



Efektivitas Layanan Konseling Individu Dengan Teknik *Miracle Question* dalam Meningkatkan Resiliensi Siswa *Broken Home*

Nurhayati Harahap¹, Saiful Akhyar Lubis², Nurussakinah Daulay³

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan, Indonesia

Email: nurhayati303213085@uinsu.ac.id

ABSTRAK

Penelitian yang telah dilakukan berjudul "Efektivitas Layanan Konseling Individu dengan teknik *Miracle Question* dalam Meningkatkan Resiliensi Siswa *Broken Home*" yang dilatarbelakangi oleh temuan lapangan bahwa sejumlah siswa *broken home* mengalami permasalahan psikologis, seperti rendahnya motivasi belajar, kesulitan mengelola emosi, dan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya intervensi untuk meningkatkan resiliensi mereka. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan konseling individu dengan teknik *miracle question* dalam meningkatkan resiliensi siswa *broken home*. Metodologi penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *One Group Pre-test-Post-test*. Populasi penelitian adalah siswa SMA Negeri 13 Medan yang berasal dari keluarga *broken home* dengan jumlah sampel 3 siswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian berupa angket resiliensi, sedangkan analisis data dilakukan menggunakan uji *Paired Sample t-test* melalui SPSS versi 30. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa (1) telah terjadi peningkatan skor rata-rata resiliensi siswa *broken home* (2) layanan konseling individu dengan teknik *miracle question* terbukti efektif untuk meningkatkan resiliensi siswa *broken home*. Berdasarkan pada temuan penelitian diatas maka layanan konseling individu dengan teknik *miracle question*, layak diterapkan oleh guru BK sebagai satu solusi untuk meningkatkan resiliensi siswa.

Kata Kunci: Konseling Individu, *Miracle Question*, Resiliensi, *Broken Home*

ABSTRACT

The study entitled "The Effectiveness of Individual Counseling Services with the Miracle Question Technique in Improving the Resilience of Students from Broken Homes" was motivated by field findings showing that a number of students from broken home families experience psychological problems such as low learning motivation, difficulty in managing emotions, and a tendency to withdraw from their social environment. These conditions indicate the need for interventions to enhance their resilience. Therefore, this study aims to examine the effectiveness of individual counseling services using the miracle question technique in improving the resilience of students from broken homes. This research employed a quantitative approach with a One-Group Pre-test-Post-test design. The research population consisted of students from SMA Negeri 13 Medan who came from broken home families, with a total sample of three students selected using purposive sampling. The research instrument was a resilience

questionnaire, while data were analyzed using the Paired Sample t-test with SPSS version 30. The findings revealed that: (1) there was an increase in the average resilience scores of students from broken homes, and (2) individual counseling services with the miracle question technique proved effective in enhancing the resilience of students from broken homes. Based on these findings, it is recommended that guidance and counseling teachers apply individual counseling services with the miracle question technique as one of the solutions to foster students' resilience.

Keywords: Individual Counseling, Miracle Question, Resilience, Broken Home

PENDAHULUAN

Ditengah perubahan sosial dan meningkatnya dinamika keluarga modern, ketahanan keluarga menjadi isu penting dalam mendukung tumbuh kembang anak dan remaja di Indonesia. Fenomena perceraian dan disfungsi keluarga tidak hanya berdampak pada struktur keluarga, tetapi juga berpotensi memengaruhi perkembangan psikologis anak dalam jangka panjang. Dalam konteks ini, keluarga sebagai unit sosial terkecil memiliki peran yang krusial dalam membentuk kepribadian, nilai, dan ketangguhan psikologis anak sejak dini.

Keluarga merupakan tempat penting bagi perkembangan anak secara fisik, emosi, spiritual, dan sosial. Karena keluarga merupakan sumber bagi kasih sayang, perlindungan, dan identitas bagi anggotanya. Keluarga menjalankan fungsi yang penting bagi keberlangsungan masyarakat dari generasi ke generasi (Daulay, 2022). Anak-anak yang berasal dari keluarga *broken home* biasanya mengalami perpisahan orang tua atau konflik berkepanjangan, rentan mengalami berbagai masalah psikologis seperti rendahnya rasa percaya diri, prestasi akademik yang menurun, kenakalan remaja, hingga depresi. Namun di sisi lain, ada pula anak-anak yang mampu bertahan dan bahkan berkembang dengan baik meskipun tumbuh di keluarga *broken home*. Kemampuan untuk pulih kembali dari keadaan sulit dan terus berkembang secara positif ini disebut resiliensi (Herikusuma, 2024).

