya (Abu-Ras et al., 2024).

Keberadaan komunitas religius yang suportif memungkinkan anak memperoleh rasa diterima (*sense of belonging*), mengurangi perasaan kesepian, serta memperkuat identitas religius dan sosial mereka (McLaren et al., 2021). Penelitian sistematis menunjukkan bahwa penguatan dukungan sosial berbasis komunitas terbukti efektif mengurangi distres psikologis dan meningkatkan resiliensi pada anak dan remaja korban *broken home* (Mamuly & Paunno, 2024). Selain itu, Pratama et al. (2023) menegaskan bahwa pendekatan berbasis nilai agama memiliki potensi dalam mengembangkan kesehatan mental melalui dukungan sosial dan spiritual yang lebih kontekstual (Pratama et al., 2023). Oleh karena itu, komunitas masjid menjalankan fungsi protektif yang strategis dalam mendukung proses penyesuaian diri, memperkuat resiliensi, serta mengarahkan anak korban *broken home* menuju trajektori perkembangan yang lebih sehat.

## **D. Kesimpulan**

Artikel ini menegaskan bahwa anak korban *broken home* menghadapi kerentanan psikologis yang kompleks, mencakup gangguan perkembangan emosi, hambatan sosial,

penurunan harga diri, serta peningkatan risiko kecemasan, depresi, dan perilaku maladaptif. Meskipun demikian, dampak tersebut tidak bersifat deterministik, karena keberadaan faktor protektif seperti dukungan sosial, kualitas pengasuhan, religiusitas, dan resiliensi terbukti mampu memitigasi konsekuensi psikologis jangka panjang yang ditimbulkan oleh kondisi keluarga disfungsi.

Kajian ini menunjukkan bahwa pendekatan intervensi psikologis konvensional, seperti *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), *Solution Focused Brief Therapy* (SFBT), konseling kelompok, dan pendekatan berbasis resiliensi, memiliki efektivitas yang terdokumentasi dalam membantu anak mengelola distress emosional, merekonstruksi kognisi maladaptif, serta mengembangkan kapasitas koping yang adaptif. Namun demikian, pendekatan-pendekatan tersebut belum sepenuhnya mengakomodasi dimensi spiritual-eksistensial yang merupakan kebutuhan inheren masyarakat Muslim.

Di sisi lain, intervensi Islami yang meliputi terapi dzikir, internalisasi nilai sabar dan tawakal, bimbingan keagamaan, serta dukungan komunitas masjid, terbukti secara empiris berkontribusi terhadap pemulihan kesehatan mental melalui mekanisme *spiritual coping*, regulasi emosi berbasis iman, pembentukan makna hidup, dan penguatan jaringan sosial berbasis komunitas religius. Integrasi antara keduanya dalam bingkai paradigma biopsikososiospiritual dipandang sebagai model yang paling komprehensif dan kontekstual dalam menangani anak korban *broken home* pada komunitas Muslim, karena secara simultan merespons kebutuhan psikologis, sosial, dan spiritual individu. Oleh karena itu, pengembangan model intervensi yang mengintegrasikan pendekatan psikologis klinis dengan nilai-nilai Islam menjadi agenda yang mendesak bagi penelitian dan praktik psikologi di Indonesia.

## E. Referensi

- Abu-Ras, W., Aboul-Enein, B. H., Almoayad, F., Benajiba, N., & Dodge, E. (2024). Mosques and public health promotion: A scoping review of faith-driven health interventions. *Health Education & Behavior*, 51(5), 677–690. <https://doi.org/10.1177/10901981241252800>
- Amaliah, S. R., Harum, A., Buchori, S., & Chang, T. M. (2025). Building emotional regulation and self-efficacy: The role of reality counseling in strengthening resilience in children from broken homes. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling (JoLEC)*, 8(1). <https://doi.org/10.31960/ijolec.v8i1.2754>
- Amato, P. R. (2014). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 1269–1287. <https://doi.org/10.5559/di.23.1.01>
- Annisa, S. W., & Nur, H. (2025). Resiliensi remaja dari keluarga *broken home*: Kajian literatur tentang faktor, mekanisme, dan implikasi psikologis. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 4(4), 5696–5716.
- Aqilah, S. A. (2023). Peran konseling agama Islam terhadap kesehatan mental pada mahasiswa tingkat akhir. *At-Taujih: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(1), 69–82.
- Badan Pusat Statistik. (2025). *Jumlah perceraian menurut provinsi dan faktor penyebab perceraian (perkara)*, 2024. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTlZwRFVUMDkjMw%3D%3D/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor--2023.html?year=2024>
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1997). Writing narrative literature reviews. *Review of General Psychology*, 1(3), 311–320. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.1.3.311>
- Bensaid, B., Machouche, S. B. T., & Tekke, M. (2021). An Islamic spiritual alternative to addiction treatment and recovery. *Al-Jami'ah: Journal of Islamic Studies*, 59(1), 127–162.
- Bernardi, F., & Boertien, D. (2016). Understanding heterogeneity in the effects of parental separation on educational attainment in Britain: Do children from lower educational backgrounds have less to lose? *European Sociological Review*, 32(6), 807–819. <https://doi.org/10.1093/esr/jcw036>
- Botero-Carvajal, A., Urrego, Á. M. J., Gutierrez-Posso, A. G., Calero-Flórez, M., & Hernandez-Carrillo, M. (2023). Factors associated with family function in school children: Case-control study. *Heliyon*, 9(3). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e14580>
- Butler, P. (2025). Kesehatan mental orang tua penyebab rujukan perlindungan anak di Inggris. *The Guardian*. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/>
- Cholili, A. H., Nurill, D., Amirul, M., Isnaeni, R., Elfa, A., & Widyasari, E. (2024). Studi literatur: Analisis fenomena pemberian psikoterapi dzikir dalam mengurangi tingkat kecemasan remaja. *RESILIENCE: Journal of Psychology*, 1(1), 41–53.

