

P ISSN : 2503 - 1708

E ISSN : 2722 - 7340

REALITA

Jurnal Bimbingan dan Konseling

JURNAL REALITA	VOLUME 11	NOMOR 1	EDISI April 2026	P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340
---------------------------	----------------------	--------------------	-----------------------------	--

Diterbitkan oleh:

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**

REALITA

JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING

Penelitian dan Pengembangan Pendidikan

DEWAN REDAKASI

- Pelindung** : Rektor Universitas Pendidikan Mandalika
Penasehat : Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Penanggung Jawab : Ka. Program Studi Bimbingan dan Konseling

Editors in Chief

Hariadi Ahmad, M.Pd (Sinta ID: 259141) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Editors

Dr. I Made Sonny Gunawan, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6703866) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Prof. Dr. Arbin Janu Setiowati, M.Pd (SINTA ID: 6027283) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang, Malang, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Wiryo Nuryono, M.Pd (SINTA ID: 6003969) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Roro Umy Badriyah, M.Pd., Kons. (SINTA ID: 6672737) Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, Bali, Indonesia

Dr. Hasrul, S.PdI., M.Pd. (SINTA ID: 6894856) Pendidikan Guru Sekolah Dasar Institut Sains dan Pendidikan Kie Raha Maluku Utara, Ternate, Maluku Utara, Indonesia

Mustakim, M.Pd. (Sinta ID: 6875136) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Section Editors

Dr. Ari Khusumadewi, M.Pd (SINTA ID: 6011203) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Muthmainah, M.Pd (SINTA ID: 6040364) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

Dr. Hadi Gunawan Sakti, M.Pd (SINTA ID: 6110492) Teknologi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Dr. Haromain, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6158243) Administrasi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Ahmad Muzanni, M.Pd (SINTA ID: 6074667) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Reviewers

Prof. Drs. Kusno, DEA., Ph.D, (SINTA ID: 6720430) Matematika Universitas Jember, Jember, Jawa Timur, Indonesia

Prof. Dr. Sutarto, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 5986995) Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Prof. Dr. Ahmad Sukri, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 5986955) Pendidikan Biologi Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Prof. Dr. I Ketut Sukarma, M.Pd. Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. A. Hari Witono, M.Pd. Kons (SINTA ID: 6147134) Bimbingan dan Konseling Pendidikan Dasar Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. Asep Sahrudin, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 5978981) Pendidikan Matematika Universitas Mathla'ul Anwar Banten, Banten, Indonesia
- Dr. Uli Agustina Gultom, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6665219) Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Borneo Tarakan, Kalimantan Utara, Indonesia
- Dr. Suciati Rahayu Widyastuti, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6697553) Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon, Cirebon, Jawa Barat, Indonesia
- Dr. Gunawan, M.Pd. (SINTA ID: 5980767) Pendidikan Fisika Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ginanjjar Nugraheningsih, S.Pd. Jas., M.Or. (SINTA ID: 6725241) Pendidikan Jasmani Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia
- Dewi Ariani, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6004815) Pendidikan Ekonomi Universitas Mahaputra M. Yamin Solok, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
- Rahmawati M, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6129818) Universitas Muhammadiyah Kendari, Sulawesi Tenggara, Indonesia
- Dita Kurnia Sari, M.Pd. Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia
- St. Muriati, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6113561) Pendidikan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Bosowa Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia
- Indra Zultiar, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6657679) Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia
- M. Samsul Hadi, M.Pd. (SINTA ID: 6901605) Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- B. Fitria Maharani, M.Si (SINTA ID: 6743948) Farmasi Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Aluh Hartati, M.Pd. (SINTA ID: 6789075) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ahmad Zainul Irfan, M.Pd. (SINTA ID: 6663273) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Baiq Sarlita Kartiani, M.Pd. (SINTA ID: 6188156) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dra. Ni Ketut Alit Suarti, M.Pd. (SINTA ID: 6165599) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Eneng Garnika, M.Pd. (SINTA ID: 6162854) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Farida Herna Astuti, M.Pd (SINTA ID: 6162869) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ichwanul Mustakim, M.Pd (SINTA ID: 6797055) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Jessica Festi Maharani, M.Pd, (SINTA ID: 6699324) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Lalu Jaswandi, M.Pd (SINTA ID: 6190316) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nuraeni, S.Pd., M.Si (SINTA ID: 6166292) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nurul Iman, M.Pd (SINTA ID: 6168197) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Najamuddin, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Zainuddin, M.Pd (SINTA ID: 6809112) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Chaerul Anam, M.Pd (Sinta ID: 6102038) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Mujiburrahman, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Raden Fanny Printi Ardi, M.Sn. (SINTA ID: 5992672) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Reza Zulaifi, M.Pd (Sinta ID: 6809087) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Suharyani., M.Pd. (SINTA ID: 6162836) Pendidikan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Copyedit dan Layout

- Adam Bachtiar, S.Kom., M.Mt. (SINTA ID: 5992965) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Akbar Juliansyah, ST., M.Mt. (SINTA ID: 6070577) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dewi Rayani, S.Psi., MA (SINTA ID: 6178454) Kesehatan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Sarilah, S.PdI., M.Pd (SINTA ID: 6189104) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. Khairul Huda, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6663284) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)

Volume 11 Nomor 1 Edisi April 2026

Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

<https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita>

P-ISSN: 2503 – 1708

E-ISSN: 2722 – 7340

Ni Made Sulastri, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6196335) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Drs. I Made Gunawan, M.Pd Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Alamat Redaksi:

Redaksi Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi

Universitas Pendidikan Mandalika

Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59 A Mataram Telp. (0370) 638991

Email : realita@undikma.ac.id

Web : e-journal.undikma.ac.id

Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling menerima naskah tulisan penulis yang original (belum pernah diterbitkan sebelumnya) dalam bentuk *soft file, office word document* dengan *Submission* langsung di akun penulis yang telah dibuat melalui:

