

## **Efektivitas Konseling dengan Pendekatan *Client Centred Therapy* untuk Meningkatkan Kemandirian Siswa dalam Belajar**

**Andi Ahmad Ridha**

Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga  
a.ahmad.ridha-2015@psikologi.unair.ac.id

**Azmul Fuady Idham**

Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga  
Komunitas Halo Jiwa  
azmul.fuady.idham-2016@psikologi.unair.ac.id

### ***Abstract***

*This study aims to determine the effectiveness of counselling with a client-centred therapy approach to increase students' independence in learning. The subject in this study is one person, namely a 17-year-old male student who experiences independence in carrying out learning activities at school. This study used a single-case experimental design method with treatment in the form of counselling with a client-centred therapy approach to a class XI Vocational School student who experiences independence in learning. The research instrument was an independent observation checklist. Data were analyzed descriptively by describing the changes experienced by the subject before and after being given counselling. The results showed that the subjects were slow to show changes after attending nine counselling sessions. Subjects can express commitment to carrying out strategies to increase the subject's learning independence. But in practice, the subject is not persistent in implementing the agreed-upon strategies so that the subject shows less success in behaving independently after participating in a counselling program with a client centred therapy approach.*

**Keywords:** *client-centred therapy; independence; counselling*

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling dengan pendekatan *client centered therapy* untuk meningkatkan kemandirian siswa dalam belajar. Subjek dalam penelitian ini adalah satu orang, yaitu seorang siswa laki-laki berusia 17 tahun yang mengalami ketidakmandirian dalam melakukan aktivitas belajar di sekolah. penelitian ini menggunakan metode *single case experimental design* dengan perlakuan berupa pemberian konseling dengan pendekatan *client centered therapy* terhadap seorang siswa SMK kelas XI yang mengalami ketidakmandirian dalam belajar. Instrumen penelitian berupa *checklist*

observasi kemandirian. Data dianalisis secara deskriptif dengan menggambarkan perubahan yang dialami subjek sebelum dan setelah diberikan konseling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek cukup lambat menunjukkan perubahan setelah mengikuti sembilan sesi konseling. Subjek sanggup menyatakan komitmen dalam melakukan strategi-strategi untuk meningkatkan kemandirian belajar subjek. Namun pada pelaksanaannya, subjek kurang gigih melakukan strategi-strategi yang disepakati sehingga subjek kurang menunjukkan keberhasilan dalam berperilaku mandiri setelah mengikuti program konseling dengan pendekatan *client centered therapy*.

**Kata kunci:** *client centered therapy*, kemandirian, konseling

### Pendahuluan

Kualitas lingkungan keluarga dan keterlibatan orangtua dalam pendidikan di sekolah berkaitan positif dengan motivasi individu di sekolah dan diprediksi dapat meningkatkan prestasi. Berbagai faktor lingkungan keluarga sangat penting seperti tingkat respons ibu terhadap anak, gaya ibu mendisiplinkan anak, keterlibatan ibu dengan anak, interaksi dalam keluarga, ketersediaan fasilitas belajar yang memadai, dan kesempatan mendapatkan kegiatan belajar sehari-hari. Orangtua yang menyediakan sebuah lingkungan keluarga yang hangat, responsif, dan suportif, mendorong eksplorasi, menstimulasi keingintahuan, dan menyediakan materi belajar, dapat mempercepat perkembangan prestasi dan menjadikan anak lebih mandiri (Schunk, Pintrich, & Meece, 2012).

Cooper dan Smalls (2010) mengemukakan bahwa budaya akademik di kalangan orangtua, dapat menjadi model bagi individu untuk menyamai tingkat pendidikan orangtua. Tingkat pendidikan orangtua yang tinggi dapat memberikan pemahaman dan pengarahan kepada anaknya serta orangtua memiliki kepedulian yang tinggi terhadap prestasi anak. Sebaliknya, orangtua dengan tingkat pendidikan yang rendah, cenderung mengabaikan kondisi anak di sekolah. Selain itu, Schunk (2012) mengemukakan bahwa kemiskinan dan rendahnya pendidikan dari orangtua berpengaruh terhadap perkembangan dan pembelajaran individu yang lebih buruk. Orangtua kurang dapat memberikan fasilitas yang cukup memadai sehingga anak kurang memiliki kesempatan untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya.

