

**LAYANAN KONSELING COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY (CBT) DALAM
MENANGANI PERMASALAHAN PSIKOLOGIS ANAK BROKEN HOME:
A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW**

Siti Rahayu Fadilah¹, Akhmad Fajar Prasetya²

^{1,2}Magister Bimbingan dan Konseling, Universitas Ahmad Dahlan

¹2408056030@webmail.uad.ac.id, ²akh.prasetya@bk.uad.ac.id

ABSTRACT

Children with broken homes often experience psychological problems that have a significant impact on various aspects of their emotional and social development. One effective intervention to address this problem is Cognitive Behavior Therapy by changing negative mindsets, perceptions, and behaviors and helping individuals identify and correct negative automatic thoughts. This study aims to analyze, evaluate and integrate the latest findings related to the role of Cognitive Behavior Therapy through the systematic literature review of the PRISMA method. Literature search was carried out using a search engine in the form of Google Scholar, articles were downloaded and reviewed using inclusion and exclusion criteria, followed by a synthesis analysis process. The results of the study show that Cognitive Behavior Therapy is effective in helping children with broken homes overcome various psychological problems, such as excessive anxiety and sadness, low self-esteem and identity crisis. In addition, Cognitive Behavior Therapy equips broken home children with coping strategies to practice independence in overcoming their problems. In several studies, Cognitive Behavior Therapy has also been successful in improving learning motivation, social relationships and interpersonal communication

Keywords: Cognitive Behavior Therapy (CBT) Counseling, Psychological Problems, Broken Home Children, A Systematic Literature Review

ABSTRAK

Anak *broken home* seringkali mengalami permasalahan psikologis yang berpengaruh signifikan terhadap berbagai aspek perkembangan emosional dan sosial mereka. Salah satu intervensi yang efektif untuk menangani masalah ini adalah *Cognitive Behavior Therapy* dengan mengubah pola pikir, persepsi, dan perilaku negatif serta membantu individu mengidentifikasi dan mengoreksi pikiran otomatis negatif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis, mengevaluasi dan mengintegrasikan temuan-temuan terkini terkait peran *Cognitive Behavior Therapy* melalui *systematic literature review* metode PRISMA. Pencarian literatur dilakukan menggunakan *search engine* berupa *Google Scholar*, artikel diunduh dan dikaji menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi, dilanjutkan dengan proses analisis

sintesis. Hasil penelitian menunjukkan *Cognivite Behavior Therapy* efektif dalam membantu anak *broken home* mengatasi berbagai permasalahan psikologis, seperti kecemasan dan kesedihan berlebih, *self esteem* yang rendah serta krisis identitas. Selain itu, *Cognitive Behavior Therapy* membekali anak *broken home* memiliki strategi *coping* untuk melatih kemandirian mengatasi permasalahannya. Dalam beberapa study, *Cognitive Behavior Therapy* juga berhasil meningkatkan motivasi belajar, hubungan sosial dan komunikasi interpersonal.

Kata Kunci: Kata kunci : Konseling *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), Permasalahan Psikologis, Anak *Broken Home*, *A Systematic Literature Review*

A. Pendahuluan

Kedudukan orang tua menjadi elemen penting dalam mengarahkan, memberi dasar pendidikan dan kepribadian bahkan sebagai pemantau perkembangan dan tata krama anak (Ariyanto, 2023). Orang tua bukan hanya berperan membesarkan secara fisik, melainkan juga berperan membangun karakter (*character building*), sejak anak berada dalam kandungan ibunya (Nurjanah dkk., 2023). Kurangnya figur orang tua berdampak banyak hal pada anak, seperti menurunnya motivasi dan prestasi belajar, mengalami gangguan emosi, menarik diri dari lingkungan sosial, serta acuh terhadap pendidikan. Hal ini karena lemahnya dukungan emosional dan tidak berfungsinya peran keluarga sebagai tempat pendidikan dan perlindungan (Yahya, 2025). Kondisi keluarga yang tidak harmonis, rukun

dan sejahtera ini disebut sebagai istilah keluarga *broken home* (Mahnunin & Ridjal, 2021). *Broken home* berasal dari akar kata *broken* yang artinya kekacauan dan *home* mengacu pada rumah atau rumah tangga, sehingga dapat diartikan secara utuh sebagai kekacauan dalam keluarga (Sitompul & Widiastuti, 2022).

