

**PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK  
*CLIENT CENTERED* DALAM MENINGKATKAN  
*SELF ESTEEM* PESERTA DIDIK  
DI SMA NEGERI 1 NATAR**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-  
syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

**Oleh :**

**MUTIARA INDAH**

**NPM 1811080386**

**Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1444 H / 2023 M**

**PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK  
*CLIENT CENTERED* DALAM MENINGKATKAN  
*SELF ESTEEM* PESERTA DIDIK  
DI SMA NEGERI 1 NATAR**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi  
Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

**Oleh :**

**MUTIARA INDAH**

**NPM 1811080386**

**Jurusan: Bimbingan dan Konseling  
Pendidikan Islam**



**Pembimbing I: Dr. Oki Dermawan, M.Pd**

**Pembimbing II : Mega Aria Monica, M.Pd**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1444 H / 2023 M**

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pelaksanaan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik di SMA Negeri 1 Natar. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 5 orang peserta didik yaitu peserta kelas XI IPA 1.

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data wawancara, dokumentasi, dan observasi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan desain penelitian kualitatif deskriptif. Data primer diperoleh langsung dari responden mengenai penerapan layanan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik, sedangkan data sekunder berupa dokumen-dokumen dari responden. Semua data tersebut merupakan bahan-bahan untuk mendeskripsikan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Natar.

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa pelaksanaan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik kelas XI telah dilaksanakan dengan baik dan terdapatnya perubahan peningkatan *self esteem* pada 5 peserta didik yang berinisial AG, KY, NL, DM, dan NZ. Peserta didik mulai memiliki rasa percaya diri yang meningkat dan emosi positif pada dirinya. Hal ini karena adanya penyelesaian permasalahan yang dilakukan oleh peserta didik serta pemberian motivasi dan semangat dari guru bimbingan dan konseling.

**Kata Kunci :** Konseling Individu, Teknik *Client Centered*, *Self Esteem*

## **ABSTRACT**

*This study aims to describe the implementation of individual counseling with the client centered technique in increasing students self esteem at SMA Negeri 1 Natar. The sample in this study amounted 5 students, specifically participants in class XI IPA 1.*

*The study used data collection techniques interview documentation and observation. The method used in this study was a descriptive qualitative research design. Primary data was obtained directly from respondents regarding applying individual counseling services with client centered techniques to increase student self esteem. While secondary data was in the form of documents from respondents, all of the these data were materials for describing individual counseling with the client centered technique in increasing the self esteem of student in class XI at SMA Negeri 1 Natar.*

*The result of this study have stated that the implementation of individual counseling for client centered on increasing the self esteem of class XI students have carried out well, and there were changes in improvement self esteem for five students with the initials AG ,KY, NL, DM and NZ. Student begin to have high self confidence and positive emotions about themselves. This is due to the problem solving that excute by students as well as the provision of motivation and enthusiasm from guidance and counseling teachers.*

**Keywords** :Individual Counseling, Client Centered Technique, Self Esteem

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mutiara Indah  
NPM : 1811080386  
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "**Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik *Client Centered* Dalam Meningkatkan *Self Esteem* Peserta Didik Di SMA Negeri 1 Natar**" adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusun sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam footnote atau daftar pustaka. Apabila di lain waktu terbukti adanya penyimpanan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, 3 April 2023

  
**Mutiara Indah**  
NPM. 1811080386





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

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1Bandar Lampung 35131 Telp(0721)703289

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi** : Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik  
*Client Centered* Dalam Meningkatkan *Self Esteem*  
Peserta Didik di SMA Negeri 1 Natar  
**Nama** : Mutiara Indah  
**NPM** : 1811080386  
**Jurusan** : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam  
**Fakultas** : Tarbiyah dan Keguruan

**MENYETUJUI**

Telah Dimunaqosahkan dan Dipertahankan Dalam Sidang Munaqosah  
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

**Pembimbing I**

**Dr. Oki Dermawan, M.Pd.**  
**NIP. 197610302005011001**

**Pembimbing II**

**Mega Aria Monica, M.Pd.**  
**NIP.**

**Mengetahui,  
Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**

**Dr. Ali Murtadho, M.S.I**  
**NIP. 197907012009011014**





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

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 Telp.(0721)703289

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul: **Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik *Client Centered* Dalam Meningkatkan *Self Estem* Peserta Didik di SMA Negeri 1 Natar**, telah dimunaqosyahkan pada hari/tanggal: **Senin, 22 Mei 2023, Pukul 13.00-15.00 WIB.**

**TIM MUNAQOSYAH SKRIPSI**

**Ketua : Dr. Mujib, M.Pd**

**Sekretaris : Hardiyansyah Masya, M.Pd**

**Penguji Utama : Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd**

**Penguji Pendamping I : Dr. Oki Dermawan, M.Pd**

**Penguji Pendamping II : Mega Aria Monica, M.Pd**

**Mengetahui  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**



**Prof. Hj. Nurva Diana, M.Pd**  
**NIP. 196408281988032002**

## MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

*“Janganlah kamu bersifat lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang beriman”. (Q.S. Al-Imran : 139)<sup>1</sup>*



---

<sup>1</sup> Departemen Agama RI, Al-Qur'an Dan Terjemah (Bandung : Depang RI Pusat, 2007).



## PERSEMBAHAN

*Bismillahirrohmanirrohim*, dengan penuh rasa terimakasih dan bersyukur kepada Allah SWT atas segala limpahan berkah dan rahmat-Nya yang selalu mengiringi disetiap langkah kaki dan hembusan nafas ini, *Alhamdulillah rabbil'alam* skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Dengan begitu dari hati yang paling dalam peneliti persembahkan skripsi ini kepada orang-orang yang begitu luar biasa dan istimewa, yaitu:

1. Kedua orang tuaku tercinta yaitu Papah Drs. Baron Zakaria,MM (ALM) dan Mamah Dra. Hj. Indati yang sangat saya sayangi. Terimakasih telah menyayangi, mendidik, merawat, membiayai dan membesarkanku dengan penuh kasih sayang yang tak terhingga. Tak lupa juga doa-doa yang tidak berhenti selalu mamah berikan sehingga proses pengerjaan skripsi ini terselesaikan dengan lancar dan berhasil mencapai tujuan sesuai yang mamah harapkan.
2. Untuk kakak-kakak ku, uan Eko Abadi Novrimansyah,S. P.,M.Si, permaisuri Nova Luksfita, S. Kep, dan abang dr.Kesumayuda Agusrimansyah yang sangat saya banggakan. Terimakasih atas dukungan dan motivasi serta doa yang diberikan sehingga saya semangat untuk mengerjakan skripsi. Semoga kita bisa membanggakan mamah dan papah.
3. Almamater Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah memberi banyak ilmu pelajaran dan pengalaman selama menempuh pendidikan perkuliahan.