Istilah "*broken home*" terdiri dari dua kata, yaitu "*broken*" yang bermakna kehancuran atau kerusakan, dan "*home*" yang berarti rumah atau keluarga. Dengan demikian, *broken home* mengacu pada suatu kondisi ketidakutuhan dalam sebuah keluarga, yang disebabkan oleh beberapa faktor seperti perceraian atau kematian salah satu orang tua, baik ayah maupun ibu. Keadaan *broken home* ini terjadi ketika struktur keluarga menjadi tidak utuh lagi, yang disebabkan oleh perceraian atau kematian.

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang krusial dalam membentuk identitas dan ketangguhan psikologis individu. Namun, proses ini dapat terganggu ketika remaja hidup dalam keluarga yang tidak utuh. Keluarga sebagai sistem pendukung utama memiliki peran penting dalam pembentukan karakter dan resiliensi siswa dalam menghadapi tantangan kehidupan. Fenomena keluarga *broken home* semakin nyata terjadi di berbagai daerah, termasuk di Kota Medan, dengan tingginya angka perceraian. Data dari Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Utara mencatat sebanyak 2.842 kasus perceraian terjadi di Kota Medan sepanjang tahun 2024. Meskipun tidak semua perceraian langsung mengakibatkan kondisi *broken home*, jumlah ini menjadi indikasi kuat bahwa semakin banyak anak yang berisiko tumbuh dalam lingkungan keluarga yang tidak harmonis.

Dampak psikologis bagi anak yang memiliki kedua orang tua bercerai telah diuji oleh beberapa penelitian, diantanya anak mengalami kurang percaya diri (Faruq,

2024), motivasi belajar menurun (Sari, 2023), kurang bahagia (Faizah, 2022), menurunnya resiliensi (Ayunda, 2025).

Resiliensi sangat penting bagi anak-anak *broken home* karena mereka berada dalam kondisi keluarga yang tidak utuh dan cenderung penuh konflik, yang dapat memengaruhi stabilitas emosional dan perkembangan psikologis mereka. Resiliensi adalah kemampuan individu untuk bertahan, bangkit, dan beradaptasi secara positif ketika menghadapi tekanan, kesulitan, atau situasi yang penuh tantangan. Anak-anak yang memiliki resiliensi yang baik akan mampu mengelola emosi, menyusun strategi pemecahan masalah, dan tetap berpikir positif meskipun berada dalam lingkungan yang tidak mendukung.

Resiliensi menjadi aspek penting karena anak *broken home* sering mengalami gangguan seperti kecemasan, kesepian, kurang percaya diri, bahkan penurunan motivasi dalam belajar dan bersosialisasi. Tanpa resiliensi, mereka cenderung mudah menyerah, menyalahkan diri sendiri, atau menarik diri dari lingkungan sosial. Oleh karena itu, membangun resiliensi merupakan langkah strategis untuk membantu mereka tumbuh menjadi pribadi yang kuat, mandiri, dan mampu menghadapi berbagai tantangan hidup.

Bagi anak-anak *broken home*, resiliensi memberikan manfaat antara lain meningkatkan kemampuan dalam menghadapi tekanan emosional, menjaga kesehatan mental, membentuk pandangan hidup yang positif, serta membantu mereka meraih tujuan akademik maupun sosial.

Dalam menghadapi kondisi ini, dan untuk meningkatkan resiliensi siswa, peran sekolah sebagai *secondary support system* menjadi sangat penting, terutama melalui Bimbingan dan Konseling (BK). Siswa yang berasal dari keluarga *broken home* sering menunjukkan gejala-gejala seperti menarik diri, mudah marah, kurang motivasi belajar, dan sulit membangun hubungan sosial yang sehat. Hal ini menjadi perhatian khusus bagi guru dan konselor karena berdampak langsung pada proses pendidikan. Maka dari itu, peran bimbingan dan konseling sangat diperlukan untuk membantu siswa menghadapi dan mengelola dampak psikologis tersebut. Salah satu bentuk layanan yang efektif adalah konseling individu, yang dapat menggunakan berbagai pendekatan dan teknik, salah satunya adalah teknik *miracle question*.