Hasil temuan kasus dan pendampingan psikologis selama 3 bulan (Oktober-Desember 2016) terhadap seorang siswa SMK kelas X, diketahui bahwa subjek memiliki prestasi yang rendah dalam belajar karena kurangnya kemandirian yang dimiliki subjek. Johnson (2014) menjelaskan bahwa kemandirian adalah kemampuan untuk mengatur diri sendiri, mengambil keputusan sendiri yang disertai dengan tanggung jawab dan mampu untuk menyesuaikan tindakannya untuk mencapai suatu tujuan. Hal ini sesuai dengan hasil observasi dan wawancara yang menunjukkan kebiasaan subjek yang kurang baik. Subjek kurang dapat mengatur dirinya sendiri, kurang bertanggung jawab, sering lupa membawa buku, kurang mencatat, dan sering tidak mengumpulkan tugas. Hasil tes grafis juga menunjukkan pribadi subjek yang kurang mandiri, kurang percaya diri, dan kurang mampu melakukan interaksi sosial.

Selain itu, menurut Sheldon, Elliot, Keem, dan Kassier (Suharnan, 2012) kemandirian ditandai dengan kemampuan mengambil inisiatif untuk bertindak dan mengendalikan aktivitas yang dilakukan, memberdayakan kemampuan yang dimiliki, dan menghargai hasil kerja sendiri. Dari hasil wawancara dengan guru diketahui bahwa subjek kurang menyadari sesuatu yang penting bagi dirinya dan hal yang menjadi tugas dan tanggung jawabnya. Subjek seringkali diberikan peringatan agar mengumpulkan tugas dan belajar dengan baik namun subjek masih mengulang kesalahan yang sama dan tidak menunjukkan perubahan. Selain itu, subjek terlihat kurang percaya dengan kemampuan dirinya sendiri. Hal ini terlihat dari tugas-tugas yang diberikan, subjek tidak mengerjakannya secara maksimal, subjek hanya datang ke sekolah tapi tidak mampu mengambil suatu pelajaran di dalam kelas.

Subjek kurang memanfaatkan secara maksimal kemampuan-kemampuan yang dimiliki di dalam menjalankan tugas. Subjek seringkali dibantu oleh temannya dalam mengerjakan tugas tapi subjek tidak memiliki inisiatif untuk mencari tahu tentang tugas tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa ketika menemui kendala dalam mempelajari sesuatu seperti saat melaksanakan tugas produktif ataupun saat mengerjakan tugas individu, subjek kurang dapat mengatasi masalahnya sendiri. Subjek memang tidak meminta bantuan terhadap orang lain

namun subjek juga tidak bisa menyelesaikan sendiri hal-hal yang menjadi tanggung jawabnya.

Ghufon dan Risnawita (2011) mengemukakan bahwa kemandirian individu terlihat dari kemampuannya dalam berpikir dan bertindak. Kemandirian membuat individu lebih berhasil dalam mengerjakan sesuatu yang memberikan lebih banyak kesempatan berpikir dan melakukan hal-hal yang diminati. Kemandirian mampu mendorong motivasi yang kuat untuk berprestasi dalam situasi yang memberikan kebebasan. Hal ini menunjukkan bahwa subjek kurang mandiri dalam berpikir dan bertindak. Subjek memiliki prestasi akademik yang cukup rendah, subjek memiliki beberapa nilai yang tidak memenuhi standar kriteria minimum.

Kemandirian harus dimiliki oleh individu agar dapat mengembangkan diri dengan mengeksplorasi potensi tanpa harus ada pengekangan dari pihak-pihak luar. Hal ini menjadi penting bagi individu agar mampu mengambil keputusan secara mandiri di masa depan dan menjalin interaksi sosial dengan lebih luas (Fleming, 2005). Ada tiga hal yang menjadi sumber kemandirian yaitu 1) bersikap independen, menolak aturan; 2) bebas untuk mengaktualisasikan dirinya dan memiliki konsep diri; 3) dan kemampuan untuk mengendalikan, berkuasa untuk mengontrol dirinya sendiri (Gelderan, Jansen, & Jonges, 2003).

Individu yang mandiri mampu memotivasi dirinya untuk bertahan dengan kesulitan yang dihadapi dan dapat menerima kegagalan dengan pikiran yang rasional. Individu yang mandiri adalah individu yang percaya akan kemampuan dan memiliki prinsip dalam hidupnya sehingga ia akan cukup mampu melakukan aktivitas apapun dalam hidupnya tanpa harus bergantung pada orang lain. Individu yang mandiri akan memperlihatkan perilaku yang eksploratif, mampu mengambil keputusan, percaya diri, dan kreatif. Selain itu juga mampu bertindak kritis, tidak takut berbuat sesuatu, mempunyai kepuasan dalam melakukan aktifitasnya, percaya diri, dan mampu menerima realitas. Kebutuhan untuk memiliki kemandirian dipercaya sebagai hal yang penting dalam memperkuat motivasi individu (Wijaya, 2015).

