

**EKSPERIMENTASI KONSELING *CLIENT CENTERED*
TERHADAP KEMANDIRIAN BELAJAR PESERTA DIDIK
DI SMA NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG**

SKRIPSI

Diajukan untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat
guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam bidang ilmu
Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Oleh

SADILLA RENADHEA

NPM : 1811080206

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H/ 2022 M**

**EKSPERIMENTASI KONSELING *CLIENT CENTERED*
TERHADAP KEMANDIRIAN BELAJAR PESERTA DIDIK
DI SMA NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG**

SKRIPSI

Diajukan untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat
guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam bidang ilmu
Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Oleh

SADILLA RENADHEA

NPM : 1811080206

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I : Busmayaril, S.Ag., M.Ed.

Pembimbing II : Iip Sugiharta, M.Si.

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**

1444 H/ 2022 M

ABSTRAK

Kemandirian belajar merupakan suatu keadaan aktivitas belajar dengan kemampuan sendiri tanpa adanya ketergantungan kepada yang lain. Artinya, peserta didik yang mandiri dalam belajar akan menyelesaikan aktivitas belajarnya tanpa bantuan dari orang lain dan akan percaya dengan kemampuan yang dimiliki. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perubahan perilaku kemandirian belajar peserta didik di SMA Negeri 8 Bandar Lampung dengan menggunakan konseling individu dengan teknik *client centered*.

Penelitian menggunakan metode *Singel Subject Research* (SSR) dengan desain A-B-A. Subjek dalam penelitian ini adalah seorang peserta didik di kelas XI IPS 1 SMA Negeri 8 Bandar Lampung. Proses penelitian ini berlangsung dengan 3 tahapan. Tahapan pertama penelitian melakukan baseline A1, tahap kedua peneliti memberikan perlakuan (*treatment*) atau intervensi B, dan tahap terakhir yaitu baseline A2, metode pengumpulan data yang digunakan dalam observasi, wawancara dan dokumentasi. Analisis data menggunakan analisis dalam kondisi dan analisis antar kondisi, disajikan dalam bentuk tabel dan grafik.

Hasil menunjukkan adanya perubahan ke arah yang lebih baik terhadap perilaku kemandirian belajar yang ditunjukkan subjek MDR. Pada tahap baseline A1 terlihat perilaku kemandirian belajar peserta didik yang menurun. Pada tahap intervensi saat diberikan perlakuan berupa konseling *client centered* menunjukkan perubahan perilaku kemandirian belajar MDR yang baik. Kemudian tahap baseline A2 tanpa diberikan intervensi menunjukkan hasil yang semakin membaik. Dengan persentase overlape sebesar 1% maka dapat dinyatakan bahwa perilaku kemandirian belajar pada peserta didik di SMA Negeri 8 Bandar Lampung mengalami perubahan ke arah yang lebih baik dengan menggunakan teknik *client centered*.

Kata kunci : Konseling *Client Centered*, Kemandirian Belajar

ABSTRACT

Learning independence is a state of learning activity with its own ability without any dependence on others. That is, students who are independent in learning will complete their learning activities without help from others and will believe in their abilities. The purpose of this study was conducted to determine changes in the behavior of independent learning students at SMA Negeri 8 Bandar Lampung by using individual counseling with client centered techniques.

The study used the Single Subject Research (SSR) method with an A-B-A design. The subject in this study was a student in class XI IPS 1 SMA Negeri 8 Bandar Lampung. The research process took place in 3 stages. The first stage of the research is to conduct baseline A1, the second stage is to provide treatment or intervention B, and the final stage is baseline A2. The data collection methods used are observation, interviews and documentation. Data analysis uses analysis within conditions and analysis between conditions, presented in the form of tables and graphs.

The results show that there is a change in a better direction towards the independent learning behavior shown by the MDR subject. At the baseline stage A1, it can be seen that the behavior of the independent learning of students is decreasing. At the intervention stage, when given treatment in the form of client centered counseling, it showed good behavior changes in MDR learning independence. Then the baseline A2 stage without intervention showed better results. With an overlap percentage of 1%, it can be stated that the independent learning behavior of students at SMA Negeri 8 Bandar Lampung has changed for the better by using the client centered technique.

Keywords: Client Centered Counseling, Learning Independence

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sadilla Renadhea

NPM : 1811080206

Jurusan/Prodi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul: "**Ekspérimentasi Konseling *Client Centered* Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik SMA Negeri 8 Bandar Lampung**". Ini sepenuhnya adalah karya saya sendiri. Tidak ada bagian di dalamnya yang merupakan plagiat dan karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada kalimat dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, Oktober 2022



Sadilla Renadhea

1811080206



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : **Eksperimentasi Konseling *Client Centered* Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik Di SMA Negeri 8 Bandar Lampung**
Nama : **Sadilla Renadhea**
NPM : **1811080206**
Jurusan/ Prodi : **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**
Fakultas : **Tarbiyah Dan Keguruan**

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosahkan dan di pertahankan dalam Sidang Munaqosah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri
Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Busmawati, S.Ag., M.Ed
NIP.197508102009011013

Pembimbing II

Iip Sagiharta, M.Si
NIP. -

Mengetahui
Ketua Jurusan
Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dr. Ali Murtadho, M.Si
NIP.197907012009011014



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN**

Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703260

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Eksperimentasi Konseling *Client Centered* Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik Di SMA Negeri 8 Bandar Lampung.” Disusun Oleh Sadilla Renadhea, NPM 1811080206, Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Telah Diujikan Dalam Sidang Munaqasyah Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan, Pada Hari Rabu 13 Desember 2022.

TIM MUNAQASYAH

Ketua : Dr. H. Agus Jatmiko, M.Pd

Sekretaris : Yoga Anjas Pratama, M.Pd

Penguji Utama : Defriyanto, S.IQ., M.Ed

Penguji I : Busmayaril, S.Ag., M.Ed

Penguji II : Iip Sugiharta, M.Si

**Mengetahui
Dekan Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan**



**Prof. Dr. Hj. Nurza Liana, M.Pd
NIP. 196408281988032002**

MOTTO

لَهُر مُعَقَّبَتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُر مِّنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ
اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا
فَلَا مَرَدَّ لَهُر وَمَا لَهُم مِّن دُونِهِر مِّنْ وَآلٍ ﴿١١﴾

Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merobah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merobah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, Maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia. (Ar- Ra'd: 11)¹



¹ Kementerian Agama Republik Indonesia, Q.S Ar- Ra'd, (Bandung : CV Pustaka Jaya Ilmu).

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT atas nikmat dan kasih sayang-Nya. Alhamdulillah penulis telah menyelesaikan skripsi ini. Dari sanubari yang terdalam dengan segala kerendahan hati, terima kasih yang tulus, serta segala rasa syukur, skripsi ini dipersembahkan kepada :

1. Ayah dan Bunda

Terima kasih kepada Ayah Sudirman dan Bunda Cahya Putri telah menjadi orang tua yang penuh kasih dan mengedepankan pendidikan, terima kasih telah memberikan kesempatan bagiku merasakan bangku perkuliahan, berkat doa yang tulus, dukungan untuk maju, serta kegigihan kerja ayah dan bunda untuk mencukupi segala kebutuhanku akhirnya skripsi ini selesai dan mengatarkanku menjadi Sarjana Pendidikan.

2. Kepada Saudara Kandung

Terima kasih kepada Udo Revando Senydio dan Adik Shafa Deandra Raihana telah mewarnai dan membersamai kehidupanku, memberikan dukungan dan membuatku bersemangat dalam mengerjakan skripsi ini. Terima kasih banyak atas perhatian, dukungan serta doadari kalian untuk keberhasilanku.

3. Kepada Almamaterku tercinta yaitu Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

RIWAYAT HIDUP

Penulis skripsi ini bernama Sadilla Renadhea, biasa dipanggil Dilla. Penulis lahir di Bandar Lampung, 3 Maret 2000 yang merupakan putri ke dua dari tiga bersaudara. Penulis merupakan anak dari pasangan Bapak Sudirman dan Ibu Cahya Putri. Penulis mengawali Studi pendidikan di SD Negeri 2 Talang pada tahun 2007-2012. Lalu, penulis melanjutkan Studi di SMP Negeri 3 Bandar Lampung pada tahun 2012-2015. Kemudian, penulis melanjutkan Studi di SMANegeri 8 Bandar Lampung Jurusan Ilmu Pengetahuan Alam (IPA), selesai pada tahun 2018.

Pada tahun 2018 penulis masuk di perguruan tinggi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam melalui jalur seleksi SPAN-PTKIN. Selama kuliah penulis mengikuti kegiatan FMPK – PATRA dan merupakan anggota Assisten Lab&klinik Konseling UIN RIL. Pada tahun 2021 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata Dari Rumah (KKN-DR) di Kelurahan Keteguhan, Kecamatan Teluk Betung Timur, Kota Bandar Lampung, lalu penulis melaksanakan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP BUDAYA Bandar Lampung dengan beranggota 15 orang.

Bandar Lampung, Oktober 2022
Penulis

Sadilla Renadhea
1811080206

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Segala puji bagi Allah SWT yang senantiasa telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam selalu tucurahkan kepada Nabi besar Muhammad SAW, yang dinantikan syafaatnya di yaumul akhir kelak.

Dengan rendah hati disadari bahwa dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mengalami kesulitan dan hambatan, namun penulis tidak akan berhasil tanpa adanya bantuan, dorongan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Dr. Ali Murtadho, M.S.I selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Indah Fajriani, M.Psi, Psikolog selaku sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Busmayaril, S.Ag., M.Ed selaku pembimbing I yang telah memberikan motivasi, dan semangat kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Iip Sugiharta, M.Si selaku pembimbing II yang telah memberikan arahan, semangat dan pengetahuan baru dalam menyusun skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung yang telah menyumbangkan ilmunya selama di bangku perkuliahan.
7. Gusri Mulyani, S, Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling SMA Negeri 8 Bandar Lampung
8. Orang tua yang tak henti-hentinya selalu mendoakan dan memotivasi untuk senantiasa bersemangat dan tak mengenal kata putus asa. Terima kasih atas segala dukungannya, baik

secara material maupun spritual hingga terselesaikan skripsi ini.

9. Teruntuk temanseperbimbingku dan seperjuanganku Santina Sari, Riyan Tobing, Eva Panca Lestari, Anggi Sera, Ubudiah Nur Sabrina, Siti Wilza Alifia, Dika Surya Ananda, Eki Darmawan, yang senantiasa memberikan bantuan dan dukungan kepadaku dalam mengerjakan skripsi ini.
10. Seluruh teman-teman angkatan 2018 Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, dan teman-teman seperjuangan sekeluarga besar BK F, dan teman-teman KKN Keteguhan (alm.Miranda, Reihan, Syifa, Risa, Ricky, Wibi, Diandra, dll.) serta teman-teman PPL angkatan 2018 yang telah memberikan semangat hingga skripsi ini selesai.
11. Semua pihak yang telah membantu dan memberikan semangat yang tidak dapat disebutkan satu persatu, semoga pencapaian ini menjadi amal soleh.
12. Almamaterku tercinta UIN Raden Intan Lampung

Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan kalian yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis sadar bahwa skripsi ini banyak kekurangan serta jauh dari kata sempurna untuk itu penulis masih membutuhkan masukan dan saran-saran dari kalian. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat serta berguna bagi penulis dan khususnya bagi pembaca.

Aamiin Allahumma Aamiin.