## RIWAYAT HIDUP

Peneliti skripsi ini bernama lengkap Mutiara Indah Abadi, biasa dipanggil Mutia atau Indah. Peneliti lahir di Bandar Lampung 1 Desember 1999 yang merupakan putri ketiga dari tiga bersaudara. Peneliti merupakan anak dari pasangan Bapak Drs. Baron Zakaria, MM (ALM) dan ibu Dra. Hj. Indati.

Pendidikan yang telah ditempuh oleh peneliti masuk sekolah dasar di SD Al-Kautsar Bandar Lampung pada tahun 2006-2012, lalu sekolah menengah pertama di SMP Negeri 22 Bandar Lampung pada tahun 2012-2015. Kemudian peneliti melanjutkan pendidikan menengah atas di SMA Negeri 1 Natar mulai dari 2015 sampai dengan 2018.

Selama menjadi peserta didik peneliti sering ditunjuk menjadi pengurus kelas seperti wakil ketua kelas dan bendahara. Peneliti juga aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Pada saat duduk di bangku SD peneliti mengikuti kegiatan ekstrakurikuler menari, pada saat duduk di bangku SMP peneliti mengikuti ekstrakurikuler Pramuka, *English Club*, dan Matematika, peneliti juga mengikuti Olimpiade Bahasa Inggris melalui Lembaga LIA, sedangkan pada saat duduk di bangku SMA peneliti mengikuti kegiatan ekstrakurikuler PMR.

Pada tahun 2018 peneliti mendaftar ke Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dan diterima melalui jalur tes UM-PTKIN di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Program Studi Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam Program Strata (S.1) Tahun Pelajaran 2018/2019.

Pada tahun 2021 peneliti mengikuti Kuliah Kerja Nyata DR (KKN-DR) di Kecamatan Kemiling Kota Bandar Lampung selama 40 hari dan peneliti mengikuti Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di MTS Guppi 2 Bandar Lampung selama 40 hari. Peneliti memiliki pengalaman yang sangat luar biasa yaitu mengajar di RA Permata Bunda dan juga menjadi guru *private* dilembaga les yaitu Eiksa Grup.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan taufik dan hidayahnya kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik *Client Centered* Dalam Meningkatkan *Self Esteem* Peserta Didik Di SMA Negeri 1 Natar”. Sholawat serta salam diperuntukkan kepada nabi Muhammad SAW, para sahabat keluarga dan pengikutnya yang taat pada ajaran-ajaran agama-Nya.

Peneliti menyusun skripsi ini sebagai dari bagian tugas untuk menyelesaikan S1 dalam ilmu pendidikan Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung. Dalam upaya menyelesaikan skripsi ini, peneliti telah banyak menerima banyak bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak serta tidak mengurangi rasa terimakasih atas bantuan semua pihak yang terdiri sebagai berikut:

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M. Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Dr. Ali Murtadho, M. Si selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Indah Fajriani, M. Psi selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Dr. Oki Dermawan, M. Pd selaku Pembimbing I (Satu) yang sangat berjasa dalam penyelesaian skripsi peneliti, karena dengan bantuan beliau peneliti sadar bahwasannya peneliti sangat butuh arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Mega Aria Monica, M. Pd selaku Pembimbing II (Dua) yang telah banyak membantu, mengarahkan, membimbing peneliti dengan sabar,tulus dan ikhlas sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah banyak memberikan ilmunya kepada peneliti.
7. Drs. Agus Nardi selaku Kepala Sekolah di SMA Negeri 1 Natar yang telah memberikan izin sekaligus fasilitas yang ada untuk

melakukan penelitian disekolah yang dipimpinnya.

8. Dra. Asmawati selaku Guru Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 1 Natar yang telah banyak membantu dan berpartisipasi dalam kegiatan penelitian ini sehingga skripsi ini terselesaikan dengan baik.
9. Keluarga besar Ibadullah Adenin dan Keluarga besar Murni Pak Tiuh, Terimakasih atas dukungan dan doa yang diberikan.
10. Sahabatku satu-satunya, Putri Bunga Nabilah, S.Farm dan keluarga yang telah setia menemani, memberi dukungan, semangat dalam penyelesaian skripsi. Semoga kita selalu menjalin hubungan dengan baik sampai selamanya.
11. Desi Yulianti, S.Kom sebagai partner kerja terimakasih ibu sudah selalu mendengarkan, memberikan saran dan masukan.
12. Teman-teman seperjuanganku Elza Nia Mutiara, Elda Puspita, Ardy Fernando, Ayu Effendi, dan Ummi Kholizah yang telah banyak memberi dukungan dan masukan yang luar biasa.
13. Lintang Mubashirotul Marhamah, Keluarga UMC dan kawan-kawan onlineku yang menemani dan menghiburku.
14. Teman-teman kelas E angkatan 2018 terimakasih sudah memberi warna selama masa perkuliahan.
15. Semua pihak yang turut berperan dalam proses penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu-satu, semoga Allah SWT membalas kebaikan kalian semua.

Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini, oleh karena itu kepada para pembaca sekiranya dapat memberi kritik dan saran yang sifatnya membangun. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua

Bandar lampung, 03 April 2023  
Peneliti

**MUTIARA INDAH**  
**NPM. 1811080386**



## DAFTAR ISI

Halaman

<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN.....</b>	<b>v</b>
<b>SURAT PERSETUJUAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>vii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Penegasan Judul .....	1
B. Latar Belakang .....	2
C. Fokus dan Subfokus Penelitian .....	9
D. Rumusan Masalah .....	9
E. Tujuan Penelitian.....	10
F. Manfaat Penelitian .....	10
G. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	11
H. Metode Penelitian.....	14
I. Sumber Data Penelitian .....	16
J. Teknik Pengumpulan Data .....	16
L. Keabsahan Data .....	18
M. Sistematika Pembahasan.....	19
<b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>	<b>21</b>
1. Konseling Individu .....	21
A. Pengertian konseling individu .....	21

