

EFEKTIVITAS LAYANAN TERAPI *CLIENT CENTERED* DALAM MENGATASI SISWA TIDAK PERCAYA DIRI DI SMK NEGERI 1 SURABAYA

Drs. Taufiq Subty. M. Ag¹

Aulatun Fajariyah

Abstrak

Client Centered merupakan terapi yang mendasari hal-hal yang menyangkut konsep diri, aktualisasi diri, teori kepribadian dan hakikat kecemasan. Dimana dalam terapi client centered ini perilaku yang bermasalah memiliki karakteristik seperti pengasingan, ketidak selarasan dan berperilaku yang sulit penyesuaiannya. Sebagaimana dengan kasus yang peneliti temukan siswa X yang selalu pendiam, menyendiri, dan tidak bisa berinteraksi dengan baik, yang mengakibatkan X tersebut tidak percaya diri, sehingga dapat diberikan terapi layanan client centered. Dalam penelitian ini, masalah yang diteliti adalah bagaimana layanan terapi client centered di SMK Negeri 1 Surabaya. Hasil dari proses pelaksanaan terapi client centered dalam mengatasi siswa tidak percaya diri di SMK Negeri 1 Surabaya dikatakan berhasil karena X yang awalnya pendiam, menyendiri, dan sulit bersosialisasi, setelah mendapatkan terapi yang diberikan oleh peneliti terdapat suatu perubahan terhadap X yaitu sudah mulai bergaul dengan temannya, dan selalu periang.

Keyword: *Terapi Client Centered, dan Tidak Percaya Diri*

¹ Dosen Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Program Studi Kependidikan Islam UIN Sunan Ampel Surabaya

PENDAHULUAN

Secara garis besar ada dua kecenderungan interaksi individu dengan lingkungan, yaitu individu menerima lingkungan, dan individu menolak lingkungan. Sesuatu yang datang dari lingkungan mungkin diterima oleh individu sebagai sesuatu yang menyenangkan atau tidak menyenangkan. Seperti halnya anak yang tidak percaya diri, dia merasa bahwa tidak pernah dihargai oleh teman-temannya yang ada lingkungan sekolah. Dari lingkungan keluarga sendiri anak yang tidak percaya diri pun merasa tidak mendapatkan perhatian dari orang tua. Lingkungan keluarga adalah sangat penting untuk anak tersebut untuk mendapatkan perhatian yang penuh. Anak yang tidak percaya diri ini mereka merasa bahwa tidak mempunyai kemampuan yang berarti untuk dirinya sendiri.

Perasaan tidak percaya diri tidak timbul dengan sendirinya. Tetapi ada faktor-faktor yang mempengaruhinya, yaitu faktor intern dan ekstern. Sikap tidak percaya diri ini apabila di diamkan secara terus-menerus akan mengakibatkan seseorang selalu berfikir yang irrasional, seperti halnya merasa semua orang disekitarnya tidak pernah menghargai, selalu merasa serba disalahkan, dan selalu berdiam diri tanpa mau berinteraksi dengan orang lain.²

Oleh karena itu demi masa depan anak, orang tua dibantu guru harus menempatkan masalah kepercayaan diri anak menjadi hal yang prioritas. Orang tua dan guru harus membangun rasa tidak percaya diri anak, baik anak yang normal atau tidak memiliki hambatan apa pun maupun anak yang memiliki kekeurangan fisik mental dan psikis.³ Untuk mewujudkannya, salah satu langkah pertama dan utama yang harus dilakukan orang tua dan guru adalah dengan memahami dan meyakini bahwa setiap anak

² Freda Fordham, *Pengantar Psikologi C.G Jung* (Jakarta: Bratha Aksara, 1988), 18

³ Ibid, ...hal. 2

memiliki kelebihan dan kelemahannya masing- masing. Tentu saja kelebihan yang ada pada anak harus dikembangkan dan dimanfaatkan agar menjadi produktif dan berguna bagi orang lain.⁴ Salah satu cara yang bisa digunakan adalah terapi *client centered*.

Terapi *client centered* menempatkan tanggung jawab utama terhadap arah terapi pada klien. Tujuan utamanya ialah menjadikan anak lebih terbuka kepada pengalaman, mempercayai organismenya sendiri, mengembangkan evaluasi internal, kesediaan untuk menjadi suatu proses, dan dengan cara- cara yang lain bergerak menuju taraf- taraf yang lebih tinggi dari aktualisasi diri. Salah satunya seperti kasus yang penulis angkat. Sebut saja X, yang merupakan seorang siswa SMKN 1 SURABAYA kelas X RPL-1, yang menunjukkan gejala sering tidak masuk sekolah, sering melamun, menyendiri, pendiam, dan tidak memperhatikan pada saat pelajaran berlangsung, serta sukar untuk berinteraksi atau menjalin hubungan sosial dengan teman sekelasnya.

Dari hasil pengamatan checklist, sosiometri, serta Tes Who AM I serta wawancara terhadap guru Bimbingan dan Konseling, di dalam kelas tersebut X hanya berteman dengan satu orang saja, yaitu teman satu bangku, dia bahkan selalu menyendiri dan selalu menyukai suasana yang sepi.