Teknik *miracle question* merupakan salah satu strategi intervensi dalam pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) yang berfokus pada penciptaan solusi melalui eksplorasi harapan dan gambaran masa depan yang diinginkan oleh individu. Teknik ini mendorong siswa untuk membayangkan sebuah skenario di mana masalah yang mereka hadapi telah hilang secara ajaib, dan dari situ menggali langkah-langkah konkret yang dapat membawa mereka menuju kondisi ideal tersebut. Pendekatan ini terbukti mampu meningkatkan motivasi intrinsik dan persepsi positif terhadap diri sendiri, terutama pada remaja yang mengalami tekanan psikologis akibat lingkungan keluarga yang tidak kondusif, seperti *broken home*.

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa *miracle question* tidak hanya membantu individu membangun harapan dan rasa kendali terhadap hidup mereka. Penelitian oleh Nurfaiza membuktikan bahwa teknik *miracle question* dapat meningkatkan resiliensi dan produktivitas individu, bahkan pada kelompok yang menghadapi tekanan berat seperti wanita generasi sandwich (Nurfaiza, 2024). Selain itu, Muta'Aaly juga menunjukkan bahwa penerapan *miracle question* dalam konseling kelompok efektif untuk menurunkan burnout akademik pada mahasiswa (Muta'Aaly, 2022). Penelitian lain oleh Apriyanti mendukung efektivitas teknik ini di lingkungan

sekolah, di mana penggunaan *miracle question* berhasil meminimalisir perilaku *cyber bullying* pada siswa SMA (Apriyanti, 2020). Dengan demikian, penggunaan *miracle question* dalam konteks pendidikan, khususnya pada siswa dengan latar belakang keluarga *broken home*, menjadi intervensi yang potensial untuk membantu mereka membangun harapan, merancang solusi, serta memperkuat resiliensi dalam menghadapi tantangan hidup.

Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan efektivitas teknik *miracle question* dalam konteks konseling dan psikologi umum, masih sangat terbatas studi yang secara khusus mengeksplorasi penerapan teknik ini pada siswa *broken home* di lingkungan pendidikan menengah di Indonesia. Terlebih lagi, penelitian yang meneliti penggunaan *miracle question* dalam layanan konseling individu di sekolah Indonesia belum banyak ditemukan. Mengingat perbedaan kebutuhan emosional dan psikologis yang dimiliki oleh siswa *broken home*, hal ini menunjukkan pentingnya penelitian yang lebih mendalam pada populasi ini.

Pemilihan SMA Negeri 13 Medan sebagai lokasi penelitian didasarkan pada hasil studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di sekolah tersebut. Berdasarkan informasi yang diperoleh, terdapat sejumlah siswa yang berasal dari keluarga *broken home* yang menunjukkan indikasi permasalahan psikologis, seperti rendahnya motivasi belajar, ketidakmampuan mengelola emosi, dan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial sekolah. Selain itu, SMA Negeri 13 Medan juga merupakan lingkungan sekolah yang kooperatif dan terbuka terhadap kegiatan penelitian, menjadikannya lokasi yang ideal untuk mengimplementasikan intervensi konseling dengan teknik *miracle question*.

Demikian pentingnya membantu siswa *broken home* dalam meningkatkan resiliensinya menjadi tujuan utama penelitian ini. Peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam penerapan teknik *miracle question* dalam konteks konseling individu bagi siswa *broken home* di sekolah. Penelitian ini memiliki urgensi yang tinggi, mengingat tantangan emosional yang dihadapi oleh siswa *broken home*, yang mempengaruhi perkembangan akademik dan sosial mereka, penting untuk menemukan pendekatan yang lebih tepat guna membantu mereka membangun ketahanan psikologis. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kualitas layanan konseling di sekolah-sekolah Indonesia, serta membuka peluang bagi intervensi yang lebih efektif dalam mendukung perkembangan siswa yang menghadapi latar belakang keluarga tidak utuh.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis pre-eksperimen (*pre-experimental design*). Desain ini dipilih karena penelitian belum sepenuhnya bersifat eksperimental, mengingat masih terdapat variabel luar yang berpotensi memengaruhi variabel dependen. Dengan demikian, perubahan pada variabel dependen tidak sepenuhnya diakibatkan oleh variabel independen, sebab penelitian ini tidak menggunakan kelompok kontrol dan pengambilan sampel tidak dilakukan secara acak atau random (Wada, 2024).

