Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
6 (1) 2026, Page: 22107-22111

Penerapan Teknik Motivational InterviewingTerhadapPemulihanKrisisIdentitas Pada RemajaPascaPerceraian Orang Tua(Studi Pada Anak Korban Perceraian Di Kelurahan Plaju)

Muhammad Ridho Karwa[1],Manah Rasmanah[2], Sri Hertimi[3]

[1,2,3]Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

***Korespondensi: Muhammad Ridho Karwa, E-mail:** ridhokarwa2@gmail.com

Published: April , 2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perceraian orang tua terhadap krisis identitas remaja serta mendeskripsikan penerapan teknik *Motivational Interviewing* (MI) dalam proses pemulihannya. Perceraian orang tua diketahui memberikan dampak psikologis yang signifikan, seperti kesedihan, kehilangan arah hidup, kebingungan peran dalam keluarga, serta rendahnya kepercayaan diri akibat tidak terpenuhinya kebutuhan emosional secara optimal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Motivational Interviewing* efektif dalam membantu pemulihan krisis identitas. Melalui proses konseling, klien mengalami peningkatan kesadaran diri, mampu mengelola ambivalensi, serta menunjukkan perkembangan motivasi internal yang ditandai dengan munculnya *change talk* hingga tahap komitmen dan tindakan nyata. Dengan demikian, pendekatan *Motivational Interviewing* yang bersifat empatik, kolaboratif, dan berpusat pada klien terbukti mampu membantu individu menemukan kembali makna hidup, meningkatkan kepercayaan diri, serta mendorong perubahan perilaku yang lebih positif.

Kata Kunci: Konseling Individu, Teknik *Motivational Interviewing*, Ambivalensi, Krisis Identitas, Perceraian

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Perceraian merupakan permasalahan keluarga yang berdampak signifikan terhadap perkembangan psikologis anak, khususnya dalam pembentukan identitas diri. Tingginya angka perceraian di Indonesia menunjukkan bahwa fenomena ini menjadi isu serius, yang tidak hanya dipengaruhi oleh disharmoni rumah tangga, tetapi juga kurangnya kesiapan dan komitmen pasangan dalam membangun keluarga. Dalam perspektif Islam, perceraian merupakan perbuatan yang tidak dianjurkan dan dibenci oleh Allah SWT, kecuali dalam kondisi tertentu yang dibenarkan.

Dampak perceraian terhadap anak dapat berupa gangguan emosional, perubahan perilaku, hingga kesulitan dalam menjalin hubungan sosial. Salah satu dampak yang paling krusial adalah munculnya krisis identitas, terutama pada remaja yang sedang berada dalam fase pencarian jati diri. Menurut Erik Erikson, kegagalan dalam tahap ini dapat memicu berbagai permasalahan sosial dan psikologis.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan pendekatan yang tepat, salah satunya melalui teknik *Motivational Interviewing* (MI). Teknik ini berfokus pada penguatan motivasi intrinsik individu untuk mendorong perubahan perilaku secara positif. MI menekankan empati, penerimaan, serta komunikasi yang efektif antara konselor dan klien.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara perceraian orang tua dengan krisis identitas remaja serta mengkaji efektivitas penerapan teknik *Motivational Interviewing* dalam membantu pemulihan krisis identitas pada remaja pasca perceraian orang tua. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi secara teoritis, praktis, dan metodologis dalam bidang konseling, khususnya dalam penanganan remaja korban perceraian.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (*field research*) yang bertujuan memahami fenomena secara mendalam dalam konteks alami. Fokus penelitian adalah penerapan teknik *Motivational Interviewing* (MI) dalam membantu pemulihan krisis identitas pada remaja pascaperceraian orang tua melalui proses konseling.

Sumber data terdiri dari data primer dan sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara dan observasi terhadap satu subjek penelitian, yaitu remaja laki-laki berusia 24 tahun yang merupakan korban perceraian orang tua. Data sekunder diperoleh dari orang tua, teman sebaya, serta lingkungan setempat. Penelitian dilakukan di Kelurahan Plaju Ulu, Kota Palembang.

Teknik pengumpulan data meliputi observasi nonpartisipan, wawancara terstruktur, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan menggunakan model Miles dan Huberman yang mencakup tahap pengumpulan data, reduksi data, dan penyajian data untuk menghasilkan kesimpulan yang komprehensif.