Bandar Lampung, Oktober 2022
Penulis

Sadilla Renadhea
1811080206

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAN	iii
PERSETUJUAN.....	iv
PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang Masalah	2
C. Identifikasi Masalah dan Batasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
G. Kajian Penelitian Terdahulu Relevan	8
H. Sistematika Penulisan	12
BAB II LANDASAN TEORI DAN PENGAJUAN HIPOTESIS ...	15
A. Teori Yang Digunakan	15
a. <i>Konseling Individual</i>	15
1. Pengertian <i>Konseling Individu</i>	15
2. Perbedaan <i>Konseling Individu dan Konseling</i> <i>Kelompok</i>	16
3. Tujuan Layanan <i>Konseling Individu</i>	17
4. Pelaksanaan <i>Konseling Individu</i>	19
5. Proses / Model – Model <i>Konseling Individu</i>	20
b. <i>Client Centered</i>	32
1. Pengertian <i>Client Centered</i>	32
2. Pandangan <i>Client Centered</i> Terhadap Manusia... 33	
3. Ciri – Ciri Pendekatan <i>Client Centered</i>	34
4. Teknik-Teknik <i>Client Centered</i>	35

5. Konsep – Konsep Dalam <i>Client Centered</i>	37
6. Karakteristik <i>Client Centered</i>	37
7. Langkah – Langkah <i>Client Centered</i>	38
8. Kelebihan Dan Kelemahan <i>Client Centered</i>	38
c. Kemandirian Belajar	41
1. Pengertian Kemandirian Belajar	41
2. Karakteristik Kemandirian Belajar	42
3. Indikator Kemandirian Belajar	44
4. Strategi Kemandirian Belajar	46
5. Faktor –Faktor Kemandirian Belajar Siswa	48
B. Pengajuan Hipotesis	48
BAB III METODE PENELITIAN.....	51
A. Jenis Penelitian	51
B. Desain Penelitian	51
C. Tempat, Waktu Penelitian dan Subjek Penelitian	54
D. Teknik Pengumpulan Data	53
E. Definisi Operasional Variabel	57
F. Teknik Analisis Data	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	63
A. Deskripsi Data	63
B. Pembahasan Hasil Penelitian Dan Analisis	70
BAB V PENUTUP.....	87
A. Simpulan	87
B. Rekomendasi	87
DAFTAR RUJUKAN.....	89
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Masalah Perilaku Kemandiran Belajar Peserta Didik	6
Tabel 4.1 Hasil Observasi Perilaku Kemandiran belajar Pada Fase Baseline A1	65
Tabel 4.2 Hasil Observasi Pada Intervensi	69
Tabel 4.3 Hasil Observasi Perilaku Kemandiran Belajar Pada Fase Baseline A2	70
Tabel 4.4 Rerata Jumlah Perilaku Kemandiran Belajar Pada Setiap Fase	71



LAMPIRAN-LAMPIRAN

- Lampiran 1 Kisi-kisi Observasi Penelitian Berdasarkan Indikator
- Lampiran 2 Instrument Perilaku Tidak Disiplin
- Lampiran 3 Pedoman Wawancara
- Lampiran 4 Validasi Instrument
- Lampiran 5 Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)
- Lampiran 6 Kepuasan Peserta Didik
- Lampiran 7 Surat Keterangan Izin Orang Tua Konseli
- Lampiran 8 Surat Keterangan Izin Konseli
- Lampiran 9 Surat Balasan Pra Penelitian
- Lampiran 10 Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 11 Dokumentasi
- Lampiran 12 Hasil Instrumen





BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Agar dalam penelitian ini tidak terjadi kesalah pahaman mengenai judul penelitian tentang “**Eksperimentasi Konseling *Client Centered* Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik SMA Negeri 8 Bandar Lampung** ”maka peneliti perlu menegaskan istilah-istilah yang ada dalam judul tersebut adalah sebagai berikut:

1. Eksperimentasi

Eksperimen adalah metode penelitian yang benar – benar dapat menguji hipotesis mengenai hubungan sebab akibat. Menurut Gay metode eksperimen dapat mewakili pedekatan yang paling sah dalam memecahkan masalah, baik secara praktis maupun secara teori.¹

2. Konseling Individu

Konseling individual adalah bantuan yang diberikan oleh konselor kepada seorang siswa dengan tujuan berkembangnya potensi siswa, mampu mengatasi masalah sendiri, dan dapat menyesuaikan diri secara positif.²

3. *Client Centered*

Yaitu proses pemberian bantuan yang terhadap klien atau peserta didik secara individu yang bersifat abstrak atau unik karena setiap manusia memiliki kepribadian yang berbeda – beda. Dalam *Client centered* yang menjadi pusatnya adalah klien dengan tujuan untuk membina kepribadian klienatau peserta didik secara integral, berdiri sendiri dan

¹Dr. Sudaryono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif Mix-Method*

²Prof. Dr. Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori Dan Praktek* (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2017).35

mempunyai kemampuan untuk memecahkan masalahnya sendiri.³

4. Kemandirian Belajar

Kemandirian belajar merupakan suatu keadaan aktivitas belajar dengan kemampuan sendiri tanpa adanya ketergantungan kepada yang lain. Artinya, siswa yang mandiri dalam belajar akan menyelesaikan aktivitas belajarnya tanpa bantuan dari orang lain dan akan percaya dengan kemampuan yang dimiliki. Kemandirian adalah suatu sikap individu yang diperoleh secara kumulatif selama perkembangan, dimana individu akan terterus belajar untuk bersikap mandiri dalam menghadapi situasi di lingkungan, sehingga individu pada akhirnya akan mampu berpikir dan bertindak sendiri. Dengan kemandirian, seseorang dapat memilih jalan hidup untuk berkembang dengan lebih mantap.⁴

Alasan peneliti memilih judul “**Eksperimentasi Konseling *Client Centered* Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik SMA Negeri 8 Bandar Lampung**”

1. Judul ini relevan dengan ilmu penelitian di jurusan bimbingan konseling.
2. Teknik *Client Centered* cocok dalam mengatasi kemandirian belajar pada peserta didik
3. Konseling individu sangat cocok karena lebih efektif dan efisien dalam penelitian kemandirian belajar peserta didik
4. Persoalan ini menarik diteliti, guru bimbingan dan konseling di sekolah hendaknya mampu mengurangi masalah tersebut.

B. Latar Belakang Masalah

Kemandirian merupakan sikap yang harus dimiliki oleh setiap siswa, sikap kemandirian siswa sangat mendukung terhadap keberhasilan dalam belajar, sehingga baik lingkungan

³C R Rogers, *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications and Theory*, Psychology/Self-Help Series (Constable, 2003).

⁴Ali dan Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: Bumi Aksara, 2010).109

keluarga maupun sekolah harus mampu melatih dan mengembangkan rasa kemandirian siswa.⁵ Terdapat pengaruh positif yang signifikan antara kemandirian belajar dan perhatian orang tua terhadap prestasi belajar.⁶

Belajar yang diikuti kemandirian akan mendorong siswa untuk melakukan kegiatan belajarnya dengan penuh tanggung jawab, kemauan yang kuat dan memiliki disiplin yang tinggi sehingga prestasi belajar akan dapat dicapai dengan maksimal.⁷ kemandirian belajar dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengelola secara baik dan efektif pengalaman belajarnya dengan berbagai cara sehingga memperoleh hasil belajar yang optimal.⁸

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa, Kemandirian belajar merupakan salah satu aspek yang dapat mempengaruhi kualitas pembelajaran. Karena kemandirian belajar membuat siswa dapat mengerjakan segala sesuatu sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya secara optimal dan tidak menggantungkan diri kepada orang lain.

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ
 إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ
 بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

⁵Mujiono Effendi, Mursilah, “Korelasi Tingkat Perhatian Orang Tuadan Kemandirian Belajar Dengan Prestasi Belajar Siswa,” *Jurnal Ilmiah Multi Sciences* 10, No 1 (2018).

⁶Rita Ningsih and Arfatin Nurrahmah, “Pengaruh Kemandirian Belajar Dan Perhatian Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Matematika,” *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA* 6, no. 1 (2016): 73–84, <https://doi.org/10.30998/formatif.v6i1.754>.

⁷Fakultas Pascasarjana et al., “Pengaruh Kemandirian Belajar Dan Minat Belajar Terhadap Prestasi Belajar Ilmu Pengetahuan Alam Eka Asmar Sekolah Formal Maupun Non Formal , Karena Sesungguhnya Sekolah” 1, no. 1 (2018): 33–45.

⁸Ade Chita Putri Harahap and Samsul Rivai Harahap, “Covid-19: Self Regulated Learning Mahasiswa,” *Jurnal Pendidikan Dan Konseling* 10, no. 1 (2020): 36–42, <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad/article/view/7646/3478>.

Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merobah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merobah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri, dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, Maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia. (Ar- Ra'd: 11)⁹

Dari terjemahan ayat di atas, Allah memeritahkan kepada manusia untuk dapat berusaha terhadap apa yang mereka ingin capai begitupun peserta didik untuk senantiasa berkeinginan menggali ilmu melalui pendidikan formal ataupun nonformal yang harus ditimbulkan dari diri mereka sendiri. Layanan konseling sekolah memainkan peran penting dalam mencapai tujuan pendidikan. Peran tersebut secara khusus mencapai standar kompetensi kemandirian yang harus dicapai peserta didik sesuai dengan tugas perkembangannya.¹⁰ Penelitian bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh konselor sekolah memiliki manfaat untuk merancang kebutuhan, pengentasan masalah, pencegahan program, dan intervensi untuk peserta didik.¹¹

Pendekatan client centered dapat membantu peserta didik dalam meningkatkan perilaku kemandirian dalam belajar karena sesuai dengan tujuan pendekatan client centered salah satunya pengintegrasian kepribadian konseli. Konseli bisa memahami tentang dirinya sendiri maka konseli dapat jauh lebih mudah mencapai tujuan dari pendekatan client centered tersebut. Pendekatan client centered ini menaruh kepercayaan pada konseli

⁹ Kementerian Agama Republik Indonesia, Q.S Ar- Ra'd, (Bandung : CV Pustaka Jaya Ilmu).

¹⁰Nurul Choiriyah and Abdul Hayyie Al-Kattani, "Islamic Guidance And Counseling Concept For Family Life Readiness Among High School Teenagers," *Prophetic Guidance and Counseling Journal* 1, no. 1 (2020): 35, <https://doi.org/10.32832/pro-gcj.v1i1.2918>.

¹¹Agus Supriyanto et al., "Indicators of Professional Competencies in Research of Guidance and Counseling Teachers," *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 9, no. 1 (2019): 53, <https://doi.org/10.25273/counsellia.v9i1.3927>.

memiliki kesanggupan untuk menyelesaikan sendiri masalah yang dihadapi.¹²

Pada terapi client centered menekankan bahwa perkembangan kepribadian yang sehat mewakili kesesuaian dasar antara bidang pengalaman yang fenomenal dan struktur konseptual dari diri-realisisasi ini mewakili kebebasan untuk individu dari tekanan internal dan eksternal serta sistem nilai individu dan disesuaikan dengan baik.¹³ Konseling client centered menekankan kecakapan konseli untuk menentukan hal yang penting bagi dirinya dan pemecahan masalah pada dirinya. Konseling client centered dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dan konseli, agar tercapai gambaran diri yang serasi antara diri konseli yang ideal dengan diri konseli yang sesuai dengan kenyataan sebenarnya.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan di SMA Negeri 8 Bandar Lampung bahwa terdapat peserta didik kelas XI IPS 1 yang memiliki masalah dalam kesulitan belajar yang disebabkan oleh tingkat kemandirian belajar yang rendah. Hal tersebut dapat diketahui dengan adanya perilaku peserta didik yang memiliki inisiaif belajar yang rendah, menyalin tugas teman, tidak memiliki target/tujuan belajar, tidak mengetahui strategi belajar yang cocok untuk dirinya dan selama pembelajaran berlangsung hanya sedikit peserta didik saja yang merespon guru ketika menyampaikan materi dan ketika guru bertanya kepada peserta didik sebagian besar peserta didik hanya diam tidak menjawab, serta peserta didik pun enggan untuk bertanya kepada guru terkait materi yang belum mereka mengerti. Adapun menurut Ibu Gusri Mulyani, S.Pd selaku guru bimbingan konseling penyebabnya adalah peserta didik yang harus menyesuaikan diri

¹²Diah Utaminingsih Risni Anjani, Yusmansyah, "Penggunaan Konseling Client Centered Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa," *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 2018, <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/ALIB/article/view/15225>.

¹³S.N Onwukwe, L.C; Madu, "The Usefulness Of The Core Qualities Of A Client- Centered Psychotherapist To African Clients," *International Journal For Psychotherapy In Africa* 4, no. 1 (2019): 16–24.

nya kembali setelah pembelajaran daring dan kembali kepada proses pembelajaran tatap muka.