Data lain menyebutkan bahwa siswa tersebut merupakan anak pertama dari tiga bersaudara, dia tinggal bersama kedua orang tuanya dan juga dua saudaranya. Siswa X ini adalah anak yang mempunyai kepribadian tertutup (pemalu), dan sulit menyesuaikan dengan lingkungan baru. Dalam hal belajar X juga merasa terganggu karena selalu memikirkan kata- kata yang di ucapkan oleh teman sekelasnya yang bikin dia sakit hati. Bahkan untuk bersekolah pun dia mengikuti kemauan hatinya.⁵

⁴ Reza Yulistira, *Kalau Bisa Pedes Kenapa Harus Malu*, (Penerbit: ST) hal.158

⁵ Dra. Sariwati, *Guru Bimbingan Dan Konseling*, 9 April 2011

Dalam hal ini penulis telah melakukan beberapa pendekatan wawancara dengan siswa X, dan dengan melihat latar belakang masalah diatas, bagaimana cara menangani siswa tidak percaya diri? Maka dengan terapi pendekatan *client centered* adalah terapi yang sesuai dalam memberikan bantuan kepada klien. Karena dalam hal ini menitik beratkan hubungan pribadi antara klien dan terapis, sikap- sikap terapis lebih penting daripada teknik- teknik, pengetahuan, atau teori. Jika terapis menunjukkan dan mengkomunikasikan kepada kliennya bahwa terapis adalah (1) pribadi yang selaras (2) secara hangat dan tak bersyarat menerima perasaan- perasaan dan kepribadian klien, dan (3) mampu mempersepsi secara peka dan tepat dunia internalnya itu, maka klien bisa menggunakan hubungan terapeutik untuk memperlancar pertumbuhan menjadi pribadi yang dipilihnya⁶.

LANDASAN TEORITIK

Terapi *Client Centered*

Menurut Rogers yang dikutip oleh Gerald Corey menyebutkan bahwa: 'terapi client centered merupakan teknik konseling dimana yang paling berperan adalah klien sendiri, klien dibiarkan untuk menemukan solusi mereka sendiri terhadap masalah yang tengah mereka hadapi. Hal ini memberikan pengertian bahwa klien dipandang sebagai partner dan konselor hanya sebagai pendorong dan pencipta situasi yang memungkinkan klien untuk bisa berkembang sendiri.'⁷

Jadi terapi *client centered* adalah terapi yang berpusat pada diri klien, yang mana seorang konselor hanya memberikan terapi serta mengawasi klien pada saat mendapatkan pemberian terapi tersebut agar klien dapat berkembang atau keluar dari masalah yang dihadapinya.

⁶ Ibid..., 109

⁷ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama, 2009), 91

Konsep Teori Kepribadian dalam Terapi *Client-Centered*

Rogers sebenarnya tidak terlalu memberi perhatian kepada teori kepribadian. Baginya cara mengubah dan perhatian terhadap proses perubahan kepribadian jauh lebih penting dari pada karakteristik kepribadian itu sendiri. Namun demikian, karena dalam proses konseling selalu memperhatikan perubahan-perubahan kepribadian, maka atas dasar pengalaman klinisnya Rogers memiliki pandangan- pandangan khusus mengenai kepribadian, yang sekaligus menjadi dasar dalam menerapkan asumsi- asumsinya terhadap proses konseling.

Kepribadian menurut Rogers merupakan hasil dari interaksi yang terus- menerus antara organism, self, dan medan fenomenal. Untuk memahami perkembangan kepribadian perlu dibahas tentang dinamika kepribadian sebagai berikut:

1. Kecenderungan Mengaktualisasi. Rogers beranggapan bahwa organism manusia adalah unik dan memiliki kemampuan untuk mengarahkan, mengatur, mengontrol dirinya dan mengembangkan potensinya.
2. Penghargaan Positif Dari Orang Lain. *Self* berkembang dari interaksi yang dilakukan organism dengan realitas lingkungannya, dan hasil interaksi ini menjadi pengalaman bagi individu. Lingkungan social yang sangat berpengaruh adalah orang- orang yang bermakna baginya, seperti orang tua atau terdekat lainnya. Seseorang akan berkembang secara positif jika dalam berinteraksi itu mendapatkan penghargaan, penerimaan, dan cinta dari orang lain.
3. Person yang Berfungsi. Utuh Individu yang terpenuhi kebutuhannya, yaitu memperoleh penghargaan positif tanpa syarat dan mengalami penghargaan diri, akan dapat mencapai kondisi yang kongruensi antara *self* dan pengalamannya, pada

akhirnya dia akan dapat mencapai penyesuaian psikologis secara baik.⁸

Tujuan Terapi *Client- Centered*

Tujuan dasar terapi client- centered adalah menciptakan iklim yang kondusif bagi usaha membantu klien untuk menjadi seorang pribadi yang berfungsi penuh. Guna mencapai tujuan terapi tersebut perlu mengusahakan agar klien bisa memahami hal-hal yang ada di balik topeng yang dikenakannya.⁹ Tujuan dasar dari layanan client centered yaitu sebagai berikut:

1. Keterbukaan kepada pengalaman
2. Kepercayaan terhadap organisme sendiri
3. Tempat evaluasi internal
4. Ketersediaan untuk menjadi suatu proses¹⁰

Peran konselor dalam terapi *Client – Centered*

Dalam pandangan Rogers, konselor lebih banyak berperan sebagai partner klien dalam memecahkan masalahnya. Dalam hubungan konseling, konselor ini lebih banyak memberikan kesempatan kepada klien untuk mengungkapkan segala permasalahan, perasaan dan persepsinya, dan konselor merefleksikan segala yang diungkapkan oleh klien. Agar peran ini dapat dipertahankan dan tujuan konseling dapat dicapai, maka konselor perlu menciptakan iklim atau kondisi yang mampu menumbuhkan hubungan konseling.¹¹

Selain peranan di atas, peranan utama konselor adalah menyiapkan suasana agar potensi dan kemampuan yang ada pada dasarnya ada pada diri klien itu berkembang secara optimal, dengan jalan menciptakan hubungan konseling yang hangat. Dalam

⁸ Ibid...93

⁹ Ibid., 94

¹⁰ Ibid.....96

¹¹ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang : UMM Press, 2008), 106

suasana seperti itu konselor merupakan “agen pembangunan yang mendorong terjadinya perubahan pada diri klien tanpa konselor sendiri banyak masuk dan terlibat langsung dalam proses perubahan tersebut.”¹²

Prosedur dalam terapi *Client- Centered*

Tahapan konseling berpusat pada person menurut Boy dan Pine (1981) jika dilihat dari apa yang dilakukan konselor dapat di buat dua tahap. *Pertama*, tahap membangun hubungan terapeutik, menciptakan kondisi fasilitatif dan hubungan yang substantif seperti empati, kejujuran, ketulusan, penghargaan dan positif itnampa syarat. Tahap *Kedua*, tahap kelanjutan yang disesuaikan dengan efektifitas hubungan disesuaikan dengan kebutuhan klien.