Proses intervensi dilakukan melalui konseling individu menggunakan teknik *Motivational Interviewing* dalam tiga pertemuan. Setiap pertemuan terdiri dari empat tahap, yaitu tahap awal (pembentukan hubungan), tahap peralihan (eksplorasi), tahap kegiatan (pendalaman masalah dan penguatan motivasi), serta tahap akhir (evaluasi dan peneguhan komitmen). Fokus sesi meliputi peningkatan kesadaran diri, eksplorasi ambivalensi, penguatan nilai hidup, hingga penyusunan komitmen dan langkah nyata perubahan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan melalui tiga kali pertemuan konseling individu dengan jeda waktu tertentu untuk menjaga kenyamanan klien. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan teknik *Motivational Interviewing* (MI) efektif dalam membantu pemulihan krisis identitas pada remaja pasca perceraian orang tua.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kesadaran diri klien, yang ditandai dengan kemampuan mengungkapkan perasaan sedih, kehilangan arah hidup, serta rasa bersalah. Kondisi ini sejalan dengan temuan bahwa perceraian orang tua sangat berdampak terhadap pembentukan identitas anak saat remaja, seperti munculnya perasaan sedih, cemas, tertekan, dan tidak nyaman (Kristianti & Nurwati, 2021). Klien juga mulai menerima kondisi diri dan situasi keluarga tanpa menyalahkan diri secara berlebihan. Hal ini didukung oleh pernyataan bahwa reaksi remaja terhadap perceraian berkaitan erat dengan penerimaan individu terhadap peristiwa tersebut (AfdaL, Y., et al., 2021).

Selain itu, teridentifikasi ambivalensi dalam diri klien yang diikuti dengan munculnya *change talk* (Desire, Reason, Ability, Need) sebagai indikator meningkatnya motivasi internal. Hal ini sesuai dengan konsep bahwa *Motivational Interviewing* merupakan teknik konseling yang membantu individu mengeksplorasi dan mengatasi ambivalensi terhadap perubahan perilaku (Nuryono, W., et al., 2023). Klien juga menunjukkan peningkatan keyakinan diri, mampu mengenali potensi dan nilai hidup, serta membentuk komitmen dan rencana tindakan nyata. Hal ini diperkuat oleh temuan bahwa konseling berbasis *Motivational Interviewing* efektif dalam menumbuhkan motivasi dan membangun kembali kepercayaan diri (Badriah, S. A., 2025).

Pada bagian pembahasan, hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan MI efektif sebagai kerangka konseling individu yang bersifat empatik dan kolaboratif, di mana klien berperan aktif dalam proses perubahan (Hohman, M., 2024). Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa *Motivational Interviewing* merupakan pendekatan kolaboratif yang berpusat pada individu untuk memperkuat motivasi perubahan.

Pada pertemuan pertama, penggunaan *open-ended questions* dan refleksi membantu meningkatkan kesadaran masalah serta penerimaan diri. Hal ini sesuai dengan konsep bahwa

pertanyaan terbuka membantu klien mengeksplorasi alasan dan kemungkinan perubahan (Renaldi, R., 2011). Ambivalensi klien dipahami sebagai bagian alami dari proses perubahan dan dikelola dengan prinsip *roll with resistance* (Renaldi, R., 2011).

Pada pertemuan kedua, teknik eksplorasi pengalaman masa lalu (*look back*) dan afirmasi digunakan untuk meningkatkan *self-efficacy* klien. Hal ini sesuai dengan teori bahwa afirmasi membantu klien melihat diri mereka secara lebih positif dan memperkuat keyakinan bahwa perubahan itu mungkin (Christiani, I., 2019). Selain itu, klarifikasi nilai hidup menunjukkan penerapan prinsip *develop discrepancy*, yaitu membantu klien melihat ketidaksesuaian antara kondisi saat ini dengan nilai yang diyakini.

Pada pertemuan ketiga, fokus bergeser pada penguatan komitmen dan tindakan nyata. Klien menunjukkan *change talk* tingkat lanjut (Commitment, Activation, Taking Steps). Hal ini sejalan dengan pendapat bahwa semakin seseorang berbicara tentang perubahan, semakin besar kemungkinan mereka untuk berubah (Christiani, I., 2019). Penggunaan afirmasi dan rangkuman juga memperkuat motivasi internal klien untuk melakukan perubahan.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa *Motivational Interviewing* efektif dalam meningkatkan motivasi, kepercayaan diri, serta mendorong perubahan perilaku positif pada individu korban perceraian (Badriah, S. A., 2025). Pendekatan ini juga membantu klien menemukan kembali makna hidup dan arah tujuan secara mandiri.

