



**PENDEKATAN CLIENT CENTERED UNTUK MEMBANTU MENCAPAI
AKTUALISASI DIRI PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 1 PALANGKARAYA**
**Client Centered Approach To Help Achieve Self-Actualization Of Students In
SMA Negeri 1 Palangkaraya**
Petronela Anyela Pa'o

SMA Negeri 1 Palangkaraya, , Kalimantan Tengah, Indonesia

ARTIKEL INFO

ABSTRAK

Diterima

Pendekatan *Client Centered* untuk Membantu Peserta Didik Mencapai Aktualisasi Diri pada Peserta Didik Di SMA Negeri 1 Palangka Raya Tahun Pelajaran 2017/2018. Penelitian ini bertujuan untuk : (1) mengetahui pengaruh Pelaksanaan konseling individual dengan pendekatan *client centered* dalam membantu untuk mencapai Aktualisasi Diri pada peserta didik di SMA Negeri 1. (2) Untuk mengetahui ada perubahan setelah diberikan layanan Pendekatan *Client Centered* dalam membantu untuk mencapai perilaku aktualisasi diri pada peserta didik. Jenis penelitian yang digunakan adalah pendekatan *Mix Method* dengan bentuk strategi *eksploratoris sekuensial*.

Dipublikasi
September 2019

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik di SMA Negeri 1 Palangka Raya yang berjumlah 1488 orang dengan sampel 3 orang peserta didik yang teridentifikasi memiliki pengelolaan aktualisasi diri rendah. Data dianalisis dengan uji test menggunakan aplikasi software spss versi 22.00. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi, skala aktualisasi diri dan dokumentasi.

Kata kunci: Pendekatan *Client Centered*, Aktualisasi Diri

ABSTRACT

Client Centered Approach to Help Students Achieve Self-Actualization in Students in SMA Negeri 1 Palangka Raya in the Academic Year 2017/2018. This study aims to: (1) determine the effect of the implementation of individual counseling with a client centered approach in helping to achieve Self-Actualization in students in SMA Negeri 1. (2) To find out there are changes after being given the Client Centered Approach service in helping to achieve actualization behavior themselves on students. The type of research used is the Mix Method approach with a sequential exploratory strategy form.

*e-mail :

The population in this study were all students in SMA Negeri 1 Palangka Raya, amounting to 1488 people with a sample of 3 identified students who had low self-actualization management. Data were analyzed by test using the SPSS software application version 22.00. Data collection techniques using interviews, observation, self-actualization scale and documentation.

Keywords: *Client Centered Approach, Self Actualization*

Orcid :

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial, didalam manusia tidak dapat hidup sendiri tanpa orang lain. Begitu juga dengan peserta didik di sekolah, peserta didik tidak dapat hidup sendiri tanpa teman, guru ataupun warga sekolah lainnya. Peserta didik Sekolah Menengah Atas (SMA) berada dalam masa remaja (usia 15 sampai 18). Pada masa ini remaja masih bersifat kekanak-kanakan tetapi pada masa ini mulai timbul akan kesadaran mengenai kepribadian sendiri. Pada jenjang ini, kebutuhan remaja telah cukup kompleks.

Pada hakikatnya manusia memiliki nilai intrinsik yaitu potensi kebaikan yang membuat keberadaanya dihargai ditengah-tengah masyarakat. Menurut Maslow manusia didalam kehidupannya memiliki kebutuhan-kebutuhan yang bertingkat-tingkat dari mulai kebutuhan fisiologis, kebutuhan akan rasa aman, rasa cinta dan memiliki, harga diri dan aktualisasi diri sebagai kebutuhan paling puncak yang dimiliki manusia. (Hasyim, 2002 : 70-71).

Robbins dan Coulter (2010: 110) yang menyebutkan bahwa kebutuhan "aktualisasi diri adalah kebutuhan seseorang untuk mampu menjadi apa yg diinginkan sesuai dengan potensi yg dimiliki". Aktualisasi Diri merupakan level yang tertinggi, akan tetapi setelah kebutuhan akan penghargaan mereka terpenuhi jarang yang mencapai pada aktualisasi diri, kerana hanya orang yang mempunyai nilai-nilai keindahan, kejujuran dan keadilan yang bisa mencapai pada level ini. Orang yang telah mencapai pada aktualisasi diri mereka dapat mempertahankan harga diri mereka ketika diremehkan dan ditolak oleh orang lain.

Oleh karena itu peneliti ingin membantu peserta didik untuk dapat mencapai aktualisasi diri yang baik yaitu dengan cara menerapkan Pendekatan *Client Centered* hal ini dirasa tepat karena *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.

Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004:300) terapi *client centered* adalah klien diberi kesempatan mengemukakan persoalan, perasaan dan pikiran-pikirannya secara bebas. Pendekatan ini juga mengatakan bahwa seseorang yang mempunyai masalah pada dasarnya tetap memiliki potensi dan mampu mengatasinya masalah sendiri.

Ada juga tujuan pendekatan *client centered*, yaitu menurut Gerald Corey (2009:94) Tujuan dasar terapi *client centered* adalah menciptakan iklim yang kondusif bagi usaha membantu klien untuk menjadi seorang pribadi yang berfungsi penuh.

Berdasarkan paparan sebelumnya maka peneliti ingin melaksanakan layanan pendekatan *client centered* untuk membantu peserta didik dalam mencapai aktualisasi diri pada peserta didik. Alternatif penyelesaian masalah perilaku peserta didik tentang aktualisasi diri yang peneliti laksanakan bukan solusi total namun hanya sebagai solusi awal. Peneliti akan melaksanakan penelitian dengan judul "Pendekatan *Client Centered* Dapat Membantu Mencapai Aktualisasi Diri Pada Peserta Didik Di SMA Negeri 1 Palangkaraya".

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *Mix Methods*, yaitu suatu langkah penelitian dengan menggabungkan dua bentuk pendekatan dalam penelitian, yaitu kuantitatif dan kualitatif. Menurut Sugiyono (2011 : 18), "*Mix Methods* adalah metode penelitian dengan mengkombinasikan antara dua metode penelitian sekaligus, kualitatif dan kuantitatif dalam suatu kegiatan penelitian, sehingga akan diperoleh data yang lebih komprehensif, valid,

reliabel dan objektif'. Menurut Creswell (2010: 313), strategi ini merupakan strategi dimana peneliti menggabungkan data yang ditemukan dari satu metode dengan metode lainnya.

Jenis Penelitian : Menurut John W. Creswell (2010: 317) "Strategi *eksploratoris sekuensial* ini pada tahap pertama peneliti mengumpulkan dan menganalisis data kualitatif kemudian mengumpulkan data kuantitatif dan menganalisisnya pada tahap kedua yang didasarkan pada hasil dari tahap pertama. Bobot utama pada strategi ini adalah pada data kualitatif".

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut ini adalah penjelasan data mengenai hasil penelitian penggunaan konseling *client centered* dapat membantu mencapai aktualisasi diri pada peserta didik di SMA Negeri I Palangkaraya.

Gambaran Hasil Konseling Individual Client Centered

Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Maret sampai Mei 2018. Selanjutnya peneliti menetapkan subjek penelitian dengan melakukan penyebaran skala aktualisasi diri. Aktualisasi diri peserta didik dikategorikan menjadi 3 yaitu: tinggi, sedang, dan rendah. Hasil pemberian skala aktualisasi diri peserta didik kelas XI IPA 7 teridentifikasi tiga siswa yang memiliki aktualisasi diri rendah berdasarkan kriteria di atas.

Tabel I
Hasil Skala Aktualisasi Diri.

No	Nama	Skor	Kriteria
1	DH	76	Sedang
2	SF	78	Sedang
3	BES	73	Sedang

Tabel II
Hasil Observasi Aktualisasi Diri

No	Nama	Skor	Kriteria
1	DH	18	Rendah
2	SF	21	Sedang
3	BES	20	Rendah

Data Subjek Penelitian Dalam Mengikuti Kegiatan Konseling

1. Subjek DH

Peserta didik DH sebelum mengikuti konseling menunjukkan hasil nilai 76 dalam kategori sedang. Setelah diberikan layanan konseling menunjukkan mencapai hasil nilai 124 dalam kategori tinggi.

Hasil observasi DH berada pada skor 18 termasuk dalam kategori rendah yaitu dengan sikap yang kaku dan belum mau terbuka untuk menceritakan permasalahannya, namun seiring berjalannya konseling DH meningkat pada skor 37 yang termasuk dalam kategori tinggi dan perubahan yang terjadi adalah DH tidak lagi egois dan emosional, lebih banyak mengalah, berusaha mengontrol emosi dengan baik dan hubungan interpersonalnya juga mulai membaik.

"Sekarang saya merasa lega dan tenang tidak ada lagi pikiran yang mengganggu saya. Sekarang saya lebih nyaman dengan diri saya sendiri menerima semua kekurangan yang ada pada diri saya dan mencintai diri saya sendiri karna saya bangga menjadi diri saya sendiri".

2. Subjek SF

Peserta didik SF yang menunjukkan hasil nilai 78 dalam kategori pencapaian aktualisasi sedang. Setelah diberikan layanan menunjukkan pencapaian hasil nilai 125 dalam kategori tinggi.

