

BAB IV

PENERAPAN *CLIENT CENTERED COUNSELING*

UNTUK MENGEMBANGKAN PERENCANAAN

KARIR SISWA

Terapi *Client Centered Counseling* menurut Prayitno dan Erman Amti 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.¹ *Client Centered* membantu konseling menemukan solusi mereka sendiri terhadap masalah yang tengah mereka hadapi.

Proses terapi *Client Centered*, terapis menunjukkan kepada klien bahwa terapi *Client Centered* adalah terapi aktif-direktif terstruktur yang memfokuskan pada klien bukan untuk merasa lebih baik, tetapi dengan mengubah pemikiran yang memungkinkan klien untuk bisa berkembang sendiri. Serta mampu mengatasi masalahnya sendiri.²

Untuk mengatasi masalah klien mengenai *Client Centered* pada siswa yang mengalami kecemasan, peneliti melakukan konseling secara individu. Proses ini dilakukan selama bulan Januari 2017 di tanggal yang berbeda. Awalnya penelitian ini mengambil 10 klien yaitu BD, RK, NR, YM dan UU. Kemudian setelah dilakukan wawancara dari ke

¹ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta:PT Asdi Mahastya, 2004) p. 300

² Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* (Bandung:Refika Aditama, 2009), p.91

sepuluh klien tersebut, hanya lima klien yang mengalami kecemasan yaitu DS, TN, MA, MG dan NZ. Penerapan konseling *Client Centered* yang dilakukan pada responden ini dilakukan sebanyak 3 sampai 4 kali pertemuan. Berikut adalah penjelasannya.

A. Proses Konseling *Teraphy Client Centered* untuk Mengurangi Kecemasan Dalam Perencanaan Karir Siswa

1. Responden DS

Proses konseling pada DS dilakukan pertemuan sebanyak tiga kali. Responden DS merupakan tipe orang yang asyik dan mudah bergaul. Pada responden DS, peneliti menyelesaikan tahapan demi tahapan konseling ini dalam tiga kali pertemuan. Dikarenakan responden yang sibuk dengan kegiatan di sekolahnya. Proses konseling ini dilakukan kurang lebih 2 jam.

Tahap Pertama

Dilaksanakan pada hari Senin, 6 Maret 2017 pukul 10:00 WIB. Peneliti melakukan wawancara dengan klien, pada pertemuan pertama ini peneliti melakukan *attending* dengan cara bersalaman, kontak mata dan menggunakan bahasa tubuh serta lisan yang baik dan yang dapat di mengerti oleh responden. agar responden merasakan kenyamanan dan ketenangan sehingga bisa terbuka dengan permasalahannya. Selanjutnya, peneliti menjalin hubungan kedekatan dengan cara berbincang-bincang serta diselikan candaan kecil agar responden tidak merasa canggung dan takut dengan kedatangan peneliti. Setelah terjalinnya kenyamanan antara peneliti dan responden, maka peneliti mulai masuk ke dalam tahap inti yaitu menggali informasi responden dan permasalahannya. Awal bertemu DS agak terlihat canggung dan

takut, tetapi setelah peneliti memberitahukan maksud dan tujuannya. Tak lama kemudian responden dan peneliti akhirnya berbincang-bincang, DS menjadi mulai terbuka dan bercerita sepenuhnya tentang permasalahan yang ia alami.

Tahap Kedua

Konseling kedua ini dilaksanakan pada hari Selasa, 7 Maret 2017 pukul 10:00 WIB. Setelah peneliti mengetahui permasalahannya, dilanjutkan pada tahap kedua yaitu setelah responden menceritakan semua permasalahannya kepada peneliti. Kemudian peneliti memberikan sedikit pengarahan dan motivasi kepada responden agar responden merasa tenang dan merasa percaya diri dengan sepenuh hati dalam memilih prodi jurusan yang diminatinya.