Sedangkan jika dilihat dari segi pengalaman klien dalam proses hubungan konseling dapat di jabarkan bahwa proses konseling dapat di bagi menjadi empat tahap, yaitu:

1. Klien datang ke konselor dalam kondisi tidak kongruensi, mengalami kecemasan, atau kondisi penyesuaian diri tidak baik.
2. Saat klien menjumpai konselor dengan penuh harapan dapat memperoleh bantuan, jawaban atas permasalahan yang hsedang dialami, dan menemukan jalan atas kesulitan-kesulitannya.
3. Pada awal konseling klien menunjukkan perilaku, sikap, dan perasaannya yang kaku.
4. Klien mulai menghilangkan sikap dan perilaku yang kaku, membuka diri terhadap pengalamannya, dan belajar untuk bersikap lebih matang dan lebih teraktualisasi, dengan jalan menghilangkann pengalaman yang dialaminya.

¹² Prayitno dan Erman Amti, *Dasar- Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), 300

5. Klien datang kepada konselor dengan mimik wajah yang sangat kusam, takut, pakaian keadaan tidak rapi. Seakan-akan masalah yang dihadapinya sangat besar.
6. Klien datang kepada konselor dan mempunyai harapan dapat memperoleh bantuan, kemudian konselor memberikan alternative bantuan antara lain bimbingan konseling individu, konseling behavior, dan terapi client centered.
7. Pada saat awal proses konseling konseli datang dengan sikap yang ragu- ragu, takut.
8. Pada tahap terapi yang terakhir ini konseli mulai menghilangkan sikap takut, dan ragu- ragu.

Ciri- ciri terapi *Client-Centered*

Ciri- ciri konseling berpusat pada person sebagai berikut:

1. Focus utama adalah kemampuan individu memecahkan masalah bukan terpecahnya masalah
2. Lebih mengutamakan sasaran perasaan dari pada intelek
3. Masa kini lebih banyak diperhatikakn dari pada masa lalu
4. Pertumbuhan emosional terjadi dalam hubungan konseling
5. Proses terapi merupakan penyesuaian antara gambaran diri klien dengan keadaan dan pengalaman diri yang sesungguhnya
6. Hubungan konselor dan klien merupakan situasi pengalaman terapeutik yang berkembang menuju kepada kepribadian klien yang integral dan mandiri.
7. Klien memegang peranan aktif dalam konseling sedangkan konselor bersifat pasif.¹³

Teknik terapi *Client-Centered*

Secara garis besar teknik terapi *Client- Centered* yakni:

¹³Pihasniwati, *Psikologi Konseling*, (Yogyakarta : Teras, 2008), 128

1. Konselor menciptakan suasana komunikasi antar pribadi yang merealisasikan segala kondisi.
2. Konselor menjadi seorang pendengar yang sabar dan peka, yang menyakinkan konseli dia diterima dan dipahami.
3. Konselor memungkinkan konseli untuk mengungkapkan seluruh perasaannya secara jujur, lebih memahami diri sendiri dan mengembangkan suatu tujuan perubahan dalam diri sendiri dan perilakunya.¹⁴

Tidak Percaya Diri atau Minder

Sikap tidak percaya diri merupakan kebalikan dari sikap percaya diri, yang mana sikap percaya diri merupakan sikap seseorang yang puas dengan dirinya. Sikap tidak percaya diri juga diartikan perasaan alami manusia yang diberikan Tuhan agar kita tidak terlalu kelewat percaya diri dan akhirnya sombong Menurut Lauser didefinisikan suatu perasaan atau sikap yang mementingkan diri sendiri, selalu pesimis, ragu- ragu dalam mengambil keputusan.

Menurut M. Zein Hidayat tidak percaya diri adalah seseorang yang memiliki perilaku seperti tidak mencoba hal baru, merasa tidak diinginkan dalam lingkungan sekitarnya, emosi terlihat kaku, mudah mengalami frustrasi, hingga terkadang mengesampingkan potensi dan bakat yang dimiliki.¹⁵

Berdasarkan pendapat diatas dapat di ambil kesimpulan bahwa rasa tidak percaya diri adalah ketidakyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya seperti tidak percaya dengan kemampuan yang dimiliki, cara pandang yang negative, dan keyakinan tersebut membuat merasa tidak bisa mencapai berbagai tujuan didalam hidupnya.¹⁶ Ada beberapa ciri khusus siswa yang tidak percaya diri; Susah berbicara, gagap, gagu,

¹⁴ WS. Winkel, *Bimbingan dan Konseling* (Yogyakarta : PT Grasindo, 2007), 402

¹⁵ M. Zein Hidayat, *Hipnoterapi Untuk Anak Yang Kurang Percaya Diri*, (Tiga Kelana) , 2010

¹⁶ Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Puspa Suara, Jakarta, 2002) 6

Menutup diri, adanya rasa malu, dan tidak berani, Ketidak mampuan berfikir secara mandiri Merasakan kejahatan dan bahaya serta bertambahnya rasa ketakutan dan kekhawatiran.¹⁷

Penyebab tidak Percaya Diri

1. Cara mendidik yang salah dan berdasarkan pada ancaman, kekerasan, dan pemukulan setiap kali untuk berbuat kesalahan
2. Sering disalahkan, dipukul, diancam, dicela, dan direndahkan
3. Orang tua terlalu membatasi setiap perilaku anak dan cara berfikirnya.
4. Selalu dibandingkan dengan anak yang lain untuk memberinya motivasi, terkadang justru memberikan pengaruh yang sebaliknya.
5. Meremehkan kemampuan dan harga dirinya serta melemahkan minatnya.
6. Bentuk badan yang kecil, tubuhnya yang cacat, seperti: pincang, bunting dan sebagainya.
7. Rendah IQ dan keterlambatan dalam belajar
8. Selalu mencelanya ketika ia mengalami kegagalan
9. Banyaknya pertengkaran antara kedua orang tua.
10. Dibeberi pekerjaan yang diluar kemampuannya, dan bakatnya sehingga ia tidak mampu dan gagal.¹⁸