- Cucchi, A. (2022). Integrating cognitive behavioural and Islamic principles in psychology and psychotherapy: A narrative review. *Journal of Religion and Health*, 61(6), 4849–4870. <https://doi.org/10.1007/s10943-022-01576-8>
- Dinisman, T., Andresen, S., Montserrat, K., Strózik, D., & Strózik, T. (2017). Struktur keluarga dan hubungan keluarga dari perspektif kesejahteraan anak: Temuan dari analisis komparatif. *Children and Youth Services Review*, 80, 105–115. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.06.064>
- Eldik, W. van, Haan, A. de, Parry, L. Q., & Prinzie, P. (2020). Hubungan antarparental: Asosiasi meta-analitik dengan maladjustment dan respons anak-anak terhadap konflik antarparental. *Buletin Psikologis*, 146(7), 553–594. <https://doi.org/10.1037/bul0000233>
- Fadheela, A., & Fakhriya, F. (2024). The effectiveness of controlled dhikr-based Islamic counseling in reducing students' academic anxiety. *Journal on Islamic Studies*, 1(3), 178–187.
- Fadilah, S. R., & Prasetya, A. F. (2026). Layanan konseling *cognitive behavior therapy* (CBT) dalam menangani permasalahan psikologis anak *broken home*: A systematic literature review. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 12(1), 193–204. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v12i01.11632>
- Ferrari, R. (2015). Writing narrative style literature reviews. *Medical Writing*, 24(4), 230–235. <https://doi.org/10.1179/2047480615Z.000000000329>
- Firmansyah, A., Fadilah, I., & Putri, E. K. (2025). Keefektifan konseling kelompok *cognitive behavior therapy* teknik *reframing* untuk meningkatkan resiliensi siswa korban perceraian. *Konselindo: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(1), 1–8. <https://jurnal.hastakriya.org/index.php/konselindo/article/view/68>
- Gager, C., Yabiku, S. T., & Linver, M. R. (2015). Conflict or divorce? Does parental conflict and/or divorce increase the likelihood of adult children's cohabiting and marital dissolution? *Marriage & Family Review*, 52(3), 243–261. <https://doi.org/10.1080/01494929.2015.1095267>
- Gondal, M. U., Adil, A., & Khan, A. (2024). Tawakkul mediates between personality traits, depression, and anxiety in Pakistani Muslim adults. *Journal of Religion and Health*, 63(1), 582–594. <https://doi.org/10.1007/s10943-023-01771-1>
- Gondal, M. U., Adil, A., Shujja, S., Ishaq, G., & Ghayas, S. (2024). The mediating role of tawakkul and perceived social competence between locus of control and flourishing. *Mental Health, Religion & Culture*, 27(4), 391–404. <https://doi.org/10.1080/13674676.2024.2414301>
- Harahap, A. P., Khairi, M. H., Situmorang, H. Y., Arleni, R. N., & Sari, D. P. (2023). Implementasi bimbingan konseling Islam terhadap kenakalan remaja di era digital. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 5(1), 3634–3644.
- Harold, G. T., & Sellers, R. (2018). Annual research review: Interparental conflict and youth psychopathology: An evidence review and practice focused update. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 59(4), 374–402. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12893>
- Hazhara, I. F., & Firman, F. (2024). Hubungan keterikatan orang tua subjektif menjadi anak rumah yang rusak. *Jurnal Pendidikan dan Dakwah (Anwarul)*, 4(4), 718–730. <https://doi.org/10.5878/anwarul.v4i4.3393>
- Hosokawa, R., Tomozawa, R., & Katsura, T. (2023). Associations between family routines, family relationships, and children's behavior. *Journal of Child and Family Studies*, 32(12), 3988–3998. <https://doi.org/10.1007/s10826-023-02634-3>
- Hsu, K.-S., Eads, R., Lee, M. Y., & Wen, Z. (2021). Solution-focused brief therapy for behavior problems in children and adolescents: A meta-analysis of treatment effectiveness and family involvement. *Children and Youth Services Review*, 120. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105620>
- Ibrahim, A., & Whitley, R. (2021). Religion and mental health: A narrative review with a focus on Muslims in English-speaking countries. *BJPsych Bulletin*, 45(3), 170–174. <https://doi.org/10.1192/bjb.2020.43>
- Kashim, M. I. A. M., Long, S., Hasan, Z., & Ridzuan, R. (2020). Resilience and patience (*sabr*) in Islamic view when observing the movement control order (MCO) during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(1), 5485–5497. <https://doi.org/10.37200/IJPR/V24I1/PR200580>
- Kelly, J. B., & Emery, R. (2003). Penyesuaian anak-anak setelah perceraian: Perspektif risiko dan ketahanan. *Family Relations*, 52(4), 352–362. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2003.00352.x>