B.	Tujuan Layanan Konseling Individu .....	22
C.	Pendekatan dan Teknik Layanan Konseling Individual .....	23
D.	Komponen Layanan Konseling Individual .....	24
E.	Tahap Perencanaan Konseling Individu .....	25
F.	Tahap Pelaksanaan Konseling Individu .....	25
2.	Pendekatan <i>Client Centered</i> .....	29
a.	Pengertian <i>Client Centered</i> .....	29
b.	Pandangan <i>Client Centered</i> Terhadap Manusia ....	30
c.	Ciri-ciri Pendekatan <i>Client Centered</i> .....	31
d.	Peran dan Fungsi Terapis Dalam Penerapan <i>Client Centered</i> .....	31
e.	Tujuan pendekatan <i>client centered</i> .....	32
f.	Tahap-tahap Konseling <i>Client Centered</i> .....	33
g.	Proses Konseling <i>Client Centered</i> .....	34
h.	Kelebihan dan Kekurangan Pendekatan <i>Client Centered</i> .....	34
3.	<i>Self Esteem</i> .....	35
a.	Pengertian <i>Self Esteem</i> .....	35
b.	Indikator dari <i>Self Esteem</i> .....	37
c.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Esteem</i> ...	38
d.	Komponen <i>Self Esteem</i> .....	39
e.	Karakteristik Individu Berdasarkan <i>Self Esteem</i> ..	40

### **BAB III DESKRIPSI OBJEK PENELITIAN ..... 43**

A.	Gambaran Umum Objek .....	43
1.	Profil Sekolah .....	43
2.	Visi dan Misi .....	44
3.	Letak Geografis .....	46

B. Penyajian Fakta Dan Data Penelitian .....	46
<b>BAB IV ANALISIS PENELITIAN.....</b>	<b>49</b>
A. Analisis Penelitian.....	49
B. Temuan Penelitian.....	58
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>61</b>
1. Kesimpulan.....	61
2. Rekomendasi .....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>63</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>65</b>



## DAFTAR TABEL

Halaman

1. Data *Self Esteem* Peserta Didik Kelas XI di SMA Negeri 4 Natar.....5





## DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

1. Surat Balasan Pra penelitian Dari Sekolah .....	81
2. Surat Balasan Penelitian Dari Sekolah .....	82
3. Pedoman Wawancara Pra Penelitian Dengan Guru BK dan peserta didik.....	83
4. Pedoman Wawancara Penelitian Dengan Guru BK .....	84
5. Kisi-kisi Wawancara Penelitian.....	87
6. Kisi-kisi Wawancara Penelitian Dengan Peserta Didik.....	89
7. Pedoman Observasi .....	90
8. Rencana Pelaksanaan Layananq .....	91
9. Pelaksanaan Konseling Individu Guru BK dengan Peserta Didik .....	93
10. Dokumentasi.....	113



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Penegasan Judul**

Dalam hal ini peneliti mengambil judul Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik *Client Centered* Dalam Meningkatkan *Self Esteem* Peserta Didik di SMA Negeri 1 Natar. Dengan judul ini peneliti akan melihat bagaimana layanan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik di SMA Negeri 1 Natar, Bahwa penelitian akan menekankan sebutan dalam judul adalah sebagai berikut:

#### **1. Pelaksanaan Konseling Individu**

Konseling Individu adalah layanan yang memungkinkan peserta didik memperoleh layanan secara pribadi melalui tatap muka dengan konselor atau guru pembimbing dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialami peserta didik tersebut.

#### **2. Teknik *Client Centered***

Pendekatan *Client Centered* berasumsi bahwa manusia yang mencari bantuan psikologis diperlakukan sebagai konseli yang bertanggung jawab yang memiliki kekuatan untuk mengarahkan dirinya. Roger berasumsi bahwa manusia pada dasarnya dapat dipercaya dan memiliki potensi untuk memahami dirinya sendiri dan mengatasi masalahnya tanpa intervensi langsung dari konselor serta manusia memiliki potensi untuk berkembang.

#### **3. *Self Esteem***

Rosenberg mendefinisikan *selfesteem* sebagai persepsi atau perasaan individu mengenai perasaan keberhargaan diri dan sebagai besar seseorang menilai dirinya layak sebagai seorang individu. *Self esteem* juga merupakan sikap seseorang tentang bagaimana cara menghargai dan menilai dirinya sendiri secara keseluruhan, yang berupa sikap positif atau negatif terhadap dirinya.

#### 4. SMA Negeri 1 Natar

SMA Negeri 1 Natar merupakan institusi pendidikan tingkat menengahatas dan beralamat di jalan Dahlia III, Kecamatan Natar, kabupaten Lampung Selatan, Provinsi Lampung.

Istilah diatas berdasarkan dengan keseluruhan judul "Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik *Client Centered* Dalam Meningkatkan *Self Esteem* Peserta Didik SMA Negeri 1 Natar" adalah bagaimana pelaksanaan konseling individu dengan teknik *Client Centered* yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan *Self Esteem* pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Natar.

#### B. Latar Belakang

Pendidikan merupakan komponen utama dalam menentukan tingkat kemajuan suatu bangsa. Pendidikan dapat mengarahkan kepada masa depan bangsa. Dari definisi tersebut, pendidikan berarti kemampuan diri sendiri dan juga kekuatan individu yang dikembangkan menuju arah yang lebih baik lagi. Keadaan suatu negara baik atau pun buruk, itu ditentukan oleh pendidikan kita saat ini. Jika pendidikan saat ini di maksimal kan berjalan secara optimal kemudian dimanfaatkan fungsinya secara baik maka kemajuan bangsa dan masa depan bangsa bukan lagi menjadi hal yang tidak mungkin untuk terwujud.

Undang-undang system pendidikan nasional no.20 tahun 2003 pasal 3di nyatakan bahwa pendidikan nasional berfungsi sebagai pengembangan kemampuan serta membentuk watak peserta didik agar manusia yang beriman serta bertaqwa kepada tuhan yang Maha Esa, berahklak mulia, sehat, berilmu, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta dapat bertanggung jawab untuk diri nya sendiri, keluarga, masyarakat, dan bangsa.

Islam pun telah menerangkan manusia yang berilmu dalam artilain berpendidikan tidak lah merugi, hal ini di buktikan dalam

firman Allah SWT dalam Q.S Al-Mulk ayat 10:

وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ السَّعِيرِ

Artinya: "Sekiranya Kami mendengarkan atau memikirkan (peringatan itu) niscaya tidaklah Kami termasuk penghuni-penghuni neraka yang menyala-nyala".