Kriteria Keberhasilan Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Tidak Percaya Diri Dengan Terapi *Client Centered*

Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling dalam mengatasi siswa tidak percaya diri diketahui telah berhasil apabila memenuhi criteria sebagai berikut:

¹⁷ [http:// www. Hipnoterapi.asia/ percaya -diri:.htm](http://www.Hipnoterapi.asia/percaya-diri.htm) (diakses pada 23 Februari 2012)

¹⁸ [http://www.pengertian Tidak Percaya Diri.com](http://www.pengertian.Tidak.Percaya.Diri.com) (diakses tg16 juli 2011)

1. Konseli merasa bebas dari berbagai hambatan yang menghalangi dirinya dalam menghadapi dunia luar
2. Konseli sanggup bertindak sesuai dengan keputusan yang telah ditentukan
3. Klien menyadari dengan tegas keadaan dirinya, kemampuannya dan kekurangannya yang ada pada dirinya.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif, dengan tujuan dapat membantu peneliti dalam pengamatan, menghayati, merenungkan fenomena di lapangan serta untuk memberikan gambaran secara detail tentang bagaimana pelaksanaan pemberian terapi *client centered* dalam mengatasi siswa tidak percaya diri di SMK Negeri 1 Surabaya.

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Studi kasus adalah tipe pendekatan dalam penelitian yang penelaahannya kepada suatu kasus yang dilakukan secara intensif, mendalam, mendetail, dan komprehensif. Maka dalam penelitian ini menggunakan studi kasus karena konselor memberikan konseling *client centered* counseling kepada satu siswa saja, tidak untuk beberapa siswa. Konselinya adalah seorang siswa di SMK Negeri 1 Surabaya. Sedangkan data yang diperlukan dalam skripsi ini adalah diskripsi tentang kasus konseli dan pelaksanaan konselingnya.

Informan Penelitian

1. Konselor dalam penelitian ini adalah guru yang menangani siswa X ini. Informasi yang diperoleh dari konselor adalah Informasi tentang diri konseli yang berupa tingkah laku konseli, cara pandang konseli dan bagaimana konseli berinteraksi di lingkungan sekolah. Proses terapi yang digunakan yakni dengan memanggil siswa X hadir keruang BK

untuk mendapatkan terapi yang mana terapi yang diberikan peneliti dan dibantu guru BK ini tahap- tahapannya meliputi: peneliti menanyakan kepada guru BK terapi yang pernah dilakukan, berhasil atau tidak pada saat melaksanakan terapi tersebut.

2. Konseli (seseorang yang membutuhkan bantuan).¹⁹ Informasi yang diperoleh dari konseli antara lain:
 - a. Tentang tingkah laku yang di alami.
 - b. Kebiasaan yang sering dilakukan.
 - c. Pola berpikir konseli .
- b. Orang tua konseli. Informasi yang diperoleh antara lain:
 - a. Kebiasaan konseli dirumah.
 - b. Pola interaksi konseli dirumah.
Informasi dari orang tua konseli ini peneliti dapat pada saat orang tua konseli ini datang kesekolah untuk menemui guru BK.
 - c. Teman konseli. Informasi yang diperoleh antara lain:
 - d. Hubungan konseli dengan teman-teman di sekolah.
 - e. Tingkah laku konseli di dalam kelas.

Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi (Pengamatan) Observasi ini penulis lakukan pada tanggal 19 Maret 2011, observasi ini bertujuan untuk mencari data mengenai perilaku anak tidak percaya diri di SMK Negeri 1 Surabaya, proses pelaksanaan konseling, cara pengidentifikasian anak tidak percaya diri, setiap perubahan perilaku tidak percaya diri, sejauh mana keefektifan konseling, perilaku yang sering muncul ketika proses konseling, respon anak tidak percaya diri ketika mendapatkan terapi konseling, dan keberhasilan konseling.

¹⁹ Mohamad Surya, *Psikologi Konseling*. (Bandung : Pustaka Bani Quraisy, 2003), 6.

2. Interview (Wawancara) Wawancara dilaksanakan pada tanggal 2 April 2011, bertempat di depan kelas X-RPL 1, Interview ini melibatkan siswa X yang mengalami masalah, guru Sri sebagai guru BK dikelas X- RPL 1, interview ini dilakukan dalam 3 sampai 4 kali dan kemudian memberikan angket kepada siswa X tersebut, dengan bantuan guru BK. Tujuannya untuk mengetahui tingkah laku konseli, cara pandang konseli dan bagaimana konseli berinteraksi di lingkungan sekolah permasalahan yang dialami oleh konseli, dan juga untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan konseling *client centered* dalam membantu mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi konseli. Selain itu peneliti juga melakukan wawancara kepada pihak-pihak terkait seperti guru konseli, teman konseli, dan keluarga konseli untuk mengetahui tentang kecacatan fisik yang di alami, kebiasaan konseli dirumah, pola interaksi konseli di rumah, hubungan konseli dengan teman-teman di sekolah tingkah laku konseli di dalam kelas, dan kebiasaan yang sering dilakukan.
3. Sosiometri Dengan data ini seorang guru BK dapat mengetahui sejauh mana hubungan pertemanan anak- anak SMK Negeri 1 Surabaya khususnya dalam 1 kelas X RPL (Rangkaian Perangkat Lunak).
4. *Check List*. *Check List* memberikan bantuan yang besar terhadap pembimbing untuk mendapatkan gambaran yang jelas mengenai anak- anak yang ada di dalam kelas tersebut.²⁰
5. Dokumentasi. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dokumentasi berupa catatan di sekolah dan data-data yang lainnya untuk mengetahui tentang diri konseli.