- Koenig, H. G. (2018). *Religion and mental health: Research and clinical applications*. Academic Press.
- Lansford, J. E. (2015). Parental divorce and children's adjustment. *Perspectives on Psychological Science*, 4(2), 140–152.
- Lestari, S. (2016). *Psikologi keluarga: Penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga*. Prenada Media.
- Lestari, T. W. T., & Huwae, A. (2023). Forgiveness and resilience: A case of adolescents with broken home divorce. *Counsnesia: Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 4(1), 8–21. <https://doi.org/10.36709/counsnesia.v4i1.60>
- Mamuly, W. F., & Paunno, M. (2024). Psychological and social impact on the mental health of children victims of broken homes in Hattu Village, Central Maluku Regency. *Journal of Innovative Public Health*, 7(1). <https://doi.org/10.37231/jph.2024.7.1.1147>
- Masten, A. S. (2018). Resilience theory and research on children and families: Past, present, and promise. *Journal of Family Theory & Review*, 10(1), 12–31. <https://doi.org/10.1111/jftr.12255>
- McLaren, H., Patmisari, E., Hamiduzzaman, M., Jones, M., & Taylor, R. (2021). Respect for religiosity: Review of faith integration in health and wellbeing interventions with Muslim minorities. *Religions*, 12(9), 692. <https://doi.org/10.3390/rel12090692>
- Mehdaoui, D. (2025). The role of the mosque institution in promoting mental health and achieving behavioral balance among youth. *Journal of Science and Knowledge Horizons*, 5(1), 377–394. <https://doi.org/10.34118/jskp.v5i01.4261>
- Miralles, P., Godoy, C., & Hidalgo, M. D. (2023). Long-term emotional consequences of parental alienation exposure in children of divorced parents: A systematic review. *Current Psychology*, 42(14), 12055–12069. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02573-x>
- Mohd, W. N. A. C. W., Ishak, I., Ludin, A. F. M., Ibrahim, F. W., Abd Warif, N. M., & Roos, N. A. C. (2022). The impact of listening to, reciting, or memorizing the Quran on physical and mental health of Muslims: Evidence from systematic review. *International Journal of Public Health*, 67, 1604998. <https://doi.org/10.3389/ijph.2022.1604998>
- Mphaphuli, L. K. (2023). *The impact of dysfunctional families on the mental health of children*. IntechOpen. <https://doi.org/10.5772/intechopen.109428>
- Munawwaroh, H. (2025). Dampak perceraian orang tua terhadap kesehatan mental anak-anak dari rumah rusak di Desa Jatisrono. *Penyembuhan Spiritual: Jurnal Tasawuf dan Psikoterapi*, 6(2), 238–247. <https://doi.org/10.19109/sh.v2i6.25812>
- Naim, A. A. (2024). Analisis faktor penyebab dan dampak psikososial keluarga *broken home* terhadap anak: Studi literatur perspektif psikologi dan komunikasi keluarga. *International Journal on Islamic Educational Research (Sunan Kalijaga)*, 8(2). <https://doi.org/10.14421/skijier.2024.82.04>
- Niswah, Z., Naqiya, C., Dewi, S. P. R., & Kibtyah, M. (2023). Dampak kecanduan game online terhadap kesehatan mental remaja dan penanganannya dalam konseling Islam. *Counseling As Syamil: Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Islam*, 3(1), 25–38.
- Owens, J., Rassool, G. H., Bernstein, J., Latif, S., & Aboul-Enein, B. H. (2023). Interventions using the Qur'an to promote mental health: A systematic scoping review. *Journal of Mental Health*, 32(4), 842–862. <https://doi.org/10.1080/09638237.2023.2232449>
- Parache, L. G., Vogel, M., Meigen, C., Kiess, W., & Poulain, T. (2024). Family structure, socioeconomic status, and mental health in childhood. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 33, 2377–2386. <https://doi.org/10.1007/s00787-023-02329-y>
- Pearce, M., Haynes, K., Rivera, N. R., & Koenig, H. G. (2018). Spiritually integrated cognitive processing therapy: A new treatment for post-traumatic stress disorder that targets moral injury. *Global Advances in Health and Medicine*, 7, 2164956118759939. <https://doi.org/10.1177/2164956118759939>
- Pratama, B. D., Kadafi, A., Fakhriyani, D. V., Hariyani, I. T., & Kholidah, M. (2023). Cyber counseling berbasis nilai agama sebagai upaya mengembangkan kesehatan mental remaja di era VUCA. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 4(2), 41–51. <https://doi.org/10.19105/ec.v4i2.9760>
- Pratama, Y. H., Anargya, A. R., & Rosidah, A. S. (2023). Kesehatan mental dalam Islam. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kedokteran (JURRIKE)*, 2(2), 192–197. <https://doi.org/10.55606/jurrike.v2i2.2026>
- Pratiwi, U. A., Yuline, Y., & Putri, A. (2025). Efektivitas konseling kelompok dengan *solution focused brief counseling* untuk meningkatkan resiliensi siswa *broken home*. *Jurnal*