<https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita/user/register>

Diterbitkan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

DAFTAR ISI

Halaman

Diana Zumrotus Sa'adah, Nurselly, Betry Afrin Siska, dan Bayu Brhawijaya Fenomena Pergeseran Terminologi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) ke <i>Neurodivergent: Literature Review</i>	1-8
Astri Ramadani, A. Ainun Fadillah, Nur Aulia Rahma, Nurhikmah, Abdul Hakim, dan Citra Prasiska Puspita Tohamba Korelasi antara Integritas Terapi Musik dengan Tingkat Ekspresi Emosi Mahasiswa	9-20
Ishmatul Maula, Nadjwa Asyuraina, dan Naeila Rifatil Muna Peran Konseling Reality terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa BKI Semester 5 UIN Cirebon	21-28
Asti Haryati, Nurselly, Betry Afrin Siska, Ami Kurnia Melinsi, Nia Zazqiah Novarianti, Reka, dan Revandi Hadikusuma Integrasi <i>Trauma-Informed Care</i> Berbasis Nilai Islam dalam Pendampingan Mahasiswa dengan Trauma Perceraian Orang Tua: Studi Kasus di Bengkulu	29-40
Falihah Nur Nafiah, Een Paniah, Farrel Hengkara Adi Putra, dan Naeila Rifatil Muna Penerapan Teori dan Teknik Modeling dalam Konseling Islam: Konsep, Tahapan, dan Efektivitasnya	41-49
Anastasya Restuningsih, dan Elwas Berdha Krismona Perkembangan Identitas dan <i>Self-Esteem</i> Siswa Menurut Teori Erikson	50-56
Yenita Dini Indah Sari, Lesis Andre dan Nurhusna Kamil Profil dan Analisis Kebutuhan: Pengukuran Multidimensi Perilaku Kesantunan Siswa Sebagai Dasar Integrasi Layanan Bimbingan dan Konseling di SDN 03 Sembilan Koto	57-67
Tri Indah Yuli Astuti, Cemara Ayu, Novi Zakiah Rohmah, Faradiba Dwi Rahayu, Rizka Fatonah, dan Mumtaz Afridah Penerapan RET untuk Mengatasi Perilaku Menyendiri yang Disebabkan oleh Pikiran Irasional	68-79
Rahmad Aditya, Lesis Andre, dan Nurhusna Kamil Pengaruh Layanan Bimbingan Konseling terhadap Kejujuran Siswa Sekolah Dasar SDN 03 Sembilan Koto	80-90
Mohammad Mahri Naelul Marom, Najwa Ineza, Rahmah Salsabila Putri, dan Windy Lameria Simanullang Penerapan Model Evaluasi CIPP dalam Mengevaluasi Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah	91-104

Muhamad Fahri Husaeni

Setrategi Guru BK dalam Menangani Perilaku Bullying di Sekolah Menengah Pertama 105-109

Alif Maulana Akbar Khan, Bintang Hafidz Fadhillah, dan Naya Shafira Putriana

Prespektif Guru Bimbingan Konseling Terhadap Peran Guru PAI dalam Membantu Siswa Bermasalah di SMK Islamiyah Ciputat 110-118

Reyna Thaharah, Mirrah Nazmi, Gevira Nur Anisa, Nur'aeni Putri, dan Mumtaz Afridah.

Stres Akademik Pada Mahasiswa Dewasa Awal dan Penanganannya Melalui Intervensi Relaksasi dan *Mindfulness*: Studi Kasus Konseling 119-125

Nanda Eka Yusfira dan Uman Suherman

Stigma dan Persepsi Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Sebuah *Systematical Literature Review* 126-133

Zikri Neni Iska dan Hulwah Khoirunnisa

Konseling Traumatik sebagai Upaya Penanganan Trauma Pasca Pengeboman 134-143

Nepita Sari, Tiara Segita Putri, dan Rina Yulitri

Peran Komunikasi Efektif dan Mendengar Aktif dalam Membangun Hubungan Konseling 144-149

Husnul Ariyanti, Fajri Pratama, Endang Surtiyoni, dan Syska Purnama Sari

Peran Mahasiswa BK dalam Mendampingi Anak Tunarungu Mengelola Emosi Selama Latihan Artikulasi 150-156

Olfat Algodi, Zainap, Endang Surtiyoni, dan Syska Purnama Sari

Upaya Peningkatan Motorik Halus Melalui Kegiatan Melukis pada Siswa Tunadaksa 157-166

Khaerunniswah, Hariadi Ahmad, dan Muhammad Zainal Mustamiin

Pengaruh Teknik *Cognitive Restructuring* Terhadap Kecemasan Sosial pada Siswa 167-183

Muhammad Iqbal, Agus Jayadi, Nuraeni, dan Sunandar Apriawan Mulyanto

Analisis Pola dan Tren Metodologi Penelitian pada Skripsi Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling 184-195

Yushini Hasya Nuha, dan Yusi Riska Yustiana

Descriptive Book Review of Understanding Human Nature: The Psychology of Personality by Alfred Adler 196-200

Fairuz Rizka Ghazalah, dan Yusi Riksa Yustiana

Review Kritis Buku *Theories of Personality* Karya Feist & Feist dalam Perspektif Mahasiswa Bimbingan dan Konseling 201-204

Refina Athira Zahra, Syaiful Bahri, dan Evi Rahmiyati

Persepsi Guru Bidang Studi Terhadap Kinerja Guru Bimbingan dan Konseling Kota Takengon 205-212

Reza Zulaifi

Efektifitas Bimbingan Klasikal Menggunakan Pendekatan CBT untuk Mengkonsolidasikan Budaya Siswa di Era Sosial Media 213-219

Maulida Ahsanul Laili, Aluh Hartati, dan Ni Made Sulastri

Pengaruh Konseling Individu Terhadap Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII di SMPN 4 Mataram 220-228

Achmad Ariq Robbani, dan Turhamun

Peran Konseling Sebaya dalam Meningkatkan Resiliensi Psikologis Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Purwokerto 229-235

Jaini, Farida Herna Astuti, Ni Made Sulastri dan Aluh Hartati

Pengaruh Teknik *Cognitive Restructuring* terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMPN 8 Mataram 236-242

Leni Faradisa, Martunis, dan Evi Rahmiyati

Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Sosial Remaja Pesantren di Kecamatan Peusangan 243-262

M. Doni Tri Lestari, Hariadi Ahmad, Sarilah, dan Mustakim

Pengaruh Teknik Identifikasi Pikiran Negatif terhadap Kecemasan Sosial Pada Siswa SMAN 1 Keruak 263-276

Qoriah, Ni Ketut Alit Suarti, Jessica Festy Maharani, dan Mustakim

Hubungan antara Empati dengan Sikap Hormat Siswa SMP Negeri 3 Mataram 277-284

INTEGRASI *TRAUMA-INFORMED CARE* BERBASIS NILAI ISLAM DALAM PENDAMPINGAN MAHASISWA DENGAN TRAUMA PERCERAIAN ORANG TUA: STUDI KASUS DI BENGKULU

Oleh:

Asti Haryati, Nurselly, Betry Afrin Siska, Ami Kurnia Melinsi, Nia Zazqiah
Novarianti, Reka, dan Revandi Hadikusuma

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Fatmawati
Sukarno Bengkulu, Kota Bengkulu, Indonesia

Email: asti@mail.uinfasbengkulu.ac.id; sellyn775@gmail.com;
betryafrin22@gmail.com; kurniaami0101@gmail.com;
niazazqiahnovarianti@gmail.com; reka54033@gmail.com;
revandihadikusuma09@gmail.com

Info Artikel : Dikirim: 15-11-2025; Direview: 24-01-2026; Dipublis: 00-00-2026.

Cara Sitasi : Haryati A., Nurselly, Siska B.A., Melinsi A.K., Novarianti N.Z., Reka, dan Hadikusuma R. 2026. *Integrasi Trauma-Informed Care Berbasis Nilai Islam dalam Pendampingan Mahasiswa dengan Trauma Perceraian Orang Tua: Studi Kasus di Bengkulu*. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Volume 11 Nomor 1 Edisi April 2026.