Hasil temuan kasus menunjukkan bahwa subjek kurang memiliki kemandirian dalam memenuhi kewajibannya sebagai seorang siswa. Selain itu, subjek merupakan anak yatim, termasuk siswa yang *introvert* dan berasal dari keluarga ekonomi bawah. Oleh karena itu, teknik konseling dengan pendekatan *client-centered* perlu dilakukan untuk membantu subjek terbuka pada pengalamannya, percaya pada kemampuan diri sendiri, menghilangkan sikap dan perilaku yang kaku, dan bersikap lebih matang, mandiri, dan teraktualisasi.

Rogers (Gladding, 2015) mengemukakan bahwa konselor dituntut untuk menciptakan iklim konseling yang dapat membuat klien merasa nyaman. Konselor menaruh kepercayaan pada klien untuk mengembangkan agenda tentang apa yang ingin dikerjakan. Tugas konselor adalah lebih sebagai fasilitator daripada pengarah. Rogers (Corey, 2013) mengemukakan bahwa pendekatan *client-centered* difokuskan pada tanggung jawab dan kesanggupan klien untuk menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara penuh. Klien, sebagai orang yang paling mengetahui dirinya sendiri, adalah orang yang harus menemukan tingkah laku yang lebih pantas bagi dirinya.

Rogers (Gladding, 2015) menekankan bahwa tujuan dalam konseling *client-centered* yaitu orang perlu bantuan untuk belajar bagaimana menghadapi berbagai situasi. Klien dibantu untuk mengidentifikasi, menggunakan, dan mengintegrasikan sumber daya dan potensinya sendiri. Rogers (Lubis, 2014) menambahkan bahwa dengan kemampuan konselor dalam memberikan empati, merefleksikan perasaan klien, menerima klien apa adanya, maka hal tersebut menjadi jalan bagi klien untuk menunjukkan sikapnya dengan lebih terbuka, dan belajar untuk bersikap lebih matang dan lebih teraktualisasi.

Berdasarkan pemaparan di atas, diketahui bahwa konseling dengan pendekatan *client centered therapy* diperlukan bagi subjek untuk dapat mengembangkan kemandiriannya dalam belajar. Individu yang ditemukan peneliti mengalami ketidakmandirian dalam belajar namun individu tersebutlah yang memiliki kekuasaan atas tingkah lakunya. Oleh karena itu, konseling dengan pendekatan *client centered therapy* sangat dibutuhkan bagi individu agar dapat menjalani hari-hari dengan baik di kehidupannya. Penelitian ini bertujuan untuk

mengetahui efektivitas konseling dengan pendekatan *client centered therapy* untuk meningkatkan kemandirian dalam belajar sehingga dapat disusun sebuah hipotesis bahwa terdapat perbedaan tingkat kemandirian belajar siswa sebelum dan setelah diberikan konseling dengan pendekatan *client centered therapy*.

### Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen dan menggunakan desain *single case experimental*. Eksperimen dilakukan dengan memberikan konseling dengan pendekatan *client centered therapy* pada subjek yang mengalami ketidakmandirian dalam belajar. Intervensi dilakukan dalam 9 sesi (1-2 jam per sesi, tergantung respons yang diberikan subjek) dalam jangka waktu 1 bulan. Pengukuran kemandirian dilakukan sebelum dan setelah pemberian konseling.

Subjek dalam penelitian ini adalah seorang siswa SMK kelas X, jenis kelamin laki-laki berusia 17 tahun yang mengalami ketidakmandirian dalam belajar. Instrumen penelitian yang digunakan berupa *checklist* observasi kemandirian yang disusun berdasarkan karakteristik kemandirian yang dikemukakan oleh Sheldon, Elliot, Keem, dan Kassier (Suharnan, 2012) bahwa kemandirian terdiri atas tiga karakteristik yaitu mengambil inisiatif dan mengendalikan aktivitas (tindakan) yang dilakukan, memberdayakan kemampuan yang dimiliki, dan menghargai hasil kerja/ karya sendiri.

### Hasil dan Pembahasan

Sebelum diberikan konseling, terlebih dahulu dilakukan pengukuran berupa observasi untuk mengetahui tingkat kemandirian yang dimiliki subjek. Setelah pemberian konseling, dilakukan pengukuran kembali berupa observasi untuk mengetahui apakah terdapat perubahan kemandirian subjek setelah diberikan konseling. Hasil observasi dapat dilihat pada tabel 1 dan tabel 2.