Data empiris menunjukkan bahwa tidak semua orang tua terlibat secara aktif dalam perkembangan anak, terutama dalam konteks keluarga *broken home*. Meski secara umum orang tua dianggap sebagai pendidik utama serta memiliki peran sentral dalam pembentukan karakter dan kesejahteraan psikologis, realitas sosial menunjukkan bahwa banyak anak korban perceraian, perpisahan atau konflik berkepanjangan orang tua yang tumbuh dalam keluarga yang

tidak utuh (Sufiyati, 2025). Study lain menegaskan bahwa banyak orang tua yang menyebabkan anak kehilangan figure teladan, sehingga anak mengalami kesulitan bersosialisasi, kurang percaya diri serta memiliki beresiko mengalami kenakalan remaja (Ariyanto, 2023).

Dalam mengatasi permasalahan anak *broken home* ini, sekolah memiliki peran strategis, khususnya melalui layanan bimbingan dan konseling. Guru bimbingan dan konseling memiliki tanggung jawab dalam memberikan bantuan kepada peserta didik, baik dalam bentuk *preventif* maupun *kuratif*. Salah satu pendekatan yang terbukti efektif untuk menangani permasalahan peserta didik anak *broken home* adalah *Cognitive Behavior Therapy (CBT)*. Selaras dengan hal tersebut, studi terkini menunjukan teknik ini efektif dalam mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif, memperbaiki hubungan sosial, meningkatkan rasa percaya diri, serta membangun kembali motivasi hidup peserta didik anak *broken home* (Fadiyah, 2024). Penelitian lain menunjukkan bahwa *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* dapat

menjadi pendekatan yang efektif dalam mengatasi kedisiplinan peserta didik *broken home* dengan cara mengidentifikasi dan mengubah pola pikir maladaptif dan melatih kebiasaan baru yang lebih positif (Wardi dkk., 2025). Lebih lanjut, penelitian serupa menunjukkan bahwa *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* bekerja efektif untuk membantu peserta didik yang mengalami masalah psikologis yang disebabkan oleh situasi keluarga yang menantang (Mu'min, 2024).

Dengan demikian, kajian *systematic literature review* ini bertujuan untuk mengevaluasi peran *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* dalam menangani permasalahan anak *broken home*. Melalui analisis berbagai study yang dilakukan, penelitian ini akan mengidentifikasi secara ilmiah temuan pada kajian terdahulu, menemukan pola serta celah (*research gap*) pada penelitian terdahulu.

B. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *systematic literature review (SLR)*, digunakan untuk mengidentifikasi, mengkaji, mengevaluasi, dan

menafsirkan semua penelitian yang tersedia dengan bidang topik fenomena yang sedang diteliti (Konadi dkk., 2024). Pendekatan penelitian yang digunakan mengacu pada kerangka kerja PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta Analyses*). Pendekatan ini dipilih agar proses peninjauan berlangsung secara terarah, sistematis dan terstruktur, sehingga mampu menghasilkan sintesis ilmu pengetahuan yang dapat dipercaya serta dipertanggungjawabkan secara ilmiah (Yudistira & Veri, 2025).

Anak <i>Broken Home</i>	
Terbit tahun 2015-2025	Artikel <i>non-peer reviewed</i> (misal: opini, blog)
Studi empirik, kualitatif, kuantitatif, atau <i>mix method</i>	Studi yang tidak menyediakan data/metodologi eksplisit
Ditulis dalam Bahasa Inggris atau Indonesia	Duplikasi atau versi pratinjau

Kriteria Inklusi dan Eksklusif

Tabel 1. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria Inklusi	Kriteria Eksklusi
Artikel dengan fokus pada <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT) untuk mengatasi	Artikel yang hanya membahas <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT) untuk mengatasi permasalahan yang lain