Model desain yang digunakan adalah *One Group Pre-test-Post-test Design*, di mana satu kelompok subjek penelitian diberikan *pre-test* sebelum perlakuan dan *post-test* setelah perlakuan. Perlakuan dalam penelitian ini berupa layanan konseling individu dengan teknik *Miracle Question*, sedangkan variabel yang diukur adalah

tingkat resiliensi siswa *broken home*. Desain ini memungkinkan peneliti mengetahui perbedaan atau peningkatan resiliensi sebelum dan sesudah perlakuan diberikan.

Populasi penelitian adalah siswa SMA Negeri 13 Medan yang teridentifikasi berasal dari keluarga *broken home*, yaitu keluarga yang mengalami perceraian, kehilangan salah satu orang tua, atau ketidakharmonisan yang berkepanjangan. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling, terdapat 30 siswa yang menunjukkan gejala psikologis seperti menarik diri, rendahnya motivasi belajar, dan kesulitan mengelola emosi.

Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan subjek berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Siahaan, 2025). Kriteria sampel meliputi: (1) siswa berasal dari keluarga *broken home*, (2) bersedia mengikuti empat sesi konseling individu, dan (3) memiliki tingkat resiliensi rendah berdasarkan hasil *pre-test*. Berdasarkan kriteria tersebut, diperoleh 3 siswa yang memenuhi syarat sebagai subjek penelitian.

Instrumen penelitian berupa angket resiliensi yang peneliti adopsi dari penelitian (Daulay N. &., 2024), menggunakan skala Likert dengan lima pilihan jawaban: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Ragu (R), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Angket terdiri dari 25 butir pernyataan yang mencakup aspek-aspek resiliensi seperti kompetensi pribadi, standar tinggi, dan keuletan, kepercayaan pada insting/naluri seseorang, toleransi pada dampak negatif, dan kemampuan mengatasi efek stress, penerimaan positif terhadap perubahan dan hubungan yang aman dengan orang lain, kontrol diri, serta pengaruh spiritual.

Data dianalisis menggunakan SPSS versi 30 dengan pendekatan statistik deskriptif dan uji *Paired Sample T-test*. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan perubahan tingkat resiliensi siswa, sedangkan uji *t* berpasangan digunakan untuk mengetahui perbedaan signifikan antara hasil *pre-test* dan *post-test*. Kriteria pengujian menunjukkan bahwa jika nilai *Sig. (2-tailed)* < 0,05, maka terdapat peningkatan resiliensi setelah mengikuti konseling individu dengan teknik *miracle question*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan siswa *broken home* sebagai populasi yang terdiri dari 30 siswa. Penentuan tingkat resiliensi dilakukan berdasarkan data hasil angket yang telah disebarluaskan kepada seluruh responden. Responden penelitian dipilih berdasarkan tingkat resiliensi yang rendah.

Tabel 1. Hasil statistik Deskriptif *Pre-test*

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Pre-test</i>	30	72	107	91,47	9,209
Valid N (listwise)	30				

Berdasarkan hasil statistik deskriptif *Pre-test* dengan bantuan SPSS, diperoleh data bahwa jumlah responden penelitian sebanyak 30 orang. Skor resiliensi menunjukkan nilai rata-rata sebesar 91,47, dengan standar deviasi 9,209, skor minimum 72, serta skor maksimum 107. Untuk mempermudah interpretasi, tingkat resiliensi siswa dikelompokkan ke dalam lima kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Setelah skor total diperoleh, selanjutnya dilakukan pengkategorian menggunakan rumus berikut: (Saputri, 2021)