Tabel 1. Hasil Observasi Kemandirian Sebelum Konseling

Karakteristik	Ya/Tdk	Catatan
Mengambil inisiatif dan mengendalikan	Tidak	• Subjek tidak memiliki inisiatif untuk mencari tahu tentang pelajaran-pelajaran yang kurang dipahaminya di

Karakteristik	Ya/Tdk	Catatan
aktivitas (tindakan) yang dilakukan		<p>sekolah. Subjek tidak bertanya pada guru, teman, maupun kepada adiknya yang satu jurusan dengan ia meskipun beda sekolah.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Subjek tidak meminta kebijakan pada guru ketika tidak mengumpulkan tugas yang telah diberikannya sehingga seringkali guru memperingatkan Subjek untuk mengumpulkan tugas-tugasnya.</li> <li>• Subjek tidak berinisiatif untuk memfotokopi buku pelajaran yang tidak dimilikinya dan tidak berusaha untuk meminjam buku pada teman ketika lupa membawa buku dari rumah.</li> <li>• Subjek seringkali diberikan perintah dan peringatan berkali-kali agar melaksanakan kewajibannya sebagai seorang siswa.</li> <li>• Subjek seringkali diberitahu oleh guru agar memperbaiki penampilannya di sekolah dan menggunakan kacamata saat belajar.</li> <li>• Subjek tidak pernah terlibat aktif dalam berdiskusi maupun kerja kelompok.</li> <li>• Ketika jam pelajaran kosong Subjek lebih banyak menggunakan gadget daripada membaca buku ataupun sekedar berinteraksi dengan teman-temannya.</li> <li>• Subjek seringkali diingatkan oleh temannya untuk mengumpulkan tugas atau mendengarkan pengumuman yang disampaikan guru.</li> <li>• Jika menghadapi banyak tugas, Subjek cenderung menumpuk tugas di akhir minggu.</li> </ul>
Memberdayakan kemampuan yang dimiliki	Tidak	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subjek tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang diadakan oleh sekolah.</li> <li>• Subjek tidak mengerahkan seluruh kemampuan yang dimilikinya. Subjek seringkali dibantu oleh temannya dan diberikan contekan agar tugasnya selesai.</li> <li>• Dalam mengerjakan tugas-tugas dalam buku lembar kegiatan siswa, Subjek tidak mencarinya terlebih dahulu, melainkan menyontek tugas yang dikerjakan oleh temannya.</li> <li>• Subjek kurang sanggup menjalankan tugas-tugas praktikum tanpa dibantu teman-temannya meskipun tugas tersebut tergolong ke dalam tugas yang cukup mudah untuk dilakukan seorang diri. Subjek tidak terlihat mempersiapkan diri dengan baik seperti kurang memperhatikan penjelasan guru, tidak memperhatikan praktik yang didemonstrasikan oleh teman, dan juga tidak bertanya pada guru ketika ia tidak mengerti.</li> <li>• Subjek terkadang menolak untuk melaksanakan tugas-tugas yang cukup menantang seperti saat bertugas di meja <i>front office</i>, Subjek akan memilih tugas sebagai orang yang menyodorkan buku tamu. Subjek menolak peran untuk melayani tamu, menyapa, dan mengantar tamu.</li> <li>• Subjek kurang dapat mengatasi kesulitannya dan juga tidak berusaha mengungkapkan perasaan maupun pendapat tentang kesulitan yang dialaminya sehingga</li> </ul>

Karakteristik	Ya/Tdk	Catatan
Menghargai hasil kerja/ karya sendiri	Tidak	<p>seringkali teman atau guru yang menawarkan bantuan kepada subjek.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Subjek tidak percaya diri saat harus tampil di depan banyak orang seperti saat mendemonstrasikan materi praktikum. Subjek akan terlihat gemetar, suaranya bergetar dan tidak menatap mata orang lain.</li> <li>• Meski dapat minta tolong orang lain, subjek tidak melakukannya akan tetapi subjek juga tidak dapat melakukan sendiri tugasnya sehingga seringkali ketika tidak ada teman yang menawarkan bantuan, maka subjek tidak mengumpulkan atau mengerjakan tugasnya.</li> <li>• Subjek menunjukkan nilai hasil belajar yang sangat rendah dan memiliki banyak nilai yang berada di bawah batas minimum kelulusan.</li> <li>• Subjek kurang menunjukkan rasa puas terhadap karyanya sendiri karena ia tidak pernah mengumpulkan tugas, meskipun mengumpulkan tugas maka tugas tersebut hasil bantuan ataupun hasil contekan dari teman-teman yang menawarkannya kepada subjek.</li> <li>• Subjek tidak mengumpulkan tugas dan juga tidak mengemukakan kesulitan yang dialaminya kepada orang lain.</li> </ul>