Ayat tersebut menerangkan Allah SWT sudah memberikan banyak kenikmatan. Jika kita tidak gunakan dengan baik, maka kita akan menjadi salah satu orang yang sangat merugi. Dengan ilmu pengetahuan lah seseorang mendapatkan kemuliaan, hal tersebut di terangkan berkali-kali dalam Al-Qur'an betapa pentingnya pengetahuan, tanpa ilmu pengetahuan niscaya kehidupan manusia akan menjadi sengsara. Bahwa pengetahuan merupakan bekal utama bagi manusia dalam mengarungi jalan hidupnya. Al-Qur'an dapat memposisikan manusia yang memiliki ilmu serta mengamalkan nya ilmu pengetahuan tersebut akan ditempatkan pada derajat yang lebih tinggi. Lewat petunjuk serta penjelasan yang ada dalam Al Quran manusia dapat memahami, memikirkan, dan kemudian menafsirkan apa yang terkandung di dalamnya untuk selanjutnya di amalkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan pengetahuan yang dimiliki manusia kemudian diamalkan dalam kehidupan maka secara Islam akan benar-benar menjadi rahmatan bagi manusia tersebut. Ketika sifatnya yang demikian, maka di dalam Al-Qur'an pun tidak ada yang terlewatkan, bahkan menjadi petunjuk segala sesuatu. Sebagai mana firman Allah SWT dalam Al Quran surat Al-Mujadalah ayat 11:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَسَبَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا  
يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ  
وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ رَجَوْا وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Artinya: Hai orang-orang beriman apabila kamu di katakana kepadamu: "Berlapang-lapang lah dalam majlis", Maka



*lapangkan lah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman diantaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.*

Merupakan suatu keyakinan yang dibenarkan pada orang-orang yang muslim bahwa agama Islam mendukung ilmu pengetahuan. Keyakinan ini didasarkan pada adanya berbagai ungkapan Al-Qur'an dan hadist yang memerintahkan kepada kaum mukmin untuk berpikir, untuk mencari ilmu, untuk menggunakan akal serta memperhatikan gejala-gejala dalam kehidupan manusia. Dari fungsi pendidikan dalam islam merupakan sebuah realisasi dari arti tarbiyah al-insya "(menumbuhkan atau mengaktualisasi kemampuan). Asumsi tugas ini adalah bahwa manusia mempunyai sejumlah potensi atau kemampuan, sedangkan pendidikan merupakan sebuah proses untuk menumbuhkan serta mengembangkan potensi itu. Pendidikan berusaha untuk menampakkan (aktualisasi) potensi-potensi tersebut yang dimiliki oleh setiap peserta didik.

Berdasarkan hasil pra penelitian yang dilakukan oleh peneliti di SMA Negeri 1 Natar pada tanggal 04 April 2022 peneliti melakukan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling yaitu ibu Asmawati dan peserta didik di sekolah di SMA Negeri 1 Natar kelas XI sebanyak 5 peserta didik, dengan indikator yang dikemukakan oleh Rosenberg yang tersaji dalam bentuk tabel I.

**Tabel 1**  
**Data Self Esteem Peserta Didik**  
**Kelas XI di SMA Negeri 1 Natar**

No.	Indikator													Jumlah Indikator
	Nama Inisial	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

	1 Peserta Didik														
1.	AG		√		√		√						√		4
2.	KY	√		√			√		√	√	√			√	7
3.	NL		√		√		√		√		√	√	√		7
4.	DM		√	√			√		√	√	√		√	√	8
5.	NZ				√	√	√					√	√		5
Total		1	3	2	3	1	5	0	3	2	3	2	4	2	31

Sumber: Wawancara dengan Guru BK di SMA Negeri 1 Natar Pada Tanggal 04 April 2022.

#### Keterangan Indikator:

1. Merasa tidak pantas dengan dirinya
2. Ingin menjadi orang lain atau berada di posisi orang lain
3. Lebih sering mengalami emosi yang negatif
4. Sulit menerima pujian tetapi terganggu oleh kritik
5. Memandang hidup dan berbagai kejadian dalam hidup sebagai hal yang negatif
6. Menganggap tanggapan orang lain sebagai kritik yang mengancam
7. Menghargai tanggapan orang lain sebagai umpan balik untuk memperbaiki diri
8. Membesar-besarkan peristiwa negatif yang pernah dialami.
9. Sulit untuk berinteraksi, berhubungan dekat dan percaya pada orang lain
10. Menghindar dari keramaian
11. Bersikap negatif (sinis) pada orang lain atau institusi yang terkait dengan dirinya
12. Pesimis
13. Berfikir yang tidak membangun (merasa tidak dapat membantu diri sendiri).

Data tabel diatas di dapat kan dari hasil ceklis setelah melakukan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling dan

wawancara dengan peserta didik. Dan kelima peserta didik di atas di dapat kan dari catatan buku kasus,serta rekomendasi dari guru Bimbingan dan Konseling yang dimana kelima peserta didik diatas sudah pernah melakukan konseling individu dengan guru Bimbingan dan Konseling.

Bersumber pada perolehan tanya jawab di SMA Negeri 1 Natar, menurut keterangan mengenai dokumentasi serta tanya jawab bersama guru Bimbingan dan Konseling diperoleh suatu keterangan peserta didik yang bisa di kategori kan memiliki *self esteem* yang rendah. Berikut ini wawancara yang dilakukan dari proses tanya jawab melalui guru Bimbingan dan Konseling ibu Dra. Asmawati bahwa:

“....Peserta didik di sekolah in imengalami berbagai permasalahan dalam kepercayaan dirinya. Seperti kekurangan fisik nya,ekonomi nya,bahkan hal-hal yang mengganggu pola piker nya, contoh nya tentang cara bersosialisasi. Hal ini pula dapat terjadi karena beberapa faktor,misalnya tidak ada motivasi dukungan dari orang terdekat dan peserta didik mendapatkan kritik dari orang sekitarnya. Tidak sedikit peserta didik yang belum mampu mengatur emosinya dengan benar. Layanan kasus ini menggunakan layanan konseling individu agar peserta didik merasa lebih aman dan terbuka oleh guru bimbingan dan konseling. Dalam kasus ini kami mengatasi masalah dengan teknik *client centered* agar membantu peserta didik memiliki potensi untuk memahami diri nya sendiri dan mengatasi permasalahan nya. Permasalahan pada peserta didik tentu saja menimbulkan dampak terhadap dirinya, seperti tidak dapat menerima diri sendiri karena kekurangan nya. Teknik atau pendekatan *client centered* sangatlah cocok untuk permasalahan *self esteem*.<sup>2</sup>

Hasil wawancara peneliti dengan peserta didik yang berinisial AG, menyatakan bahwa

“..saya mengalami masalah disekolah yaitu teman-teman sering menghina fisik saya, teman-teman bilang badan saya

---

<sup>2</sup> Asmawati, Wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling SMA Negeri 1 Natar, Tanggal 04 April 2022

besar seperti raksasa..<sup>3</sup>

Peserta didik berinisial AG mengalami kesulitan disekolah karena di tinds oleh teman-teman sekolah nya. AG memiliki berat badan yang berlebih. Karena berat badan AG memiliki tubuh yang besar teman-teman sering mengejeknya sampai AG merasa kesal dan marah. Sehingga AG berkonsultasi kepada guru BK untuk meminta saran agar dapat membantu permasalahan yang AG alami.

Hasil wawancara peneliti dengan peserta didik yang berinisial KY, menyatakan bahawa:

“....Saya menjadi merasa tidak puas pada diri sendiri karena terkadang ada beberapa kebutuhan yang tidak dapat saya penuhi. Walaupun seperti itu tetapi saya tetap bersyukur. Hanya saja kritik yang saya terima kurang enak untuk didengar. Namun hal ini juga akan menjadi kan motivasi untuk diri saya....<sup>4</sup>

Peserta didik berinisial KY mengalami permasalahan disekolahnya mengenai ekonomi keluarga nya. KY berasal dari keluarga yang tidak mampu. Ayah dan ibu nya hanya memiliki pekerjaan seadanya. Hal tersebut tidak masalah bagi KY namun dengan keadaan ekonomi KY teman-temannya membuat KY merasa sedih karena menghina KY dengan perkataan yang tidak pantas.

Hasil wawancara peneliti dengan peserta didik yang berinisial NL, menyatakan bahwa:

“...Saya memiliki permasalahan di kelas yaitu tentang badan saya. Teman-teman bilang badan saya bau tidak enak dan sangat busuk seperti tidak mandi. Sebenarnya apa yang teman-teman saya bilang ada benarnya karena saya mengalami kesulitan yaitu bau badan...<sup>5</sup>

Peserta didik berinisial NL mengalami perundungan karena memiliki permasalahan pada tubuhnya. Ia merasa tidak percaya diri karena bau badan yang NL alami. Tidak sedikit teman yang

---

<sup>3</sup> Sumber AG, Wawancara dengan Peserta Didik SMA Negeri 1 Natar, Tanggal 05 April 2022

<sup>4</sup> Sumber KY, Wawancara dengan Peserta Didik SMA Negeri 1 Natar, Tanggal 05 April 2022

<sup>5</sup> Sumber NL, Wawancara dengan Peserta Didik SMA Negeri 1 Natar, Tanggal 05 April 2022



mempermasalah kan bau badan NL. NL ingin bercerita dan meminta saran tetapi NL merasa bingung kepada siapa harus bercerita, akhirnya NL memutuskan untuk melapor kepada guru BK disekolah.

Hasil wawancara peneliti dengan peserta didik yang berinisial DM, menyatakan bahwa:

“....Saya mengalami kesulitan pada diri saya sendiri karena nilai mata pelajaran disekolah. Saya selalu mendapatkan nilai kecil pada saat ujian. Hal tersebut membuat orang tua saya marah dan kecewa. Karena orang tua saya sangat berharap saya menjadi dokter.”<sup>6</sup>

Peserta didik berinisial DM mengalami kesulitan mengenai nilai ujian sekolahnya. Karena kurang maksimal nya hasil ujian, sehingga membuat dia merasa putus asa. Hal tersebut terjadi karena tuntutan orang tua namun tidak dapat DM penuhi. Tidak hanya persoalan nilai saja, namun DM juga merasa tidak adil dengan saudara kembar nya karena DM merasa kurang nya kasih sayang yang sama dari kedua orang tua nya.

Hasil wawancara peneliti dengan peserta didik yang bernama NZ, menyatakan bahwa:

“....Saya memiliki permasalahan pada diri saya yaitu suka berprasangka buruk terhadap orang lain, misalnya ada teman yang sedang berbisik-bisik saya beranggapan bahwa mereka sedang membicarakan saya...”<sup>7</sup>

Peserta didik berinisial NZ mengalami kesulitan tentang emosi yang negative yaitu suka berprasangka buruk terhadap orang lain. NZ merasa bahwa orang lain sedang membicarakan nya.

Berdasarkan hasil wawancara pra penelitian dengan peserta didik pada tanggal 4 April 2022 bahwa *self esteem* di SMA Negeri 1 Natar memiliki berbagai macam permasalahan yaitu *bodyimage*, pesimis, emosi negatif, sulit berinteraksi, dan merasa tidak percaya diri.

Dalam penelitian ini diharapkan layanan konseling individu dengan pendekatan *client centered* dapat membawa pengaruh besar

---

<sup>6</sup> Sumber DM, Wawancara dengan Peserta Didik SMA Negeri 1 Natar, Tanggal 05 April 2022

<sup>7</sup> Sumber NZ, Wawancara dengan Peserta Didik SMA Negeri 1 Natar, Tanggal 05 April 2022

untuk perubahan yang lebih baik pada peserta didik di sekolah. Mengajarkan nilai-nilai secara kognitif kepada peserta didik tentu akan lebih mudah bagi seorang pendidik dari pada mendampingi peserta didik dalam membentuk kepribadian nya, oleh karena nya sekolah harus memiliki wadah atau tempat untuk peserta didiknya agar mereka dapat membagikan apa yang kiranya mereka rasakan, membagi kan konflik-konflik yang mereka hadapai, pengalaman-pengalaman ataupun segala sesuatu yang di rasakan peserta didik.

### **C. Fokus dan Sub fokus Penelitian**

Mengenai focus terkait penelitian ini adalah pelaksanaan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik kelas XI di SMA Negeri1 Natar. Sub focus penelitian ini yaitu:

- a. Tahapan perencanaan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Natar.
- b. Tahapan pelaksanaan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik kelas XI di SMA Negeri1 Natar.
- c. Hasil konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Natar.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan, dapat dirumuskan beberapa rumusan permasalahan yaitu :

- a. Bagaimana tahapan perencanaan konseling individu dengan teknik *Client Centered* dalam meningkat kan *self esteem* pada peserta didik kelas XI di SMANegeri1 Natar?
- b. Bagaimana tahapan pelaksanaan konseling individu dengan teknik *Client Centered* dalam meningkat kan *self esteem* pada peserta didik kelas XI di SMANegeri 1 Natar ?
- c. Bagaimana hasil konseling individu dengan teknik *Client Centered* dalam meningkat kan *self esteem* peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Natar?