- Sangat Tinggi : $X > \mu + 1,5\sigma$

- Tinggi : $\mu + 0,5\sigma < X \leq \mu + 1,5\sigma$
- Sedang : $\mu - 0,5\sigma < X \leq \mu + 0,5\sigma$
- Rendah : $\mu - 1,5\sigma < X \leq \mu - 0,5\sigma$
- Sangat Rendah: $X \leq \mu - 1,5\sigma$

Keterangan :

μ : mean teoritik

X : skor

σ : satuan standard deviation

Tabel 1. Kategori Skor Resiliensi Siswa Pre-test

No	Kategori	Rentang Nilai	Frekuensi	Presentase
1	Sangat Tinggi	$x > 105,2835$	1	3,33%
2	Tinggi	$96,0745 < x \leq 105,2835$	8	26,67%
3	Sedang	$86,8655 < x \leq 96,0745$	13	43,33%
4	Rendah	$77,6565 < x \leq 86,8655$	5	16,67%
5	Sangat Rendah	$x \leq 77,6565$	3	10%
4	Total		30	100%

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa dari 30 responden penelitian, sebagian besar siswa berada pada kategori sedang dengan jumlah 13 orang (43,33%). Hal ini menunjukkan bahwa hampir separuh dari total responden memiliki tingkat resiliensi yang cukup, meskipun belum optimal. Selanjutnya, terdapat 8 siswa (26,67%) berada pada kategori tinggi, sedangkan 5 siswa (16,67%) termasuk dalam kategori rendah. Adapun siswa yang berada pada kategori sangat rendah sebanyak 3 orang (10%), dan hanya 1 siswa (3,33%) yang berada pada kategori sangat tinggi.

Tabel 3. Hasil statistik Deskriptif Post-test

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Post-test	3	96	105	100,67	4,509
Valid N (listwise)	3				

Berdasarkan hasil statistik deskriptif Post-test dengan bantuan SPSS, diperoleh data bahwa setelah diberikan layanan konseling individu dengan teknik *miracle question* kepada 3 siswa yang termasuk dalam kategori resiliensi sangat rendah, diperoleh nilai minimum sebesar 96, nilai maksimum sebesar 105, rata-rata (*mean*) sebesar 100,67, dan standar deviasi sebesar 4,509.

Hasil Uji Asumsi

Uji Normalitas

Uji normalitas dianalisis dengan bantuan program SPSS menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dan *Shapiro-Wilk*. Tujuan dari uji normalitas adalah untuk mengetahui apakah distribusi data termasuk normal atau tidak. Kriteria pengambilan keputusan adalah apabila nilai signifikansi (Sig.) $< 0,05$ maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal, sedangkan jika nilai signifikansi (Sig.) $> 0,05$ maka data dikategorikan berdistribusi normal.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre-test	,314	3	.	,893	3	,363
Post-test	,196	3	.	,996	3	,878

Berdasarkan hasil uji normalitas yang ditampilkan pada tabel diatas, diketahui nilai Sig. untuk nilai *Pre-test* sebesar 0,363 dan nilai *Post-test* sebesar 0,878. karena nilai tersebut lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data nilai *Pre-test* dan *Post-test* berdistribusi normal. Dengan demikian, maka persyaratan atau asumsi normalitas dalam penggunaan Uji *Paired T-test* sudah terpenuhi.

Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis menggunakan program SPSS dengan menggunakan uji t (*paired sample T-test*) pada nilai *Pre-test* dan *Post-test* dengan taraf signifikansi 5%. Uji ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan tingkat resiliensi siswa *broken home* sebelum (*Pre-test*) dan sesudah (*Post-test*) diberikan layanan konseling individu dengan teknik *miracle question*. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Statistik Paired Samples T-test

	Mean	N	Std.	Std. Error
			Deviation	Mean
Pair 1	Pre-test	74,00	3	2,646
	Post-test	100,67	3	4,509

Berdasarkan hasil analisis uji *Paired Samples Statistics*, diperoleh nilai rata-rata (*mean*) hasil *Pre-test* sebesar 74,00 dengan standar deviasi 2,646. Sementara itu, nilai rata-rata hasil *Post-test* meningkat menjadi 100,67 dengan standar deviasi 4,509. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata sebesar 26,67 poin setelah diberikan perlakuan. Selain itu, nilai *standard error mean* pada *Pre-test* sebesar 1,528, sedangkan pada *Post-test* sebesar 2,603. Perbedaan nilai rata-rata yang cukup signifikan ini mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan memberikan dampak positif terhadap peningkatan hasil resiliensi yang dicapai oleh responden.