Tabel 2. Hasil Observasi Kemandirian Setelah Konseling

Karakteristik	Ya/Tdk	Catatan
Mengambil inisiatif dan mengendalikan aktivitas (tindakan) yang dilakukan	Ya	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sudah dapat menanyakan tentang tugas-tugas yang diberikan oleh guru dan bertanya pada teman tentang materi-materi pelajaran yang kurang dipahaminya.</li> <li>• Subjek sudah mendatangi guru-guru untuk melakukan perbaikan nilai namun subjek tidak mengumpulkan tugas untuk mata pelajaran produktif/ praktikum. Subjek hanya mengumpulkan tugas dari beberapa mata pelajaran umum. Subjek sudah mulai berinisiatif tapi belum diiringi dengan kekonsistenan dalam bertingkah laku.</li> </ul>
Memberdayakan kemampuan yang dimiliki	Tidak	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subjek belum dapat memberdayakan kemampuan yang dimilikinya. Hal ini terlihat dari seringnya subjek tidak mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru.</li> <li>• Subjek belum menunjukkan adanya rasa tanggung jawab dalam proses pembelajaran. Hal ini terlihat dari perilaku subjek yang tidak melakukan usaha untuk mengerjakan tugas produktif dan tidak mengumpulkan tugas tersebut hingga batas akhir penyetoran nilai ke wali kelas.</li> </ul>
Menghargai hasil kerja/ karya sendiri	Tidak	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subjek belum menunjukkan kepercayaan pada dirinya sendiri, hal ini terlihat dari perilaku subjek yang masih menyontek saat subjek dalam keadaan terdesak oleh waktu, seperti saat ujian akhir semester maupun saat pengumpulan tugas.</li> </ul>



Berdasarkan hasil observasi sebelum pemberian konseling diketahui bahwa subjek tidak memiliki karakteristik sebagai pribadi yang mandiri, subjek tidak menunjukkan inisiatif dalam bertindak, tidak memberdayakan kemampuan yang dimiliki, dan tidak menghargai hasil karya diri sendiri. Setelah diberikan konseling, dilakukan observasi untuk mengetahui perubahan kemandirian yang dialami subjek. Subjek mulai menunjukkan inisiatif namun belum mampu memberdayakan kemampuan yang dimiliki, juga kurang menghargai hasil karya sendiri. Subjek tidak kooperatif dalam strategi-strategi untuk meningkatkan kemandiriannya meskipun subjek telah menyatakan komitmen untuk mengubah perilakunya.

Adapun deskripsi mengenai perubahan subjek selama proses konseling dapat dilihat pada tabel 3. Konseling dilakukan selama 9 sesi dimulai dari tanggal 17 November 2016 hingga 9 Januari 2017. Evaluasi dilakukan berdasarkan pencapaian subjek dengan melihat target perilaku dan kondisi akhir yang diharapkan pada setiap perilaku. Setiap sesi dilakukan berdasarkan pendekatan *client-centered* yaitu menaruh kepercayaan kepada subjek untuk bertanggung jawab dalam menemukan solusi atas permasalahannya dengan mengedepankan kualitas hubungan konseling dengan adanya empati dan penerimaan tanpa syarat oleh konselor. Setelah melalui beberapa sesi konseling dengan pendekatan *client-centered*, subjek dapat menjadi lebih terbuka pada pengalamannya, sikap dan perilaku subjek yang kaku sudah mulai menunjukkan keterbukaan

**Tabel 3. Deskripsi Perubahan Subjek Selama Proses Konseling**

Sesi	Target	Evaluasi Intervensi
Sesi I Kontrak Konseling	Subjek memahami gambaran konseling yang akan dilakukan	Subjek pada awalnya bingung dengan istilah konseling yang dikatakan konselor tapi setelah konselor menjelaskan tujuan dan proses yang akan dilakukan dalam upaya membantu subjek menemukan solusi atas permasalahan yang dialami subjek, subjek memahami dan setuju terhadap proses konseling yang akan dilakukan.
Sesi II Asesmen Masalah	Subjek dapat mengemukakan dan memahami masalah yang dihadapi	Subjek masih menunjukkan kekakuannya di awal proses konseling, subjek belum terbuka sepenuhnya dalam menceritakan masalah yang dihadapi. Konselor menunjukkan penerimaan terhadap kondisi subjek dan terus mendorong agar subjek dapat menceritakan lebih banyak tentang dirinya. Subjek seringkali diberikan dorongan-dorongan agar dapat menceritakan masalah yang dihadapinya. Setelah diberikan dorongan,

Sesi	Target	Evaluasi Intervensi
Sesi III Penetapan Tujuan	Subjek dapat menentukan tujuan yang ingin dicapai dalam konseling	<p>perlahan-lahan subjek mulai menceritakan masalah-masalah yang dialaminya. Subjek memahami bahwa ia memiliki masalah dengan kemandiriannya sebagai seorang siswa.</p> <p>Setelah mendapat pengarahan dari konselor, subjek dapat membuat suatu tujuan konseling yaitu subjek ingin meningkatkan kemandirian yang dimilikinya. Subjek akan berusaha untuk mencapai tujuan konseling yang sudah dibuatnya.</p>
Sesi IV Penyeleksian Strategi	Subjek dapat menetapkan strategi yang akan digunakan dalam proses konseling	<p>Subjek mulai menunjukkan keterbukaannya dengan mengemukakan strategi-strategi apa saja yang akan dilakukannya untuk mengatasi masalahnya. Konselor mengajak subjek untuk mendiskusikan strategi yang akan digunakan untuk membantu subjek, hingga akhirnya subjek dapat menentukan beberapa strategi yang akan digunakannya dan subjek berkomitmen untuk melaksanakan strategi tersebut.</p>
Sesi V Implementasi Strategi	Subjek dapat mengimplementasikan strategi yang telah dipilihnya	<p>Subjek dapat mengutarakan hal-hal yang akan dilakukannya dalam menerapkan strategi konseling. Konselor memberikan pekerjaan rumah kepada subjek, agar subjek dapat terbiasa dengan strategi-strategi yang dilakukannya. Hasil pelaksanaan implementasi strategi konseling akan dilaporkan subjek dalam rentang waktu 1 minggu ke depan.</p> <p>Subjek dapat menilai perubahan yang dialaminya, saat ini subjek sedang dalam proses untuk mencapai tujuan konseling, subjek masih beradaptasi dan berusaha untuk konsisten menerapkan strategi konseling.</p>
Sesi VI Evaluasi dan Tindak Lanjut	Subjek dapat melakukan evaluasi dan menindaklanjuti strategi konseling yang dilakukannya	<p>Menurut subjek dan beberapa teman subjek, subjek mulai mengalami beberapa perubahan yang lebih baik. Selain itu, menurut beberapa guru yang mengajar subjek, subjek mulai mengumpulkan tugas-tugas yang tidak dikerjakannya selama beberapa minggu. Subjek merasa lebih baik setelah menerapkan strategi konseling, oleh karena itu subjek menyatakan bersedia meneruskan strategi yang telah dilakukannya.</p> <p>Subjek mengalami kemunduran dari sesi sebelumnya, subjek kurang konsisten dalam menerapkan strategi yang sudah ditetapkannya. Oleh karena itu, subjek hingga saat ini belum mencapai tujuan konseling yang hendak dicapainya. Menurut subjek, ia sudah melaksanakan strategi konseling dengan baik tapi menurut teman-teman dan wali kelasnya, subjek masih menunjukkan perilaku yang kurang baik, konselor menilai bahwa subjek kurang konsisten melaksanakan strategi konseling. Menurut wali kelas, subjek memang sudah mulai berinisiatif meminta nilai dan menyetorkan tugas untuk mata pelajaran umum tapi untuk mata pelajaran produktif hingga pelaksanaan ujian selesai, subjek tidak mengumpulkan tugas, padahal tugas tersebut adalah tugas dari 3 bulan sebelumnya. Guru masih berbaik hati memberikan kebijakan kepada subjek namun subjek tidak juga menunjukkan usaha yang lebih</p>
Sesi VII Evaluasi dan Tindak Lanjut	Subjek dapat melakukan evaluasi dan menindaklanjuti strategi konseling yang dilakukannya	

Sesi	Target	Evaluasi Intervensi
Sesi VIII Evaluasi dan Tindak Lanjut	Subjek dapat melakukan evaluasi dan menindaklanjuti strategi konseling yang dilakukannya	<p>untuk melaksanakan kewajibannya sebagai seorang siswa. Teman-teman subjek juga mengatakan bahwa subjek kurang berusaha untuk mengerjakan tugas-tugas praktikum, subjek juga tidak banyak bicara dan tidak minta tolong pada teman-temannya.</p> <p>Subjek merasa kondisinya menjadi lebih baik, meskipun menurut wali kelas dan teman-temannya, subjek belum sepenuhnya mengalami perubahan yang lebih baik, subjek hanya menuruti/ mengiyakan apa yang dikatakan guru-guru namun kurang melaksanakan perintah guru untuk memperbaiki perilakunya. Berdasarkan hasil evaluasi dari subjek, teman-teman kelas, dan dari wali kelas, dan membandingkannya dengan hasil capaian pada tujuan konseling yang hendak dicapai oleh subjek, konselor menilai bahwa subjek menunjukkan beberapa perubahan yang patut diapresiasi dan terus memberikan dukungan untuk mengubah perilakunya yang lain.</p> <p>Subjek merasa kondisinya menjadi lebih terarah setelah menjalankan program konseling bersama dengan konselor. Meskipun begitu, subjek merasa masih membutuhkan dorongan dari orang-orang di sekitarnya untuk selalui mengingatkannya sehingga subjek tetap konsisten melaksanakan strategi konseling yang sudah ditetapkannya. Selain itu, subjek merasa dengan kondisinya yang sudah mengalami beberapa perubahan, subjek menyatakan tetap bersedia melaksanakan strategi konseling secara mandiri dan siap bertanggung jawab demi kebaikannya sendiri dan berusaha untuk mengupayakan yang terbaik. Dengan mempertimbangkan perubahan yang dicapai subjek melalui penilaian oleh subjek sendiri, penilaian konselor, penilaian guru, dan teman-temannya, maka program konseling dapat dihentikan dan subjek akan melanjutkan strategi konseling secara mandiri agar mendapatkan perubahan yang lebih baik dalam menjalankan aktivitasnya sehari-hari.</p>
Sesi IX Terminasi	Subjek mengalami kemajuan dan proses konseling dapat diakhiri	<p>Subjek mengalami beberapa perubahan, subjek menyatakan tetap bersedia melaksanakan strategi konseling secara mandiri dan siap bertanggung jawab demi kebaikannya sendiri dan berusaha untuk mengupayakan yang terbaik. Dengan mempertimbangkan perubahan yang dicapai subjek melalui penilaian oleh subjek sendiri, penilaian konselor, penilaian guru, dan teman-temannya, maka program konseling dapat dihentikan dan subjek akan melanjutkan strategi konseling secara mandiri agar mendapatkan perubahan yang lebih baik dalam menjalankan aktivitasnya sehari-hari.</p>

Berdasarkan hasil evaluasi setelah pemberian konseling, diketahui bahwa pemberian konseling yang dilakukan belum cukup berhasil untuk meningkatkan kemandirian subjek dalam belajar, subjek masih sering tidak mengerjakan tugas dan tidak mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru. Diperlukan keinginan yang kuat dan komitmen dari dalam diri subjek agar konseling dengan pendekatan *client centered therapy* dapat membawa perubahan bagi diri subjek. Sementara subjek meskipun sudah berkomitmen untuk menjalankan strategi yang sudah ditetapkannya sendiri tapi ia masih tidak konsisten dalam menerapkan strategi

tersebut. Hal ini diperparah oleh kurangnya perhatian dan pengontrolan yang dilakukan oleh orangtua di rumah, sehingga tidak ada pihak yang dapat mengawasi dan mengingatkan aktivitas belajar subjek ketika berada di luar sekolah.

Hasil penelitian yang dilakukan Boharudin (2013) menunjukkan bahwa konseling *client centered* cukup sulit diterapkan pada semua siswa terutama untuk siswa-siswa yang *introvert* sehingga diperlukan waktu yang cukup lama bagi siswa dalam mengembangkan diri secara adaptif. Hasil penelitian yang dilakukan Damayanthi, Sedanayasa, dan Antari (2014) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kemandirian belajar siswa sebesar 24,23% setelah diberikan perlakuan berupa konseling *client centered* dengan teknik *self understanding*. Peningkatan kemandirian yang dialami masih tergolong rendah sehingga diperlukan konseling lebih lanjut yang disertai dengan penerapan strategi-strategi yang dapat membuat siswa lebih aktif dalam mengembangkan diri.

Hasil penelitian sebelumnya sesuai dengan yang dialami subjek pada penelitian ini, subjek menunjukkan perubahan perilaku yang cukup lambat, didukung oleh pribadi subjek yang tergolong *introvert* dan lingkungan keluarga yang kurang mendukung sehingga perubahan yang dialami subjek penelitian kurang menunjukkan keberhasilan. Baumrind (Schunk, Pintrich, & Meece, 2012) mengemukakan bahwa orangtua yang cenderung menelantarkan akan menghasilkan karakteristik anak-anak yang *moody*, impulsif, agresif, kurang bertanggung jawab, tidak mau mengalah, *self esteem* yang rendah, sering bolos, dan bermasalah dengan teman. Hal ini cukup sesuai dengan yang dialami oleh subjek, Subjek kurang dapat menyatakan keinginannya terhadap orang lain, kurang bertanggung jawab, kurang percaya diri, dan memiliki hubungan sosial yang kurang baik dengan teman-temannya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek memiliki perubahan yang cukup lambat, setelah diberikan konseling dengan pendekatan *client centered therapy*, subjek sudah menunjukkan inisiatif namun subjek tidak konsisten dalam menjalankan strategi-strategi yang telah didiskusikan pada sesi konseling. Subjek juga belum menunjukkan perubahan dalam memberdayakan kemampuan diri

sendiri dan belum mampu menghargai hasil karya diri sendiri. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa perlakuan berupa konseling dengan pendekatan *client centered therapy* kurang efektif meningkatkan kemandirian siswa yang tergolong *introvert* dan memiliki lingkungan keluarga yang kurang suportif sehingga diperlukan waktu konseling yang cukup lama bagi subjek untuk menunjukkan perubahan perilaku yang signifikan.