Teknik Analisis Data

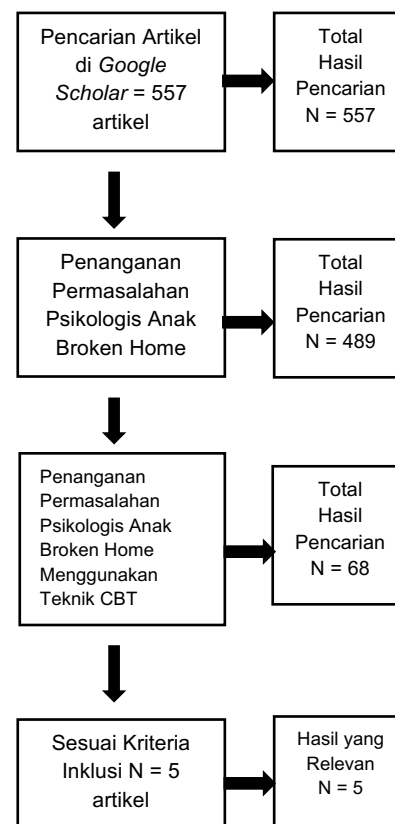
Data dari artikel yang telah dipilih, dianalisis menggunakan pendekatan sistenis tematik (*thematic synthesis*). Setiap artikel diekstraksi informasinya meliputi : nama penulis, tahun terbit, asal universitas, fokus utama kajian/topik, metodologi yang digunakan, temuan kunci serta rekomendasi penelitian. Proses analisis dilakukan secara manual guna mengidentifikasi tema-tema terkait *cognitive behavior therapy* untuk anak *broken home*. Validitas sintesis diperkuat dengan triangulasi

tema yaitu mengonfirmasi kesamaan dan perbedaan antar studi. Hasil akhir dari sintesis ini disajikan dalam bentuk tabel tematik, narasi deskriptif dan diagram ringkasan (Rizkiyah, 2025).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil seleksi sistematis terhadap 557, diperoleh sebanyak 489 artikel ilmiah yang memenuhi kriteria inklusi. Artikel-artikel tersebut dipublikasikan melalui *Google Scholar* dengan kata kunci "*Cognitive Behavior Therapy*" "*Cognitive Behavior Therapy untuk Anak Broken Home*" "*CBT Anak Broken Home*", dalam rentang waktu 2015 hingga 2025 hal ini didasarkan agar kajian terkait teknik *cognitive behavior therapy* untuk anak *broken home* yang ditemukan masih relevan dalam dekade terakhir. Selanjutnya, pencarian lebih spesifik dilakukan untuk menemukan kajian terkait "*Cognitive Behavior Therapy untuk Menangani Permasalahan Anak Broken Home*" menghasilkan 68. Lebih lanjut, artikel yang memerlukan analisis lebih lanjut. Kemudian, penulis menggunakan flow diagram REW (2010) guna melanjutkan tahap inklusi dan didapati sejumlah 5 yang

paling relevan dan berkualitas untuk tahap analisis lebih lanjut.



Bagan 1. Flowgram Pemilihan Artikel

Temuan literatur menunjukkan bahwa *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) terbukti efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis anak *broken home*, melalui tindak lanjut untuk menjaga perubahan dalam jangka panjang (Mu'min, 2024). Selain itu, CBT juga dapat membantu anak *broken home* meningkatkan kepercayaan diri (Sari dkk., 2022). Serta dapat mengatasi masalah kedisiplinan anak *broken home* dengan cara mengidentifikasi

dan mengubah pola pikir maladaptif serta melatih kebiasaan baru yang lebih konstruktif (Wardi dkk., 2025).

Secara umum dalam *Cognitive Behavior Therapy* terdapat beberapa teknik yang seringkali digunakan meliputi teknik modifikasi perilaku guna mengubah pikiran negatif otomatis menjadi pikiran yang lebih rasional (Utama & Ambarini, 2023), teknik *self talk* yang diimplementasikan dengan melatih dialog internal positif untuk mengganti distorsi kognitif (Rizky & Karneli, 2023), teknik *self control* yang menekankan pada pencatatan diri, evaluasi dan penguatan diri. Teknik ini membantu individu mengurangi perilaku negatif dengan cara mengenali perilaku, mengevaluasi respon diri dan membangun kebiasaan baru yang lebih positif (Wahyudi & Casmini, 2021). Teknik lain yaitu, *mindfulness* yang mencakup *body scan* (pemindaian tubuh), *mindfulness breathing* (meditasi pernapasan), *mindful eating* (makan sadar), dan *mindful walking* (berjalan sadar), rangkaian ini dilakukan untuk mengenali tanda awal pikiran negatif dan membangun kesadaran diri (Sari dkk., 2022). Serta,

teknik *contingency contracting*, yaitu kontrak perilaku dengan pemberian hadiah (*reward*) dan hukuman (*punishment*) untuk membangun kebiasaan baru (Muthi dkk., 2022).