Karena nilai rata-rata hasil resiliensi pada *Pre-test* 74,00 < *Post-test* 100,67, maka secara deskriptif dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan skor dari *Pre-test* ke *Post-test*. Selanjutnya untuk membuktikan apakah perbedaan tersebut benar-benar nyata (signifikan) atau tidak, maka kita perlu menafsirkan hasil uji *paired sample t-test* yang terdapat pada tabel berikut.

Tabel 7. Hasil Uji Paired Sample T-test

	Paired Samples Test									
	Paired Differences		95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)			
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower						
Pair 1	Pre-Test - Post-Test	-26,667	3,215	1,856	-34,652	-18,681	-14,368	2	,005	

Sebelum pengambilan keputusan, terlebih dahulu ditetapkan hipotesis penelitian sebagai berikut:

- H_0 : Tidak terdapat perbedaan rata-rata antara hasil *Pre-test* dan *Post-test*, yang berarti tidak ada pengaruh pemberian layanan konseling individu dengan teknik *Miracle Question* terhadap resiliensi siswa *broken home* di SMAN 13 Medan.
- H_a : Terdapat perbedaan rata-rata antara hasil *Pre-test* dan *Post-test*, yang berarti terdapat pengaruh pemberian layanan konseling individu dengan teknik *Miracle Question* terhadap resiliensi siswa *broken home* di SMAN 13 Medan.

Menurut pedoman pengambilan keputusan dalam uji *paired sample t-test* (Santoso, 2014):

- Jika nilai *Sig. (2-tailed)* $< 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima.
- Jika nilai *Sig. (2-tailed)* $> 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

Karena nilai *Sig. (2-tailed)* sebesar $0,005 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai *Pre-test* dan *Post-test*. Hal ini membuktikan bahwa pemberian layanan konseling individu dengan teknik *miracle question* efektif secara signifikan terhadap peningkatan resiliensi siswa *broken home* di SMAN 13 Medan.

Hasil penelitian, diperoleh bahwa layanan konseling individu dengan teknik *miracle question* efektif dalam meningkatkan resiliensi siswa *broken home* di SMA Negeri 13 Medan. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan signifikan antara skor *Pre-test* dan *Post-test* resiliensi siswa. Rata-rata skor resiliensi siswa sebelum diberikan layanan adalah 74,00, sedangkan setelah intervensi meningkat menjadi 100,67. Peningkatan sebesar 26,67 poin ini diperkuat dengan hasil uji *paired sample t-test* yang memperoleh nilai signifikansi (*Sig. 2-tailed*) $0,005 < 0,05$. Artinya, terdapat peningkatan resiliensi siswa *broken home* setelah mengikuti layanan konseling individu dengan teknik *miracle question*. Temuan ini menegaskan bahwa hipotesis penelitian dapat diterima, yaitu layanan konseling individu dengan teknik *miracle question* efektif dalam meningkatkan resiliensi siswa *broken home*.

Peningkatan ini tidak hanya terlihat secara statistik, tetapi juga terkonfirmasi secara deskriptif dari perubahan kategori resiliensi siswa. Sebelum perlakuan, siswa cenderung berada pada kategori rendah bahkan sangat rendah, yang ditandai dengan kurangnya rasa percaya diri, kesulitan dalam mengendalikan emosi, serta pandangan pesimis terhadap masa depan. Namun setelah diberikan konseling, siswa menunjukkan perkembangan yang signifikan. Hasil *Post-test* memperlihatkan bahwa satu siswa masuk kategori sangat tinggi, satu siswa pada kategori tinggi, dan satu siswa pada kategori sedang. Artinya, seluruh siswa berhasil keluar dari kategori sangat rendah, sehingga secara nyata membuktikan adanya pengaruh positif dari layanan konseling individu dengan teknik *miracle question*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Ayunda, 2025) yang menunjukkan bahwa pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) efektif meningkatkan resiliensi siswa *broken home*. Ayunda menegaskan bahwa melalui teknik *miracle question*, siswa lebih ter dorong untuk berpikir optimis, memiliki arah tujuan, serta mengembangkan strategi menghadapi masalah. Demikian pula penelitian (Nurfaiza, 2024) yang mengungkapkan bahwa layanan konseling individu dengan teknik *miracle question* meningkatkan resiliensi generasi *sandwich*, yang ditandai dengan meningkatnya produktivitas, rasa percaya diri, dan kemampuan beradaptasi.