### E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang peneliti paparkan diatas, maka tujuan yang akan dikaji dalam penelitian ini yaitu:

- a. Untuk mengetahui tahapan perencanaan konseling individu dengan teknik *Client Centered* dalam meningkatkan *self esteem* pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Natar.
- b. Untuk mengetahui tahapan pelaksanaan konseling individu dengan teknik *Client Centered* dalam meningkatkan *self esteem* pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Natar.

### F. Manfaat Penelitian

Penelitian yang peneliti laksanakan ini diharapkan dapat mempunyai manfaat kegunaan sebagai berikut :

#### a. Secara Teoritis

Perolehan dari suatu penelitian ini diharapkan agar dapat menyampaikan tanggapan berdasarkan rumusan masalah tentang tahap pelaksanaan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Natar, sebagai tambahan pengetahuan yang banyak hasil dan dapat di jadikan tinjauan untuk peneliti selanjutnya.

#### b. Secara Praktis

1. Bagi sekolah : Sebagai alternatif sumbangan pemikiran dalam membantu memecahkan masalah yang berkaitan dengan bagaimana tahap pelaksanaan konseling individu dengan teknik *Client Centered* dalam meningkatkan *self esteem* pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Natar.
2. Bagi pendidik : Penelitian ini dapat di jadikan pedoman bagi pendidik agar ketika mengajar dapat menyesuaikan dengan teknik *client centered* untuk meningkatkan *self esteem* agar dapat meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik.
3. Bagi peserta didik: Dengan mengetahui bagaimana upaya guru bimbingan konseling dalam meningkatkan *self esteem* pada peserta didik, maka di harapkan dapat

dipakai sebagai bahan pertimbangan untuk meningkatkan *self esteem* dengan niat dalam diri mereka agar hasilnya optimal dan sesuai dengan yang diharapkan semua pihak.

## **G. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan**

- a. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Dewi Setyaningrum, Denok Setiawati, M.Pd, Kons. Dengan judul “Pengaruh Persepsi Siswa Tentang Layanan Konseling Individu Dan Persepsi Tentang Kompetensi Kepribadian Konselor Terhadap Minat Memanfaatkan Layanan Bimbingan Dan Konseling” Penelitian ini dilakukan untuk melihat pengaruh layanan konseling individu pada kompetensi kepribadian konselor. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional, dengan sampel 72 peserta didik dengan teknik pengambilan sampel proposional *random sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket. Analisis data menggunakan analisis regresi berganda. Dari hasil analisis data diperoleh hasil yang pertama menerangkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara persepsi siswa tentang layanan konseling individu terhadap minat memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling.

Perbedaannya dari uraian skripsi diatas dengan penelitian yang akan diteliti oleh penulis yaitu mengenai peserta didik yang akan diteliti dalam hal ini penulis melakukan penelitian mengenai pelaksanaan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Natar, sedangkan dalam penelitian diatas lebih berfokus pada penelitian Pengaruh Persepsi Siswa tentang layanan konseling individu dan persepsi tentang kompetensi kepribadian konselor terhadap minat memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling.<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup> Setyaningrum Dewi and S Denok, “Pengaruh Persepsi Siswa Tentang Layanan Konseling Individu Dan Persepsi Tentang Kompetensi Kepribadian Konselor Terhadap Minat Memanfaatkan Layanan Bimbingan Dan Konseling,”

- b. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Mahidin yang berjudul “Penerapan Teori *Client Centered* Dalam Pelaksanaan Konseling Individu Di MTS Darussalam Simpang Limun Kecamatan Torgamba Labuhan Batu Selatan”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa guru pembimbing tidak memahami teori secara pengertian, tujuan melainkan memahami makna dari teori seperti ramah, lembut, jujur, sabar dan tanpa pamrih. Memang seharusnya seorang guru pembimbing dituntut menguasai landasan teori dan praktik semua kegiatan dan proses bimbingan dan konseling. Tidak hanya bisa menghafalkan berbagai macam teori yang sangat banyak, tetapi dituntut juga mampu mengaplikasikan berbagai teori tersebut dalam pengalaman nyata konseling.<sup>9</sup>

Perbedaannya dari uraian skripsi di atas dengan penelitian yang akan diteliti oleh peneliti yaitu mengenai peserta didik yang akan diteliti dalam hal ini penulis melakukan penelitian mengenai pelaksanaan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Natar, sedangkan dalam penelitian di atas lebih berfokus pada penelitian penerapan teori *client centered* dalam pelaksanaan konseling individual di MTS.S Darussalam Simpang Limun Kec.Torgamba Labuhan Batu Selatan.

- c. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Desi Alawiyah yang berjudul “Pendekatan *Person Centered* Dalam Menangani *Body Shaming* Pada Wanita”. Hasil dari penelitian ini dapat mengetahui kasus *body shaming* yang mengarah pada tubuh, wajah dan penampilan dapat menyebabkan tekanan-tekanan tertentu terhadap seseorang khususnya pada wanita. Maraknya kasus tersebut dapat

---

*Jurnal BK UNESA* 1, no. 01 (2013): 245–52.

<sup>9</sup> Mahidin Mahidin and Nadhirotul Fauza Batubara, “Penerapan Teori Client Centered Dalam Pelayanan Konseling Individual Di Mts. s Darussalam Simpang Limun Kec. Torgamba Labuhanbatu Selatan,” *Al-Mursyid: Jurnal Ikatan Alumni Bimbingan Dan Konseling Islam (IKABKI)* 2, no. 1 (2020).

melunturkan kepercayaan diri korban dan menggiring korban untuk membenci diri sendiri. Selain itu, korban *body shaming* akan cenderung mengalami gangguan makan, merasa rendah diri, mengalamidepresi serta gangguan *mood*. Obsesi terhadap kecantikan dancitra tubuh dianggap berkontribusi negatif, olehnya itu diperlukan penanganan khusus dalam kasus ini.

Perbedaannya dari uraian skripsi diatas dengan penelitian yang akan diteliti oleh penulis yaitu mengenai peserta didik yang akan diteliti dalam hal ini peneliti melakukan penelitian mengenai pelaksanaan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Natar, sedangkan dalam penelitian diatas lebih berfokus pada penelitian penggunaan konseling *Person centered* untuk menangani *body shaming* pada wanita.