Teknik-teknik yang digunakan bermanfaat pada peserta didik khususnya anak *broken home*, seperti dapat mengubah pola pikir negatif yang menghambat motivasi belajar (Najah dkk., 2024), membantu memperbaiki regulasi emosi, mengurangi intensitas permasalahan emosi seperti kecemasan dan kesedihan berlebih, teknik ini membantu peserta didik mengelola stress dan tekanan sosial (Haramain & Boediman, 2024). Serta, membantu hubungan sosial anak dengan meningkatkan *self esteem* menjadi optimal, membangun resiliensi, dan memperbaiki komunikasi interpersonal (Rani & Hapsari, 2025).

Akan tetapi keberhasilan pelaksanaan layanan CBT dilingkungan sekolah ini tidak hanya ditentukan oleh teknik-teknik yang digunakan melainkan juga dipengaruhi oleh berbagai faktor pendukung serta kendala yang dihadapi selama proses layanan berlangsung. Terdapat beberapa

faktor pendukung yang dibutuhkan seperti lingkungan sekolah yang aman. Menurut studi terkini, konseling CBT dapat terlaksana dengan baik dan mampu meningkatkan keterampilan sosial dalam lingkungan yang suportif dan aman (Anugraha, 2024). Faktor pendukung lainnya, yaitu pentingnya kolaborasi antara guru bimbingan dan konseling dengan seluruh civitas khususnya wali kelas di sekolah tersebut, berdasarkan kajian terkini kolaborasi antara guru dan personil sekolah yang terjalin secara efektif membantu kelancaran layanan bimbingan dan konseling serta memperluas jaringan dukungan bagi peserta didik (Delvino dkk., 2022).

Terdapat juga faktor yang menjadi kendala pelaksanaan layanan konseling *cognivite behavior therapy* di Sekolah, seperti Stigma terhadap konseling, keterbatasan waktu dan sumber daya, misalnya banyak Guru Bimbingan dan Konsleing memiliki beban kerja yang tinggi dan waktu yang terbatas, sehingga kesulitan menyelenggarakan layanan CBT secara konsisten (Delvino dkk., 2022). Selain itu terdapat banyak sekolah belum memiliki konselor yang terlatih dalam penggunaan teknik *Cognitive*

Behavior Therapy CBT, sehingga pelaksanaan layanan menjadi terbatas (Prahitna, 2025). Hal ini dikarenakan minimnya pemahaman serta jarang diselenggarakan pelatihan, sehingga konselor sekolah kurang memahami prinsip dan teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) secara sistematis, sehingga perlu adanya pembelajaran intensif terkait hal tersebut supaya konselor dapat menerapkan teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) ini lebih komprehensif (Delvino dkk., 2022). Lebih lanjut, faktor kendala lainnya adalah kurangnya peran orang tua dalam mendukung intervensi, penelitian menyebutkan bahwa salah satu kendala utama terhambatnya efektivitas layanan adalah kurangnya koordinasi dan bentuk kooperatif dari orang tua peserta didik (Apriyadi, 2023). Faktor penghambat terakhir dapat berasal dari peserta didik atau konseli sendiri, beberapa anak cenderung tidak dapat sepenuhnya jujur atau terbuka saat berbicara pada konseling, terutama jika orang tua ikut hadir dalam sesi, perlunya strategi konseling sehingga efektivitas terapi tidak mengalami hambatan (Cortes Briseño & Valencia Ortiz, 2022).

Konselor dan civitas akademika di sekolah tersebut dapat melakukan beragam upaya yang dapat dilakukan agar layanan *cognivite behavior therapy* (CBT) untuk menangani permasalahan psikologis anak *broken home* di Sekolah dapat berjalan lebih efektif. Di antaranya, konselor mengikuti pelatihan serta berbagai pengembangan kompetensi Guru Bimbingan dan Konseling untuk menggunakan layanan konseling *cognivite behavior therapy* (CBT) agar lebih profesional dan kompeten (Wahyuningsih & Kusumawati, 2020). Konselor juga dapat mengembangkan *guidebook* atau buku panduan pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dengan teknik *cognivite behavior therapy* (CBT) agar konselor memiliki acuan prosedur yang jelas dan sistematis. Selain itu, upaya lain yang didapat dilakukan yaitu mengintegrasikan program sekolah dengan layanan konseling *cognitive behavior therapy* (CBT) seperti kegiatan pengembangan diri, dimana peserta didik dapat mengikuti pelatihan *problem solving* atas masalah yang sedang dihapinya dan konselor mengintegrasikan *cognitive behavior therapy* (CBT) untuk

mengidentifikasi pola pikir yang menghambat peserta didik menemukan *problem solving*nya. Kegiatan lain yang bisa dilakukan yaitu event atau kegiatan tematik sekolah, berupa kelas parenting untuk para orang tua khususnya orang tua yang sudah bercerai, orang tua tunggal atau bahkan orang tua yang masih lengkap. *Cognitive behavior therapy* (CBT) membantu para orang tua untuk memahami dinamika permasalahan psikologis anak *broken home* dan respons yang harus dilakukan. Selanjutnya, konselor juga dapat mengaplikasikan pada tiap layanan baik individu, kelompok maupun klasikal.