Adapun peserta didik kelas XI IPS 1 yang mengalami kemandirian belajar yang rendah di SMA Negeri 8 Bandar Lampung adalah sebagai berikut:

Tabel 1.1
Masalah Kemandirian Belajar SMANegeri 8 Bandar Lampung

No	Peserta Didik	Indikator				
		Tidak Memiliki Inisiatif Belajar	Menyalin Tugas Teman	Tidak Memiliki Target dan Tujuan Belajar	Tidak Mengetahu i Strategi Belajar Diri Sendiri	Pasif dalam Proses KBM
1.	DFD	-	✓	-	-	✓
2.	HYS	✓	✓	✓	-	-
3.	MDR	✓	✓	-	✓	✓

Sumber :Data dari guru BK SMA Negeri 8 Bandar Lampung¹⁴

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis termotivasi untuk melakukan penelitian dengan judul “Eksperimentasi Konseling *Client Centered* Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik SMA Negeri 8 Bandar Lampung”

C. Identifikasi Masalahdan Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang muncul terkait “Eksperimentasi Konseling *Client Centered* Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik SMA Negeri 8 Bandar Lampung”. Permasalahan tersebut antara lain dapat diidentifikasi sebagai berikut:

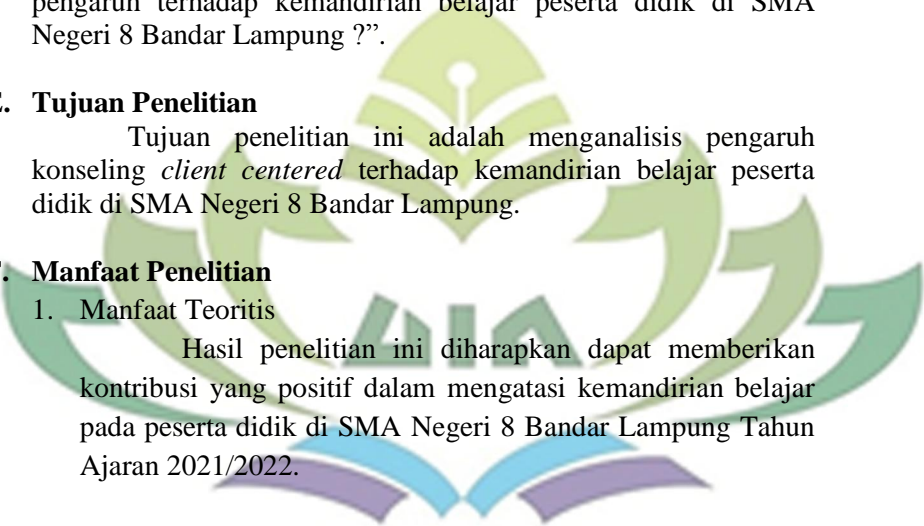
1. Peserta didik tidak memiliki inisiatif untuk belajar dan mencari solusi dalam masalah pembelajarannya.
2. Peserta didik memiliki tanggung jawab yang rendah terhadap tugas – tugas yang diberikan guru.
3. Peserta didik kurang percaya diri ditunjukkan dari sikapnya yang pasif pada proses belajar mengajar.

¹⁴Data Hasil Pra-Penelitian Peserta Didik Kemandirian Belajar Rendah SMA Negeri 8 Bandar Lampung

4. Belum dilakukan penanganan mengatasi rendahnya kemandirian belajar peserta didik dengan konseling individu menggunakan teknik *client centered*

Agar tidak terjadi kesalahan dalam pembahasan, maka penulis membatasi masalah dalam penelitian ini, masalah yang akan dikaji hanya dalam ruang lingkup teknik *Client Centered* terhadap kemandirian belajar pada peserta didik dengan menggunakan layanan konseling individu.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah konseling *client centered* memiliki pengaruh terhadap kemandirian belajar peserta didik di SMA Negeri 8 Bandar Lampung?”.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah menganalisis pengaruh konseling *client centered* terhadap kemandirian belajar peserta didik di SMA Negeri 8 Bandar Lampung.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang positif dalam mengatasi kemandirian belajar pada peserta didik di SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2021/2022.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi guru bimbingan dan konseling, dapat memberikan informasi dan menambah keterampilan guru pembimbing dalam melaksanakan kegiatan layanan konseling individual serta dapat membantu meningkatkan kemandirian belajar peserta didik.
- b. Bagi peserta didik, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemandirian belajarnya, agar lebih bertanggung jawab dalam mengerjakan tugas serta

mengoptimalkan potensi yang ada pada diri peserta didik melalui konseling individual.

- c. Bagi peneliti, penelitian ini dapat memberikan pengalaman dan kesempatan untuk menerapkan ilmu yang telah didapatkan selama kuliah dan mampu bereksperimentasi dalam meningkatkan perilaku kemandirian belajar peserta didik.

G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Jurnal dengan judul “The Level of Self-Regulated Learning and Self-Awareness in Science Learning in the Covid-19 Pandemic Era” ditulis oleh S. E. Atmojo , T. Muhtarom B. D. Lukitoaji.¹⁵ Pada penelitian ini menganalisis self-regulated dalam hal ini yaitu kemandirian belajar dan self-awareness siswa dalam pembelajaran IPA di era pandemi Covid-19. Desain penelitian ini adalah eksperimen modifikasi pre-test post-test control group design. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret hingga Juli 2020, dengan 200 subjek penelitian yang terbagi dalam empat kelas. Instrumen penelitian terdiri dari angket dan soal tes dalam bentuk online. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis skor dan rata-rata kuesioner yang diisi secara online. Subyek penelitian ini adalah mahasiswa yang mengambil mata kuliah IPA sebanyak 200 mahasiswa di Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses pembelajaran IPA dapat berlangsung secara online dengan menggunakan aplikasi Zoom, Google Classroom, e-learning UPY, dan grup WhatsApp. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa rata-rata skor Self-Regulated Learning adalah 74,59 (baik), rata-rata skor Self-Awareness adalah 75,75 (baik), dan rata-rata prestasi belajar adalah 74,59 (baik). Dapat disimpulkan bahwa

¹⁵S. E. Atmojo, T. Muhtarom, and B. D. Lukitoaji, “The Level of Self-Regulated Learning and Self-Awareness in Science Learning in the Covid-19 Pandemic Era,” *Jurnal Pendidikan IPA Indonesia* 9, no. 4 (2020): 512–20, <https://doi.org/10.15294/jpii.v9i4.25544>.

- pembelajaran IPA online ini berlangsung dengan maksimal, memiliki nilai kemanfaatan yang dilihat dari rata-rata angka kemandirian belajar, angka kesadaran diri, dan prestasi belajar siswa berada pada kategori baik. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti kali ini adalah penelitian dilaksanakan pasca covid19 dan penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen SSR (single subject research) dengan melibatkan hanya 1 subyek penelitian.
2. Sistem belajar mandiri merupakan sistem pembelajaran yang didasarkan kepada disiplin terhadap diri sendiri yang dimiliki oleh siswa dan disesuaikan dengan keadaan perorangan siswa. Masalah dalam penelitian ini kemandirian belajar siswa rendah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kemandirian belajar dengan menggunakan konseling klien yang berpusat pada siswa. Penelitian ini menggunakan metode pre-eksperimental group pretest-posttest design kemudian dianalisis dengan menggunakan uji Wilcoxon. Subjek penelitian sebanyak 4 siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah. Teknik pengumpulan data menggunakan kemandirian belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemandirian belajar mengalami peningkatan setelah diberikan konseling Client Centered. Hasil analisis dengan membandingkan data posttest dan pretest, diperoleh harga $z_{hitung} = -1,826$ dan $z_{tabel} = 1,645$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya terdapat peningkatan pada kemandirian belajar setelah diberikan layanan konseling client centered pada siswa. Dengan demikian konseling client centered dapat digunakan untuk meningkatkan kemandirian belajar pada siswa kelas XI SMA Negeri 14 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018.¹⁶ Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang peneliti lakukan ialah terletak pada bayaknya

¹⁶Risni Anjani, Yusmansyah, "Penggunaan Konseling Client Centered Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa." *ALIBKIN Jurnal Bimbingan Konseling* (2018) <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/ALIB/article/view/15225>

subjek dan subjek penelitian yang berbeda serta jenis penelitiannya

3. Penelitian terdahulu dilakukan oleh Zulham Effendi dalam tesis dengan judul “Implementasi pendekatan konseling Client Centered dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa MAN 4 Martubung Medan”.¹⁷ Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis jenis kegiatan bimbingan dan konseling, pelaksanaan bimbingan dan konseling dengan pendekatan konseling client centered dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa, peran bimbingan dan konseling dengan pendekatan konseling client centered dalam meningkatkan kemandirian belajar, dan hambatan dan upaya mengatasi pelaksanaan bimbingan dan konseling dengan pendekatan konseling client centered dalam meningkatkan kemandirian belajar siswa MAN 4 Martubung Medan. Metode penelitian ini adalah menggunakan metode penelitian kualitatif fenomenologi yaitu mengungkap permasalahan-permasalahan yang terjadi sehingga menemukan dan memahami apa yang tersembunyi dibalik permasalahan yang terjadi. Upaya mengatasi hambatan pelaksanaan pembinaan kemandirian belajar siswa yaitu memberikan pengetahuan dan pelatihan bagi guru pembimbing, melakukan kerjasama dengan guru bidang studi, dan memberikan pemahaman kepada siswa.
4. Pandemi covid 19 yang sedang melanda dunia termasuk Indonesia membuat pemerintah mengambil keputusan untuk melakukan PSBB (pembatasan sosial berskala besar) dengan meminta masyarakat untuk tetap berada di rumah (stay at home) termasuk proses pembelajaran/perkuliahahan. Peraturan tersebut dibuat agar memutus mata rantai penyebarab covid - 19. Proses perkuliahan yang dilakukan secara daring atau online secara tidak langsung membuat mahasiswa beradaptasi dengan proses pembelajaran yang baru. Mahasiswa dituntut untuk bisa melakukan pengaturan diri dalam belajar (self regulated learning) pada masa covid-19. Penelitian ini

¹⁷Z Efendi, “Implementasi Pendekatan Konseling Client Centered Dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa MAN 4 Martubung Medan,” 2019, <http://repository.uinsu.ac.id/8633/>.

menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif dengan subjek penelitian adalah mahasiswa BKI Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa self regulated learning mahasiswa BKI berada pada kategori sedang dengan presentase sebesar 71,7%, kategori tinggi 17,5% dan kategori rendah 10,8%. Hal ini menunjukkan bahwa masih perlu adanya adaptasi belajar bagi mahasiswa selama masa pandemi dan perlu adanya pengaturan diri dalam belajar (self regulated learning) yang baik pada diri siswa.¹⁸ Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti kali ini terdapat pada desain penelitian yang digunakan.

5. Kemandirian Belajar adalah Belajar mandiri, tidak menggantungkan diri kepada orang lain, siswa dituntut untuk memiliki keaktifan dan inisiatif sendiri dalam belajar, bersikap, berbangsa maupun bernegara. Pandemi Covid-19 menjadi sangat berbahaya karena penularannya begitu cepat dan menyebabkan kematian banyak nyawa di dunia. Pemerintah dan Badan Nasional Penanggulangan Bencana telah berkordinasi dengan pemerintah daerah untuk melaksanakan penanggulangan bencana dengan mengeluarkan kebijakan social distancing dan physical distancing. Tujuan dari kegiatan belajar mengajar melalui bimbingan belajar guna meningkatkan kemandirian belajar peserta didik sangat efektif dilakukan, karna penelitian ini sudah dilakukan di Sekolah. sehingga sangat efektif digunakan untuk meningkatkan kemandirian belajar peserta didik sehingga menjadi peserta didik yang bertanggung jawab dan disiplin setelah diberikanya bimbingan mengenai kemandirian belajar peserta didik disekolah. Hasil dari penelitian ini sangat berupaya dalam meningkatkan kemandirian belajar peserta didik disekolah sehingga pembelajaran disekolah meningkat. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti pada penelitian kali ini adalah sama-sama memecahkan permasalahan kemandirian belajar peserta didik. Sedangkan perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan penelitian kali ini terdapat pada layanan yang diberikan dan jenis penelitiannya

¹⁸Harahap and Harahap, "Covid-19: Self Regulated Learning Mahasiswa."

H. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan adalah struktur yang merangkum konsep dan teori, yang anda kembangkan dipengetahuan yang telah diuji dan diterbitkan. Sebelumnya yang anda sintesiskan untuk membantu anda memiliki latar belakang teoritik, atau dasar untuk analisis data dan interprestasi makna yang terkandung dalam data penelitian anda.

Dapat disimpulkan kerangka teoritik adalah struktur yang dapat menampung atau mendukung teori suatu studi penelitian. Kerangka teoritik juga sebagai struktur yang menggunakan pengetahuan dari penelitian yang dilakukan sampai saat ini dilapangan untuk memahami data dalam studi penelitian anda sendiri. Maka kerangka teoritik dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bab I : Bagian pertama berupa pendahuluan. Dalam bab ini penulis mengemukakan penegasan judul, latar belakang masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan.

Bab II : Bagian kedua berupa pengkajian teori. Berisi tentang pengertian dari hakikat konseling, pengertian konseling individu, perbedaan bimbingan individu dengan konseling individu, tujuan konseling individu, pelaksanaan konseling individu, proses atau model konseling individu, pengertian *client centered*, konsep dasar *client centered*, pandangan *client centered* terhadap manusia, ciri - ciripendekatan *client centered*, proses konseling *client centered*, teknik-teknik dalam *client centered* konsep – konsep dalam *client centered*, karakteristik *client centered*, langkah- langkah *client centered*, kelebihan dan kelemahan *client centered*, pengertian kemandirian belajar, karakteristik kemandirian belajar, indikator kemandirian belajar, jenis-jenis kemandirian, strategi kemandirian belajar, faktor – faktor yang mempengaruhi kemandirian belajar

- Bab III : Bagian ketiga berupa jenis penelitian, desain penelitian, dan subjek penelitian, tempat waktu *setting* penelitian, dan subjek penelitian, pemilihan partisipan penelitian, teknik pengumpulan data, variable penelitian, definisi operasional variable, instrument penelitian, teknik analisis data.
- Bab IV : Bagian keempat berupa deskripsi pelaksanaan penelitian, hasil penelitian, analisa data, pembahasan.
- Bab V : Bagian kelima berupa penutup. Dalam bab ini berisi tentang simpulan dan rekomendasi.





BAB II

LANDASAN TEORI DAN PENGAJUAN HIPOTESIS

A. Teori yang Digunakan

a. Hakikat Konseling

Konseling melibatkan dua orang dalam berinteraksi, suatu istilah umum bagi perubahan makna antara orang, yang mencakup komunikasi langsung bicara dan mendengarkan, dan juga gerak isyarat, pandangan, mengangguk atau menggelengkan kepala, menggerukan dahi dan sifat-sifat nonverbal lainnya. Interaksi sangat rahasia, dan menyebabkan para konseli membahas diri mereka dalam suatu cara yang akrab, itulah pribadi yang jelas dan tidak dapat diamati orang lain.

Cara interaksi biasanya terbatas pada dunia verbal, konselor dan konseli membicarakan orang lain. Para konseli berbicara tentang dirinya, pemikiran, perasaan, dan tindakan mereka. Mereka menggambarkan peristiwa dalam kehidupan mereka dan cara mereka menanggapi kejadian-kejadian tersebut. Para konselor mendengarkan dan menanggapi dengan cara tertentu terhadap apa yang konseli katakan untuk membangkitkan tanggapan lebih lanjut.¹⁹

1. Pengertian Konseling Individual

Konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seseorang dengan seseorang, yaitu individu yang mengalami masalah yang tak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar konseli memecahkan kesulitannya.²⁰ Konseling individual adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang

¹⁹Syarifuddin Dahlan, *Konseling Individu Konsep Dan Aplikasi* (Bandar Lampung: AURA, 2011).

²⁰Sopyan S. Willis, *Konseling Individual Teori Dan Praktek* (Bandung: CV Alfabeta, 2007),92

ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi konseli.²¹

Konseling individual adalah kunci semua kegiatan bimbingan dan konseling. Karena jika menguasai teknik konseling individual berarti akan mudah menjalankan proses konseling yang lain. Proses konseling individu berpengaruh besar terhadap peningkatan konseli karena pada konseling individu konselor berusaha meningkatkan sikap siswa dengan cara berinteraksi selama jangka waktu tertentu dengan caraberatatap muka secara langsung untuk menghasilkan peningkatan-peningkatan pada diri konseli, baik cara berpikir, berperasaan, sikap, dan perilaku.²²

2. Perbedaan Bimbingan Individu dan Konseling Individu

1) Bimbingan Individu

Bimbingan individu adalah proses bantuan yang diberikan oleh konselor kepada konseli agar konseli memahami karakteristik yang ada pada dirinya. Bimbingan pribadi meliputi pencapaian kemampuan, sikap, pengetahuan, menghormati diri sendiri dan orang lain, mencapai hubungan interpersonal yang baik, dan lain lain.

Dari penjelasan di atas, dapat penulis simpulkan bahwa bimbingan individu adalah suatu proses bantuanyang diberikan konselor kepada konseli agar konseli dapat memahami karakteristik yang ada pada dirinya dengan baik, mampu menghormati diri sendiri dan orang lain, mencapai hubungan interpersonal yang baik, dan sebagainya.

²¹Prayitno Erman Amti, *Dasar - Dasar Bimbingan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2013).105

²²Holipah, "The Us Using Of Individu Counseling Service to Improve Student's Learning Atitude and Habit at the Second Grade Student of Smp," *Journal Counseling*, 2011.

2) Konseling Individu

Menurut Mortensen, konseling individu adalah pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada individu dengan tujuan agar individu mampu memahami dan memiliki kemampuan untuk menghadapi masalahnya.²³

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa konseling individu adalah suatu proses bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli atau konselor kepada individu yang bertujuan agar individu mampu memahami dan mampu dalam menghadapi setiap permasalahan yang dihadapi.

3. Tujuan Layanan Konseling Individu

Krumboltz dalam Latipun menyatakan bahwa tujuan konseling dapat diklasifikasikan sebagai: mengubah perilaku yang salah penyesuaian, belajar membuat keputusan, dan mencegah timbulnya masalah.²⁴ Dalam kaitan ini, konseling membantu individu untuk menjadi insan yang berguna dalam kehidupan yang memiliki berbagai wawasan, pandangan, interpretasi, pilihan, penyesuaian, dan keterampilan yang tepat berkenaan dengan diri sendiri dan lingkungannya. Insan itu adalah insan yang mandiri yang memiliki kemampuan untuk memahami diri sendiri dan lingkungan secara tepat dan objektif, menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis, mampu mengambil keputusan secara tepat dan bijaksana, mengarahkan diri sendiri sesuai dengan keputusan yang diambilnya itu, serta akhirnya mampu mewujudkan diri sendiri secara optimal.

Sedangkan menurut Prayitno mengemukakan ada 2 tujuan konseling individual yaitu antara lain:

²³Musifuddin, "Providing Information and Individual Counseling Services To Increase Student Cyclics in MA NW Wanasaba Musifuddin Hamzanwadi University," 2017.,695.

²⁴Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: UPT UMM, 2008),45

- 1) Tujuan Umum

Tujuan umum layanan konseling individu adalah pengentasan masalah peserta didik. Dengan demikian, fungsi pengentasan sangat dominan dalam layanan ini.

- 2) Tujuan Khusus

Tujuan khusus layanan konseling individual adalah (a) peserta didik dapat memahami seluk beluk masalah yang dialami secara mendalam dan komprehensif, serta positif, dan dinamis; (b) dikembangkannya persepsi dan sikap serta keinginan demi terentaskannya secara spesifik masalah yang dialami peserta didik itu; (c) pengembangan dan pemeliharaan potensi peserta didik dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah peserta didik dapat dicapai; (d) mencegah menjalarnya masalah yang sekarang sedang dialami oleh peserta didik serta (diharapkan) tercegah pula masalah-masalah baru yang mungkin akan timbul; (e) menangani sasaran yang bersifat advokasi.²⁵

Berdasarkan kedua pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling dapat dibagi menjadi empat tujuan antara lain:

- 1) Pengentasan

Melalui konseling individu permasalahan yang dihadapi peserta didik dapat dibantu untuk dientaskan.

- 2) Pemahaman

Melalui konseling individu peserta didik dapat memahami seluk beluk

²⁵Prayitno, *Layanan Konseling Perorangan* (Padang: Universitas Negeri Padang Press, 2002), 4-5

permasalahan yang dialaminya secara mendalam dan komprehensif, positif dan dinamis.

3) Pengembangan

Melalui konseling individu dapat mengembangkan dan memelihara potensi yang dimilikinya serta dapat mengembangkan diri dalam membuat keputusan.

4) Pencegahan

Melalui konseling individu dapat dicegah menjalarnya masalah yang sedang dialami peserta didik serta (diharapkan) tercegah pula masalah-masalah yang mungkin timbul.

4. Pelaksanaan Konseling Individu

Pada pelaksanaan konseling individu menempuh beberapa tahapan kegiatan, yaitu sebagai berikut:

1) Perencanaan

Perencanaan yang meliputi kegiatan mengidentifikasi koseli, mengatur waktu pertemuan, mempersiapkan tempat dan perangkat teknis penyelenggaraan layanan, menetapkan fasilitas layanan, menyiapkan kelengkapan administrasi.

2) Pelaksanaan

Pelaksanaan konseling individu yang meliputi kegiatan yaitu menerima konseli, menyelenggarakan penstrukturan, membahas masalah konseli dengan menggunakan teknik-teknik, mendorong pengentasan masalah konseli (bisa digunakan teknik-teknik khusus), memantapkan komitmen konseli dalam pengentasan masalahnya, melakukan penilaian segera.

- 3) Evaluasi jangka pendek
- 4) Analisis

Menganalisis hasil evaluasi (menafsirkan hasil konseling individu yang telah dilaksanakan).

- 5) Tindak lanjut

Tindak lanjut yang meliputi kegiatan yaitu menetapkan jenis arah tindak lanjut, mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak terkait, dan melaksanakan rencana tindak lanjut.

- 6) Laporan

Laporan yang meliputi kegiatan menyusun laporan konseling individu, menyampaikan laporan kepada kepala sekolah atau madrasah dan pihak lain terkait, dan mendokumentasikan laporan.²⁶

5. Proses / Model – Model Konseling Individu

Menurut para ahli proses atau model – model konseling individu adalah sebagai berikut :

1. Menurut Brammer

Secara umum, proses konseling terdiri dari tiga tahapan, yaitu:

- 1) Tahap Awal

Tahap ini terjadi dimulai sejak klien menemui konselor hingga berjalan sampai konselor dan klien menemukan masalah klien. Pada tahap ini beberapa hal yang perlu dilakukan, diantaranya:

- a. Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien (rapport). Kunci keberhasilan membangun hubungan terletak pada terpenuhinya asas-asas bimbingan dan konseling, terutama asas

²⁶Prayitno.,169-170

kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, dan kegiatan.

- b. Memperjelas dan mendefinisikan masalah. Jika hubungan konseling sudah terjalin dengan baik dan klien melibatkan diri, maka konselor harus dapat membantu memperjelas masalah klien.
- c. Membuat penaksiran dan penjajakan. Konselor berusaha menjajahi atau menaksir kemungkinan masalah dan merancang bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien, dan menentukan berbagai alternatif yang sesuai untuk mengantisipasi masalah yang dihadapi klien. Menegosiasikan kontrak. Membangun perjanjian antara konselor dengan klien, berisi: (1) kontrak waktu, yaitu berapa lama waktu pertemuan yang diinginkan oleh klien dan konselor tidak berkeberatan, (2) kontrak tugas, yaitu berbagi tugas antara konselor dan klien, dan (3) kontrak kerjasama dalam proses konseling, yaitu terbinanya peran dan tanggung jawab antara konselor dan konseling dalam seluruh kegiatan konseling.

2) Inti (Tahap Kerja)

Setelah tahap awal dilaksanakan dengan baik, proses konseling selanjutnya adalah memasuki tahap inti atau tahap kerja. Pada tahap ini terdapat beberapa hal yang harus dilakukan, diantaranya:

- 1) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah klien lebih dalam. Penjelajahan masalah dimaksudkan agar klien mempunyai

perspektif dan alternatif baru terhadap masalah yang sedang dialaminya.

- 2) Konselor melakukan reassessment (penilaian kembali), bersama-sama klien meninjau kembali permasalahan yang dihadapi klien.
- 3) Menjaga agar hubungan konseling tetap terpelihara. Hal ini bisa terjadi jika:
 - (1) Klien merasa senang terlibat dalam pembicaraan atau wawancara konseling, serta menampakkan kebutuhan untuk mengembangkan diri dan memecahkan masalah yang dihadapinya.
 - (2) Konselor berupaya kreatif mengembangkan teknik-teknik konseling yang bervariasi dan dapat menunjukkan pribadi yang jujur, ikhlas, dan benar-benar peduli terhadap klien.
 - (3) Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak. Kesepakatan yang telah dibangun pada saat kontrak tetap dijaga, baik oleh pihak konselor maupun klien.

3) Akhir (Tahap Tindakan)

Pada tahap akhir ini terdapat beberapa hal yang perlu dilakukan, yaitu:

- 1) Konselor bersama klien membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling.
- 2) Menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan yang telah terbangun dari proses konseling sebelumnya.

- 3) Mengevaluasi jalannya proses dan hasil konseling
- 4) Membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya.

Pada tahap akhir ditandai beberapa hal, yaitu: menurunnya kecemasan klien, perubahan perilaku klien ke arah yang lebih positif, sehat dan dinamis, pemahaman baru dari klien tentang masalah yang dihadapinya, dan adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas.

2. Menurut Gerard Egan

Pada proses kondeling menurut Gerard Egandisebut sebagai visibly tuning in to clients, adapun pada umumnya seringkali dinamakan sebagai attending dan rapport²⁷. Syarat pelaksanaan visibly tuning in to clients menurutnya lagi hendaknya mengikuti akronim SOLER yang meliputi ; S yang pertama dari SOLER adalah face the client squarely (bertatap muka secara tepat terhadap konseli, mengadopsi sikap yang menunjukkan keterlibatan); O sebagai adopt an open posture (mengadopsi postur tubuh secara tepat untuk menunjukkan keterbukaan); L remember that it is possible at times to learn toward the other (keluwesan tubuh atau respon yang diberikan pada saat berkomunikasi dengan konseli, ini juga dapat mencerminkan kesan penerimaan seorang konselor terhadap kedatangan konseli); E, maintain good eye contact (mempertahankan kontak mata dengan tepat) dan yang terakhir R, try to be relatively relaxed or natural in these behaviors (menjadi nyaman dengan menggunakan tubuh sebagai sarana

²⁷Willis, *Konseling Individual Teori Dan Praktek*, 2007.160-161

kontak pribadi dan ekspresi untuk membantu memberikan konseli kenyamanan).

وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا

وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا ﴿٦٣﴾

Artinya :Dan hamba-hamba Tuhan yang Maha Penyayang itu (ialah) orang-orang yang berjalan di atas bumi dengan rendah hati dan apabila orang-orang jahil menyapa mereka, mereka mengucapkan kata-kata (yang mengandung) keselamatan. (QS. Al Furqaan : 63)²⁸

Formula SOLER dari Gerad Egan sebenarnya memiliki titik temu dengan dengan surah Al Furqaan ayat 63 yakni sebagai berikut:

- 1) Face the client squarely yang diartikan sebagai bertatap muka secara tepat terhadap konseli, mengadopsi sikap yang menunjukkan keterlibatan sebenarnya dapat ditunjukkan dengan menyertai sikap yang dirumuskan Alqur'an secara rendah hati terutama terhadap sikap konseli yang menunjukkan sikap nonverbal baik menerima maupun tidak terhadap konselor. Hal ini sangatlah sulit sekali dilakukan tanpa adanya keluwesan dan pengalaman konselor dalam melakukan komunikasi konseling seperti dikatakan latar belakang budaya yang berbeda tidak menunjukkan adanya perbedaan sikap dalam keterampilan attending yang ditunjukkan oleh partisipan. Namun, perbedaan budaya berpengaruh pada intonasi dan cara bicara

²⁸ Kementerian Agama Republik Indonesia, Q.S Al- Furqaan, (Bandung : CV Pustaka Jaya Ilmu).

partisipan dalam konseling sehingga konselor dapat mereduksi rumusan yang disebutkan surah Al Furqaan ayat 63 tersebut.

- 2) Adopt an open posture diartikan sebagai mengadopsi postur tubuh secara tepat untuk menunjukkan keterbukaan konselor atas apa yang disampaikan oleh konseli. Konselor bukan hanya menunjukkan keterbukaan sebagaimana yang dimaksud oleh Gerad Egan akan tetapi lebih jauh lagi Alqur'an menyebut dengan disertai rumus "mengucapkan kata-kata (yang mengandung) keselamatan" yang mengandung arti dilakukan upaya merespons melalui arah sebaliknya. Jadi, apabila konseli menunjukkan sikap dan ungkapan yang menjengkelkan maka konselor menunjukkan arah yang sebaliknya.
- 3) Remember that it is possible at times to learn toward the other yang diartikan sebagai keluwesan tubuh atau respon yang diberikan pada saat berkomunikasi dengan konseli, ini juga dapat mencerminkan kesan penerimaan seorang konselor terhadap kedatangan konseli. Ini dapat terjadi jika konselor mampu menjalankan mekanisme yang dimaksudkan sebagai respon yang tepat sasaran apabila kerendahan hati dan kemampuan untuk mengucapkan kata-kata keselamatan dapat dilakukan secara maksimal.
- 4) Maintain good eye contact atau mempertahankan kontak mata dengan tepat dan Try to be relatively relaxed or natural in these behaviors menunjukkan nyaman dengan menggunakan tubuh sebagai sarana kontak pribadi dan ekspresi untuk membantu

memberikan konseli kenyamanan merupakan kondisi pengiring yang terjadi.²⁹

3. Menurut Robert Charkhuff

a) *Attending*

Adalah suatu keterampilan konseling yang berkaitan dengan upaya konselor untuk memperhatikan need klien, dan melibatkan diri (involve) secara langsung dengan klien. Termasuk ke dalam keterampilan attending ini adalah attending secara personal (attending personally), pengamatan (observing), dan mendengarkan (listening). Menurut Charkhuff, apabila konselor mampu melakukan attending dengan baik pada seorang klien, maka ia akan mampu untuk membangkitkan harga diri klien, membangkitkan suasana yang aman, sehingga pada gilirannya klien mampu mengekspresikan dirinya secara bebas pada konselor. Akhirnya, klien akan merasa senang untuk memasuki (involve) proses konseling.

b) *Responding*

Merupakan keterampilan dasar konseling yang berkaitan dengan upaya konselor untuk memahami, memasuki, dan merespon terhadap pikiran dan perasaan klien. Bila konselor mampu merespon pikiran dan perasaan klien, maka klien akan semakin terangsang untuk menyatakan pikiran dan perasaannya secara lebih terbuka sehingga dengan responding ini diharapkan klien mampu mengeksplorasi pikiran dan perasaan-perasaannya. Termasuk ke dalam keterampilan responding ini adalah responding terhadap Isi (*responding to*

²⁹Ali Rachman and Muhammad Andri Setiawan, "AYAT ALQUR'AN DALAM LAYANAN KONSELING SUFISTIK" 8, no. 1 (n.d.): 23-44.

content), responding terhadap perasaan (*responding to feeling*) dan responding terhadap makna (*responding to meaning*).

c) *Personalizing*

Adalah keterampilan dasar konseling yang berkaitan dengan upaya konselor untuk memfasilitasi klien agar memahami diri dan mengenal permasalahan-permasalahannya. Dengan mengenal diri dan permasalahan-permasalahannya klien diharapkan mampu mempersiapkan dirinya untuk memilih dan mengambil suatu tindakan pemecahan masalahnya. Termasuk ke dalam keterampilan *personalizing* ini adalah *personalizing meaning*, *personalizing problems* dan *personalizing goal*

d) *Initiating*

Merupakan keterampilan dasar konseling yang berkaitan dengan upaya konselor untuk mengambil prakarsa dalam merumuskan tujuan klien dan memilih manakah di antara tujuan tersebut yang akan dicapai. Mengacu pada aktivitas action klien, keterampilan *initiating* konselor mencakup: pengembangan tujuan (*defining goal*), pengembangan program-program (*developing programs*), pengembangan jadwal-jadwal kegiatan (*developing schedules*), pengembangan penguatan (*developing reinforcement*), dan individualisasi langkah-langkah (*individualizing steps*).

4. Menurut Ivey

menjelaskan bahwa terdapat beberapa keterampilan dasar konseling yang menjadi fondasi dasar berjalannya konseling yaitu:

a. *Attending* (Teknik Penerimaan/Menghampiri Klien)

Perilaku *attending* dapat juga dikatakan sebagai penampilan konselor yang mencakup komponen-komponen kontak mata, bahasa badan, dan bahasa lisan. Perilaku *attending* yang baik adalah kombinasi ketiga komponen tersebut sehingga memudahkan konselor untuk membuat konseli terlibat pembicaraan dan terbuka. *Attending* yang baik dapat meningkatkan harga diri klien, menciptakan suasana yang aman, dan mempermudah ekspresi perasaan konseli dengan bebas. Yang dimaksud cara menghampiri, member perhatian serta cara melayani adalah sebagai berikut:

- 1) Bahasa Tubuh (gerak-gerik badan, jari, kaki, tangan).
- 2) Penampilan diri seorang konselor harus rapih, tidak boleh mencolok.
- 3) Cara duduk (duduk dengan menghadap klien).
- 4) Kontak mata (melihat konseli pada waktu konseli berbicara kepada konselor).
- 5) Vocal suara (intonasi tinggi rendahnya suara seorang konselor harus diperhatikan, harus jelas).

Dalam perilaku *attending* terdapat *responding* yang artinya cara merespon atau memberi respon. Penstrukturan dalam *responding* meliputi peranan konselor bertanya kepada konseli, peranan konseli merespon pertanyaan dari konselor, ada waktunya yang telah ditentukan 30-45 menit dan ada etika yaitu asas kerahasiaan.

b. *Lestening* (Mendengar)

Keterampilan dalam konseling adalah dengan mendengar aktif, agar konseli mampu untuk menolong dirinya sendiri, dapat mengatasi lingkungan hidup agar lebih konsultif. Tujuannya agar konseli dapat berfikir bebas, sehingga dapat menunjang perilaku attending dan empati serta konseli dapat bebas bicara. Mendengarkan yaitu keterampilan menangkap inti dan makna pembicaraan, tanpa prasangka atau penilaian. Di dalam *listening* terdapat beberapa langkah yaitu:

- 1) Dorongan minimum, yang artinya supaya konseli, merasa diperhatikan, didengarkan, dilayani oleh seorang konselor seperti “mengangguk kepala, oke, iya, lanjutkan, lalu, dan lain sebagainya”.
- 2) Member pertanyaan terbuka dan tertutup. Pertanyaan terbuka merupakan pertanyaan yang tidak dapat dijawab dengan satu atau dua kata saja. Hal ini berguna untuk mendorong konseli agar mau bercerita dan menyampaikan informasi terkait dengan permasalahannya. Sedangkan pertanyaan tertutup dapat dijawab dengan kalimat singkat. Keterampilan pertanyaan tertutup berfungsi untuk memperjelas informasi yang telah di dapat dan tidak memerlukan penjelasan lebih lanjut.
- 3) Refleksi merupakan mengulang atau memantulkan kembali apa yang

dibicarakan oleh konseli baik pikirannya, perasaannya dan pengalamannya.

- 4) Parafraza merupakan inti dari pembicaraan apa yang dibicarakan oleh konseli.
- 5) Merumuskan merupakan menyimpulkan apa yang dibicarakan konseli. Rumusan terdapat menjadi dua bagian yaitu rumusan kecil yang dibuat sekali dalam 15 menit, dan rumuan besar dibuat di akhir sesi konseling.
- 6) Mentafsirka/menterjemahkan terkait permasalahan yang dialami oleh konseli termasuk ke dalam bidang permasalahan apa saja.
- 7) Mengkonfrontasikan merupakan ketidaksesuaian apa yang dibicarakan oleh konseli dengan kenyataan yang sebenarnya.
- 8) Persepsi merupakan penilaian seseorang terhadap objek tertentu.

Ada dua cara untuk mengkomunikasikan bahwa konselor mendengarkan, memperhatikan dan memahami apa yang diceritakan konseli,yaitu dengan:

1. Bahasa Tubuh, memberikan gambaran kepada konseli bahwa konselor mendengarkan, memperhatikan dan memahami apa yang diceritakan.
2. Mendengarkan Aktif, respon konselor memberikan umpan balik atau merefleksi isi ucapan, pikiran ,

dan perasaan konseli, serta keterampilan refleksi dan merangkum.

c. Focusing (Pemusatan)

Seorang konselor yang efektif harus mampu membuat fokus melalui perhatiannya terhadap pembicaraan konseli dan fokus membantu konseli untuk memusatkan perhatian pada pokok pembicaraan. Ada beberapa fokus yang dapat dilakukan oleh seorang konselorm, yaitu: fokus pada diri konseli, fokus pada orang lain, fokus pada topik, dan fokus mengenai budaya.

- a) Pemusatan (*focusing*) mengarahkan arah pembicaraan konseli. bahasa tidak terstruktur, tidak sistematis, tidak jelas, terlalu berputar-putar bahkan keluar dari permasalahan awal yang disampaikan kepada konselor.
- b) Pemusatan membantu konselor kerangka berfikir yang lengkap dan sistematis.
- c) Beberapa pemusatan terarah pada: (Konseli, Tema atau masalah, Konselor, Isu bersama atau kelompok, Konteks kultural/lingkungan, Orang lain).

d. Influencing (Mempengaruhi)

Mempengaruhi atau mengarahkan terpusat pada stimulus konseli untuk melaksanakan tanggung jawab mereka dengan antusiasme dan efektif. Kegiatan penting dalam pengarahannya dan memberikan pengaruh terdapat empat bagian yaitu: pemberian motivasi, komunikasi, kepemimpinan, dan pelatihan.

B. Client Centered

1. Pengertian Client Centered

Carl R. Rogers mengembangkan terapi client centered sebagai reaksi terhadap apa yang disebutnya keterbatasan-keterbatasan mendasar dari psikoanalisis. Pada hakikatnya, pendekatan client centered adalah cabang khusus dari terapi humanistik yang menggarisbawahi tindakan mengalami klien berikot dunia subjektif dan fenomenalnya. Terapis berfungsi terutama sebagai penunjang pertumbuhan pribadi kliennya dengan jalan membantu kliennya itu dalam menemukan kesanggupan-kesanggupan untuk memecahkan masalah-masalah. Pendekatan client centered menaruh kepercayaan yang besar pada kesanggupan klien untuk mengikuti jalan terapi dan menemukan arahnya sendiri. Hubungan terapeutik antara terapis dan klien merupakan katalisator bagi perubahan klien menggunakan hubungan yang unik sebagai alat untuk meningkatkan kesadaran dan untuk menemukan sumber-sumber terpendam yang bisa digunakan secara konstruktif dalam perubahan hidupnya³⁰

Client centered merupakan terapi yang berpusat pada klien (disebut sebagai psikoterapi yang berpusat pada manusia) mencerminkan penyimpangan yang mencolok dari pengobatan psikoanalitik tradisional, menganggap peran terapis kurang terpisah dan formal, sedangkan sebaliknya lebih tulus dan empatik. Universitas Wisconsin, dan dipandang sebagai bapak dari pendekatan client centered. Yang memberikan gambaran bahwa Proses konseling yang menjadi pusatnya adalah klien dan bukan konselor. Dan bertujuan untuk membina kepribadian klien secara integral, berdiri sendiri dan mempunyai kemampuan untuk memecahkan masalah sendiri.³¹

³⁰Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling & Psikoterapi* (Bandung: Refika Aditama, 2013).91

³¹Ibid.

2. Pandangan Client Centered Terhadap Manusia

Konseling client centered hanya sedikit menaruh simpati bahwa manusia tidak dapat dipercaya karena konseling client centered ini menaruh kepercayaan yang besar terhadap kemampuan konseli untuk dapat diberi arahan dan motivasi dalam memecahkan masalahnya. Setelah diberi arahan dan motivasi dari konselor konseling client centered ini percaya bahwa konseli bisa menemukan cara-cara nya sendiri. Manusia mempunyai kemampuan dasar untuk memilih tujuan yang benar, dan membuat pilihan yang benar, apalagi ia diberi situasi yang bebas dari ancaman.

Rogers menunjukkan kepercayaan yang mendalam pada manusia. Ia memandang manusia tersosialisasi dan bergerak ke muka, berjuang untuk berfungsi penuh, serta memiliki kebaikan yang positif pada intinya yang terdalam. Dari pendapat di atas dapat disimpulkan konseling client centered menaruh kepercayaan yang penuh terhadap konseli. Berpandangan konseli mampu menemukan cara-cara nya sendiri untuk menyelesaikan masalahnya. Rogers memaparkan suatu konsepsi dasar tentang hakikat manusia, yaitu:

- 1) Organisme, merupakan keseluruhan individu (the total individual).
- 2) Medan phenomenal, merupakan keseluruhan pengalaman individu (the totality of experience).
- 3) Self, merupakan bagian dari medan phenomenal yang terinferensiasikan dan terdiri dari pola-pola pengamatan dan penilaian sadar dari "I" atau "Me".

Pandangan positif tentang sifat dasar manusia ini mengandung implikasi yang signifikan bagi praktek terapi. Karena adanya kepercayaan bahwa seorang individu memiliki kapasitas yang inheren untuk menyingkir dari penerapan yang salah ke kesehatan psikologis maka terapis meletakkan pertanggungjawaban utama pada diri klien.

3. Ciri-Ciri Client Centered Pendekatan

Client centered memberikan suatu gambaran bahwa proses konseling yang menjadi pusatnya adalah klien dan bukan konselor, pendekatan client centered memiliki berbagai ciri-ciri sebagai berikut :

- 1) Dalam proses pendekatan client centered, klien berperan lebih dominan dari pada konselor. Aktivitas klien nampak lebih menonjol dibandingkan dengan konselor, konselor disini hanya berperan sebagai cermin.
- 2) Dalam proses pendekatan client centered, menekankan betapa pentingnya hubungan yang bersifat permisif, intim sebagai persyaratan mutlak berhasilnya hubungan konseling.
- 3) Dalam mengambil keputusan terakhir itu pada klien sendiri, sedangkan konselor hanya berusaha untuk mengarahkan agar klien memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan sendiri.
- 4) Dalam pendekatan client centered, konselor harus benar-benar menerima klien sebagaimana adanya dan tidak semestinya menuntut sesuatu atau mengharapkan syarat-syarat tertentu terhadap klien sebelum konselor akan memberikan bantuan. Konselor juga harus bebas dari prasangka.
- 5) Dalam proses pendekatan client centered tidak terkait oleh langkah-langkah yang harus dilakukan konselor, atau proses konseling tidak bisa ditentukan oleh konselor, tapi itu sangat bergantung pada klien. Lebih cepat klien dapat mengungkapkan masalahnya, maka secepat itu pula konselor dapat mengarahkan klien dalam mengambil keputusan sendiri. Dalam proses pendekatan client centered, empati menduduki tempat yang penting, karena pada dasarnya adalah mengerti dan dapat merasakan perasaan orang lain.

4. Proses Konseling Client Centered

Konseling yang berpusat pada klien menggunakan sedikit teknik, akan tetapi menekankan sikap konselor. Teknik dasar adalah mencakup, mendengar, dan menyimak secara aktif, refleksi, klarifikasi, “being here” bagi klien. Surya mengungkapkan bahwa pada garis besarnya langkah-langkah proses terapi dalam konseling yang berpusat pada konseli adalah sebagai berikut:

- 1) Individu atas kemauan sendiri datang kepada konselor/terapis untuk meminta bantuan. Apalagi individu itu datangnya atas petunjuk orang lain, maka konselor harus menciptakan situasi yang sangat bebas dan permisif, sehingga ia dapat menentukan pilihannya: apakah akan melanjutkan meminta bantuan kepada konselor atau tidak.
- 2) Situasi terapeutik ditetapkan/dimulai sejak situasi permulaan telah didasarkan, bahwa yang bertanggungjawab dalam hal ini adalah konseli. Untuk hal ini konselor harus yakin bahwa konseli mempunyai kemampuan untuk “menolong” dirinya dalam memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya.
- 3) Konselor mendorong atau memberanikan konseli agar ia mampu mengungkapkan perasaannya secara bebas berkenaan dengan masalah yang dihadapinya. Untuk memungkinkan terjadinya hal itu, konselor harus selalu memperhatikan sikap ramah, bersahabat dan menerima konseli sebagaimana adanya.
- 4) Konselor menerima, mengenal dan memahami perasaan-perasaan negatif yang diungkapkan konseli; kemudian meresponnya. Respon konselor harus menunjukkan atau mengarahkan kepada apa yang ada dibalik ungkapan-ungkapan perasaan itu, sehingga menimbulkan suasana konseli dapat memahami dan menerima keadaan negatif atau tidak menyenangkan itu tidak diproyeksikan kepada orang lain atau tidak menyenangkan itu tidak diproyeksikan kepada orang lain atau disembunyikan sehingga menjadi mekanisme pertahanan diri.

- 5) Ungkapan-ungkapan perasaan negatif yang meluap-luap dari konseli itu biasanya disertai ungkapan-ungkapan perasaan positif yang lemah/ samar-samar, yang dapat disembuhkan.
- 6) Konselor menerima dan memahami perasaan-perasaan positif yang diungkapkan konseli sebagaimana adanya, sama seperti menerima dan memahami ungkapan-ungkapan perasaan negatif.
- 7) Konseli memahami dan menerima dirinya sendiri sebagai mana adanya. Hal ini terjadi setelah konseli memahami dan menerima hal-hal yang negatif dan positif pada dirinya.
- 8) Apabila konseli telah memahami dan menerima dirinya, maka tahap berikutnya adalah memilih dan menentukan pilihan sikap dan tindakan mana yang akan diambil, sejak saat itu terbayanglah oleh konseli rangkaian kegiatan yang harus dilakukan sehubungan dengan keputusan pilihannya, dan ia menyadari tanggung jawabnya.
- 9) Konseli mencoba memantapkan atau mengaktualisasikan pilihannya itu dalam sikap dan perilakunya.
- 10) Langkah selanjutnya adalah, perkembangan sikap dan tingkah lakunya itu adalah sejalan dengan perkembangan tilikan dengan dirinya.
- 11) Perilaku konseli makin bertambah tinggi terintegrasi dan pilihan-pilihan yang dilakukan makin kuat; kemandirian dan pengarahan dirinya makin menyakinkan.
- 12) Konseli merasakan kebutuhan akan pertolongan mulai berkurang dan akhirnya ia berkesimpulan bahwa terapi harus diakhiri. Ia menghentikan hubungan terapeutik dengan konselor. Psikoterapi telah selesai; konseli telah menjadi individu yang kepribadiannya terintegrasi dan berdiri sendiri, ia telah sembuh/bebas dari gangguan psikis.

5. Teknik-Teknik dalam Client Centered

Centered Hart membagi perkembangan teori Rogers ke dalam tiga period sebagai berikut:

- 1) Periode 1 (1940-1950): Psikoterapi nondirektif. Penerimaan dan klarifikasi mejadi teknik-teknik yang utama. Melalui terapi nondirektif, klien akan mencapai pemahaman atas dirinya sendiri dan atas situasi kehidupannya.
- 2) Periode 2 (1950-1957): Psikoterapi reflektif. Terapis terutama mereflesikan perasaan-perasaan klien dan menghindari ancaman dalam hubungan dengan kliennya. Melalui terapi reklektif, klien mampu mengembangkan keselarasan antara konsep diri dan konsep diri idealnya.
- 3) Periode 3 (1957-1970): Terapi eksperiensial. Terapi difokuskan pada apa yang sedang dialami oleh terapis. Melalui penggunaan teknik-teknik tersebut diharapkan konseli dapat menahan diri dari keinginan memasukkan nilai-nilai dan penyimpangan- penyimpangannya sendiri kedalam hubungan terapeutik. Konseli dapat mengarahkan dirinya sendiri pada pengurangan laranganlarangan tersebut.³²

6. Konsep-Konsep Dalam Client Centered

Pendekatan client centered merupakan suatu pendekatan mengenai manusia yang berorientasi pada filosofi humanistik, hal tersebut sesuai dengan dasar filsafat Rogers sebagai berikut:

- 1) Inti sifat manusia adalah positif, sosial, menuju kemuka dan realistik.
- 2) Manusia pada dasarnya adalah kooperatif, konstruktif dan dapat dipercaya.
- 3) Manusia mempunyai tendensi dan usaha sadar untuk mengaktualisasi pribadi, berprestasi dan mempertahankan diri.

³²*Ibid.*104

- 4) Manusia memiliki kemampuan dasar untuk memilih tujuan yang benar dan membuat pilihan yang benar, apabila ia diberi situasi yang bebas dari ancaman³³.

7. Karakteristik Client Centered

Peran klien yang besar dibandingkan dengan konselornya dalam hubungan konseling merupakan karakteristik utama dari pendekatan client centered. Beberapa karakteristik utama dari konseling client centered yang masing-masing menekankan pada:

- 1) Pengalaman-pengalaman sekarang.
- 2) Konseling client centered tidak bersifat Dogmatis.
- 3) Konseling client centered menekankan kepada persepsi klien.
- 4) Tujuan konseling client centered ada pada diri klien, dan tidak ditentukan konselor
- 5) Tanggung jawab dan kemampuan klien dalam menghadapi kenyataan.³⁴

8. Langkah-Langkah Konseling Client Centered

Melaksanakan konseling client centered terdapat beberapa langkah yang dapat dipakai sebagai pedoman, tetapi yang dikemukakan ini bukanlah langkah yang kaku, tetapi dapat diubah-ubah. Langkah-langkah client centered adalah sebagai berikut:

- 1) Klien datang untuk menerima bantuan kepada konselor secara sukarela. Apabila klien datang berdasarkan petunjuk orang lain atau saran orang lain, maka konselor harus mampu menciptakan suasana permisif, santai, penuh keakraban dan kehangatan, serta terbuka sehingga klien dapat menentukan sikap dalam pemecahan masalah.
- 2) Merumuskan situasi bantuan. Dalam merumuskan bantuan, klien didorong untuk menerima tanggung jawab

³³*Ibid.*

³⁴*Ibid.*

dan untuk melaksanakan pemecahan masalah yang dihadapinya.

- 3) Konselor mendorong klien untuk mengungkapkan perasaannya secara bebas, yang berkaitan dengan masalahnya.
- 4) Konselor secara tulus menerima dan menjernihkan perasaan-perasaan klien yang sifatnya negatif.
- 5) Apabila perasaan-perasaan yang negatif dari klien telah sepenuhnya terungkap maka secara psikologis bebannya mulai berkurang.
- 6) Konselor menerima perasaan-perasaan positif yang diungkapkan klien.
- 7) Saat pencurahan perasaan itu diikuti oleh perkembangan yang berangsur-angsur tentang wawasan.
- 8) Apabila telah memiliki pemahaman tentang masalahnya dan menerimanya, mulailah membuat suatu keputusan untuk melakukan sesuatu dan melangkah untuk memikirkan tindakan selanjutnya.
- 9) Mulai melakukan tindakan-tindakan yang positif.³⁵

9. Kelebihan dan Kelemahan Client Centered

Pendekatan Client Centered merupakan corak yang dominan yang digunakan dalam pendidikan konselor, beberapa alasannya adalah:

- 1) Terapi Client Centered memiliki sifat keamanan.
- 2) Terapi Client Centered menitik beratkan mendengar aktif, memberikan respek kepada konseli, memperhitungkan kerangka acuan internal konseli, dan menjalin kebersamaan dengan konseli yang merupakan kebalikan dari menghadapi konseli dengan penafsiranpenafsiran.
- 3) Para terapis Client Centered secara khas mereflesikan isi dan perasaan-perasaan, menjelaskan pesan-pesan, membantu para konseli untuk memeriksa sumber-sumbernya sendiri, dan mendorong konseli untuk menemukan cara-cara pemecahannya sendiri. Jadi, terapi

³⁵Ibid.