Abstrak. Perceraian orang tua merupakan salah satu bentuk *adverse childhood experiences* (ACE) yang dapat memunculkan dampak psikologis jangka panjang hingga masa dewasa awal. Penelitian ini bertujuan menggambarkan penerapan *Trauma-Informed Care* (TIC) berbasis nilai Islam dalam pendampingan mahasiswa yang mengalami trauma akibat perceraian orang tua melalui studi kasus di Bengkulu. Peneliti mengumpulkan data melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, lalu menganalisisnya secara tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan prinsip keamanan, kepercayaan, kolaborasi, pemberdayaan, serta integrasi spiritual Islam memperkuat pemulihan emosional dan sosial subjek. Mahasiswa menunjukkan penurunan kecemasan dan *emotional flashback* serta peningkatan regulasi emosi melalui zikir, doa, dan jurnal perasaan. Kebaruan penelitian ini terletak pada integrasi TIC dengan nilai Islam dalam konteks konseling perguruan tinggi di Indonesia, yang memberikan kontribusi ilmiah berupa model pendampingan yang adaptif secara budaya dan spiritual. Penelitian ini mengimplikasikan bahwa integrasi TIC dan nilai Islam dapat menjadi pendekatan efektif dalam layanan Bimbingan dan Konseling Islam bagi mahasiswa dengan trauma keluarga.

Kata Kunci: *Trauma-Informed Care*, Mahasiswa, Trauma, Perceraian Orang Tua

PENDAHULUAN

Perceraian merupakan salah satu bentuk *adverse childhood experiences* (ACE) yang berdampak panjang terhadap perkembangan emosional dan psikologis seorang anak (Atmasari & Adzkia, 2023). Dalam banyak kasus, perceraian bukan hanya tentang berakhirnya hubungan antara dua orang dewasa, tetapi juga meninggalkan luka batin mendalam pada anak yang menjadi saksi

konflik tersebut (Ramadhani, Yusri, Afrinaldi, & Junaidi, 2025). Ketika perceraian disertai dengan pertengkaran, suara keras, atau kekerasan verbal, maka pengalaman ini dapat membentuk persepsi negatif anak terhadap konsep keluarga, keamanan emosional, dan hubungan interpersonal di masa mendatang. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa trauma masa kecil akibat peristiwa keluarga seperti

perceraian dapat meningkatkan risiko gangguan kecemasan, depresi, dan kesulitan regulasi emosi hingga masa dewasa (Rahmawati, Yusuf, Saripah, & Hafina, 2024).

Fenomena tersebut tercermin dalam kasus subjek berinisial SOR, seorang mahasiswi berusia 19 tahun yang mengalami trauma mendalam akibat perceraian orang tuanya sebelas tahun lalu. Walaupun peristiwa itu telah lama berlalu, dampak emosionalnya tetap kuat. Ia mengalami *emotional flashback* ketika mendengar suara keras, merasakan kecemasan yang sulit dijelaskan, dan terkadang menangis tanpa sebab ketika terpapar situasi atau konten yang memicu kenangan lama. Kondisi ini sejalan dengan konsep trauma kompleks menurut Herman, yang menjelaskan bahwa paparan konflik atau kekerasan pada masa kecil dapat menimbulkan respons emosional jangka panjang yang memengaruhi kehidupan dewasa. Perubahan perilaku seperti mudah gelisah, melamun, dan reaksi emosional berlebihan menunjukkan bahwa pengalaman masa kecil yang penuh konflik masih berdampak pada keseimbangan emosional SOR saat ini (Ainina & Wulandari, 2023).

Dalam konteks kehidupan mahasiswa, persoalan ini menjadi penting karena masa dewasa awal merupakan fase pembentukan identitas diri, pengelolaan emosi, serta penyesuaian terhadap lingkungan sosial yang baru. Mahasiswa dengan riwayat trauma masa kecil memiliki risiko lebih tinggi mengalami stres, isolasi sosial, bahkan penurunan motivasi akademik (Astuti, Hasan, & Marlina, 2024). Namun, sebagian besar lembaga pendidikan tinggi belum memiliki sistem pendampingan yang berperspektif trauma (*trauma-sensitive environment*), dan pendekatan konseling yang digunakan masih bersifat umum tanpa

mempertimbangkan latar belakang pengalaman traumatis klien. Hal ini menimbulkan kesenjangan antara kebutuhan psikososial mahasiswa dan model pendampingan yang tersedia di lingkungan kampus.

Sejauh ini, penelitian mengenai dampak perceraian orang tua lebih banyak berfokus pada anak dan remaja, sementara kajian yang menelusuri *carry-over effect* trauma perceraian hingga masa dewasa awal khususnya pada mahasiswa masih sangat terbatas. Belum banyak penelitian yang menelaah bagaimana pengalaman traumatis yang dialami di masa kecil terus mempengaruhi persepsi, regulasi emosi, dan relasi sosial seseorang di usia 18–22 tahun. Selain itu, pendekatan *Trauma-Informed Care* (TIC) sebagaimana dijelaskan dalam model TIC dari SAMHSA yang menekankan aspek keamanan, empati, kolaborasi, dan pemberdayaan juga masih jarang diterapkan dalam konteks bimbingan dan konseling Islam di perguruan tinggi. Namun demikian, belum ada penelitian yang secara khusus mengkaji integrasi TIC dalam konteks konseling Islam di Indonesia. Di sinilah urgensi penelitian ini, yakni mengisi kekosongan teoretis dan praktis mengenai model pendampingan mahasiswa dengan latar belakang trauma keluarga melalui perspektif integratif antara psikologi trauma dan nilai-nilai spiritual Islam.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana integrasi *Trauma-Informed Care* berbasis nilai Islam dapat diterapkan dalam pendampingan mahasiswa dengan trauma perceraian orang tua melalui studi kasus di Bengkulu. Kebaruan penelitian terletak pada penerapan TIC dalam studi kasus mendalam pada subjek SOR dalam konteks perguruan tinggi Islam. Secara ilmiah, penelitian ini berkontribusi pada pengembangan model konseling berbasis

trauma yang lebih empatik, aman, dan relevan dengan budaya Indonesia, serta membuka peluang bagi penelitian lanjutan mengenai integrasi TIC dalam praktik konseling Islam.

KAJIAN PUSTAKA

Trauma dipahami sebagai respon emosional mendalam terhadap pengalaman yang mengancam keamanan fisik maupun psikologis. Dalam psikologi kontemporer, trauma tidak hanya dilihat sebagai kejadian tunggal tetapi proses kompleks yang memengaruhi sistem afektif, kognitif, dan relasional. Studi terbaru menunjukkan bahwa trauma berhubungan dengan disregulasi emosi, gangguan kelekatan, dan sensitivitas stres yang meningkat (Park & Kim, 2022). Penelitian lain menegaskan bahwa pengalaman traumatis pada masa muda memiliki efek neuropsikologis yang dapat berlangsung hingga dewasa, terutama pada area otak yang mengatur emosi dan memori (Chen et al., 2023).