- d. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Dian Fitri Nur Aini yang berjudul “*Self Esteem* Pada Anak Usia Sekolah Dasar Untuk Pencegahan Kasus *Bullying*”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *self esteem* pada usia sekolah dasar untuk pencegahan kasus *bullying* dapat dilakukan dengan peningkatan mutu perilaku dan performa tinggi dari orang tua, orang tua menerapkan batas- batas yang jelas mana perilaku yang boleh dan mana yang tidak dilakukan, orang tua melakukan bimbingan perilaku dan umpanbalik, memperlakukan anak dengan respek dan kepercayaan diri, memberi perhatian dan terlibat dalam kegiatan akademik dan sosial anak, pendekatan yang tidak memaksa untuk membentuk disiplin anak, memperlakukan anak secara demokratis.<sup>10</sup>

Perbedaannya dari uraian skripsi diatas dengan penelitian yang akan diteliti oleh penulis yaitu mengenai peserta didik yang akan diteliti dalam hal ini penulis melakukan

---

<sup>10</sup> Iffa Dian Pratiwi and Hermien Laksmiwati, “Kepercayaan Diri Dan Kemandirian Belajar Pada Siswa SMA Negeri CEX,” *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan* 7, no. 1 (2016): 43–49.



penelitian mengenai pelaksanaan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Natar, sedangkan dalam penelitian diatas lebih berfokus pada penelitian *self esteem* pada anak usia sekolah dasar untuk pencegahan kasus *bullying*.

- e. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Siti Nur'Aini yang berjudul "Peningkatan *Self Esteem* Pada Peserta Didik Melalui Konseling Realitas kelas VIII C Di SMP Negeri 28 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018". Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa peserta didik yang mengalami *self esteem* rendah dapat ditingkatkan dengan layanan konseling realitas. Dengan hasil perhitungan rata-rata skor sebelum melakukan layanan konseling realitas adalah 49 dan setelah melakukan layanan konseling realitas menjadi 78 dengan selisih peningkatan 29.

Perbedaannya dari uraian skripsi diatas dengan penelitian yang akan diteliti oleh penulis yaitu mengenai peserta didik yang akan diteliti dalam hal ini penulis melakukan penelitian mengenai pelaksanaan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Natar, sedangkan dalam penelitian diatas lebih berfokus pada penelitian peningkatan *self esteem* pada peserta didik melalui konseling realitas VIII C di SMP Negeri 28 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.<sup>11</sup>

## H. Metode Penelitian

### 1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif, sebab peneliti ingin mendeskripsikan dan menggambarkan bagaimana sebenarnya pelaksanaan

---

<sup>11</sup> Amin Reswastiyo and Siti Rahmi, "Pengaruh Teknik Behavior Contract Terhadap Disiplin Belajar Siswa Kelas Viii SMP N 6 Tarakan Tahun Pelajaran 2018/2019," *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Borneo* 1, no. 1 (2019).

konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik SMA Negeri 1 Natar. Penelitian ini juga dipilih karena peneliti tidak mengetahui sama sekali tentang bagaimana pelaksanaan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik. Disamping itu, pendekatan itu memungkinkan peneliti mengumpulkan data dan menyesuaikan dengan konteks, karena penelitian ini relevan menggunakan penelitian metode kualitatif.

## **2. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian ini yang akan dilakukan perihal Pelaksanaan Konseling Individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik SMA Negeri 1 Natar, tepatnya di Jalan Dahlia III, kecamatan Natar, kabupaten Lampung Selatan, Provinsi Lampung. Selanjutnya yang akan diteliti pada penelitian ini adalah tentang upaya guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan *self esteem*. Kemudian yang dijadikan objek yaitu peserta didik kelas XI pada SMANegeri 1 Natar.

## **3. Waktu Penelitian**

Waktu yang digunakan peneliti untuk penelitian ini dilaksanakan sejak dikeluarkannya surat balasan izin pra penelitian dari SMA Negeri 1 Natar pada tanggal 2 Maret 2022 dan melakukan observasi pada tanggal 1 April 2022 di SMA Negeri 1 Natar.

## **4. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian adalah orang-orang yang menjadi sumber informasi yang dapat memberi data sesuai dengan masalah yang sedang diteliti. Subjek dalam penelitian ini adalah guru bimbingan dan konseling serta peserta didik SMA Negeri 1 Natar.

## **I. Sumber Data Penelitian**

### **1. Data Primer**

Data yang dikumpulkan sendiri oleh perorangan atau suatu organisasi secara langsung dari objek yang teliti dan untuk kepentingan studi yang bersangkutan yang dapat berupa observasi. Dalam hal ini adalah guru BK SMA Negeri 1 Natar untuk mengetahui dan mendapatkan informasi yang dibutuhkan.

### **2. Data Sekunder**

Data yang telah dikumpulkan untuk maksud selain menyesuaikan masalah yang sedang dihadapi. Data ini dapat ditemukan dengan cepat. Sumber data pada penelitian ini di peroleh dari guru BK SMA Negeri 1 Natar. Data sekunder dalam penelitian ini ialah Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) BK SMA Negeri1 Natar.

## **J. Partisipan dan Tempat Penelitian**

Partisipasinya adalah guru BK SMA Negeri 1 Natar merupakan institusi pendidikan tingkat menengah atas dan beralamat di jalan Dahlia III, kecamatan Natar , kabupaten Lampung Selatan, Provinsi Lampung, dimana peneliti memiliki tempat ini untuk dijadikan tempat penelitian.

## **K. Teknik Pengumpulan Data**

Data kualitatif dikumpulkan melalui *natural setting* dengan teknik wawancara, pengamatan dan dokumentasi.

### **1. Wawancara**

Wawancara adalah kegiatan pemerolehan informasi dengan cara melakukan proses Tanya jawab antara penanya dan narasumber / sumber informasi. Teknik wawancara dibagi menjadi beberapa bagian:

- a) Wawancara terpimpin, memanfaatkan inti penelitian
- b) Wawancara tidak terpimpin, wawancara dengan kebetulan memberikan pertanyaan pada suatu bahasan.

- c) Wawancara bebas terpimpin, ialah perpaduannya. Dalam hal ini pewawancara membentuk inti permasalahan dan dilaksanakan sesuai kondisi di lapangan

Peneliti memanfaatkan teknik bebas terpimpin yang diajukan untuk guru BK SMA Negeri 1 Natar.