Tahap Ketiga

Dilaksanakan pada hari Rabu, 8 Maret 2017 pukul 10:00 WIB. Pertemuan ketiga ini peneliti masih melakukan yang sama yaitu melakukan *attending* kembali dengan cara bersalaman, kontak mata dan menggunakan bahasa tubuh dan lisan yang baik agar konseli lebih merasakan kenyamanan sehingga konseli bisa lebih terbuka dengan permasalahannya. Setelah responden merasa nyaman, peneliti mulai memasuki tahap inti yaitu menanyakan perubahan yang dirasakan responden setelah dilakukannya proses konseling. responden menyatakan bahwa dirinya sudah sedikit lebih baik dari sebelumnya, ia sudah sedikit lebih tenang dan percaya diri serta pikirannya sudah sedikit lebih luas dalam berfikir.³

³ Wawancara dengan DS, Siswa SMAN 1 Anyer, Senin 6 Maret 2017, pukul 10:00 WIB

Setelah tiga tahapan itu dilakukan, peneliti mengadakan evaluasi dari hasil konseling. Pada tiap tahapan yang dilakukan, responden DS sudah sedikit menunjukkan perubahan walaupun belum sepenuhnya.

2. Responden TN

Pada responden TN, peneliti melakukan pertemuan atau proses konseling sebanyak tiga kali. Semuanya dilakukan secara bertatap muka. TN merupakan tipe orang yang pendiam dan pemalu. TN orangnya tertutup apalagi untuk masalah pribadinya. Butuh waktu untuk membuatnya terbuka akan permasalahannya.

Tahap Pertama

Dilaksanakan pada hari Senin, 13 Maret 2017 pukul 09.50 WIB. Sebelum sesi konseling dimulai peneliti menanyakan bagaimana kabar dan keadaan konseli dengan menunjukkan sikap (*attending*) penuh perhatian terhadap konseli, ini bertujuan untuk membuat konseli merasa diperhatikan dan dihargai serta menjalin kedekatan dengan konseli. Agar terjalin keakraban dan kenyamanan antara peneliti dan responden sehingga bisa terbuka dengan permasalahan yang dirasakannya. Pada pertemuan pertama ini, peneliti hanya mendapatkan sedikit informasi tentang responden saja. Peneliti belum mendapatkan informasi sepenuhnya mengenai permasalahannya.

Tahap Kedua

Konseling tahap kedua ini dilaksanakan pada hari Selasa, 14 Maret 2017 pukul 11.00 WIB. Pada pertemuan kedua ini peneliti berhasil membuat responden menjadi terbuka dan bercerita tentang permasalahannya yaitu TN ingin melanjutkan sekolahnya ke Perguruan Tinggi (kuliah). Akan tetapi faktor ekonomi orang tuanya

yang tidak memadai sehingga membuat TN tidak bisa melanjutkannya.⁴ Dari hasil wawancara dengan konseli dapat disimpulkan bahwa konseli memiliki keinginan untuk melanjutkan ke Perguruan Tinggi. Setelah sesi pertama konseling cukup untuk mendapatkan informasi, peneliti kemudian mengakhiri sesi pertama konseling dengan konseli. Kemudian peneliti menentukan jadwal dengan konseli untuk pertemuan selanjutnya.

Tahap Ketiga

Konseling tahap ketiga ini dilaksanakan pada hari Selasa, 14 Maret 2017 pukul 11.00 WIB. Pertemuan ketiga ini merupakan tindak lanjut dari tahap kedua, peneliti menanyakan kabar konseli, dan kondisinya saat ini.

Pertemuan ketiga ini konseli kembali menceritakan semua keluh kesah. Peneliti mendengarkan secara seksama apa yang konseli ungkapkan, dengan cara seperti ini konseli akan merasa dirinya diterima dengan apa adanya (*congruence*), konseli merasa dirinya sedang tidak dihakimi atau dikoreksi oleh siapapun. Peneliti mendengarkan secara penuh dan dengan rasa *empaty* dengan apa yang konseli alami dan rasakan.

Dalam hal ini sebagai peneliti, peneliti memberikan motivasi dan penguatan akan keadaan yang sedang dihadapi TN. Hal ini menunjukkan kepekaan dari seorang konselor terhadap perasaan konseli yang sedang dihadapi banyak masalah. Dengan penuh perhatian peneliti menjelaskan dan memberikan pemahaman bahwa dalam

⁴ Wawancara dengan TN siswa kelas XII IPS 2 SMAN 1 Anyer, Senin 13 Maret 2017 pukul 09.50 WIB

penyelesaian masalah ini konseli harus berusaha untuk menemukan cara yang tepat untuk menyelesaikan permasalahannya sendiri. Setelah konseli menceritakan semua permasalahannya kepada peneliti. Kemudian peneliti memberikan gambaran positif kepada konseli agar konseli terus semangat dan selalu sabar.