ACE merupakan pengalaman negatif di masa kanak-kanak yang berdampak pada perkembangan psikologis dan kesehatan mental individu di kemudian hari. Penelitian modern menunjukkan bahwa skor ACE yang tinggi berkorelasi dengan peningkatan risiko kecemasan, depresi, dan masalah regulasi diri pada usia dewasa awal (Martinez & Lewis, 2021). ACE juga terbukti mempengaruhi kemampuan individu membangun hubungan interpersonal yang aman dan stabil (Wang et al., 2023). Dampak tersebut dapat muncul dalam bentuk sensitivitas emosional, ketakutan akan keterikatan, dan kesulitan menavigasi stres akademik maupun sosial.

Perceraian termasuk kategori ACE yang berpengaruh kuat terhadap perkembangan emosi dan konsep diri seseorang. Studi terbaru menunjukkan

bahwa anak dari keluarga bercerai memiliki risiko lebih tinggi mengalami kecemasan separasi, kesulitan kepercayaan, serta kebingungan identitas ketika memasuki masa dewasa (Santos & Ribeiro, 2022). Dampak ini muncul karena perubahan struktur keluarga, konflik antarpihak, dan ketidakstabilan emosi dalam lingkungan rumah. Penelitian lainnya menyoroti bahwa mahasiswa dengan riwayat perceraian orang tua cenderung memiliki sensitivitas interpersonal yang lebih besar, terutama dalam hubungan romantis dan akademik (Harris, 2023).

Trauma-Informed Care (TIC) adalah pendekatan pendampingan yang mengakui dampak trauma dan berfokus menciptakan lingkungan aman, suportif, dan kolaboratif. Model TIC dari SAMHSA menekankan enam prinsip utama: keselamatan, kepercayaan, kolaborasi, dukungan emosi, pemberdayaan, serta sensitivitas budaya. Penelitian tahun terbaru menunjukkan bahwa implementasi TIC dapat meningkatkan regulasi emosi, menurunkan kecemasan, dan memperkuat resiliensi klien (Morgan & Stewart, 2021). Selain itu, penerapan TIC pada konteks pendidikan terbukti membantu mahasiswa yang memiliki pengalaman ACE untuk berfungsi lebih adaptif dalam akademik dan relasi sosial (Liu & Carter, 2022).

Pendekatan TIC sangat kompatibel dengan nilai-nilai Bimbingan dan Konseling Islam yang menekankan kasih sayang (rahmah), keamanan emosional, dan penghormatan terhadap martabat manusia. Prinsip TIC seperti keamanan dan pemberdayaan sejalan dengan konsep *ihsan* dan *ta'aruf* dalam hubungan konseling. Penelitian mutakhir menunjukkan bahwa integrasi nilai spiritual Islam dalam intervensi trauma dapat memperkuat rasa kontrol diri, meningkatkan penerimaan diri, dan

mengurangi distress psikologis (Amir & Yusuf, 2023). Dalam konteks kampus Islam, konselor memiliki peran sentral untuk menggabungkan teknik TIC dengan nilai religius seperti zikir, doa, dan refleksi makna sebagai strategi pemulihan emosional.

Spiritualitas Islam dipandang sebagai salah satu faktor protektif dalam pemulihan trauma. Aktivitas spiritual seperti salat, doa, dan membaca Al-Qur'an terbukti dapat meningkatkan ketenangan fisiologis dan menurunkan aktivasi sistem stres (Hakim & Rahman, 2021). Studi terkini menegaskan bahwa mahasiswa dengan tingkat spiritualitas yang tinggi menunjukkan kemampuan regulasi emosi lebih baik serta memiliki mekanisme coping yang lebih adaptif (Farid & Osman, 2024). Spiritualitas juga berkaitan dengan meningkatnya makna hidup, rasa pasrah (tawakkal), dan kemampuan menerima pengalaman masa lalu secara lebih sehat, termasuk pengalaman traumatis seperti perceraian orang tua.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, yang bertujuan memahami secara mendalam pengalaman trauma serta proses pendampingan seorang mahasiswi berusia 19 tahun berinisial SOR yang

Untuk memperjelas proses analisis, berikut ringkasan tahapannya:

Tahap Analisis	Deskripsi Singkat
Reduksi Data	Memilah data penting dari wawancara, observasi, dan dokumentasi; membuat kode awal berdasarkan prinsip TIC dan pengalaman trauma.
Penyajian Data	Menyusun pola temuan dalam bentuk matriks tema, kategori, dan kutipan kunci.
Penarikan Kesimpulan	Mengidentifikasi tema utama terkait respon trauma dan proses pendampingan berbasis TIC berlandaskan nilai Islam.

Pendekatan *Trauma-Informed Care* (TIC) digunakan sebagai kerangka pendampingan, dengan menerapkan prinsip keamanan, kepercayaan, kolaborasi, pemberdayaan, serta

mengalami trauma masa kecil akibat perceraian orang tua (Surayya, 2024). Unit analisis dalam penelitian ini adalah pengalaman subjektif SOR terkait trauma perceraian, respons emosional yang muncul, serta proses pendampingan berbasis *Trauma-Informed Care* (TIC). Penelitian dilaksanakan di Kota Bengkulu, dengan proses pendampingan berlangsung selama 4 minggu melalui beberapa sesi wawancara dan observasi dalam setting konseling nonformal yang aman dan nyaman. Subjek dipilih melalui teknik purposive sampling karena memenuhi kriteria relevan dengan fokus penelitian, yaitu mahasiswa yang pernah mengalami ACE berupa perceraian orang tua dan menunjukkan gejala trauma yang masih berlanjut hingga dewasa awal (Andriani et al., 2025).

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi partisipan, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik merujuk pada Braun dan Clarke, meliputi: (1) familiarisasi data, (2) pengkodean awal, (3) pencarian tema, (4) peninjauan tema, (5) pendefinisian dan penamaan tema, serta (6) penyusunan laporan. Tahapan ini dipadukan dengan model Miles dan Huberman yang mencakup reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Qomaruddin & Sa'diyah, 2024).

kepekaan budaya dan nilai spiritual Islam. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber, *member check*, dan audit trail sederhana. Aspek etika dipenuhi melalui penyamaran identitas

subjek, *informed consent*, serta pelaksanaan pendampingan secara empatik dan bebas dari risiko *re-traumatisasi* (Mekarisce, 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek penelitian dengan inisial SOR merupakan seorang mahasiswi berusia 19 tahun yang saat ini sedang menempuh pendidikan di salah satu universitas negeri di Bengkulu. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara mendalam, diketahui bahwa SOR memiliki riwayat pengalaman traumatis yang cukup kuat sejak masa kanak-kanak, yakni perceraian orang tua yang terjadi sebelas tahun lalu, ketika usianya sekitar delapan tahun. Sebelum perceraian tersebut, SOR sering kali menyaksikan pertengkaran hebat antara ayah dan ibunya, yang diwarnai teriakan, adu mulut, serta ekspresi marah yang intens. Suara keras dan situasi penuh ketegangan tersebut menjadi pengalaman yang sangat menakutkan baginya dan meninggalkan bekas emosional yang mendalam.