PENUTUP

Perceraian orang tua memiliki hubungan yang signifikan terhadap munculnya krisis identitas pada klien. Hal ini ditunjukkan melalui kondisi emosional klien yang mengalami kesedihan, kehilangan arah hidup, kebingungan peran dalam keluarga, serta rendahnya kepercayaan diri. Perceraian juga menyebabkan tidak terpenuhinya kebutuhan emosional dan dukungan keluarga secara optimal, sehingga menghambat proses pembentukan identitas diri remaja.

Teknik *Motivational Interviewing* (MI) terbukti efektif dalam membantu pemulihan krisis identitas klien. Melalui tiga tahap konseling, klien mengalami peningkatan kesadaran diri, mampu mengelola ambivalensi, serta menunjukkan perkembangan motivasi internal yang ditandai dengan munculnya *change talk* hingga pada tahap komitmen dan tindakan nyata. Pendekatan MI yang bersifat empatik, kolaboratif, dan berpusat pada klien mampu membantu klien menemukan kembali makna hidup, meningkatkan kepercayaan diri, serta mendorong perubahan perilaku yang lebih positif.

REFERENCES

Afdal, Y., Lestari, S. M., Nusa, S. A., Ramadhani, A. F., & Syapitri, D. (2021). Dampak perceraian orang tua terhadap meaning of life remaja. Universitas Negeri Padang. https://doi.org/10.21009/JKKP.082.07

Aprilia, A. Z. K. D. (2023). Pengembangan panduan motivational interviewing untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik sekolah menengah pertama. 13(5). https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/54792

Badriah, S. A. (2025). Konseling individu dengan teknik motivational interviewing pada motivasi belajar siswa broken home (Skripsi). Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung. https://digilib.uinsgd.ac.id/113270/3/3_skbebasplagiarism.pdf

Christiani, I. (2019). Pengaruh konseling melalui pendekatan motivational interviewing terhadap motivasi ODHA memulai inisiasi ARV di Puskesmas II Denpasar Barat (Skripsi). Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bali.

Halisa, S. N. (2023). Krisis identitas pasca kematian orang tua pada mahasiswa: Analisis fenomenologis interpretatif (Skripsi). Universitas Islam Sultan Agung. https://repository.unissula.ac.id/32284/1/Psikologi_30701900149_fullpdf.pdf

Hohman, M. (2024). Motivational interviewing: Helping people change and grow (Review of the book by W. R. Miller & S. Rollnick). 406–407. https://doi.org/10.1093/sw/swae040

Jannah, M., & Satwika, Y. W. (2021). Pengalaman krisis identitas pada remaja yang mendapatkan kekerasan dari orang tuanya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(2), 51–59. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/40842

Jenz, F., & Apsari, N. C. (2021). Dampak perceraian orang tua pada prestasi anak remaja. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(1), 1–10. https://jurnal.unpad.ac.id/jppm/article/download/33430/pdf

Kristianti, D., & Nurwati, N. (2021). Dampak perceraian orang tua terhadap pembentukan identitas anak saat remaja: Tinjauan teori psikososial Erikson. *Jurnal Pengabdian dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(2), 219–227. https://jurnal.unpad.ac.id/jppm/article/download/34554/pdf

Lestari, R. (2012). *Bimbingan konseling pada remaja dan prestasi akademik*. https://repository.upi.edu/56985/1/S_PPB_1405710_Title.pdf

Noprita, A. (2023). Dampak perceraian orang tua terhadap psikologi anak perspektif hukum keluarga Islam (Studi kasus Lampung Pepadun Desa Pasar Sukadana Kecamatan Sukadana Kabupaten Lampung Timur) (Skripsi). IAIN Metro. https://repository.metrouniv.ac.id/id/eprint/8648/1/TESIS%20ARIA%20NOPRITA%20-%202171020035%20-%20HKI.pdf

Nuryono, W., Christiana, E., & Purwoko, B. (2023). Teknik motivational interviewing untuk mengurangi adiksi game online. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 6(1), 109–119. https://pdfs.semanticscholar.org/9146/e998a80bfc634e3e73fa99a33351b7815d83.pdf