Selain itu, dalam layanan konseling *cognitive behavior therapy* (CBT) konselor dapat membantu anak *broken home* memiliki kemandirian dalam menangani permasalahan psikologisnya, di antaranya anak *broken home* dapat melakukan beberapa langkah, di antaranya mengenali pikiran otomatis, dengan cara mencatat pikiran negatif yang muncul saat menghadapi masalah (Rizaldi & Rabbani, 2025). Selain itu, konselor dapat mengajarkan peserta didik (anak *broken home*) untuk

menantang pikiran negatif mereka dengan pikiran yang lebih positif, peserta didik diajak untuk mengevaluasi pikiran tersebut objektif dan logis atau sebaliknya (Alisyraq, 2025). Selanjutnya, peserta didik dapat diajarkan cara mengganti pikiran negatif pada pikiran, keyakinan dan emosi negatif dengan pikiran yang lebih seimbang (Rahma & Andini, 2025) seperti misalnya “saya orang membenci saya” menjadi “ada beberapa orang yang menyayangi saya”. Lebih lanjut peserta didik dapat mencatat setiap perasaan dan perilaku yang dipilih, hal ini dapat membantu melihat pola pikiran dan perilaku individu (Abdillah & Fitriana, 2021). Langkah terakhir, peserta didik dapat berlatih keterampilan baru seperti teknik relaksasi serta perencanaan kegiatan guna membantu mengatasi stres permasalahan psikologis (Laili & Yuniartika, 2023).

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan mengenai peran *Cognitive Behavior Therapy* dalam menangani anak *broken home* di sekolah menunjukkan bahwa pendekatan ini sangat efektif

membantu anak-anak dari keluarga yang disfungsi. Beragam teknik dan strategi layanan membantu peserta didik mengatasi permasalahan psikologisnya seperti perasaan tidak dihargai, rendahnya motivasi, kesulitan melakukan penyesuaian diri dan lainnya. Teknik ini membantu anak *broken home* mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif menjadi lebih objektif dan positif serta membantu meningkatkan keterampilan diri untuk mengatasi permasalahan psikologisnya secara mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, F., & Fitriana, S. (2021). *Penerapan Konseling Cognitive Behaviour Dengan Teknik Self Management Untuk Mengatasi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa*. 2(1).
- Anugraha, D. Y. (2024). *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Cbt Terhadap Kecemasan Sosial Siswa Smp*. 11.
- Apriyadi, A. (2023). Hambatan Pelaksanaan Bimbingan Konseling Di Madrasah Aliyah (Studi MA AIAI Dan Bahrul Huda Kecamatan Sungaiselan). *Counselle| Journal*