## Kesimpulan dan Saran

### Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling dengan pendekatan *client centered therapy* tidak efektif dalam meningkatkan kemandirian siswa dalam belajar. Tidak terdapat perbedaan kemandirian siswa secara signifikan sebelum dan setelah diberikan konseling. Siswa mengalami peningkatan pada aspek mengambil inisiatif dan mengendalikan aktivitas (tindakan) yang dilakukan, namun siswa tidak konsisten dalam memberdayakan kemampuan yang dimiliki dan kurang menghargai hasil karya diri sendiri.

### Saran

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam pelaksanaannya yaitu pelaksanaan konseling tidak memiliki jadwal khusus melainkan menyesuaikan dengan aktivitas siswa di sekolah sehingga peneliti tidak dapat mengontrol kejadian-kejadian yang dapat mempengaruhi kenyamanan siswa sebelum pelaksanaan konseling. Ruang pelaksanaan konseling juga tidak memiliki sekat dengan ruang kerja guru bimbingan konseling sehingga cukup mengganggu dalam pelaksanaan konseling, terutama untuk membangun kedekatan dan kenyamanan dengan subjek penelitian sehingga sangat disarankan kepada peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian di tempat yang nyaman sesuai dengan aturan pelaksanaan konseling. Penelitian ini juga menjadi masukan bagi pihak sekolah untuk memaksimalkan fungsi layanan bimbingan konseling bagi siswa-siswa di sekolah.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Boharudin. (2013). Penerapan teori client centered dalam konseling (Studi kasus terhadap pelayanan konseling individual di Sekolah Menengah Pertama Negeri 16 Pekanbaru). *Skripsi*. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
- Cooper, S. M., & Smalls, C. (2010). Culturally Distinctive and Academic Socialization: Direct and Interactive Relationships with African American Adolescents' Academic Adjustment. *Journal Youth Adolescence*, 39: 199-212. DOI 10.1007/s10964-009-9404-1.
- Corey, G. (2013). *Teori dan praktek: Konseling & psikoterapi*. Cetakan ke-7. Bandung: Refika Aditama.
- Damayanthi, N.P.W., Sedanayasa, G., & Antari, N.N.M. (2014). Penerapan konseling client centered dengan teknik self understanding untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa kelas VIII B2 SMP Negeri 2 Sawan Tahun Ajaran 2013/2014. *E-journal Universitas Pendidikan Ganesha*, 2(1), 1-10.
- Fleming, M. (2005). Adolescent autonomy: Desire, achievement and disobeying parents between early and late adolescence. *Australian Journal of Education and Developmental Psychology*, Vol. 5, 1- 16.
- Gelderan, M., Jansen, P., & Jonges, S. (2003). The multiple sources of autonomy as a startup motive. *Research Report*. Netherlands: EIM.
- Ghufron, M.N., & Risnawita S., R. (2011). *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gladding, S. T. (2015). *Konseling: Profesi yang menyeluruh*. Cetakan ke-2. Edisi ke-6. Jakarta: Indeks.
- Johnson, E. B. (2014). *CTL: Contextual teaching & learning, menjadikan kegiatan belajar-mengajar menyenangkan dan bermakna*. Bandung: Kaifa.
- Lubis, N.L. (2014). *Memahami dasar-dasar konseling dalam teori & praktik*. Edisi ke-1. Cetakan ke-3. Jakarta: Kencana Prenada Group.
- Schunk, D. H. (2012). *Teori-teori pembelajaran: Perspektif pendidikan*. Edisi ke-6. Cetakan ke-1. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2012). *Motivasi dalam pendidikan: Teori, penelitian, dan aplikasi*. Edisi ke-3. Cetakan ke-1. Jakarta: Indeks.

Suharnan. (2012). Pengembangan skala kemandirian. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2), 66-76.

Wijaya, B. O. (2015). Hubungan antara penyesuaian diri dengan kemandirian pada mahasiswa yang merantau fakultas teknik industri universitas bina darma angkatan 2014/2015 palembang. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma Palembang*, 1-14.