Pakarti, M. H. A. (2023). Perlindungan hak anak dalam perceraian menurut hukum keluarga Islam. *Mawaddah: Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 1(1), 1–20. https://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/usroh/article/view/18902

Renaldi, R., Singara, T., & Hawaidah. (2011). Pengaruh motivational interviewing terhadap peningkatan motivasi dan berkurangnya gejala putus opioid peserta program terapi rumatan metadon (PTRM). https://repository.radenfatah.ac.id/3484/1/IIN%20PURNAMASARI%20%2814520019%29.pdf

Siregar, D., et al. (2023). Studi hukum tentang tingkat perceraian dan efeknya terhadap anak. *Jurnal Derma Pengabdian Dosen Perguruan Tinggi (Jurnal DEPUTI)*, 3(2), 178–185. https://jurnal.alazhar-university.ac.id/index.php/deputi/article/view/276/324

Wiyono, B. D. (2024). Pengembangan panduan motivational interviewing untuk meningkatkan motivasi berprestasi peserta didik korban bullying. 14(5). https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/62976/47814

Yusuf, M. (2014). *Metode penelitian: Kuantitatif, kualitatif, dan penelitian gabungan*. Jakarta: Prenadamedia Group. https://repository.itekes-bali.ac.id/medias/journal/IKAYANTI_CHRISTIANI.pdf

Tabel

Table 1. Hasil wawancara

No	Aspek	Pertanyaan Konselor	Jawaban Klien
		Pertemuan 1	
1	KesadaranMasalah	"Apa yang paling beratkamurasakansaatini?"	"Sejak orang tuabercerai, hidupsayaterasakosong. Saya melihatkakaksayabekerja dan mengurusrumahsendirian, sementarasayatidaktahutujuanhidupsaya dan merasajadibeban."
2	PenerimaanMasalah	"Bagaimanaperasaanmumenyadarikondisiinimemengaruhihidupmu?"	"Saya sadarperceraianitumembuatperankami berubah. Kakaksayakelelahan, dan sayakehilanganarahhidupkarenatidaktahulagiperansaya di keluarga."
3	Ambivalensi	"Apa yang membuatmuinginberubah? Dan apa yang membuatmuragu?"	"Saya inginberubahsupaya punya tujuanhidup dan bisameringankanbebankakaksaya, tapisayatakutgagal dan takuttidakcukupmampu."
		Pertemuan 2	

No	Aspek	Pertanyaan Konselor	Jawaban Klien
4	Keyakinan Diri Awal	"Pernahada masa kamumerasahidupmulebihterarah?"	"Sebelumperceraian, saya punya rencana dan sempatbekerja. Saatitusayamerasahidupsayaadagunanya, tidaksepertisekarang."
5	Nilai dan TujuanHidup	"Nilai dan tujuanhidupapa yang pentingbagimusekarang?"	"Saya inginhidupsayabermakna, punya tujuan yang jelas, dan bisamenjadiadik yang bertanggungjawab, bukan orang yang hanyabergantung pada kakak."
6	Proyeksi Masa Depan	"Apa yang terjadijikakondisiiniterusberlanjut?"	"Kalausayaterustanpatujuan, kakaksayaakanmakinkelelahan dan sayamakinmerasatidakberarti. Saya tidakmau masa depansayakosonghanyakarenaperceraianini."
		Pertemuan 3	
7	Motivasi Internal	"Seberapapentingperubahaninibagimu?"	"Sangat penting, karenasayainginmenemukantujuanhidupsayasendiri dan tidakterushidupdalam rasa bersalah pada kakaksaya."
8	Komitmen Awal	"Perubahanapa yang inginkamumulai?"	"Saya inginmulaimembangunarahhidupsaya, supayasayabisamembantukeluarga dan merasahidupsaya punya arti."
9	Kesiapan Bertindak	"Apatandabahwakamusudahsiapmelangkah?"	"Saya mulaimenyadaribahwatujuanhidupsayatidakakanmunculkalausaya diam. Saya harusbergerak, meskipunpelan."
10	Pengambilan Langkah Nyata	"Langkah kecilapa yang akankamulakukan?"	"Saya akanmembantupekerjaanrumahsetiap hari dan mulaimencaripekerjaan, sebagailangkahawalmenemukankembalitujuanhidupsaya."