²⁰ Moh Surya, *Bimbingan Dan Penyuluhan Disekolah* (Bandung :C.V. ILMU 195), 56

Analisa Data

Proses ini menggunakan teknik yang dilakukan oleh Miles dan Huberman dengan melalui 3 tahapan yaitu:²¹

1. Reduksi data Dalam reduksi data ini peneliti memilih data-data yang telah diperoleh selama melakukan proses penelitian. Hal ini dilakukan dengan menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang data yang tidak perlu dan mengorganisasikan data sehingga kesimpulan finalnya dapat diverifikasi.
2. Penyajian data Langkah ini dilakukan dengan menyajikan sekumpulan informasi yang tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan. Hal ini dilakukan dengan alasan data-data yang diperoleh selama proses penelitian kualitatif biasanya berbentuk naratif, sehingga memerlukan penyederhanaan tanpa mengurangi isinya.
3. Kesimpulan atau verifikasi Kesimpulan atau verifikasi adalah tahap akhir dalam proses analisa data. Pada bagian ini peneliti mengutarakan kesimpulan dari data-data yang telah diperoleh.

PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

Profil Lembaga

SMK Negeri 1 Surabaya sebagai lembaga pendidikan yang dapat diakui sebagai pengembang generasi yang profesional dan berbasis IT serta dapat bersaing dalam Pasar Kerja Global. Oleh karena itu dalam pembahasan sejarah SMK Negeri 1 Surabaya ini menitik beratkan dari sisi kelembagaan secara periodisasi, dan dibatasi status kelembagaan, lokasi sekolah, dan kurikulum.

SMK Negeri 1 Surabaya merupakan Sekolah Menengah Kejuruan Bertaraf Internasional yang mengembangkan dan menerapkan Sistem Manajemen Mutu ISO 9001 : 2000 sejak tahun

²¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R & D*, (Bandung : Alfabeta, 2009), 246.

2006 dan mulai tahun 2009 menerapkan Sistem Manajemen Mutu ISO 9001 : 2008 dengan tujuan memberikan kepuasan pelanggan, untuk memenuhi kebutuhan dan harapan pelanggan sesuai dengan persyaratan pelanggan.

Sejak tahun 1949, lokasi sekolah di Jl Pringadi Surabaya dan kegiatan pembelajaran siang hari, mengingat pagi hari untuk kegiatan pembelajaran Sekolah Lingkungan Yayasan Pendidikan Pringadi Surabaya .

Pada tahun 1969 SMK Negeri 1 Surabaya yang saat itu bernama SMEA Negeri 1 Surabaya menempati gedung baru di Jl. SMEA No 4 Wonokromo Surabaya dengan 20 kelas. Perkembangan selanjutnya menjadi 27 kelas, kemudian secara bertahap menjadi 24 kelas. Pada tahun pelajaran 2003-2004 menjadi 26 kelas setelah membuka program keahlian TIK (Teknologi Informasi dan Komunikasi) bidang keahlian " Multimedia" yang menerima 2 kelas.

Identifikasi Kasus

1) Identitas Siswa

- | | |
|---------------------------------|---------------------------|
| a. Nama Lengkap | : Saputra |
| b. Nama Panggilan | : X |
| c. Tempat/ Tanggal Lahir | : Pacitan 9 Desember 1994 |
| d. Jenis Kelamin | : laki- laki |
| e. Agama | : Islam |
| f. Kewarganegaraan | : Indonesia |
| g. Alamat Tempat Tinggal | : Jl. Batu Kulon 4/ 31 |
| h. Nomor Telepon | : - |
| i. Ke Sekolah di Tempuh dengan: | Mobil |
| j. Tinggal Bersama | : Orang Tua |
| k. Jumlah Saudara | : 3 |
| l. Anak Ke | :1 |

2) Identitas Orang Tua

- a. Nama Ayah : Surahman
- b. Agama : Islam
- c. Alamat Tempat Tinggal : Jl. Batu Kulon /31
- d. Nomor Telepon : 0813314686659
- e. Pekerjaan : Sopir
- f. Nama Ibu : Sri Sunarti
- g. Agama : Islam
- h. Pekerjaan : Ibu rumah tangga

3) Keadaan Jasmani Dan Kesehatan

- a. Keadaan Jasmani
 - 1) Tinggi Badan : 152 Cm
 - 2) Berat Badan : 45 Kg
 - 3) Bentuk Badan : Sedang
 - 4) Bentuk Muka : Bulat
 - 5) Bentuk Dan Warna Rambut: Lurus / Hitam
 - 6) Warna Kulit : Sawo matang
 - 7) Golongan Darah : -
- b. Kesehatan
 - 1) Keadaan Mata : baik
 - 2) Keadaan Telinga : baik
 - 3) Keterbatasan Jasmani : -
- c. Keadaan Umum Kesehatan

Untuk mengetahui kondisi konseli lebih jelas maka konselor menunjukkan data-data tentang konseli secara berurutan yaitu dari berbagai kondisi:

1) Kondisi keluarga

Kondisi keluarga konseli yakni berjumlah 5 anggota keluarga, terdiri dari Ayah, Ibu, dua saudara dan konseli sendiri yang merupakan anak pertama. Keluarga mereka bertempat tinggal di Jln. Batu Kulon 31. Ayah bekerja dan Ibu konseli sebagai ibu rumah tangga sedangkan adik-adik dari

konseli masih bersekolah di tingkat Sekolah Dasar (SD), Dan juga tingkat SLTP.

2) Kondisi perekonomian

Kondisi perekonomian dari konseli adalah sangat baik karena Ayah telah bekerja dengan sejumlah gaji S. meskipun ibunya tinggal di rumah saja. Dengan uang sejumlah itu maka kedua orang tuanya mampu untuk menyekolahkan ketiga anak mereka sampai ke jenjang yang lebih tinggi.