Evaluasi dari hasil konseling yang dilakukan pada konseli TN, menunjukkan bahwa TN sudah menjadi sedikit lebih baik dari sebelumnya. Ia masih sulit untuk terbuka dengan orang baru.

3. Responden MG

Pada responden MG, peneliti melakukan proses konseling sebanyak tiga kali. Semua pertemuan dilakukan secara langsung (*face to face*). MG merupakan tipe orang yang sangat terbuka, sehingga peneliti mudah untuk mendapatkan informasi mengenai dirinya dan permasalahannya. Proses konseling ini dilakukan selama kurang lebih 2 jam. Selanjutnya dilakukan pemantauan melalui media telpon genggam.

Tahap Pertama

Proses konseling dilaksanakan pada hari Senin, 21 Maret 2017 pukul 13.00 WIB. Sesi konseling dimulai dengan menanyakan kabar konseli, untuk memberikan rasa perhatian dan kepedulian peneliti terhadap diri konseli. Selanjutnya peneliti menjalin hubungan kedekatan dengan berbincang-bincang dan disertakan candaan agar konseli tidak merasa canggung dan takut dengan peneliti. Sehingga bisa terbuka dengan permasalahan yang dirasakannya.⁵

⁵ Wawancara dengan MG siswi kelas XII IPA 2 SMAN 1 Anyer, Senin 21 Maret 2017 pukul 13:00 WIB

Pada tahap ini peneliti langsung mendapatkan informasi tentang responden dan permasalahannya. Proses konseling pada responden sangat mudah karena responden merupakan tipe orang yang mudah bergaul dan asyik dengan siapapun.

Dari hasil wawancara dengan konseli dapat disimpulkan bahwa konseli memiliki beban dengan kedua orang tuanya dalam menentukan prodi/jurusan yang diminati oleh klien tersebut. Setelah sesi pertama konseling dirasa cukup untuk mendapatkan informasi, konselor kemudian mengakhiri sesi pertama dengan konseli. Kemudian konselor menentukan jadwal dengan konseli untuk pertemuan selanjutnya.

Tahap Kedua

Konseling pertemuan kedua ini dilaksanakan pada hari Selasa, 22 Maret 2017 pukul 10.30 WIB. Penelitian kedua ini peneliti menanyakan kabar konseli, dan kondisinya saat ini, sebagai kehangatan sikap dan menjalin kedekatan dengan konseli. Tahap kedua ini konseli kembali menceritakan semua keluh kesah. Kemudian peneliti mendengarkan secara seksama apa yang konseli ungkapkan, dengan cara seperti ini konseli akan merasa dirinya diterima dengan apa adanya (*congruence*), konseli merasa dirinya sedang tidak dihakimi atau dikoreksi oleh siapapun. Konselor mendengarkan secara penuh dengan apa yang konseli ungkapkan dan rasakan, ini sebagai bentuk rasa *empathy* konselor terhadap konseli. Seperti ketika konseli menceritakan masalahnya ini “kalau mendengar orang tua saya berbicara dan pembicaraan itu menyudutkan saya untuk menyuruh pindah jurusan yang saya minati, saya terkadang jadi gemetar untuk meresponnya bahkan sering sakit kepalanya (pusing).

Dalam hal ini sebagai peneliti memberikan motivasi dan penguatan akan eadaan yang sedang dihadapi konseli. Hal ini menunjukkan kepekaan dari konselor terhadap perasaan konseli yang sedang dihadapi banyak masalah. dengan penuh perhatian konselor menjelaskan dan memberikan pemahaman bahwa dlam penyelesaian permasalahan ini konseli harus berusaha untuk menemukan cara yabg tepat untuk menyelesaikan permasalahannya sendiri. Sesi kedua ditutup dengan baik.

Tahap Ketiga

Proses konseling tahap ketiga ini dilaksanakan pada Rabu, 23 Maret 2017 pukul 10.30 WIB. Sesi konseling ketiga ini bertujuan melihat kondisi konseli dan pencapaian apa yang konseli dapat dari proses konseling yang dijalani saat ini. Konselor bertanya: “Bagaimana setelah kita melakukan beberapa kali pertemuan dalam konseling ini, masih ada rasa cemas atau stress dalam menghadapi orang tua mu?” Kemudian dengan perasaan optimis konseli menjawab, “Terkadang mah masih memiliki rasa cemas kak, tapi insya allah kedepannya saya berusaha untuk benar-benar tidak merasa cemas dan stress menghadapi orang tua saya dan saya juga akan meyakinkan mereka.”

di tahap ketiga ini konselor juga memberikan peguatan moril kepada konseli untuk terus tetap mengembangkan dan menjalankan keputusan terbaiknya. Setelah konseling tahap ketiga cukup konselor mengakhiri kegiatan konseling dengan konseli dengan disertai do’a bersama.

Evaluasi dari proses konseling pada pertemuan terakhir ini berjalan dengan baik, dalam diri konseli terkadang masih muncul perasaan cemas ketika menghadapi orang tuanya yang keras, penguatan

moril kepada konseli harus tetap ditingkatkan lagi. Sesi konseling terakhir ini juga berjalan lancar, konseli bisa menemukan cara terbaik dalam pengentasan masalahnya sendiri.

4. Responden MA

Proses konseling pada MA dilakukan pertemuan sebanyak tiga kali bertemu langsung atau bertatap muka. Responden MA merupakan tipe orang yang apa adanya. pada responden MA, peneliti menyelesaikan tahapan demi tahapan konseling ini dalam beberapa kali pertemuan.

Tahap Pertama

Proses konseling dilaksanakan pada hari Senin, 27 Maret 2017 pukul 11.00 WIB. Sesi konseling dimulai dengan menanyakan kabar konseli. Selanjutnya konselor menjalin hubungan kedekatan emosional dengan berbincang-bincang dengan responden agar terjalin keakraban dan kenyamanan antara peneliti dan responden, sehingga bisa terbuka dengan permasalahan yang dirasakannya. Pada tahap ini peneliti mendapatkan informasi tentang responden dan permasalahannya. Permasalahan yang dirasakan oleh responden yaitu problem konseli ketika bingung dengan prodi/jurusan yang akan dijalani. Konselor: “Beban apa yang membuat anda menjadi cemas saat menjalani prodi/jurusan yang dijalani?”. Dengan perasaan putus asa konseli menjawab pertanyaan konselor “engga tau kenapa saya merasa minder kak dengan prodi yang saya akan jalani nanti. Saya merasa bahwa diri saya tidak mampu”. Itulah pernyataan yang konselor terima dari konseli.⁶

⁶ Wawancara dengan Partisipan MA kelas XII IPS 2 SMAN 1 Anyer, pada Senin 27 Maret 2017 pukul 11.00 WIB

Tahap Kedua

Konseling tahap kedua ini dilaksanakan pada hari Selasa, 28 Maret 2017 pukul 10.30 WIB. Setelah Konselor mengetahui permasalahan konseli, konselor memberikan pemahaman kepada konseli tentang kondisi yang dialaminya. Dengan tidak menghakimi atau mengoreksi. Konselor menanyakan apa yang bisa konseli lakukan “Apa yang mampu anda lakukan dalam mengatasi permasalahan ini?”. Konseli menjawab dengan seksama “Saya akan berusaha semampu saya untuk menjalani semua keputusan yang saya ambil ini kak”. Kemudian dengan penuh perhatian konselor menjelaskan dan memberikan pemahaman bahwa dalam penyelesaian masalah ini konseli harus berusaha untuk menemukan cara yang tepat untuk menyelesaikan permasalahannya sendiri. Sesi kedua ditutup dengan baik.

Tahap Ketiga

Proses konseling tahap ketiga ini dilaksanakan pada hari Rabu, 29 Maret 2017 pukul 10.30 WIB. Proses konseling tahap tiga ini mengajak konseli untuk bisa menemukan penyelesaian masalahnya sendiri tanpa ada intervensi atau campur tangan dari konselor. Konselor menegaskan kepada konseli tentang sikap yang akan diambil oleh konseli dalam mengentaskan permasalahannya. “Gimana sudah bisa mengikhlaskan semuanya?” dengan perasaan optimis konseli pun menjawab “Alhamdulillah kak sekarang sedikit demi sedikit saya sudah bisa mengikhlaskan semuanya. Saya serahkan semuanya sama Allah SWT saja kak. Dan saya lebih percaya diri sekarang kak, dan gejala kecemasannya pun sudah berkurang”.

Evaluasi pada pertemuan ini konseli sudah menemukan caranya sendiri dalam mengentaskan permasalahannya, konselor harus memberikan penguatan moril dan motivasi kepada konseli, agar konseli mampu melaksanakan proses penyelesaian masalahnya dengan baik.

5. Responden NZ

Tahap Pertama

Proses konseling dilaksanakan pada hari Senin, 3 April 2017 pukul 10.00 WIB. Pertama-tama konselor menanyakan keadaan konseli. Dalam tahap ini konselor menunjukkan sikap penuh perhatian terhadap konseli sebagai proses menjalin hubungan terapeutik yang baik dengan konseli. Konselor mempersilahkan konseli untuk menceritakan semua keluh kesahnya. Konselor mencoba menggali semua permasalahan konseli dengan mengajukan beberapa pertanyaan pada konseli dari problem yang dihadapinya ketika NZ terpengaruh oleh ajakan temannya. “Hal apa sebenarnya yang membuat anda menjadi terpengaruh dengan ajakan teman?” dengan perasaan malu konseli menjawab semua pertanyaan konselor “Beban waktu kak sebenarnya mah, waktu dalam memilih prodi. Karena waktunya sebentar lagi test”. Itulah pernyataan yang konselor terima dari konseli”.⁷

Dengan penuh seksama konselor mendengar semua keluh kesah konseli, tanpa menghakimi dan mengoreksi. Setelah sesi pertama konseling dirasa cukup untuk mendapatkan informasi, konselor kemudian mengakhiri sesi pertama konseling dengan konseli.

⁷ Wawancara dengan Partisipan NZ siswa kelas XII BHS 2 SMAN 1 Anyer, pada Senin, 3 April 2017 pukul 10.00 WIB

Kemudian konselor menentukan jadwal dengan konseli untuk pertemuan selanjutnya.

Tahap Kedua

Konseling tahap kedua ini dilaksanakan pada hari Selasa, 4 April 2017 pukul 13.15 WIB. Setelah Konselor mengetahui permasalahan konseli, konselor memberikan pemahaman kepada konseli tentang kondisi kecemasan yang dialaminya. Dengan tidak menghakimi atau mengrokosi dengan cara seperti ini konseli akan merasa dirinya diterima dengan apa adanya (*congruence*), Konselor menaruh perhatian yang cukup besar terhadap permasalahan konseli ini sebagai bentuk rasa *empaty* konselor terhadap konseli. “Kira-kira apa yang mampu untuk anda lakukan dalam permasalahan ini?”. Konseli menjawab “Saya akan jadikan permasalahan ini sebagai pelajaran hidup dan menjalani dengan sepenuh hati. Serta akan jadikan semuanya pelajrana yang berharga dan bukan menjadikan beban”. Sesi kedua ditutup dengan baik, kemudian konselor dan konseli membuat kesepakatan konseling untuk tahap ketiga.

Tahap Ketiga

Proses konseling tahap ketiga ini dilaksanakan pada Rabu, 5 April 2017 pukul 13.30 WIB. Tahap tiga ini konselor memberikan pemahaman pada konseli bahwa konseli harus bisa menemukan cara terbaik dalam menyelesaikan permasalahannya sendiri. Konselor menegaskan kepada konseli tentang sikap yang akan diambil oleh konseli dalam mengentaskan permasalahannya. Pada tahap terakhir ini konselor melihat perkembangan konseli. Dengan melihat proses konseling yang sudah dijalani. “Bagaimana keadaannya sekarang, masih merasa cemas?”. dengan optimis konseli menjawab

“Alhamdulillah rasa cemas yang dialami saya sekarang berkurang kak, karena saya yakin semuanya akan indah pada waktunya”.

Evaluasi dari pertemuan ini konselor memberikan penguatan moril kepada konseli untuk terus tetap mengembangkan dan menjalankan keputusan terbaiknya. Setelah konseling tahap terakhir dirasa cukup konselor mengakhiri kegiatan konseling dengan konseli. Konseling berjalan dengan baik, konseli merasa semakin yakin dengan keputusan yang diambilnya. Penguatan moril harus tetap dilakukan.

B. Hasil Analisis *Client Centered Counseling*

Berdasarkan proses konseling yang telah dilakukan kepada responden, berikut hasilnya:

1. Responden DS

Pertemuan Pertama

Pada pertemuan pertama dengan DS, saat perkenalan ia masih agak malu-malu dan canggung ketika bertemu dengan peneliti untuk menceritakan permasalahannya. Dilihat dari intonasi nadanya yang rendah. Selain itu juga terlihat dari raut wajahnya yang selalu menundukkan kepalanya ke bawah.

Pertemuan Kedua

Pada pertemuan kedua setelah diberikan dikonseling, konseli sudah menjadi lebih baik. Dilihat dari intonasi nada bicaranya yang sudah tidak merasa malu-malu, lebih santai dan tidak gugup ketika berbicara dengan peneliti. Serta pikirannya juga sudah mulai terbuka.

Pertemuan Ketiga

Pada pertemuan ketiga ini peneliti kembali menanyakan perkembangan konseli, dan pada pertemuan ini pikiran konseli sudah

lebih terbuka dari sebelumnya. Konseli menyatakan bahwa dirinya sudah menjadi lebih baik, ia sudah sedikit merasa lebih tenang dan percaya diri dalam menentukan pilihan prodi jurusan yang dia pilih dari sebelumnya. Namun, belum sepenuhnya karena menurut konseli butuh proses yang panjang untuk memulainya.

2. Responden TN

Pertemuan Pertama

Pada pertemuan pertama pada konseli TN ini, peneliti hanya mendapatkan informasi tentang dirinya, karena awal peneliti bertemu dengan konseli. Konseli merupakan tipe orang yang pemalu dan pendiam sehingga konseli enggan menceritakan permasalahannya.

Pertemuan Kedua

Pada pertemuan kedua ini konseli masih enggan untuk menceritakan permasalahannya. Konseli masih menunjukkan hal yang sama, konseli masih menunjukkan gerak-gerik yang tidak tenang (gelisah) ketika melihat peneliti dan masih malu-malu ketika peneliti bertanya-tanya seputar tentang dirinya dan permasalahannya.

Pertemuan Ketiga

Pada pertemuan terakhir ini konseli sudah tidak malu-malu lagi ketika bercerita tentang masalahnya. Konseli sudah bisa memberanikan dirinya untuk mengeluarkan perasaan yang selama ini ia pendam. Ketika konseli bercerita tentang masalahnya dengan mata yang berkaca-kaca, yang sangat menunjukkan bahwa hatinya yang benar-benar lagi rapuh (galau).

Setelah dilakukan proses konseling, peneliti menanyakan perkembangan yang dirasakan oleh konseli. Konseli menyatakan bahwa hatinya sekarang sudah mulai mengikhlaskan, walaupun dia

tidak bisa untuk melanjutkan ke Perguruan Tinggi (kuliah) dikarenakan faktor ekonomi orang tuanya yang tidak memadai. Kemudian peneliti juga tak lupa memberikan motivasi kepada klien, agar klien tetap sabar dan semangat.

3. Responden MG

Pertemuan Pertama

Pada pertemuan dengan MG, ia dari awal orangnya tidak pemalu dan lebih mudah bercerita mengenai dirinya, seperti saat perkenalan ia lebih santai. Saat melakukan pencarian masalah, peneliti tidak terlalu sulit dengan MG ini, karena ia menceritakan secara terbuka dan tidak malu-malu pada peneliti mengenai masalahnya yaitu ia tidak di setujui oleh orang tuanya dalam memilih jurusan untuk kuliah.

Pertemuan Kedua

Pada pertemuan kedua ini konseli menceritakan semua permasalahannya kepada peneliti. Ia merasa cemas dan takut dengan orang tuanya yang tidak menyetujui dia dalam memilih jurusan kuliahnya. Ia merasa sedih dan cemas, karena orang tua MG ingin MG memasuki jurusan yang orang tuanya minati yaitu jurusan Pendidikan Agama Islam. Sedangkan yang MG minati adalah Bahasa Inggris.

Pertemuan Ketiga

Pada sesi akhir konseling, peneliti merasa tidak terlalu sulit saat melakukan konseling dengan MG karena ia merupakan tipe orang yang terbuka dari mulai awal sampai akhir dalam menceritakan permasalahannya. Setelah dikonseling MG juga merasakan ada perubahan pada dirinya setelah melakukan konseling dia merasa tenang dan santai dalam menyikapi orang tuanya.

4. Responden MA

Pertemuan Pertama

Pada pertemuan pertama dengan klien MA, klien MA memperkenalkan diri dengan sikap yang biasa. Meski sedikit ada rasa malu mungkin karena pertama bertemu dengan orang baru. Namun ia cukup terlihat percaya diri setelah lama berbicara dengan peneliti.

Pertemuan Kedua

Pada pencarian masalah, peneliti merasa bahwa klien MA cukup terbuka apalagi setelah beberapa kali bertemu dengan peneliti, orangnya bisa akrab. Klien MA menceritakan masalahnya mengenai kecemasan saat prodi jurusan yang ia pilih takut tidak sesuai dengan kemampuan yang ia miliki. Ia takut dan bingung dengan apa yang di pilihnya. Kemudian peneliti memberikan saran kepada MA bahwasanya apa yang telah dipilih oleh diri sendiri itu harus di yakini dan diikhlasakan.

Pertemuan Ketiga

Pada sesi akhir konseling, klien MA menceritakan perubahan yang ia rasakan. Ia merasa tidak takut lagi dengan apa yang dipilihnya. Ia sudah mulai berpikir dewasa bahwasanya apa yang ia pilih adalah pilihan terbaiknya.

5. Responden NZ

Pertemuan Pertama

Pertemuan pertama pada tahap pertama ini peneliti melakukan *attending* dengan cara bersalaman, kontak mata dan menggunakan bahasa tubuh dan lisan yang baik agar klien merasakan kenyamanan sehingga klien bisa terbuka dengan permasalahannya. Selanjutnya peneliti menjalin hubungan kedekatan dengan cara berbincang-bincang

dan diselipkan candaan agar terjalin keakraban dan kenyamanan antara peneliti dan klien sehingga bisa terbuka dengan permasalahan yang dirasakannya. Selain itu agar klien terlibat dalam pembicaraan dan agar klien lebih terbuka terhadap masalahnya. Dengan cara bersikap *humble* dan apa adanya.

Pada pertemuan pertama dengan konseli NZ, ia tipe orang yang asyik, periang dan akrab. Saat melakukan pencarian masalah, peneliti tidak terlalu sulit karena ia menceritakan secara terbuka dan tidak segan-segan kepada peneliti mengenai masalahnya yaitu terpengaruh oleh ajakan temannya dalam memilih prodi jurusan. Pada tahap ini peneliti mendapatkan informasi tentang klien dan permasalahannya. Dari beberapa masalah yang dirasakannya, ada satu masalah yang mengganggu klien. Ia menyatakan bahwa ia merasa takut dan cemas dalam memilih jurusan, sehingga membuatnya tidak tenang.

Pertemuan Kedua

Pada pertemuan kedua setelah diberikan konseling, konseli sudah menjadi lebih baik dari sebelumnya. Konseli juga sudah dapat berpikir jernih mengenai masalahnya tersebut. Konseli sudah tidak merasa cemas dan takut karena segala sesuatu yang diperolehnya merupakan pilihan terbaik bagi dirinya.

Pertemuan Ketiga

Pada pertemuan terakhir ini peneliti kembali menanyakan perkembangan konseli, dan pada pertemuan ini pikiran konseli sudah lebih baik dari sebelumnya. Ia sudah lebih tenang dan percaya dengan apa yang ia inginkan dan ia pilih untuk masa depannya kelak. Namun belum sepenuhnya, karena menurutnya butuh proses yang panjang untuk mengikhlaskan semuanya.

Kesimpulan setelah dilakukan proses konseling pada kelima responden yaitu, para responden menunjukkan hasil yang berbeda-beda. Pada setiap responden ada yang menunjukkan perubahan yang sangat baik dan ada pula yang hanya sedikit. keberhasilan dari proses konseling bisa dilihat dari perubahan pada tingkah laku responden yang menjadi lebih baik.

Dari kelima responden setelah dilakukan *Client Centered Counseling* responden DS, MG dan MA menunjukkan perubahan yang sangat baik, karena ia merupakan tipe orang-orang yang sangat terbuka. Selain itu juga, ia pun sudah lebih tenang dikarenakan ia sudah dapat memutuskan pilihannya dengan baik dan secara matang. Kemudian pada responden TN dan NZ mereka sudah menunjukkan sedikit perubahan pada kecemasannya, namun kecemasannya belum sepenuhnya menghilang. TN dan NZ menyatakan bahwa mereka membutuhkan waktu yang sangat panjang untuk benar-benar menghilangkan rasa cemas yang ada pada dirinya itu. Adapun hambatan-hambatan peneliti ketika mengkonseling lima responden yaitu:

1. Hambatan pertama yang dialami peneliti selama proses konseling dilakukan adalah tertutupnya sifat dan sikap yang dimiliki oleh responden mengenai permasalahannya, sehingga peneliti agak sulit untuk mendapatkan informasi sepenuhnya tentang permasalahannya.

2. Hambatan kedua yang dialami oleh peneliti yaitu sulit untuk bertemu dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) dikarenakan beliau sibuk dines diluar kota.
3. Hambatan ketiga yang dialami oleh peneliti yaitu masalah waktu dengan klien yang amat sangat terbatas sehingga peneliti sulit untuk berteu kembali dengan klien. Dikarenakan klien saat ini sibuk dengan kegiatannya masing-masing.
4. Hambatan keempat yang dialami peneliti selama proses konseling berlangsung adalah karakter konseli yang kukuh dan teguh pada pendiriannya (keras kepala), sehingga peneliti kesulitan untuk menasihatinya (memberikan gambaran baik terhadap responden).
5. Hambatan yang dialami pada tahap akhir konseling yang dilakukan kepada lima responden adalah peneliti tidak bertemu secara bertatap muka. Sehingga peneliti sulit untuk melihat perkembangan yang dirasakan responden seperti raut wajah dan gerak-geriknya secara langsung dikarenakan kelima responden tersebut sibuk dengan kegiatannya masing-masing, sehingga proses konseling yang dilakukan kurang optimal.

Kesimpulannya hambatan yang dialami peneliti pada tahap awal pendekatan dengan siswa dan siswi untuk penggalian masalah, siswa dan siswi tidak mau terbuka dan masih merasa ragu, canggung dan takut atau enggan menceritakan masalahnya pada peneliti. Tetapi setelah peneliti menjelaskan tujuan kedatangan peneliti ke sekolah,

akhirnya responden tersebut bersedia untuk diwawancarai. Sebelum wawancara dimulai, pada tahap pertama peneliti melakukan *attending* dengan cara bersalaman, kontak mata dan menggunakan bahasa tubuh serta lisan yang baik agar responden merasakan kenyamanan dan keakraban sehingga responden bisa terbuka dengan permasalahannya. Selanjutnya peneliti menjalin hubungan kedekatan emosional dengan berbincang-bincang dan di selipkan bercandaan, agar terjalin keakraban dan kenyamanan antara responden dan peneliti. Sehingga bisa terbuka dengan permasalahan yang dirasakannya. Kemudian hambatan peneliti selanjutnya peneliti harus menunggu waktu yang pas antara kegiatan responden di sekolah dengan proses konseling dengan responden. Hambatan selanjutnya yang peneliti rasa dalam penelitian ini juga tidak semuanya responden merespon dengan baik, bahkan ada pendekatan khusus agar responden merasa nyaman dengan kehadiran peneliti.

Teknik *Client Centered Counseling* merupakan upaya bantuan penyelesaian masalah yang berpusat pada klien. Klien diberi kesempatan untuk mengemukakan persoalan, perasaan dan pikiran-pikirannya secara bebas. Pendekatan ini berasumsi dasar bahwa seseorang yang mempunyai masalah sendiri tetapi oleh karena suatu hambatan, potensi dan kemampuannya itu tidak dapat berkembang atau berfungsi sebagaimana mestinya.

Jadi, teknik *Client Centered Counseling* merupakan salah satu teknik bimbingan dan konseling yang lebih menekankan pada aktivitas klien dan tanggung jawab klien sendiri. Sebagian besar proses konseling diletakkan dipundak klien sendiri dalam memecahkan masalah

yang mereka hadapi dan peneliti hanya berperan sebagai *partner* dalam membantu untuk merefleksikan sikap dan peran-perannya untuk mencari serta menemukan cara yang terbaik dalam memecahkan masalah klien. Teknik *Client Centered Counseling* selain diterapkan dalam konseling perseorangan dapat juga diterapkan dalam proses konseling kelompok.