Hasil observasi : SF berada pada skor 21 yaitu termasuk dalam kategori sedang, yaitu dengan sikap yang masih banyak diam

dan belum mau terbuka untuk menceritakan permasalahannya. Namun seiring berjalanya konseling SF meningkat pada skor 35 yang termasuk dalam kategori baik. Dan perubahan yang terjadi tidak lagi sombong dan menjengkelkan, lebih banyak menghargai orang lain, menerima dirinya dan juga orang lain apa adanya dan menjaga perkataannya agar tidak lagi menyinggung perasaan temannya dan juga orang lain.

“Saya sangat senang tidak ada lagi masalah yang membuat saya merasa tidak nyaman. Sekarang saya lebih tenang karena tidak ada manusia yang sempurna di dunia ini, hanya Tuhan yang memiliki kesempurnaan. Menurut saya yang lebih penting sekarang saya menjadi diri saya sendiri dan meraih prestasi yang lebih baik”.

3. Subjek BES

Peserta didik BES yang menunjukkan hasil nilai 73 dalam kategori sedang. Setelah diberikan layanan menunjukkan pencapaian hasil nilai 125 dalam kategori tinggi.

Hasil observasi :BES berada pada skor 20 yaitu termaksud dalam kategori rendah, yaitu dengan sikap yang banyak diam dan belum mau terbuka untuk menceritakan permasalahannya. Namun seiring berjalanya konseling BES meningkat lebih baik pada skor 37 yang termasuk dalam kategori tinggi. Dan perubahan yang terjadi adalah BES lebih merasa lega karena dia berusaha menghilangkan sifat egois dan keras kepala yang dimiliki, berusaha menghargai pendapat orang lain dan memiliki spontanitas yang baik.

“Saya senang banget sekarang saya sudah mempunyai banyak teman. Itu semua karena saya menerapkan sungguh- sungguh komitmen saya selama mengikuti kegiatan konseling dan yang terpenting tujuan saya ingin berubah itu berjalan dengan baik”.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti maka dapat ditarik sebuah kesimpulan diantaranya :

Pelaksanaan pendekatan *Client Centered* dalam membantu untuk mencapai perilaku aktualisasi diri peserta didik.

- Tahap pertama. Konseli datang ke konselor dalam kondisi tidak kongruensi, mengalami kecemasan atau kondisi penyesuaian diri yang tidak baik.
- Tahap kedua. Saat konseli menjumpai konselor dengan penuh harapan dapat memperoleh bantuan, jawaban atas permasalahan yang sedang dialami.
- Tahap ketiga. Pada awal konseling konseli menunjukkan perilaku, sikap, dan perasaan yang kaku. Karena kondisi yang diciptakan konselor kondusif, dengan sikap empati dan penghargaan, konselor terus membantu klien untuk mengeksplorasi dirinya secara lebih terbuka.
- Tahap keempat. Konseli mulai menghilangkan sikap dan perilaku yang kaku, membuka diri terhadap pengalamannya.

Ada pencapaian aktualisasi diri peserta didik setelah diberikan layanan konseling *clientcentered* terdapat perubahan sikap dan perilaku yang dialami oleh ketiga subjek sebelum dan sesudah dilakukan konseling *client centered*.

DAFTAR PUSTAKA

- Burhan Bugin. 2010. *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT Rajagfindo Persada
- Carl Rogers dalam (Matthew & Hergenahn). 2013. *Pengantar teori-teori kepribadian edisi ke-8*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Corey dalam (Latipun). 2003. *Psikologi Konseling*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Dr. S. Azwar, 2015. *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka pelajar
- Hardiyanti Rahmah dan Nida Hasanati. 2016. *Konseling Client-Centered untuk Meningkatkan Kesadaran Berobat pada Penderita Skizofrenia*. Universitas Muhammadiyah Malang ISSN

- John W. Creswell. 2010. *Research Design pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed.* (terjemahan Achmad Fawaid). Yogyakarta: Pustaka Pelajar. (buku asli diterbitkan tahun 2009).
- Maslow dalam (Lynn Wilcox). 2013. *Psikologi Kepribadian.* Jogjakarta: Irgisod
- Maslow dalam (Matthewh & Hergenhahn).(2013). *Pengantar Teori-Teori Kepribadian Edisi ke-8.* Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Menurut Rogers yang dikutip oleh (Gerald Corey). (2009). *Teori dan praktek konseling dan psikoterapi, bandung :* PT. Refika Aditama
- Prayitno dalam (prof Dharsana dkk, 2009. *Penerapan Konseling Client Centered dengan teknik permisif untuk meningkatkan harga diri siswa kelas X IIS 2 SMA NEGERI 2 SINGARAJA.*E-journal Undiksa Volume: 2 No 1, Tahun 2009.
- Prayitno dan Erman Amti .(2004). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling.* Jakarta: Rineka Cipta