Selain itu, hasil penelitian ini mendukung temuan (Muta'Aaly, 2022) yang menunjukkan efektivitas *miracle question* dalam konseling kelompok untuk menurunkan *burnout* akademik pada mahasiswa. Walaupun berbeda subjek dan fokus penelitian, namun keduanya menegaskan bahwa *miracle question* mampu menumbuhkan motivasi intrinsik dan rasa kontrol terhadap diri sendiri. Penelitian (Apriyanti, 2020) juga membuktikan bahwa teknik ini efektif dalam meminimalisir perilaku *cyber bullying* karena konseling diajak membangun kesadaran dan gambaran diri yang lebih positif. Dengan demikian, penelitian ini memperkuat temuan sebelumnya bahwa *miracle question* merupakan teknik yang fleksibel, relevan, dan efektif dalam berbagai konteks konseling, termasuk untuk siswa *broken home*.

Secara teoritis, peningkatan resiliensi siswa setelah diberikan konseling individu dengan teknik *miracle question* dapat dijelaskan melalui konsep resiliensi yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatte dalam (Hendriani, 2022), yaitu kemampuan individu untuk menghadapi kesulitan, mengendalikan emosi, serta bangkit dari trauma. Teknik *miracle question* berfokus pada penggalian kekuatan internal siswa, membangkitkan harapan, serta merancang masa depan yang lebih positif. Hal ini sejalan dengan aspek resiliensi yang meliputi kompetensi pribadi, efikasi diri, optimisme, pengendalian diri, serta penerimaan terhadap perubahan.

Dalam pelaksanaan konseling, siswa diajak untuk membayangkan kondisi ideal ketika masalah keluarga yang mereka hadapi seolah-olah telah hilang. Proses imajinatif ini memberikan efek psikologis berupa munculnya harapan baru, motivasi, serta kesadaran bahwa perubahan dapat diwujudkan melalui langkah-langkah nyata. Dengan demikian, *miracle question* berfungsi sebagai media kognitif dan emosional yang mampu memperkuat daya tahan siswa dalam menghadapi tekanan akibat *broken home*.

Selain itu, temuan penelitian ini juga sejalan dengan pendapat Grotberg dalam (Devi, 2024) yang menyatakan bahwa resiliensi dapat dibangun melalui penguatan faktor protektif, seperti dukungan sosial, pemikiran positif, serta keterampilan *coping*. Layanan konseling individu dengan teknik *miracle question* pada hakikatnya menciptakan lingkungan dukungan emosional yang kondusif, sekaligus menumbuhkan keterampilan berpikir solutif, sehingga memperkuat faktor protektif dalam diri siswa.

Hasil penelitian ini memiliki implikasi penting bagi praktik layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah. Pertama, penelitian ini menegaskan bahwa konseling individu dengan teknik *miracle question* dapat dijadikan alternatif strategi intervensi untuk membantu siswa *broken home* meningkatkan resiliensinya. Guru BK dapat memanfaatkan teknik ini sebagai pendekatan praktis yang sederhana namun efektif, terutama dalam kasus-kasus yang berkaitan dengan permasalahan psikologis akibat keluarga tidak harmonis.

Kedua, penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan resiliensi siswa *broken home* berhubungan langsung dengan perkembangan akademik, sosial, maupun emosional mereka. Siswa yang resilien akan lebih percaya diri, mampu mengendalikan emosi, serta berpikir positif terhadap masa depan. Oleh karena itu, sekolah diharapkan dapat memberikan perhatian lebih pada aspek resiliensi siswa melalui program-program konseling yang terstruktur.