- Bimbingan Konseling dan Psikologi (JUBIKOPS)*, 5(1), 105–116. <https://doi.org/10.56185/jubikops.v5i1.851>
- Rassool, G. H. (2021). *Islamic psychology: Human behaviour and experience from an Islamic perspective*. Routledge.
- Renjana, K. J., & Suhendri, S. (2024). Dinamika psikologis siswa korban rumah *broken* di SMA Negeri 10 Semarang. *Inovatif: Jurnal Penelitian Ilmu Sosial*, 4(5), 2966–2975. <https://doi.org/10.3504/innovative.v4i5.9453>
- Rothman, A., & Coyle, A. (2018). Toward a framework for Islamic psychology and psychotherapy: An Islamic model of the soul. *Journal of Religion and Health*, 57(5), 1731–1744. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0651-x>
- Schalkwyk, J. Van, & Gentz, S. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi ketahanan pada anak-anak Namibia yang terpapar perceraian orang tua: Studi Q-metodologi. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1221697>
- Shaik, D. N. (2026). Integrating Islamic theology and psychology: A systematic narrative review of religious coping. *Pastoral Psychology*, 1–18. <https://doi.org/10.1007/s11089-025-01298-0>
- Sobhani, V., Mokari, E. M., Aghajani, J., & Hatef, B. (2022). Islamic praying changes stress-related hormones and genes. *Journal of Medicine and Life*, 15(4), 483–488. <https://doi.org/10.25122/jml-2021-0167>
- Sofia, L., Rasyid, M., Faradillah, A., Soleha, T. F., Luthfiyana, D. S. D., Rahayu, D., Suhesty, A., & Sandjaja, M. (2024). The dynamics of resilience in Muslim adolescents from broken home families: A theological analysis. *Pharos Journal of Theology*, 105(2). <https://doi.org/10.46222/pharosjot.105.221>
- Surzykiewicz, J., Skalski, S. B., Niesiołędzka, M., & Konaszewski, K. (2022). Exploring the mediating effects of negative and positive religious coping between resilience and mental well-being. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 16, 954382. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2022.954382>
- Syahdariani, E. (2025). Well-being in children who experience broken home: A systematic review. *International Journal of Educational and Psychological Sciences (IJEPS)*, 3(4). <https://doi.org/10.59890/ijeps.v3i4.106>
- Vitorino, L. M., Lucchetti, G., Leão, F. C., Vallada, H., & Peres, M. F. P. (2018). The association between spirituality and religiousness and mental health. *Scientific Reports*, 8(1), 17233. <https://doi.org/10.1038/s41598-018-35764-2>
- Widyastuti, T., Hakim, M. A., & Lilik, S. (2019). Terapi zikir sebagai intervensi untuk menurunkan kecemasan pada lansia. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 5(2), 147–157. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.13543>
- Yan, Z., Yu, S., & Lin, W. (2024). Parents' perceived social support and children's mental health: The chain mediating role of parental marital quality and parent–child relationships. *Current Psychology*, 43(5), 4198–4210. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04405-7>
- Zahir, F. R., & Qoronfleh, M. W. (2025). Traditional Islamic spiritual meditative practices: Powerful psychotherapies for mental wellbeing. *Frontiers in Psychology*, 16, 1538865. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1538865>