- Of Islamic Guidance And Counseling, 3(1), 60–74.
<https://doi.org/10.32923/Couns.V3i1.3392>
- Cortes Briseño, J., & Valencia Ortiz, A. I. (2022). Cognitive-Behavioral Intervention For The Management Of Symptoms Associated With Divorce In Children. *Journal Of Basic And Applied Psychology Research*, 3(6), 17–21.
<https://doi.org/10.29057/Jbapr.V3i6.6203>
- Delvino, R., Bahri, S., & Husen, M. (T.T.-B). *Kolaborasi Guru Bimbingan Dan Konseling Dengan Personil Sekolah Dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sma Kota Banda Aceh*.
- Haramain, A. S., & Boediman, L. M. (T.T.). *Group Intervention For Emotion Regulation Training Based On Cognitive Behavioral Therapy (CBT) To Reduce Stress Levels In Early Adolescents*. 19(2).
- Konadi, H., Burbana, M., & Dara Sonia, A. (2024). Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Prilaku Sosial Anak. *Primary Education Journals (Jurnal Ke-SD-An)*, 4(2), 170–174.
- <https://doi.org/10.36636/Primed.V4i2.4448>
- Laili, L. & Yuniartika, W. (2023). *HIJP: Health Information Jurnal Penelitian*. 15.
- Mahnunin, J., & Ridjal, T. (2021). *Identifikasi Tingkah Laku Siswa Dari Keluarga Broken Home (Studi Kasus Tentang Keluarga Broken Home Dan Tingkah Laku Siswa Mts)*. 4(1).
- Mu'min, H. (2024a). *Implementasi Layanan Bimbingan Konseling Individu Dengan Pendekatan Cognitive Behaviour Therapy (CBT) (Studi Kasus Anak Broken Home SMAN 9 Kota Bengkulu*. 1.
- Muthi, B., Djannah, W., & Muslim, M. (2022). Efektivitas Teknik Contingency Contracting Untuk Mereduksi Agresivitas Verbal Siswa SMK. *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling*, 3(1), 40.
<https://doi.org/10.20961/Jpk.V3i1.28806>
- Najah, S., Febriana, N. 'Aini P. D., & Salsabila, N. N. (2024). Pengaruh Konseling Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Terhadap Siswa Di Lingkungan Sekolah Adiwiyata. *EDUCOUNS GUIDANCE: Journal Of Educational And*

Counseling Guidance, 1(1), 31–39.
<https://doi.org/10.70079/Egjecg.V1i1.26>

Nurjanah, H., Iqbal, A. M., & Sukmawati, I. (2023). *Peran Orang Tua Dan Guru Dalam Pengembangan Karakter Anak*. 1(1).

Prahitna, R. I. (T.T.). *Penerapan Konseling Kognitif Behavioral (Cbt) Di Sekolah Menengah Pertama*.

Rahma, W., & Andini, L. (T.T.). *Penerapan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Cognitive Behavioral Theraphy Untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa*.

Rani, C. A., & Hapsari, I. (2025). *Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Self-Esteem Pada Remaja Dengan Pengalaman Perceraian Orang Tua*. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 15(1), 47.
<https://doi.org/10.24127/Gdn.V15i1.12404>

Rizaldi, M., & Rabbani, Z. R. (2025). *Pengaruh Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy Terhadap Masalah Emosi Remaja Di SMP Negeri 1 Kopang*. 1(1).

Rizkiyah, N. (T.T.). *Strategi Dan Tantangan Manajemen Pendidikan Tinggi: Systematic Literature Review Menggunakan Metode PRISMA*.

Rizky, M., & Karneli, Y. (2023). *Efektifitas Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Untuk Mengatasi Depresi*. 1(2).

Sari, R. K., Abdillah, B., Hadi, A., & Faisal, F. (2022). *The Effect Of Mindfulness-Based Cognitive Behavior Therapy In Improving Self-Confidence Of Broken Home Students*. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 14(2), 1231–1240.
<https://doi.org/10.35445/Alishlah.V14i2.2042>

Sitompul, Y., & Widiastuti, M. (2022). *Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Peserta Didik Yang Mengalami Kesulitan Berkonsentrasi*. 1.

Utama, A. S., & Ambarini, T. K. (2023). *Cognitive Behaviour Therapy Untuk Mengatasi Gejala Post Traumatic Stress Disorder*. *Gadjah Mada Journal Of Professional Psychology (Gamajpp)*, 9(2), 245.
<https://doi.org/10.22146/Gamajpp.76983>

Wahyudi, N., & Casmini, C. (2021). *Efektivitas Kognitif Behavioral*

Therapy Dengan Teknik Self-Control Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa. 1(1).

Wahyuningsih, D. D., & Kusumawati, E. (2020). Pelatihan Pelaksanaan Konseling Dengan “Panduan Bagi Konselor Dengan Pendekatan Cbt” Bagi Guru Bk Smk Se-Kabupaten Boyolali. *Budimas : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2).
<https://doi.org/10.29040/Budimas.V2i2.1155>

Wardi, M., Wahyudi, H. F., & Hidayati, N. (2025a). *Pendampingan Siswa Korban Brokenhomemelalui Penerapan Cbt (Cognitivebehaviortherapy) Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Di Ma Al-Wathan Larangan Perreng. 4(01).*

Yudistira, H., & Veri, J. (2025). *Systematic Literatur Review Dengan Metode Prisma: Efektivitas Komunikasi Profesional Dalam Penyusunan Dan Penyampaian Strategi Manajemen Sumber Daya Manusia Di Era Digital. 4(3).*