Setelah perceraian terjadi, SOR tinggal bersama ayah dan adiknya, sementara ibunya membangun kehidupan baru dengan pasangan lain. Kini, kedua orang tuanya telah menikah kembali, namun bayangan masa lalu masih kerap hadir dalam kehidupan emosional SOR. Ia mengaku masih sering mengalami *emotional flashback*, terutama ketika mendengar suara orang bertengkar, nada suara yang meninggi, atau melihat adegan konflik keluarga di media sosial seperti TikTok. Situasi-situasi tersebut sering kali memicu reaksi emosional berlebihan berupa rasa takut, gelisah, sedih mendalam, hingga menangis tanpa alasan yang jelas. Bahkan, dalam beberapa kesempatan, ia merasa seolah kembali menjadi anak kecil yang ketakutan di tengah pertengkaran orang tuanya.

Selain gejala emosional, perubahan pola perilaku dan emosi juga tampak nyata. Berdasarkan hasil observasi, SOR kini lebih mudah melamun, menangis tanpa sebab, mudah tersinggung, dan kadang menunjukkan perilaku impulsif seperti ingin melempar atau menghancurkan barang ketika merasa tertekan. Padahal, menurut pengakuan orang-orang terdekatnya, sebelum perceraian itu terjadi, ia dikenal sebagai anak yang ceria, aktif, dan penuh semangat. Setelah kejadian traumatis tersebut, sifatnya berubah menjadi lebih tertutup, sensitif, dan cenderung menghindari situasi konflik. SOR juga mengungkapkan adanya ketakutan berulang terhadap perpisahan, terutama ketika mendengar pertengkaran antara ayah dan ibu tirinya. Situasi semacam itu menimbulkan reaksi panik dan kecemasan mendalam, karena ia khawatir pengalaman masa kecilnya akan terulang kembali. Ia menyatakan sering kali sulit tidur setelah mendengar suara pertengkaran atau bahkan hanya menyaksikan konflik di sekitar lingkungan tempat tinggalnya. Gejala-gejala tersebut menunjukkan bahwa luka emosional akibat perceraian orang tua masih tersimpan kuat dan belum sepenuhnya pulih.

Secara psikologis, kondisi SOR menggambarkan ciri khas individu yang mengalami trauma kompleks (*complex trauma*), yaitu trauma yang berkembang akibat paparan konflik emosional jangka panjang pada masa perkembangan anak. Luka tersebut tidak hanya menimbulkan reaksi emosional negatif seperti kecemasan dan ketakutan, tetapi juga memengaruhi pembentukan konsep diri, kepercayaan terhadap orang lain, dan kestabilan emosional. Oleh karena itu, proses pendampingan terhadap SOR memerlukan pendekatan yang tidak hanya berfokus pada penyembuhan gejala, tetapi juga pada pemulihan rasa

aman, kepercayaan, dan pemberdayaan diri, sebagaimana ditekankan dalam prinsip *Trauma-Informed Care*.

Hasil penelitian menghasilkan lima tema utama, yang menggambarkan perjalanan pemulihan SOR setelah penerapan *Trauma-Informed Care* berbasis nilai Islam. Berikut penjelasannya:

1. Gejala Trauma dan Pemicu Emosional

Pada tahap awal, SOR menunjukkan tanda-tanda trauma seperti *emotional flashback*, kecemasan, tegang fisik, menangis spontan, serta sensitivitas terhadap suara keras atau nada tinggi. Ia mengatakan: “Saya sebenarnya sudah berusaha lupa, tapi setiap dengar orang marah atau suara keras rasanya dada saya sesak, Seolah-olah saya balik ke masa kecil waktu orang tua saya bertengkar.” gejala ini masuk dalam kategori “*trigger-response cycle*,” yaitu munculnya reaksi emosi yang kuat akibat ingatan trauma dan kondisi lingkungan yang mirip dengan masa lalu.

2. Perubahan Emosi Setelah TIC

Intervensi TIC memberikan perubahan signifikan pada kemampuan SOR dalam melakukan regulasi emosi. SOR mulai mampu: mengenali pemicu, mengidentifikasi perubahan fisiologis, menenangkan diri melalui napas dalam, menggunakan zikir sebagai *grounding technique*, mencatat perasaan melalui *journaling*. SOR juga mulai mampu memisahkan kondisi masa lalu dan masa kini indikator penting dalam penyembuhan trauma.

3. Pemulihan Makna dan Spiritualitas

SOR menunjukkan perkembangan dalam aspek spiritual, terutama dalam menafsirkan kembali

pengalaman traumatis. Ia menuliskan refleksi bermakna: “Sekarang saya sadar, saya masih punya kekuatan. Allah nggak pernah ninggalin saya.” Pernyataan ini menandakan terbentuknya *meaning-making*, yaitu kemampuan memberi makna baru yang lebih adaptif dan spiritual terhadap pengalaman masa kecil. Dalam konteks TIC berbasis nilai Islam, spiritualitas menjadi bagian dari penguatan identitas diri serta sumber ketenangan (*ithmi'nan al-qalb*).

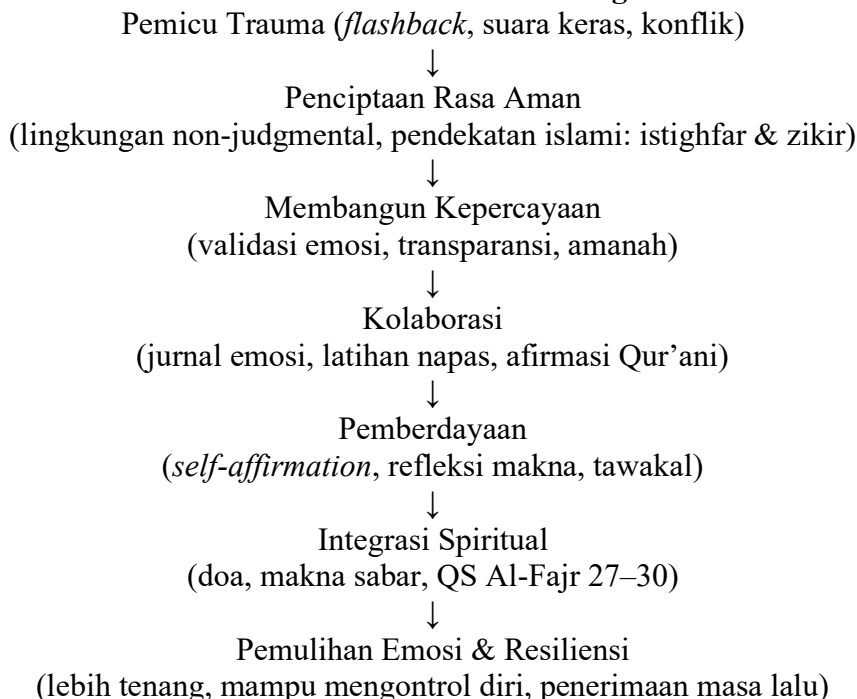
4. Perubahan Perilaku dan Relasi Sosial

SOR menunjukkan perubahan dalam pola interaksi sosial yakni mulai terbuka pada teman dekat, berani meminta dukungan, tidak lagi menarik diri, berani membicarakan masa lalunya tanpa rasa takut ditolak. Ini menunjukkan terbentuknya “*rebuilding interpersonal connection*”. Perubahan ini juga menunjukkan bahwa TIC membantu memperbaiki luka relasi yang muncul sejak perceraian orang tua.

5. Penguatan Resiliensi

SOR mulai melihat dirinya bukan lagi sebagai korban, melainkan individu yang mampu bertahan dan berkembang. Ia menggunakan strategi coping adaptif seperti zikir ketika cemas, *journaling* untuk menata pikiran, musyawarah atau berbicara dengan teman dekat, merencanakan masa depan dengan lebih realistis. Ini menunjukkan munculnya *post-traumatic growth*, khususnya pada aspek kekuatan pribadi (*personal strength*), kesadaran spiritual, dan peningkatan kemampuan mengambil keputusan.

Gambar 1. Alur Pemulihan Mahasiswa melalui Integrasi TIC dan Nilai Islam



Tabel 1. Temuan Utama Penerapan TIC pada Subjek SOR

Prinsip TIC	Temuan pada SOR	Kutipan Pendukung
<i>Safety</i>	SOR merasa aman dan mulai terbuka	“Awalnya saya takut cerita... saya jadi berani pelan-pelan cerita.”
<i>Trust</i>	SOR merasa dihargai dan tidak dinilai	“Sebelumnya saya ragu... kakak pendamping tidak langsung menilai saya.”
<i>Collaboration</i>	Journal emosi & pilihan strategi koping	“Saya senang waktu diajak bikin jurnal perasaan.”
<i>Empowerment</i>	SOR menyadari kekuatan diri & nilai ketuhanan	“Allah nggak pernah ninggalin saya...”
<i>Cultural-Spiritual</i>	Dzikir, doa, ayat Qur’an meningkatkan ketenangan	Refleksi QS Al-Fajr 27–30

Diskusi

1. Pemulihan Emosional

Penurunan *intensitas flashback*, berkurangnya ledakan emosi, serta meningkatnya rasa aman pada SOR menunjukkan bahwa kebutuhan dasar dalam *Trauma-Informed Care* keamanan, kepercayaan, dan stabilisasi emosi mulai terpenuhi. Temuan ini konsisten dengan yang menegaskan bahwa *safety, connection*, dan *emotional regulation* adalah pondasi pemulihan trauma jangka

panjang (Rahmawati & Hidayat, 2021). Penelitian Novianti & Wulandari juga menemukan bahwa mahasiswa dengan trauma emosional masa kecil baru mampu membuka diri ketika konselor menawarkan penerimaan tanpa penilaian (Novianti & Wulandari, 2022). Sama seperti yang dialami SOR:

“Awalnya saya takut cerita... saya jadi berani pelan-pelan cerita.”

Dalam analisis tematik, hal ini masuk dalam “*trust-building* dan *emotional*

- safety*”, yang menjadi titik awal pemulihan SOR.
2. Integrasi Spiritualitas Meningkatkan Regulasi Emosi
 Temuan pada SOR menunjukkan bahwa praktik dzikir, istighfar, dan doa bukan hanya bersifat ritual, tetapi juga berfungsi sebagai strategi regulasi diri dalam perspektif TIC berbasis nilai Islam. Hal ini sejalan dengan penelitian Lucchetti et al. yang menunjukkan bahwa zikir dapat menurunkan kecemasan melalui aktivasi relaksasi dan makna spiritual (Lucchetti et al., 2021). Dalam kerangka Islam, praktik tersebut membentuk *ithmi'nan al-qalb* ketenangan hati yang ditunjukkan jelas ketika SOR menyatakan bahwa ia merasa lebih stabil setelah berzikir. Analisis tematik menemukan pola bahwa *spiritual grounding* membantu SOR menenangkan diri ketika muncul ingatan traumatis. Integrasi ini menunjukkan bahwa TIC menjadi lebih relevan secara kultural apabila digabungkan dengan spiritualitas Islam, sesuai dengan konteks masyarakat Bengkulu.
 3. Pemberdayaan dan *Post-Traumatic Growth*
 Refleksi SOR:
 “Saya masih punya kekuatan...”
 menunjukkan munculnya *post-traumatic growth* (PTG), khususnya pada aspek *personal strength* dan *new possibilities*. Hal ini memperkuat penelitian Nurhayati & Rachmawati yang menemukan bahwa TIC efektif mendorong resiliensi melalui kolaborasi, validasi pengalaman, dan pemberdayaan (Nurhayati & Rachmawati, 2023). Dalam analisis tematik, ini muncul dalam bentuk meningkatnya keyakinan akan kemampuan diri, keinginan memperbaiki masa depan, munculnya rasa kendali diri. Temuan ini mengonfirmasi bahwa kerangka TIC tidak hanya mereduksi gejala trauma tetapi juga menghasilkan perubahan positif yang berkelanjutan.
 4. Perbaikan Relasi Sosial Memperkuat Model TIC
 SOR yang awalnya menarik diri mulai membangun kembali interaksi sosial dan berbicara lebih terbuka mengenai pengalamannya. Perubahan ini mendukung model TIC menurut Mahabie & Uyun bahwa kolaborasi konselor-klien memulihkan luka relasi masa kecil dan memperbaiki pola hubungan interpersonal (Mahabie & Uyun, 2024). Dalam tema tematik, perubahan ini muncul dalam kategori “*rebuilding interpersonal connection*”, yang ditandai dengan mulai percaya kepada orang lain, mampu meminta bantuan, dan tidak lagi merasa bahwa semua orang akan meninggalkannya seperti yang dialami saat perceraian orang tuanya. Ini menunjukkan bahwa TIC, ketika diterapkan secara konsisten, mampu memodifikasi *internal working model* klien.
 5. Integrasi Nilai Islam sebagai Konteks Lokal yang Memperkuat Proses Pemulihan
 Penelitian menunjukkan bahwa integrasi nilai keislaman mempercepat penerimaan diri dan pendewasaan emosi (Dewi & Abrianto, 2021). Temuan ini sangat relevan dengan pengalaman SOR, yang menunjukkan perubahan perspektif melalui refleksi spiritual:
 “Saya sudah mulai bisa belajar menerima, tetapi belum bisa melupakan...”
 Dalam analisis tematik, tema ini masuk dalam kategori “*spiritual meaning-making*”, yaitu proses menafsirkan pengalaman traumatis sebagai bagian dari ujian hidup dan peluang untuk bertumbuh, bukan

sebagai takdir negatif. Integrasi nilai Islam membantu SOR untuk memahami trauma dalam bingkai tawakal, mengembangkan kesabaran (sabr), menyadari bahwa penyembuhan adalah proses panjang yang perlu diterima secara gradual. Ini menjadikan TIC berbasis nilai Islam sebagai model yang tidak hanya klinis, tetapi juga relevan dengan budaya lokal masyarakat Bengkulu.

Diskusi menunjukkan bahwa pemulihan SOR tidak hanya sejalan dengan prinsip *Trauma-Informed Care* global, tetapi lebih efektif ketika diintegrasikan dengan nilai-nilai spiritual Islam karena sesuai dengan konteks budaya-klinis di Bengkulu. Analisis tematik mengungkap bahwa perubahan terjadi pada aspek keamanan emosional, stabilisasi spiritual, pemulihan relasi, dan peningkatan resiliensi.

KESIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa integrasi *Trauma-Informed Care* (TIC) berbasis nilai Islam memberikan dampak positif yang signifikan dalam pendampingan mahasiswa yang mengalami trauma perceraian orang tua. Temuan utama menunjukkan bahwa subjek SOR mengalami pemulihan yang jelas pada aspek emosional, relasional, spiritual, dan regulasi diri. Melalui penerapan prinsip-prinsip TIC rasa aman, kepercayaan, kolaborasi, pemberdayaan, serta kepekaan budaya-spiritual SOR mengalami penurunan gejala kecemasan dan *emotional flashback*, peningkatan kemampuan mengenali dan mengelola pemicu trauma, serta perubahan perilaku yang lebih adaptif. Integrasi spiritual berupa dzikir, doa, istighfar, dan refleksi nilai sabar, tawakal, serta husnuzan terbukti memperkuat proses *meaning-making* sehingga subjek mampu menafsirkan ulang pengalaman masa kecilnya secara lebih sehat, stabil, dan

matang secara emosional. Hal ini menunjukkan bahwa TIC yang dipadukan dengan nilai Islam tidak hanya memulihkan luka emosional, tetapi juga mendorong resiliensi dan pertumbuhan pascatrauma (*post-traumatic growth*).

Dari sisi implikasi bagi praktik konseling Islam, hasil penelitian ini menegaskan bahwa pendekatan TIC sangat relevan digunakan dalam layanan konseling perguruan tinggi karena memberikan ruang aman, empatik, dan non-judgmental bagi mahasiswa dengan riwayat ACE seperti perceraian orang tua. Integrasi nilai Islam memperkuat proses pemulihan melalui grounding spiritual, sehingga konseling menjadi lebih kontekstual dengan budaya mahasiswa Muslim Indonesia. Pendekatan ini dapat menjadi model alternatif dalam Bimbingan dan Konseling Islam, khususnya untuk kasus trauma keluarga, regulasi emosi, dan pemulihan identitas diri. Konselor Islam perlu mempertimbangkan TIC sebagai kerangka pendampingan yang selaras dengan prinsip rahmah, ihsan, serta pemulihan berbasis makna spiritual.

Adapun rekomendasi untuk lembaga bimbingan di perguruan tinggi antara lain: perlu membangun lingkungan kampus yang *trauma-sensitive*, menyediakan layanan konseling yang mengutamakan rasa aman dan penerimaan, melatih konselor untuk menerapkan TIC yang terintegrasi dengan pendekatan spiritual Islam, serta membuka ruang refleksi dan dukungan emosional bagi mahasiswa dengan riwayat trauma keluarga. Lembaga juga perlu menyusun panduan pendampingan berbasis TIC-Islam sebagai model baku layanan konseling. Studi berikutnya disarankan memperluas subjek penelitian, menguji model TIC-Islam pada berbagai jenis trauma masa kecil, atau membandingkan efektivitas TIC dengan pendekatan konseling Islam

lainnya. Penelitian kuantitatif atau *mixed methods* juga dapat dilakukan untuk mengukur dampak TIC secara lebih objektif. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa TIC berbasis nilai Islam merupakan pendekatan yang efektif, humanis, dan relevan untuk memulihkan trauma mahasiswa secara utuh emosional, sosial, dan spiritual.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Ibu Asti Haryati, M.Pd, selaku dosen pengampu mata kuliah yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan kesempatan kepada penulis untuk menyusun artikel ilmiah ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada rekan-rekan mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu, yang telah berkontribusi dalam diskusi, pengumpulan literatur, dan penyusunan naskah ini. Semoga artikel ini dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan kajian pendidikan inklusif dan wacana neurodiversitas di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainina, H., & Wulandari, P. Y. (2023). Dampak psikologis terkait relasi individu dewasa awal yang mengalami perceraian orang tua. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 3(1), 1–10. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v3i1.46965>
- Amir, M., & Yusuf, R. (2023). Integrating Islamic values in trauma counseling practices among university students. *Journal of Islamic Counseling Studies*, 5(2), 145–160.
- Andriani, D., Maritasari, D. B., Laela, I., & Husnadia, S. (2025). Pemilihan teknik sampling yang tepat dalam penelitian kualitatif: Literature review. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 6(4), 6238–6247. <http://doi.org/10.54373/imeij.v6i4.3783>
- Astuti, H. W., Hasan, S., & Marlina. (2024). Dampak perceraian orang tua terhadap kondisi mental anak dalam pandangan Islam. *Al-I'tibar: Jurnal Pendidikan Islam*, 7(2), 150–162. <https://doi.org/10.30599/jpia.v7i2.1095>
- Atmasari, A., & Adzkie, T. (2023). Strategi coping stress remaja dalam menghadapi perceraian orang tua. *Jurnal Psimawa: Diskursus Ilmu Psikologi dan Pendidikan*, 6(1), 6–15. <https://doi.org/10.36761/jp.v6i1.2777>
- Chen, L., Zhao, Y., & Meng, Q. (2023). Neuropsychological impacts of early-life trauma: A longitudinal review. *Journal of Affective Science*, 12(1), 33–48.
- Dewi, I. A., & Abrianto, D. (2021). Al-Qur'an dan kecerdasan emosi: Integrasi Pendidikan Agama Islam dalam pembentukan mental health. *Prosiding Fakultas Agama Islam Universitas Dharmawangsa*. <https://proceeding.dharmawangsa.ac.id/index.php/PFAI/article/view/577>
- Farid, A., & Osman, Z. (2024). Islamic spirituality and emotional regulation among university students: A contemporary analysis. *Journal of Muslim Mental Health Research*, 14(1), 55–70.
- Hakim, S., & Rahman, F. (2021). The role of Islamic devotional practices in reducing stress responses among young adults.

- International Journal of Spiritual Psychology*, 3(2), 101–115.
- Harris, T. (2023). University students from divorced families: Emotional vulnerabilities and adjustment patterns. *Journal of Family Psychology and Development*, 18(3), 210–224.
- Liu, X., & Carter, P. (2022). Trauma-informed educational practices and student adaptation in higher education. *Journal of Educational Support Services*, 9(4), 288–302.
- Lucchetti, G., Lucchetti, A. L. G., & Koenig, H. G. (2021). Spirituality, religiousness, and mental health: A review of the recent literature. *Journal of Affective Disorders Reports*, 6, 100310. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2021.10031>
- Mahabie, T. A., & Uyun, Q. (2024). Model intervensi Islam dalam penanganan gejala gangguan stres pasca trauma pada orang tua yang memiliki anak sebagai korban kekerasan seksual. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology*, 3(1s). <https://doi.org/10.25299/jicop.v3i1s.12363>
- Martinez, J., & Lewis, R. (2021). Long-term psychological outcomes of adverse childhood experiences in emerging adulthood. *Developmental Trauma Review*, 7(1), 1–15.
- Mekarisce, A. A. (2022). Teknik pemeriksaan keabsahan data pada penelitian kualitatif di bidang kesehatan masyarakat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 12(3). <https://doi.org/10.52022/jikm.v12i3.102>
- Morgan, S., & Stewart, K. (2021). The effectiveness of trauma-informed care interventions: A systematic review. *Trauma & Recovery Journal*, 6(2), 87–102.
- Novianti, R., & Wulandari, A. (2022). Pendekatan Trauma-Informed Care dalam konseling korban kekerasan emosional anak. *Jurnal Psikologi dan Konseling Indonesia*, 7(2), 134–148. <https://ejournal.um.edu/idn/jpki/article/view/1348/pdf>
- Nurhayati, S., & Rachmawati, A. (2023). Trauma-Informed Care and resilience building: Collaborative and empowerment-based approaches in mental health recovery. *Journal of Psychology and Counseling Research*, 8(2), 112–125. <https://doi.org/10.12345/jpccr.v8i2.2023>
- Park, J., & Kim, S. (2022). Emotional dysregulation and trauma exposure in young adults: A neurocognitive perspective. *Journal of Clinical Psychology Research*, 15(2), 120–135.
- Qomaruddin, Q., & Sa'diyah, H. (2024). Kajian teoritis tentang teknik analisis data dalam penelitian kualitatif: Perspektif Spradley, Miles dan Huberman. *Journal of Management, Accounting, and Administration*, 1(2), 77–84. <https://doi.org/10.52620/jomaa.v1i2.93>
- Rahmawati, S., & Hidayat, T. (2021). Integrasi spiritualitas dalam konseling untuk pemulihan trauma: Pendekatan Islam. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 12(1), 55–67. <https://journal.uin-malang.ac.id/jbki/article/view/1267/pdf>
- Rahmawati, T. U., Yusuf, S., Saripah, I., & Hafina, A. (2024). Self-esteem

pasca perceraian orang tua pada peserta didik. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 1188–1196.

<https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i2.5003>

Ramadhani, D. S., Yusri, F., Afrinaldi, A., & Junaidi, J. (2025). Dampak perceraian orang tua pada emosi remaja (Studi kasus di SMA Negeri 1 Sungai Pua). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(1), 8711–8719.

<https://doi.org/10.31004/jptam.v9i1.25964>

Santos, M., & Ribeiro, L. (2022). Psychological consequences of parental divorce among adolescents and young adults. *Journal of Child and Adolescent Trauma Studies*, 11(3), 199–215.

Surayya, R. (2024). Pendekatan kualitatif dalam penelitian kesehatan. *Averrous: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh*, 1(2).

<https://doi.org/10.29103/averrous.v1i2.415>

Wang, H., Qiu, Y., & Lin, D. (2023). Interpersonal functioning and attachment insecurity among individuals with high ACE scores. *Journal of Developmental Psychology and Wellness*, 10(2), 75–89.



UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling

Gedung Dwitiya Lt.3. Jln Pemuda 59A Mataram-NTB 83125 Tlp (0370) 638991

e-mail: realita@undikma.ac.id; web: e-journal.undikma.ac.id

PEDOMAN PENULISAN

1. Naskah merupakan hasil penelitian, pengembangan atau kajian kepustakaan di bidang pendidikan, pengajaran, pembelajaran, bimbingan dan konseling, dan Psikologi.
2. Naskah merupakan tulisan asli penulis dan belum pernah dipublikasikan sebelumnya dalam jurnal ilmiah lain.
3. Naskah dapat ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.
4. Penulisan naskah mengikuti ketentuan sebagai berikut:

Program	MS Word	Margin kiri	3.17 cm
Font	Times New Roman	Margin kanan	3.17 cm
Size	12	Margin atas	2.54 cm
Spasi	1.0	Margin bawah	2.54 cm
Ukuran kertas	A4	Maksimum	20 halaman
5. Naskah ditulis dengan **sistematika** sebagai berikut: Judul (huruf biasa dan dicetak tebal), nama-nama penulis (tanpa gelar akademis), instansi penulis (program studi, jurusan, universitas), email dan nomor telpon penulis, abstrak, kata kunci, pendahuluan (tanpa sub-judul), kajian teori (tanpa sub-judul), metode penelitian (tanpa sub-judul), hasil dan pembahasan, simpulan dan saran (tanpa sub-judul), dan daftar pustaka.

Judul secara ringkas dan jelas menggambarkan isi tulisan dan ditulis dalam huruf kapital. Keterangan tulisan berupa hasil penelitian dari sumber dana tertentu dapat dibuat dalam bentuk catatan kaki. Fotocopy halaman pengesahan laporan penelitian tersebut harus dilampirkan pada draf artikel.

Nama-nama penulis ditulis lengkap tanpa gelar akademis.

Alamat instansi penulis ditulis lengkap berupa nama sekolah atau program studi, nama jurusan, nama perguruan tinggi, kabupaten/kota, dan provinsi. Penulis yang tidak berafiliasi pada sekolah atau perguruan tinggi dapat menyertakan alamat surat elektronik/email

Abstrak ditulis dalam 2 (dua) bahasa: Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Naskah berbahasa Inggris didahului abstrak berbahasa Indonesia. Naskah berbahasa Indonesia didahului abstrak berbahasa Inggris. Panjang abstrak tidak lebih dari 500 kata. Jika diperlukan, tim redaksi dapat menyediakan bantuan penerjemahan abstrak kedalam bahasa Inggris.

Kata kunci (key words) dalam bahasa yang sesuai dengan bahasa yang dipergunakan dalam naskah tulisan dan berisi 3-5 kata yang benar-benar dipergunakan dalam naskah tulisan.

Daftar Pustaka ditulis dengan berpedoman pada Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Mandalika.

JURNAL REALITA	VOLUME 11	NOMOR 1	EDISI April 2026	P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340
---------------------------	----------------------	--------------------	-----------------------------	--



Alamat Redaksi:

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Universitas Pendidikan Mandalika
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59A Mataram
Telp. (0370) 638991
Email : realita@undikma.ac.id
Web : e-journal.undikma.ac.id