Client-Centered jauh lebih aman dibanding dengan model - model terapi lain yang menempatkan terapis pada posisi direktif, membuat penafsiranpenafsiran, membentuk diagnosis, menggali ketidaksadaran, menganalisis mimpi-mimpi, dan bekerja ke arah perubahan kepribadian secara radikal.

Pendekatan Client-Centered dengan berbagai cara memberikan sumbangan kepada situasi-situasi konseling individual maupun kelompok atau dengan kata lain memiliki beberapa kelebihan, antara lain:

- 1) Memberikan landasan humanistik bagi usaha memahami dunia subyektif konseli, memberikan peluang yang jarang kepada konseli untuk sungguh-sungguh didengar dan mendengar.
- 2) Mereka bisa menjadi diri sendiri, sebab mereka tahu bahwa mereka tidak akan di evaluasi dan dihakimi.
- 3) Mereka akan merasa bebas untuk bereksperimen denganbereksperimen dengan tingkah laku baru.
- 4) Mereka dapat diharapkan memikul tanggung jawab atas diri mereka sendiri, dan merekalah yang memasang langkah dalam konseling.
- 5) Mereka yang menetapkan bidang-bidang apa yang mereka ingin mengeksplorasinya di atas landasan tujuan-tujuan bagi perubahan.
- 6) Pendekatan Client Centered menyajikan kepada konseli umpan balik langsung dan khas dari apa yang baru dikomunikasikannya.
- 7) Terapis bertindak sebagai cermin, mereflesikan perasaan-perasaan konseli nya yang lebih dalam.

Adapun kelemahan pendekatan Client-Centered terletak pada beberapa hal berikut ini:

- 1) Cara sejumlah peneliti menyalahafsirkan atau menyederhanakan sikap-sikap sentral dari posisi Client Centered.

- 2) Tidak semua konselor bisa mempraktekan terapi Client Centered, sebab banyak konselor yang tidak mempercayai filsafat yang melandasinya.
- 3) Membatasi lingkup tanggapan dan gaya konseling mereka sendiri pada refleksi- refleksi dan mendengar secara empati.
- 4) Adanya jalan yang menyebabkan sejumlah peraktek menjadi terlalu terpusat pada konseli sehingga mereka sendiri kehilangan rasa sebagai pribadi yang unik.

C. Kemandirian Belajar

1. Pengertian Kemandirian Belajar

Kemandirian merupakan perilaku individu yang dapat melewati hambatan atau masalah, dapat berinisiatif dalam mengerjakan segala sesuatu bagi diri sendiri dan melakukannya tanpa bantuan orang lain, serta mempunyai kepercayaan diri.³⁶ Kemandirian belajar merupakan aktivitas belajar yang dilakukan oleh individu dengan kebebasannya tanpa bergantung pada orang lain sebagai suatu peningkatan dalam hal pengetahuan, keterampilan, atau pengembangan prestasi yang meliputi; menentukan dan mengelola sendiri bahan ajar, waktu, tempat, dan memanfaatkan berbagai sumber belajar yang diperlukan.³⁷

Menurut Tirtaraharja dan Sulo, kemandirian dalam belajar diartikan sebagai aktifitas belajar yang berlangsung lebih didorong oleh kemauan sendiri, pilihan sendiri atau tanggung jawab sendiri dari pelajaran. Menurut Mujiman kemandirian dalam belajar adalah kegiatan belajar aktif, yang didorong oleh niat atau motif untuk menguasai sesuatu kompetensi guna mengatasi suatu masalah, dan dibangun dengan bekal pengetahuan atau kompetensi yang telah dimiliki Menurut Aini dan Taman kemandirian belajar

³⁶Wiwik Suciati, *Kiat Sukses Melalui Kecerdasaan Emosional Dan Kemandirian Belajar* (Bandung: CV Rasi Terbit, 2016).

³⁷Maharyani Dina Anika, "Kemandirian Belajar Mahasiswa PGSD Dalam Perkuliahan Secara Daring Pada Masa Pandemic Covid-19," *JPDI (Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia)*, 2020.

merupakan sifat dan kapasitas siswa untuk melakukan aktivitas belajar yang dinamis, yang didorong oleh tujuan untuk mendominasi suatu keterampilan dan ditingkatkan dengan pengetahuan atau kemampuan yang mereka miliki saat ini³⁸

Secara singkat dapat di simpulkan bahwa kemandirian belajar merupakan kemampuan untuk mengelola semua yang di miliki sendiri yaitu memiliki keinginan yang kuat, kemampuan untuk memutuskan dan melakukan sesuatu yang benar tanpa harus di beri tahu, mampu menemukan apa yang ada di sekitar, berusaha untuk terus bergerak untuk melakukan beberapa hal walaupun keadaan terasa sulit, serta bertanggung jawab akan segala tingkah laku dan perbuatan yang di sengaja dan mampu untuk menyakini seluruh potensi yang di miliki.

2. Karakteristik Kemandirian Belajar

Karakter merupakan nilai-nilai yang sudah menjadi bagian dari hidup individu kemudian ditampilkan kedalam sikap dan perilakunya. Adapun karakteristik yang menggambarkan siswa mandiri dalam belajarnya yaitu dijelaskan oleh Jansen, R. S, terdapat 6(enam) karakteristik seseorang yang *Self-Regulated Learning*, diantaranya yaitu :

- 1) Memiliki kemandirian dalam tugas yang diberikan kepada mereka dan membuat perencanaan dalam mengatur penggunaan waktu serta sumber- sumber yang dimiliki, baik yang bersumber dari dalam dirinya maupun dari luar pada saat menyelesaikan tugas.
- 2) Memiliki *need for challenge*, artinya siswa memiliki kecenderungan untuk menyesuaikan diri terhadap kesulitan yang dihadapinya pada saat mengerjakan tugas dan mengubahnya menjadi sebuah tantangan pada suatu hal yang menarik dan menyenangkan.
- 3) Mengetahui bagaimana menggunakan sumber-sumber yang ada, baik yang berasal dari dalam dirinya maupun

³⁸Harahap, A.C.P., Harahap, D.P., & Simarmata, S.W. 2021. Belajar dari rumah (daring): kemandirian belajarmahasiswa. *AL-IRSYAD*, 11(1), 85-92.

dari luar dirinya serta melakukan pemantauan terhadap proses belajar. Disamping itu mereka juga melakukan evaluasi terhadap performansi dalam belajar.

- 4) Memiliki kegigihan dalam belajar dan mempunyai strategi tertentu yang membantunya dalam belajar.
- 5) Siswa yang melakukan *Self-Regulated Learning* pada saat melakukan aktivitas membaca, menulis maupun berdiskusi dengan orang lain, mempunyai kecenderungan untuk membuat suatu pengertian atau makna dari apa yang dibaca, ditulis maupun didiskusikannya.
- 6) Menyadari bahwa kemampuan yang dimiliki bukanlah satu-satunya faktor yang mendukung kesuksesan dalam meraih prestasi belajar, melainkan juga dibutuhkan strategi dan upaya gigih dalam belajar³⁹

Kemudian Supiantijuga menyebutkan bahwa terdapat 3 karakteristik kemandirian belajar, diantaranya yaitu :

- 1) Individu mendesain belajarnya sendiri sesuai dengan kebutuhan atau tujuan individu yang bersangkutan.
- 2) Individu memilih strategi dan melaksanakan desain belajarnya.
- 3) Individu memantau kemajuan belajarnya sendiri, mengevaluasi hasil belajarnya, serta membandingkan dengan standar tertentu.⁴⁰

Sehingga penulis menyimpulkan bahwa siswa yang memiliki kemandirian belajar ialah siswa yang memiliki kemandirian dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, dapat mengatur waktu dan metode belajarnya sendiri, dapat memanfaatkan sumber belajar dari luar maupun dari dalam diri dengan baik, dapat menghadapi dan menyesuaikan

³⁹Wira Suciono, *Berfikir Kritis (Tinjauan Melalui Kemandirian Belajar, Kemampuan Akademik Dan Efikasi Diri* (Indramayu: ADAB, 2021).

⁴⁰Dianne Amor Kusuma, "Covid-19, Dampak Penerapan Pembelajaran Daring Terhadap Kemandirian Belajar (Self-Regulated Learning) Mahasiswa Pada Mata Kuliah Geometri Selama Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemic," *Teorema: Teori Dan Riset Matematika* 5 (2020).

diri dalam masalah belajar, dapat memantau setiap proses belajarnya, serta mampu memahami materi yang dipelajari.⁴¹

3. Indikator Kemandirian Belajar

Dalam mengukur kemandirian belajar, diperlukan alat ukur atau indikator yang menjadi ukuran kemandirian belajar siswa. Adapun beberapa indikator dalam kemandirian belajar Menurut Sumarmo kemandirian belajar memiliki 8 indikator, diantaranya yaitu :

- 1) Memiliki inisiatif dan motivasi belajar intrinsik, artinya siswa mampu bertindak atas kehendaknya sendiri dalam belajar dan siswa memiliki keinginan dari dalam dirinya sendiri untuk belajar.
- 2) Memiliki kebiasaan mendiagnosa kebutuhan belajar, artinya siswa mampu memeriksa serta menentukan kebutuhan belajarnya.
- 3) Mampu menetapkan tujuan atau target belajar
- 4) Siswa mampu memonitor, mengatur dan mengontrol belajar
- 5) Memandang kesulitan sebagai tantangan, artinya siswa memandang permasalahan dalam belajar adalah sebuah tantangan yang perlu ia hadapi atau selesaikan.
- 6) Memanfaatkan dan mencari sumber yang relevan, artinya siswa mampu memanfaatkan dengan baik dan tidak bergantung pada sumber dari luar dirinya yang dapat membantu ia dalam mengatasi problem belajar atau menyelesaikan tugas belajar.
- 7) Siswa mampu memilih dan menerapkan strategi belajar yang sejalan atau cocok dengan dirinya.
- 8) Siswa mampu mengevaluasi proses dan hasil belajarnya.

⁴¹Ibid.

Hidayati dan Listyani menjelaskan bahwa terdapat enam indikator sikap kemandirian belajar, diantaranya yaitu:

- 1) Ketidaktergantungan terhadap orang lain
Siswa mampu menunaikan kewajibannya secara mandiri tidak terus menerus meminta bantuan pada pihak lain.
- 2) Memiliki kepercayaan diri
Siswa memiliki keyakinan terhadap kemampuan serta potensi belajar atau akademik yang ia miliki.
- 3) Berperilaku disiplin
Siswa memiliki ketaatan terhadap aturan sekolah, baik aturan yang tertulis maupun lisan.
- 4) Memiliki rasa tanggung jawab
Siswa memiliki kesadaran akan kewajibannya sebagai pelajar.
- 5) Berperilaku berdasarkan inisiatif sendiri
Siswa memiliki kesadaran diri dalam bertindak terhadap sesuatu yang harus ia lakukan dalam memenuhi kebutuhan belajarnya.
- 6) Melakukan kontrol diri
Siswa mampu mengendalikan atau mengatur dirinya.⁴²

Beberapa indikator dalam kemandirian belajar menurut Slavindiantaranya yaitu :

- 1) Bertanggungjawab
Artinya bertanggung jawab dalam hal ini adalah kesadaran siswa akan tingkah lakunya dalam melaksanakan kewajiban sebagai pelajar, seperti belajar, mengerjakan tugas sekolah, dan mengikuti kegiatan sekolah sesuai dengan peraturan yang berlaku.
- 2) Berbuat aktif dan kreatif
Artinya siswa giat atau berusaha untuk belajar dan mampu untuk menciptakan sesuatu yang baru, seperti menemukan cara-cara untuk memecahkan masalah yang dihadapi siswa dalam situasi belajarnya.

⁴²E Hidayati, K., & Listiyani, "Improving Instruments of Students Self-Regulated Learning," *J. Pendidik. Mat. Univ. Negeri Yogyakarta.*, 2010.

- 3) Mampu memecahkan problem
Siswa mampu memecahkan masalah atau problem dalam belajarnya dengan memanfaatkan kemampuan yang siswa miliki dan memanfaatkan sumber dari luar siswa luar dengan baik.
- 4) *Continue* dalam belajar
Arti *continue* dalam belajar adalah siswa belajar secara terus menerus atau rutin, sehingga siswa tidak belajar ketika akan menghadapi ujian sekolah saja.⁴³

Berdasarkan beberapa penjelasan indikator dari para ahli diatas, maka indikator yang akan digunakan untuk mengukur kemandirian belajar siswa dalam penelitian ini adalah, berperilaku berdasarkan inisiatif sendiri, ketidak tergantungan terhadap orang lain dan memiliki kepercayaan diri serta memiliki rasa tanggung jawab

4. Strategi Kemandirian Belajar

Agar siswa memiliki sikap kemandirian dalam belajarnya dibutuhkan rencana atau strategi yang memudahkan siswa dapat belajar mandiri. Menurut Zimmerman mengatakan terdapat empat belas strategi *Self-Regulated Learning*, diantaranya yaitu:

- 1) Evaluasi terhadap diri (*self - evaluating*) yaitu inisiatif peserta didik dalam melakukan evaluasi terhadap kualitas dan kemajuan pekerjaannya.
- 2) Mengatur dan mengubah materi pelajaran (*organizing and transforming*) yaitu peserta didik mengatur materi yang dipelajari dengan tujuan meningkatkan efektivitas proses belajar. Perilaku ini dapat bersifat *covert* dan *overt*.
- 3) Membuat rencana dan tujuan belajar (*goal - setting and planning*) yaitu pengaturan peserta didik terhadap tugas, waktu, dan menyelesaikan kegiatan yang berhubungan dengan tujuan tersebut.

⁴³Suciati, *Kiat Sukses Melalui Kecerdasaan Emosional Dan Kemandirian Belajar*.

- 4) Mencari informasi (*seeking information*) yaitu peserta didik memiliki inisiatif untuk berusaha mencari informasi di luar sumber-sumber sosial ketika mengerjakan tugas.
- 5) Mencatat hal penting (*keeping record and monitoring*) yaitu peserta didik berusaha mencatat hal - hal penting yang berhubungan dengan topik yang dipelajari.
- 6) Mengatur lingkungan belajar (*environmental structuring*) yaitu peserta didik berusaha mengatur lingkungan belajar dengan cara tertentu sehingga membantu mereka untuk belajar dengan lebih baik.
- 7) Konsekuensi setelah mengerjakan tugas (*self - consequating*) yaitu peserta didik mengatur atau membayangkan *reward* dan *punishment* bila sukses atau gagal dalam mengerjakan tugas atau ujian.
- 8) Mengulang dan mengingat (*rehearsing and memorizing*) yaitu peserta didik berusaha mengingat bahan bacaan dengan perilaku *overt* dan *covert*.
- 9) Meminta bantuan teman sebaya (*seek peer assistance*) yaitu bila menghadapi masalah yang berhubungan dengan tugas yang sedang dikerjakan, peserta didik meminta bantuan teman sebaya.
- 10) Meminta bantuan guru/pengajar (*seek teacher assistance*) yaitu bertanya kepada guru didalam atau pun diluar jam belajar dengan tujuan untuk dapat menyelesaikan tugas dengan baik.
- 11) Meminta bantuan orang dewasa (*seek adult assistance*) yaitu meminta bantuan orang dewasa yang berada di dalam dan di luar lingkungan belajar bila ada yang tidak dimengerti yang berhubungan dengan pelajaran.
- 12) Mengulang tugas atau test sebelumnya (*review test/work*) yaitu pertanyaan - pertanyaan ujian terdahulu mengenai topik tertentu dan tugas yang telah dikerjakan dijadikan sumber informasi untuk belajar.
- 13) Mengulang catatan (*review notes*) sebelum mengikuti tujuan, peserta didik meninjau ulang catatan sehingga mengetahui topik apa saja yang akan diuji.

14) Mengulang buku pelajaran (*review texts book*) yaitu membaca buku merupakan sumber informasi yang dijadikan pendukung catatan sebagai sarana belajar.⁴⁴

5. Faktor - Faktor Kemandirian Belajar Siswa

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kemandirian belajar, yaitu faktor internal yang berasal dari dalam diri siswa dan faktor eksternal yang berasal dari lingkungan luar. Menurut Sriyono faktor internal yang mempengaruhi kemandirian belajar diantaranya yaitu intelegensi, bakat, dan kemampuan yang dimiliki siswa. Sedangkan faktor eksternalnya yaitu keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat.⁴⁵

Hal ini juga sejalan dengan pendapat Aisah dkk menjelaskan bahwa faktor internal yang mempengaruhi kemandirian belajar siswa yaitu aspek disiplin, motivasi, tanggung jawab, inisiatif, dan percaya diri. Faktor dari luar yang mempengaruhi kemandirian belajar siswa meliputi lingkungan sekolah, lingkungan keluarga, fasilitas belajar, serta kompetensi profesionalisme guru. Susilowati pola asuh orang tua, sistem pendidikan, dan system kehidupan masyarakat termasuk kedalam faktor eksternal yang mempengaruhi kemandirian belajar siswa⁴⁶.

B. Pengajuan Hipotesis

Hipotesis diartikan sebagai jawaban sementara terhadap rumusan masalah pada penelitian. Hipotesis dikatakan jawaban sementara karena jawaban yang diberikan baru berdasarkan pada teori yang relevan, belum berdasarkan fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Perumusan hipotesis penelitian merupakan langkah ketiga

⁴⁴Suciono, *Berfikir Kritis (Tinjauan Melalui Kemandirian Belajar, Kemampuan Akademik Dan Efikasi Diri*.

⁴⁵Heru Sriyono, *Bimbingan Dan Konseling Belajar Bagi Siswa Di Sekolah* (Depok: Rajawali Pers, 2017).

⁴⁶Bagus Putra Sanjaya, "Studi Literatur Kemandirian Belajar Siswa Sekolah Dasar Selama Pembelajaran Daring," *JIPD (Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar)* 5 (2021): 2.

dalam sebuah penelitian, setelah penelitian mengemukakan landasan teori dan kerangka berfikir. Hipotesis yang akan diujikan pada penelitian ini adalah:

Ho :Konseling *Client Centered* tidak dapat meningkatkan perilaku kemandirian belajar peserta didik di kelas XI IPS 1 SMA Negeri 8 Bandar Lampung.

Ha :Konseling *Client Centered* dapat meningkatkan perilaku kemandirian belajar peserta didik di kelas XI IPS 1 SMA Negeri 8 Bandar Lampung.



DAFTAR RUJUKAN

- Amti, Prayitno Erman. *Dasar - Dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2013.
- Asrori, Ali dan. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara, 2010.
- Atmojo, S. E., T. Muhtarom, and B. D. Lukitoaji. "The Level of Self-Regulated Learning and Self-Awareness in Science Learning in the Covid-19 Pandemic Era." *Jurnal Pendidikan IPA Indonesia* 9, no. 4 (2020): 512–20. <https://doi.org/10.15294/jpii.v9i4.25544>.
- Choiriyah, Nurul, and Abdul Hayyie Al-Kattani. "Islamic Guidance And Counseling Concept For Family Life Readiness Among High School Teenagers." *Prophetic Guidance and Counseling Journal* 1, no. 1 (2020): 35. <https://doi.org/10.32832/progcj.v1i1.2918>.
- Corey, Gerald. *Teori Dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama, 2013.
- Dina Anika, Maharyani. "Kemandirian Belajar Mahasiswa PGSD Dalam Perkuliahan Secara Daring Pada Masa Pandemic Covid-19." *JPDI (Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia)*, 2020.
- Efendi, Z. "Implementasi Pendekatan Konseling Client Centered Dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa MAN 4 Martubung Medan," 2019. <http://repository.uinsu.ac.id/8633/>.
- Effendi, Mursilah, Mujiono. "Korelasi Tingkat Perhatian Orang Tuadan Kemandirian Belajar Dengan Prestasi Belajar Siswa." *Jurnal Ilmiah Multi Sciences* 10, No 1 (2018).
- Fraenke, Norman E Wallen Jack R. "How To Designand Evauatein Research." New York Tthe Mc Graw, 1998.

- Harahap, Ade Chita Putri, and Samsul Rivai Harahap. "Covid-19: Self Regulated Learning Mahasiswa." *Jurnal Pendidikan Dan Konseling* 10, no. 1 (2020): 36–42. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad/article/view/7646/3478>.
- Hidayati, K., & Listiyani, E. "Improving Instruments of Students Self-Regulated Learning." *J. Pendidik. Mat. Univ. Negeri Yogyakarta.*, 2010.
- Holipah. "The Us Using Of Individu Counseling Service to Improve Student's Learning Atitude and Habit at the Second Grade Student of Smp." *Journal Counseling*, 2011.
- Koji Takeuchi, Hideo Nakata, Juang Susanto. *Pengantar Penelitian Dengan Subyek Tunggal*. Bandung: UPI Pres, 2006.
- Kusuma, Dianne Amor. "Covid-19, Dampak Penerapan Pembelajaran Daring Terhadap Kemandirian Belajar (Self-Regulated Learning) Mahasiswa Pada Mata Kuliah Geometri Selama Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemic." *Teorema: Teori Dan Riset Matematika* 5 (2020).
- Latipun. *Psikologi Konseling*. Malang: UPT UMM, 2008.
- Musifuddin. "Providing Information and Individual Counseling Services To Increase Student Cylics in MA NW Wanasaba Musifuddin Hamzanwadi University," 2017.
- Ningsih, Rita, and Arfatin Nurrahmah. "Pengaruh Kemandirian Belajar Dan Perhatian Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Matematika." *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA* 6, no. 1 (2016): 73–84. <https://doi.org/10.30998/formatif.v6i1.754>.
- Nurbuco, Achmdid Abu Cholid. *Metode Penelitian*, 2009.
- Onwukwe, L.C; Madu, S.N. "The Usefulness Of The Core Qualities Of A Client- Centered Psychotherapist To African Clients."

International Journal For Psychotherapy In Africa 4, no. 1 (2019): 16–24.

Pascasarjana, Fakultas, Universitas Indraprasta PGRI, Jalan Nangka, No C Tb, and Tanjung Barat. “Pengaruh Kemandirian Belajar Dan Minat Belajar Terhadap Prestasi Belajar Ilmu Pengetahuan Alam Eka Asmar Sekolah Formal Maupun Non Formal , Karena Sesungguhnya Sekolah” 1, no. 1 (2018): 33–45.

Prayitno. *Layanan Konseling Perorangan*. Padang: Universitas Negeri Padang Press, 2002.

Rachman, Ali, and Muhammad Andri Setiawan. “AYAT ALQUR ’ AN DALAM LAYANAN KONSELING SUFISTIK” 8, no. 1 (n.d.): 23–44.

Risni Anjani, Yusmansyah, Diah Utaminingsih. “Penggunaan Konseling Client Centered Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa.” *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 2018. <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/ALIB/article/view/15225>.

Rully Charistas Indra Prahmana. *Single Subject Research Teori Dan Implementasinya*. Yogyakarta: UAD Press, 2021.

Sanjaya, Bagus Putra. “Studi Literatur Kemandirian Belajar Siswa Sekolah Dasar Selama Pembelajaran Daring.” *JIPD (Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar)* 5 (2021): 2.

Sriyono, Heru. *Bimbingan Dan Konseling Belajar Bagi Siswa Di Sekolah*. Depok: Rajawali Pers, 2017.

Suciati, Wiwik. *Kiat Sukses Melalui Kecerdasaan Emosional Dan Kemandirian Belajar*. Bandung: CV Rasi Terbit, 2016.

Suciono, Wira. *Berfikir Kritis (Tinjauan Melalui Kemandirian Belajar, Kemampuan Akademik Dan Efikasi Diri)*. Indramayu: ADAB, 2021.

Sudaryono, Dr. *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif Mix-Method*. Depok: Rajawali Pers, 2018.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2017.

Supriyanto, Agus, Sri Hartini, Syamsudin Syamsudin, and Anwar Sutoyo. "Indicators of Professional Competencies in Research of Guidance and Counseling Teachers." *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 9, no. 1 (2019): 53. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v9i1.3927>.

Sutoyo, Anwa. *Pemahaman Individu Observasi, Checklist, Interview, Kuisisioner, Sosiometri*, n.d.

Syarifuddin Dahlan. *Konseling Individu Konsep Dan Aplikasi*. Bandar Lampung: AURA, 2011.

Willis, Prof. Dr. Sofyan S. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung: Penerbit Alfabeta, 2017.

Willis, Sopyan S. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung: CV Alfabeta, 2007.