Ketiga, penelitian ini juga memberikan dasar bagi penelitian lanjutan, baik dalam konteks konseling individu maupun konseling kelompok. Mengingat sampel penelitian ini masih terbatas pada tiga orang siswa, maka penelitian dengan cakupan

lebih luas dapat dilakukan untuk menguji keefektifan teknik *miracle question* dalam berbagai situasi dan jenjang pendidikan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini membuktikan bahwa layanan konseling individu dengan teknik *miracle question* terbukti efektif dalam meningkatkan resiliensi siswa *broken home*. Temuan ini konsisten dengan teori resiliensi dan penelitian-penelitian sebelumnya, serta memberikan implikasi praktis bagi pengembangan layanan konseling di sekolah. Penerapan *miracle question* tidak hanya membantu siswa dalam membangun gambaran masa depan yang lebih positif, tetapi juga memperkuat daya tahan mental mereka dalam menghadapi tekanan akibat kondisi keluarga yang tidak harmonis.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individu dengan teknik *miracle question* efektif dalam meningkatkan resiliensi siswa yang berasal dari keluarga *broken home* di SMA Negeri 13 Medan. Hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan adanya peningkatan signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test* dengan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar $0,005 < 0,05$. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan konseling individu dengan teknik *miracle question* memberikan pengaruh positif terhadap kemampuan siswa dalam menghadapi tekanan, mengelola emosi, serta menumbuhkan pandangan optimis terhadap masa depan.

Saran dari hasil penelitian ini adalah agar guru Bimbingan dan Konseling dapat menerapkan layanan konseling individu dengan teknik *miracle question* secara berkelanjutan sebagai salah satu alternatif intervensi dalam meningkatkan resiliensi siswa, serta untuk peneliti selanjutnya disarankan mengeksplorasi teknik lain yang dapat memberikan dampak serupa atau lebih optimal terhadap peningkatan resiliensi.

REFERENSI

- Apriyanti, A. N. (2020). Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Miracle Question untuk Meminimalisir Perilaku Cyber Counseling Siswa Kelas XI SMA BPS&K 1 Jakarta. *Guidance Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 29-33.
- Ayunda, U. Y. (2025). Efektivitas Solution Focused Brief Counseling untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa yang Mengalami Broken Home. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 13-23.
- Daulay, N. &. (2022). Efektivitas Layanan Konseling Individu Dalam Menghadapi Anak Broken Home. In *International Virtual Conference on Islamic Guidance and Counseling*, 61-71.
- Daulay, N. &. (2024). *Model resiliensi berbasis indigenous psychology pada mahasiswa PTKIN di Indonesia*. Medan: Prenada Media.
- Devi, N. P. (2024). Resiliensi Pada Remaja dengan Latar Belakang Keluarga Broken Home. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 1390-1404.
- Faizah, S. K. (2022). Pemahaman Kebahagiaan oleh Remaja Broken Home. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah*, 28-39.

- Faruq, F. M. (2024). The Dynamis Of Self-Confidence In Andolescents From Broken Home Families: Factors, Impacts, and Environmental, Roles. *Prosiding Religion, Psychology and Environment*, 97-113.
- Hendriani, W. (2022). *Resiliensi Psikologis*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Herikusuma, N. (2024). Konseling Individual Pendekatan Logo Terapi Untuk Meningkatkan Resiliensi Anak Broken Home. *Jurnal Pendidikan Dasar dan Menengah (Dikdasmen)*, 165-174.
- Muta'Aaly, A. Y. (2022). The Efficacy Of The "Miracle Question" and "Exception Question" Techniques In Reducing Academic Burnout. *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling*, 84-95.
- Nurfaiza, A. S. (2024). Implementasi Konseling Individu Dengan Teknik Miracle Question Dalam Meningkatkan Resiliensi Terhadap Produktivitas Sandwich Generation Women. *Berkala Ilmiah Pendidikan*, 657-668.
- Santoso, S. (2014). *Statistik Parametrik: Konsep dan Aplikasi dengan SPSS*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Saputri, I. A. (2021). Hubungan perilaku prososial dengan persepsi penerimaan teman sebaya pada remaja awal. *Acta Psychologia*, 21-28.
- Sari, L. S. (2023). Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Motivasi Belajar Anak. *Jurnal Educatio*, 1153-1159.
- Siahaan, L. H. (2025). *Analisis Data Penelitian*. Yogyakarta: Karya Bakti Makmur (KBM).
- Wada, F. H. (2024). *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia.