

BAB IV

**LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL MENGGUNAKAN
TEKNIK *CLIENT CENTERED THERAPY* PADA WARGA
BINAAN LAPAS KLAS IIA SERANG**

A. Proses Konseling Dengan Menggunakan *Client Centered Therapy*

Layanan konseling individual dengan *client centered therapy* pada warga binaan Lapas Klas IIA Serang. Sebagai berikut :

Proses terapi dilakukan peneliti sesuai dengan waktu yang ditentukan oleh pihak Lapas Klas IIA Serang.

a. Membangun Hubungan atau *Attending*

Penulis memulai pertemuan pertama terlebih dahulu menjalin keakraban dengan konseli, dengan cara *attending* (menyapa konseli dengan ramah, sopan dan ceria) ketika bertemu dengan konseli. Bertujuan konseli merasa dihargai sehingga proses penggalian informasi berlangsung dengan lancar dan konseli bersedia melakukan proses konseling

dengan rasa terbuka dan senang hati, sehingga penulis bisa mendapatkan informasi secara jelas dan yang diinginkan.

Penulis membangaun hubungan yang baik dan mulai pendekatan agar konseli dapat berpartisipasi secara efektif yang dilakukan pada hari jumat 6 November 2020 oleh peneliti selama 30 menit, proses konseling dilakukan di Lapas Klas IIA Serang diruangan khusus konseling. Pada tahap ini responden SA, MI, ES dan BN sepakat untuk melakukan konseling dan membantu dalam penulisan skripsi ini.

b. Pengungkapan Masalah

Pada tahap ini adalah pencarian masalah dan semua konseli menceritakan permasalahan atau kasus apa yang ia hadapi. Dalam pelaksanaan tahap ini juga peneliti melakukan konseling dengan cara mewawancarai satu persatu konseli dengan mengidentifikasi masalah yang dialami oleh konseli.

Pertemuan ini adalah proses wawancara dimana peneliti memberikan sejumlah pertanyaan yang diajukan kepada responden. Selanjutnya yang dilakukan oleh penulis yaitu

mempersiapkan konseli untu masuk pada proses konseling. Dari hasil pengungkapan masalah tersebut, penulis mulai mengidentifikasi masalah yang konseli alami. Adapun proses konseling yang dilakukan pada keempat responden, diuraikan sebagai berikut.

1. Responden SA Bin Slamet

Tahap ini dilakukan pada hari senin 16 November 2020. Penelitian mulai mengidentifikasi permasalahan konseli. Hal pertama yang dilakukan peneliti adalah membuat suasana menjadi santai dan nyaman, agar konseli tidak merasa takut dan selalu ingin terbuka tanpa ada yang ditutup-tutupi mengenai masalahnya. Peneliti mulai menggali perasaan yang konseli rasakan. Peneliti bertanya “*apakah mbah merasa bersalah atas perbuatan yang mbah lakukan sebelum masuk Lapas ini?*” SA menjawab “*saya sangat bersalah dan menyesal atas kesalahan yang diperbuat oleh saya, karena hal itu juga saya tidak bisa mengembalikan kebahagiaan dalam keluarga saya, apalagi masyarakat sudah memandang*

saya itu jahat. Kekhawatiran yang saya rasakan selama berada di dalam Lapas Klas IIA Serang, ketika nanti keluar atau bebas dari penjara saya tidak akan bisa bersosialisasi lagi dengan masyarakat dan lingkungan keluarga”.

Kemudian konseli menceritakan kecemasan-kecemasan yang ia alami selama ada di Lapas ini. Padahal keinginan konseli setelah mengakui kesalahannya tidak akan merasa was-was lagi akan tetapi, rasa bersalah yang ia rasakan sangatlah besar. Peneliti mengajukan pertanyaan kembali *“Apakah mbah merasa lega atau merasa lebih baik menceritakan unek-unek kepada saya?”* SA menjawab *“Saya sangat berterimakasih terhadap adik kuliah, selama ini saya sangat bingung untuk menceritakan perasaan yang saya alami selama disini, karena apabila saya bercerita kepada orang-orang disini saya sangat malu dan mereka pun ada yang tidak percaya kepada cerita saya”.* Pada tahap ini peneliti

mencukupkan dan membuat perjanjian lagi untuk pertemuan selanjutnya.

2. Responden MI Bin Gentong

Tahap ini dilakukan pada hari kamis 26 November 2020. Penelitian mulai mengidentifikasi permasalahan konseli. Hal pertama yang dilakukan peneliti adalah membuat suasana menjadi santai dan nyaman agar konseli tidak merasa takut dan selalu ingin terbuka tanpa ada yang ditutup-tutupi mengenai masalahnya. Peneliti menanya *“apakah mbah merasa bersalah atas perbuatan yang mbah lakukan, sehingga mbah berada di tempat ini?, MI menjawab “mbah sangat menyesali perbuatan yang sebelumnya mbah lakukan, dan mbah pun sangat malu atas tindakan yang mbah lakukan sebelumnya”*.

Dalam hal ini konseli sangat sangat berantusias untuk menceritakan apa yang ia rasakan selama ini. Sebab, ia tidak percaya diri atau terkesan malu untuk bercerita hal seperti ini kepada penghuni Lapas maupun kepada pihak Lapas. Ia merasa jika bercerita kepada

mereka tidak akan ada yang mau mendengarkan perkataannya. Dan konseli pun mulai sangat merasakan cemas yang ada pada dirinya. Peneliti bertanya “apakah mbah sangat lega setelah bercerita kepada saya?” MI menjawab *“iya sangat merasa lega, apalagi adik mengingatkan mbah kepada keluarga mbah yang ada dirumah. Sebelumnya mbah tidak berani untuk bercerita kepada orang lain dan mbah sangat berterimakasih kepada adik karena telah mendengarkan cerita mbah”*. Pada tahap ini klien tidak berani mengungkapkan perasaannya karena klien merasa malu, klien juga merasa bahwa dirinya tidak percaya diri, pada tahap ini konselor harus bersikap sabar untuk mendapatkan dan dalam menggali informasi yang dialami klien dan tidak tergesa-gesa dalam mengambil kesimpulan yang dialami oleh klien tersebut.

3. Responden SE Bin Cahyadi

Tahap ini dilakukan pada hari hari senin 30 November 2020. Hal pertama yang penulis lakukan membuat suasana nyaman terlebih dahulu agar konselor

terbuka dalam menceritakan tentang masalahnya. Peneliti bertanya “apakah mbah merasa bersalah atas perbuatan yang mbah lakukan?” ES menjawab “*saya sangat merasa bersalah dan saya berjanji pada diri saya sendiri untuk tidak mengulangi kesalahan yang saya lakukan ini*”.

Karena dalam hal ini klien sudah sangat menyesali dan berjanji tidak akan mengulangi kesalahannya lagi. Konseling berjalan dengan sangat baik, konseli juga terbuka dalam menceritakan permasalahannya. Tetapi konselor dan konseli menyepakati untuk melakukan pertemuan selanjutnya.

4. Responden BN

Tahap ini dilakukan pada hari rabu 02 Desember 2020. Penelitian mulai mengidentifikasi permasalahan konseli. Hal pertama yang dilakukan peneliti adalah membuat suasana menjadi santai dan nyaman, agar konseli tidak merasa takut dan selalu ingin terbuka tanpa ada yang ditutup-tutupi mengenai masalahnya. Pada tahap ini klien mengungkapkan permasalahan yang terjadi.

Selanjutnya klien diajak mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh klien, apa penyebabnya klien tidak dapat mengintropaksikan perasaan-perasaannya terhadap orang lain yang menjadi sumber permasalahan yang dialami olehnya dalam tahap ini klien membuat suatu keputusan untuk hidup dengan keberanian dalam menghadapi permasalahannya.

c. Pembahasan Bersama

Tahap ini adalah tahap penyelesaian masalah dari yang sudah diidentifikasi sebelumnya. Dalam pemecahan masalah ini, peneliti memberikan jawaban terhadap masalah yang akan mengarahkan kepada pemecahan masalah. Pada tahap ini penulis membantu konseli untuk meyakinkan bahwa masalah yang terjadi dapat diatasi oleh klien sendiri. Penulis juga mengarahkan konseli untuk menghadapi masalah itu sebagai kenyataan hidup yang harus diterima dan dihadapi. Dalam proses ini peneliti memberikan beberapa masukan, saran dan motivasi untuk klien lebih berfikir positif dan percaya diri.

d. Evaluasi

Pada tahap ini peneliti mengevaluasi keseluruhan proses konseling selama beberapa kali pertemuan terhadap keempat responden SA, MI, ES dan BN. Penulis akan mengakhiri proses konseling dan menanyakan bagaimana perubahan yang konseli alami. Hasil treatment dari proses konseling menjadikan konseli menjadi semangat menjalankan hidupnya, lebih bisa berfikir positif dan lebih percaya diri lagi.

Peneliti juga menyarankan agar selalu menumbuhkan kepercayaan diri sendiri, bersosialisasi dengan warga binaan lainnya, dan memohon ampun kepada Allah SWT.

Teknik *client centered* pada dasarnya berakar pada sekumpulan sikap dan kepercayaan yang ditunjukkan oleh konselor atau terapis terhadap konseli, dimana masing-masing saling mengungkapkan atau memperlihatkan kemanusiaannya dan berpartisipasi dalam pengalaman pertumbuhan. Konseling menurut Rogers merupakan sesuatu yang diperlukan untuk individu dalam mencapai kesadaran untuk mengaktualisasikan diri.

Teknik ini salah satu bagian dari pembinaan yang ada di Lapas Klas IIA Serang. Yang bertujuan untuk membantu warga binaan yang sedang mengalami permasalahan yang sudah dilakukan dan harus di pertanggung jawabkan atas perbuatannya. Tujuan khususnya adalah membantu konseli mengembangkan kesadaran diri, pemberdayaan, optimism, harga diri, tanggung jawab, kongruensi, dan otonomi.¹ Dalam proses konseling terapi, konseli sendiri yang menentukan tujuan konseling, konselor hanya membantu konseli menjadi lebih matang dan memperbaiki perilakunya.

Sebelum penerapan teknik pada warga binaan di Lapas Klas IIA Serang, peneliti dibantu petugas yang sekiranya bisa melakukan kegiatan sosialisai kepada responden. Hal ini dilakukan oleh peneliti untuk pengenalan kepada responden dalam wawancara penyelesaian skripsi.

Setelah peneliti mengenal dan mengetahui lebih dalam kondisi dan lingkungannya dan lebih fokus ke permasalahan yang dialami warga binaan maka peneliti merencanakan dan membuat

¹ Muwakhidah, *Teori dan Teknik Konseling*, (Surabaya, Adi Buana University Press), p. 50

tujuan konseling agar bermanfaat bagi responden. Teknik ini diberikan kepada warga binaan yang mengalami kecemasan yang kriterianya didapatkan dari hasil observasi dan wawancara, sebelum melakukan kegiatan peneliti meminta data-data awal dari petugas Lapas, seperti biodata responden, perilaku selama berada di lingkungan Lapas, kasus yang dialami dan masa hukuman yang dijalankan. Setelah mengetahui permasalahan yang dialami responden maka konselor membangun hubungan terapeutik untuk menjalin komunikasi yang baik dan memahami latar belakang responden.

Pada tahap konseling klien mengungkapkan permasalahan yang terjadi, selanjutnya diajak mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh klien, apa penyebab klien tidak dapat mengungkapkan perasaannya terhadap konselor yang menjadi sumber permasalahan yang dialami olehnya. Pada tahap ini klien membuat suatu keputusan untuk hidup dengan keberanian dalam menghadapi permasalahannya. Pada tahap selanjutnya klien diminta agar ia menerapkan teknik ini dengan baik dan tidak

main-main sesuai dengan anjuran konselor. Setelah melakukan konseling ini semua yang ada di benak pikiran negatif itu hilang dan perasaan-perasaan khawatir yang dialami oleh responden belum sepenuhnya dapat mengendalikan permasalahan dalam dirinya dan setidaknya dapat meringankan beban pikirannya. Sebelum mendapatkan konseling dari konselor, responden selalu merasa cemas dan takut.

B. Dampak Konseling individual menggunakan teknik *Client Centered Therapy* pada warga binaan

Cara yang digunakan oleh peneliti untuk melihat hasil penerapan terapi tersebut dengan cara melihat perkembangan warga binaan yang sudah diterapkan konseling yaitu pada bulan November-Desember 2020.

Setelah diamati hasil observasi dan wawancara kembali dilakukan dengan waktu satu minggu perkembangannya mulai berdampak positif, keempat responden mulai merasakan hasil dari konseling ini, permasalahan yang dialami dapat diatasi oleh

responden tersebut, mereka melakukan apa yang sebenarnya ingin lakukan, tidak terlihat seperti awal pertama sebelum mendapatkan konseling. Sekarang terlihat percaya diri dan mulai beradaptasi dengan warga binaan lainnya dan menjalani hari-harinya di Lapas Klas IIA Serang, seperti tidak ada permasalahan yang membebaninya pada proses masa hukuman di Lapas dan dapat berjalan dengan efektif dan efisien keempat responden yang diteliti.

Hasil evaluasi oleh petugas-petugas Lapas terhadap program ini, sangat mudah untuk dilaksanakan oleh petugas bimbingan yang ada di Lapas. Namun dilihat dari hasil hasil konseling semua konseli antusias terlihat mengikuti kegiatan-kegiatan dengan baik dan bersosialisasi dengan warga binaan lainnya. Namun hal ini sebanding dengan perubahan positif yang ada pada warga binaan Lapas Klas IIA Serang yang timbul pada responden penelitian karena membuat perilaku warga binaan yang menyadari akan kesalahan-kesalahan yang diperbuat dan dapat bertanggung jawab pada dirinya sendiri.

Dari keempat responden SA, MI, ES, dan BN, setelah dilakukan konseling terdapat table perkembangan gejala kecemasan dan psikologis pada warga binaan yang sering dirasakan oleh setiap individu, tabelnya sebagai berikut :

TABEL II
TABEL PERKEMBANGAN SETELAH
KONSELING

NO	Gejala Kecemasan	Responden			
		SA	MI	ES	BN
1	Gejala Kognitif				
	Memikirkan bahaya Secara Berlebihan	✓	✓	✓	✓
	Khawatir dan berfikir tentang hal yang buruk	✓	✓	✓	✓
	Merasa bahwa dirinya kurang percaya diri		✓	✓	
2	Gejala Afektif				
	Gugup		✓	✓	
	Jengkel	✓	✓	✓	✓
	Cemas	✓	✓	✓	✓
	Panik	✓			✓
3	Gejala Fisiologis				
	Telapak tangan berkeringat		✓	✓	
	Jantung berdegup kencang		✓	✓	
	Wajah memerah	✓	✓	✓	✓
	Pusing-pusing	✓			✓

- Keterangan

Untuk tanda silang menunjukkan responden meghilangkan rasa cemasnya (X)

Untuk tanda ceklis menunjukkan bahwa responden sedikit mengurangi rasa cemas pada dirinya ()