3) Kondisi Lingkungan

Kondisi lingkungan di daerah sekitar rumah sangat baik, yang mana mereka bertempat tinggal di salah satu perumahan kota Surabaya. Kondisi lingkungan yang begitu asri dan berdekatan dengan tetangga dan tidak jauh dari jalan raya yang memudahkan untuk transportasi termasuk berangkat ke sekolah. Sedangkan kondisi di lingkungan sekolah konseli juga sangat baik karena didukung dengan sarana dan prasarana yang ada, kemudian untuk tenaga pengajar juga sudah berkompeten di bidangnya masing-masing. Konseli juga dekat dengan teman satu kelasnya.

Dari data klien tersebut, peneliti memberikan suatu tes tentang kepribadian, dari hasil tersebut diperoleh gejala sementara bahwa klien memiliki kebiasaan yang selalu berdiam diri didalam kelas, jarang bergaul dengan teman- temannya, sering melamun, dan juga sering di ejek oleh temannya. Sehingga ia merasa tidak pernah ada yang menghargai baik disekolah maupun dirumah.

Dari hasil wawancara dengan teman klien, ternyata diri klien kepribadian yang sangat membingungkan terhadap diri klien sendiri, sehingga sering menyendiri, melamun dan menyukai suasana yang sangat sepi. Bahkan didalam keluarga pun klien hanya selalu menyendiri, selau mengurung diri di

kamar, tidak pernah berkumpul dengan keluarga dan juga saudaranya.

4) Diagnosis

Pada langkah ini yang dilakukan adalah menetapkan masalah berdasarkan analisis latar belakang penyebab timbulnya masalah. Dalam langkah ini dilakukan pengumpulan data mengenai berbagai hal yang menjadi latar belakang atau yang melatarbelakangi masalah. Ternyata siswa X tidak mau bermain dengan teman-temannya, dan tidak menyukai suasana yang sepi, selalu berdiam diri di kelas, serta selalu berfikir kalau teman-temannya dikelas tidak ada yang menghargai dirinya. Penyebab dari sifat X tersebut antara lain dari faktor internal yaitu kurang percaya diri, menutup diri, dan tidak memiliki berinteraksi dan komunikasi yang baik dengan teman sekelasnya. Sedangkan dari faktor internal kurangnya perhatian orang tua yang selalu sibuk dengan pekerjaan, sehingga X tersebut selalu merasa bosan apabila ada di rumah, dan juga selalu mengurung diri.

5) Prognosis

Langkah prognosis ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan dalam langkah diagnosis. Sedangkan untuk konseling yang telah dilaksanakan di sekolah ini hanya untuk siswa X adalah konseling individu, yang mana dalam konseling individu ini pemberian bantuan diberikan secara perseorangan dan secara langsung. Dalam hal ini diharapkan siswa tersebut mampu untuk mengenali dirinya dengan cara mengoptimalkan kemampuan yang ada. Maka siswa diajarkan untuk dapat mandiri dan pemberian motivasi kepada siswa X namun tidak berhasil. Sehingga peneliti sekaligus konselor akan mencoba untuk memberikan konseling dengan menggunakan terapi *Client Centered* kepada siswa X karena dengan pemberian terapi ini maka konselor bertujuan untuk menjadikan siswa X dapat mengenal dirinya, sebagaimana sifat siswa X yang tidak sesuai untuk membangun kemampuan yang bermanfaat dan

merubah perilaku yang tidak sesuai dengan harapan, dengan menggunakan teknik-teknik yang ada di dalam terapi *Client Centered* yang sesuai dengan masalah yang dialami konseli. Sebab dengan menggunakan teknik-teknik terapi *Client Centered* diharapkan dapat memaksimalkan proses konseling yang nantinya dapat berdampak baik bagi konseli untuk merubah sifat- sifat yang tidak sesuai.

Untuk merubah sikap yang tidak sesuai dengan harapan beberapa terapi yang di berikan untuk anak tidak percaya diri diantara :

- a. Tahap Prainduksi (tahap pengondisian)
 - 1) Penyiapan kondisi anak yaitu anak harus berada dalam kondisi fit atau sehat.
 - 2) Menyiapkan kondisi psikologis anak berarti membuat anak merasa nyaman secara psikologis untuk melakukan proses ini.
 - 3) Menyiapkan lingkungan yang kondusif, lingkungan sangat berpengaruh dengan stimulus apa pun di lingkungan sekitarnya baik stimulus visual (penglihatan), auditori (pendengaran), kinestetik (sentuhan), atau gulfaktori (penciuman).
- b. Tahap Induksi (tahap menurunkan level). Orang tua atau pendidik wajib mendampingi anak ketika proses induksi dilakukan agar hypnosis dapat berlangsung dengan optimal.
- c. Tahap Sugesti (tahap pemberian sugesti). Sugesti positif dalam proses ini diberikan dalam bentuk dongeng sehingga sugesti lebih mudah masuk dalam pikiran bawah sadar.
- d. Tahap terminasi (tahap membangunkan). Membangunkan anak dalam kondisi hypnotic adalah kondisi yang alamiah. Namun yang lebih penting adalah membuat kesan bahwa hypnosis adalah proses yang menyenangkan.
- e. Terapi *client centered*

Teknik terapi client centered antara lain:

- 1) Konselor menciptakan suasana komunikasi antar pribadi yang merealisasikan, segala kondisi.
- 2) Konselor menjadi seorang pendengar yang sadar dan peka, yang meyakinkan konseli dia diterima dan dipahami.
- 3) Konselor memungkinkan konseli untuk mengungkapkan seluruh perasaannya secara jujur, lebih memahami diri sendiri dan mengembangkan suatu tujuan perubahan dalam diri sendiri dan perilakunya.

f. *Treatment*

Setelah guru merencanakan pemberian bantuan, maka dilanjutkan dengan merealisasikan langkah- langkah alternative bentuk bantuan berdasarkan masalah dan latar belakang yang menjadi penyebabnya. Langkah ini dilaksanakan dengan berbagai pendekatan.

Pada kasus siswa X terapi yang diberikan seperti apa yang telah dijelaskan pada langkah diagnosis maka peneliti akan memberikan terapi sesuai dengan terapi client centered yaitu membuat hubungan terapeutik, menciptakan kondisi yang bersifat empati, kejujuran, dan ketulusan. Serta kelanjutan yang berhubungan dengan efektifitas kebutuhan klien.

g. *Evaluasi dan tindak lanjut*

Langkah ini dimaksudkan untuk menilai atau mengetahui sesampai sejauh manakah langkah terapi yang telah dilakukan telah mencapai hasilnya. Dalam langkah follow up atau tindak lanjut, dilihat perkembangan selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih jauh.

Pendekatan konseling bagi anak tidak percaya diri di SMK Negeri Surabaya

Prosedur dalam terapi client centered apabila dilihat dari pengalaman klien proses konseling sebagai berikut:

1. Klien datang kepada konselor dalam kondisi tidak kongruensi, mengalami kecemasan, atau penyesuaian diri tidak baik.
2. Saat klien menjumpai konselor dengan penuh harapan dapat memperoleh bantuan, jawaban atas permasalahan yang sedang dialami, dan menemukan jalan atas kesulitan- kesulitannya.
3. Pada awal konseling, klien menunjukkan perilaku, sikap, dan perasaannya yang kaku. Dia menyatakan permasalahan yang dialami kepada konselor secara permukaan dan belum menyatakan pribadi yang dalam
4. Klien mulai menghilangkan sikap dan perilaku yang kaku, membuka diri terhadap pengalamannya, dan belajar bersikap lebih matang, dengan jalan menghilangkan pengalaman yang dialami.

Dari beberapa prosedur diatas dapat digambarkan proses konseling sebagai berikut:

1. Klien datang kepada konselor dengan mimik wajah yang sangat kusam, takut, pakaian keadaan tidak rapi. Seakan-akan masalah yang dihadapinya sangat besar.
2. Klien datang kepada konselor dan mempunyai harapan dapat memperoleh bantuan, kemudian konselor memberikan alternative bantuan antara lain bimbingan konseling individu, konseling behavior, dan terapi *client centered*. Dari beberapa alternative bimbingan yang diberikan maka alternative yang cocok diberikan kepada konseli adalah terapi *client centered* karena sesuai dengan masalah yang dialami klien.
3. Pada saat awal proses konseling konseli datang dengan sikap yang ragu- ragu, takut. Pada saat konseli ditanya oleh konselor maka jawaban yang diberikan oleh konseli belum bisa berterus terang, sehingga membutuhkan waktu untuk selanjutnya, dan usaha yang dilakukan oleh konselor adalah menanamkan kepada konseli.

4. Pada tahap terapi yang terakhir ini konseli mulai menghilangkan sikap takut, dan ragu- ragu. Sehingga konseli sudah mulai terbuka didepan konselor tentang permasalahan yang dialaminya, dan konseli mulai menceritakan hal- hal dengan permasalahan yang dihadapi.

Wawancara peneliti menemui guru BK untuk memberitau hasil wawancara dengan siswa X, ternyata menurut guru BK tersebut anaknya memang pendiam selalu menyendiri, terkadang juga tidak masuk dikarenakan sikap temannya. Oleh sebab itu guru BK memberikan bimbingan individual terhadap siswa X. guru BK memberikan petunjuk lagi untuk mengadakan wawancara lebih lanjut dengan siswa X. Dikarenakan siswa X ini selain memiliki sifat yang pendiam, dia juga berfikir bahwa orang- orang disekitar terutama lingkungan keluarga kurang berkomunikasi dengan X.

Selang beberapa minggu kemudian setelah pemberian terapi client centered terhadap siswa X, maka peneliti menemui siswa X untuk menanyakan perubahan apa saja yang terjadi pada dirinya. Melalui guru BK peneliti meminta izin untuk menindak lanjuti penelitian terhadap siswa X yang merasa dirinya kurang percaya diri terhadap teman- teman sekelasnya, bahkan juga dengan interaksi di lingkungan keluarga juga kurang.

Hasil wawancara terakhir setelah penelit memberikan terapi kepada klien, yang mana hasil terapi sudah terlihat dengan adanya perubahan klien yang meninggalkan sikap menyendiri, sekarang sudah mulai bersosialisasi dengan teman- temannya, dan perubahan- perubahan yang lain.

Analisa Data

Data-data yang akan dianalisa ini merupakan data yang berhubungan dengan kasus yang telah diteliti tentang Efektifitas Layanan Terapi Client Centered dalam mengatasi anak yang tidak percaya diri di SMK Negeri 1 Surabaya.

Anak yang tidak percaya diri ini kebiasaan yang dilakukan di dalam kelas tepatnya di SMK Negeri 1 Surabaya adalah selalu melamun, menyendiri, pendiam, dan tidak bersosialisasi dengan teman-temannya. Hal tersebut disebabkan oleh terbawanya masa kehipupan pada waktu X duduk di bangku SLTP, yang mana pada saat SLTP dulu dia menemukan teman yang sesuai dengan apa yang ia inginkan. Setelah lulus dan melanjutkan ke SMK Negeri 1 Surabaya X merasa dirinya tidak menemukan apa yang ia inginkan, sehingga ia sering menyendiri, melamun, dan menyenangi suasana yang sepi.

Dari hasil data lain X menyendiri karena merasa tidak ada yang akan mengerti apa yang dia rasakan, dan diinginkannya. Disekolah teman-teman banyak yang mengejek apabila ia melakukan hal menurut dirinya benar, tetapi itu X lakukan karena disuruh oleh guru. Dari hal tersebut akan mengakibatkan dampak yang sangat berpengaruh terhadap dirinya.

Sifat yang ada dalam diri X tidak dapat dibiarkan terus-menerus seperti saat sekarang ini, karena akan berdampak negative terhadap pemikirannya, dia juga sudah berfikir bahwa orang-orang disekelilingnya tidak ada yang pernah menghargai dia. Padahal semua orang memiliki kesibukan masing-masing yang tidak mungkin hanya memikirkan diri X saja. Pandangan manusia menurut terapi *clien centered* ini menyatakan bahwa manusia itu merupakan makhluk social yang dimana keberadaan setiap manusia ingin dihargai, dan diakui keberadaannya serta mendapatkan penghargaan yang positif dari orang lain dan rasa kasih sayang adalah kebutuhan yang mendasar dan pokok dalam hidup manusia.²²

Tindakan atau perilaku tersebut yang dialami oleh siswa X, dengan kurangnya kasih sayang orang tua, selalu menyendiri, dan

²² Prayitni dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: PT. Asdi Mahastya, 2004), 300

tidak dapat berinteraksi dengan baik bersama teman sekelasnya yang menyebabkan dia tidak percaya diri atau minder di depan teman- temannya.

Dari permasalahan diatas maka peneliti memberikan terapi *client centered* yang mana terapi ini dipusatkan terhadap klien yang mana seorang konselor hanya memberikan terapi, melihat dan mengawasi tingkah laku klien apada saat melaksnakan terapi tersebut. Yang menjadi dasar dalam terapi clien centered ini adalah hal- hal yang menyangkut konsep- konsep mengenai diri (self), aktualisasi diri, teori kepribadian dan hakikat kecemasan. Atau juga konsep tentang diri dan konsep menjadi diri dan pertumbuhan diri.²³

Sebelum konseling dilaksanakan maka orang yang memberikan konseling harus mengembangkan atmosfer kepercayaan dengan memperlihatkan bahwa:

1. Ia memahami dan menerima pasien.
2. Kedua orang diantara mereka bekerjasama.
3. Terapis memilki alat yang berguna dalam membantu ke arah yang dikehendaki oleh pasien.²⁴

Sesuai dengan apa yang di lakukan oleh guru BK, bahwasanya guru BK sebelum melakukan kegiatan konseling harus menciptakan hubungan yang harmonis dengan diri klien, agar seorang klien dapat menceritakan permasalahannya secara terbuka kepada konselor. Dan klien berfikiran bahwa konselor tersebut dapat memberikan bantuan terhadap permasalahan yang dihadapinya. Tetapi didalam terapi *client centered* konselor hanyalah sebagai patner pada diri konseli.

Dari beberapa tahap penanganan masalah X, guru BK, dan peneliti sangat berharap dengan adanya keberhasilan yang diberikan melalui terapi *client centered* sehingga siswa X, dapat

²³ Pihasinawati, *Psikologi Konseling*, (Yogyakarta: SUKSES Offset), 121

²⁴ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama, 2009),106

menghilangkan masalah masa lalunya, merasa bebas dari berbagai hambatan yang menghalanginya, sanggup bertindak sesuai keputusan yang telah ditentukan, menyadari dengan tegas keadaan dirinya, kemampuannya dan kekurangan yang ada pada dirinya.

KESIMPULAN

1. Layanan terapi client centered di SMK Negeri 1 Surabaya, sudah berjalan dengan baik, yaitu dengan mengatasi siswa tidak percaya diri. Sebelum menggunakan terapi client centered guru BK dalam menangani siswa yang bermasalah selalu menggunakan layanan konseling individu. Tetapi dengan layanan individu tersebut guru BK juga memberikan terapi yang tepat terhadap untuk siswa sesuai dengan masalah yang dihadapinya.
2. Efektifitas layanan terapi client centered di SMK Negeri 1 Surabaya, benar- benar tepat dengan apa yang direncanakan sebelumnya. Yakni dengan pemberian terapi client centered terhadap kasus siswa tidak percaya diri, maka dapat dilihat hasil dari pemberian terapi tersebut, sebelum pemberian terapi client centered siswa yang tidak percaya diri selalu menyendiri, pendiam, dan juga kurang bersosial dengan temannya. Setelah terapi diberikan oleh peneliti dan dibantu oleh guru BK, dapat dilihat ketepatan pemberian layanan terapi ini pada siswa tidak percaya diri. Keberhasilan pelaksanaan layanan terapi client centered dalam mengatasi anak tidak percaya diri dapat diketahui setelah beberapa hari ada perubahan dari siswa tersebut. keberhasilan ini dapat dilihat dari konseli merasa bebas dari berbagai hambatan yang menghalangi dirinya, serta menyadari dengan tegas kemampuan yang dan keurangan yang ada pada dirinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi dan Ahmadi, *Metodologi Penelitian*, Jakarta Bumi Aksara 1997.
- Corey ,Gerald, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Bandung: Refika Aditama, 2009.
- Hakim, Thursan, *Mengatasi Rsa Tidak Percaya Diri*, Puspa Suara, Jakarta, 2002.
- Hidayat, M. Zein, *Hipnoteterapi Untuk Anak Yang Kurang Percaya Diri*, ttp: Tiga Kelana, 2010.
- Ibrahim, Nana Sudjana, *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*, Jakarta: Rajawali Press, 1995.
- Latipun, *Psikologi Konseling*, Malang: UMM Press, 2008.
- Pihasinawati, *Psikologi Konseling*, Yogyakarta: SUKSES Offest, 2003.
- Pihasniwati, *Psikologi Konseling*, Yogyakarta: Teras, 2008
- Prayitno dan Erman Amti, *Dasar- Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: PT. Asdi Mahastya, 2004.
- _____, *Dasar- Dasar Bimbingan Dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta,2004.
- _____, *Dasar- Dasar Bimbingan Konseling*, Jakarta: PT Asdi Mahasatya, 2004.
- Sariwati, *Guru Bimbingan Dan Konseling* . 9 April 2011
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R & D*, Bandung: Alfabeta, 2009.
- Surya, Moh., *Bimbingan Dan Penyuluhan Disekolah*, Bandung: C.V. ILMU 195.
- Surya, Mohamad, *Psikologi Konseling*, Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2003.
- Winkel, WS., *Bimbingan dan Konseling* Yogyakarta: PT Grasindo, 2007.
- [http:// www.hipnoterapi.asia/percaya -diri.htm](http://www.hipnoterapi.asia/percaya-diri.htm)
- [http://www.pengertian Tidak Percaya Diri.com](http://www.pengertianTidakPercayaDiri.com).