## **2. Observasi**

Menurut Margono observasi diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap gejala yang tampak pada objek penelitian. Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode observasi non partisipan dimana peneliti tidak terlibat dan hanya sebagai pengamatan independen. Seperti halnya peneliti mencatat, menganalisis dan selanjutnya membuat kesimpulan tentang perilaku responden yang sedang diamati. Metode ini digunakan untuk mendapatkan data seputar pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan minat belajar pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Natar.

## **3. Dokumentasi**

Pengumpulan data oleh peneliti dengan cara mengumpulkan dokumen-dokumen dari sumber terpercaya guna untuk memperkuat hasil penelitian. Dokumentasi yang diperoleh yaitu Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) dan foto-foto dokumentasi hasil penelitian yang menjadi pendukung dan pelengkap untuk hasil penelitian ini dapat menjadi lebih mudah untuk dilakukan.

## **L. Analisis Data**

Analisis data dalam penelitian ini dilaksanakan pada saat pengumpulan data berlangsung. Selanjutnya ketika wawancara, peneliti terlebih dahulu sudah melaksanakan analisis pada jawaban dari pertanyaan yang sudah di wawancarai. Apabila jawaban yang sudah dianalisis dirasa masih kurang ataupun belum memuaskan, maka peneliti dapat mengajukan pertanyaan kembali hingga data yang didapatkan dianggap sudah dapat dipercaya.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model Miles and Huberman, yaitu:

### **1) *Data Reduction* (Reduksi Data)**

Reduksi data adalah data yang diperoleh dari lapangan jumlah nya banyak, untuk itu perlu dicatat secara teliti dan rinci. Reduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal pokok. Memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian reduksi data memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya ,dan mencari bila diperlukan.

### **2) *Data Display* (Penyajian Data)**

Setelah data direduksi maka langkah selanjutnya adalah *mendisplay* data. *Mendisplay* data merupakan suatu kumpulan informasi yang tersusun, maka akan memudahkan peneliti untuk memahami apa yang terjadi.

### **3) *Conclusion Drawing/verification* (Kesimpulan)**

Langkah ke empat dalam analisis data kualitatif menurut Miles and Huberman adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali kelapangan mengumpulkan data wawancara di SMA Negeri 1 Natar, maka kesimpulan yang ditemukan merupakan kesimpulan yang kredibel.

## **M. Keabsahan Data**

Pada penelitian ini untuk menguji kredibilitas data, penulis menggunakan teknik triangulasi. Triangulasi adalah suatu pendekatan analisis data yang mensintesis data dari berbagai sumber. Triangulasi menurut Denzin diartikan sebagai mengumpulkan dan menggunakan data dari beberapa sumber

yang berbeda. Triangulasi data bukan berarti mengumpulkan data dengan beberapa metode yang berbeda. Sebagai contoh dalam triangulasi data mengenai adopsi teknologi maka data dapat diperoleh data dari wawancara dengan berbagai pihak (manager, staf, pelanggan, dan termasuk teknologi informasi serta rekan usaha lainnya), data dari hasil observasi, dan data dari penelaahan dokumen (hasil rapat, dokumentasi transaksi dan lainnya). Langkah-langkah triangulasi yaitu:

- 1) Triangulasi sumber data (*data triangulation*), yang dilakukan dengan cara mencari data dari banyak sumber informan, yaitu orang yang terlibat langsung dalam pelaksanaan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self esteem* yang meliputi guru BK dan peserta didik di SMA Negeri 1 Natar.
- 2) Triangulasi pengumpulan data dilakukan dengan cara mencari data dari banyak sumber informannya itu guru BK dan peserta didik di SMA Negeri 1 Natar.
- 3) Triangulasi metode, pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan bermacam-macam metode pengumpulan data (observasi, interview, studi dokumentasi, focus group) berupa wawancara, RPL, buku kasus dan dokumentasi dalam bentuk foto bersama guru BK dan peserta didik di SMA Negeri 1 Natar.
- 4) Triangulasi teori, dilakukan dengan cara mengkaji berbagai teori relevan, sehingga dalam hal ini tidak digunakan teori tunggal tapi dengan teori yang jamak.

Dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi dengan sumber, yaitu guru BK dan peserta didik.

## **N. Sistematika Pembahasan**

Untuk mempermudah dalam memahami skripsi yang akan disusun nantinya, maka peneliti perlu mengemukakan sistematika pembahasan, yaitu sebagai berikut :

### **BAB I Pendahuluan**

Bab ini berisikan tentang penegasan judul, latar belakang masalah, fokus dan sub fokus penelitian, rumusan masalah,

tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

## **BAB II Landasan Teori**

Bab ini berisikan tentang landasan teori, pada bab ini berisi penjelasan teoritis tentang hal-hal yang berhubungan dengan layanan informasi dan sekolah lanjutan.

## **BAB III Deskripsi Objek Penelitian**

Bab ini berisikan tentang gambaran umum SMA Negeri 1 Natar serta penyajian fakta dan data penelitian.

## **BAB IV Analisis Penelitian**

Bab ini berisikan tentang analisis data penelitian dan temuan penelitian.

## **BAB V Penutup**

Bab ini berisikan tentang kesimpulan dan rekomendasi dari hasil kesimpulan.





## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### 1. Konseling Individu

##### a. Pengertian konseling individu

Menurut Dewa Ketut Sukardi bahwa konseling merupakan suatu upaya bantuan yang dilakukan dengan empat mata atau tatap muka antara konselor dengan klien yang berisi usaha yang laras, unik, manusiawi, yang dilakukan dalam suasana keahlian yang didasarkan atas norma-norma yang berlaku, agar klien memperoleh konsep diri dan kepercayaan diri sendiri dalam memperbaiki tingkah laku pada saat ini dan mungkin pada masa yang akan datang.<sup>12</sup>

Menurut Dewa Ketut Sukardi menyatakan bahwa layanan konseling individual merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa yang mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing/konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalahnya. Menurut Prayitno dan Eman Amti konseling perorangan adalah sebagai pelayanan khusus dalam hubungan langsung tatap muka antara konselor dan klien dalam hubungan ini masalah klien dicemati dan diupayakan pengentasannya, sedapat-dapatnya dengan klien sendiri.<sup>13</sup>

Berdasarkan pendapat di atas dapat diperjelas bahwa konseling individu adalah bantuan yang diberikan seorang konselor kepada konseli secara *face to face*, karna adanya aspek-aspek yang harus dibina oleh seorang konselor, salah satunya adalah aspek pribadi. Melalui konseling individu, klien akan memahami kondisi dirinya sendiri maupun lingkungannya. Permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan nya dirinya, serta kemungkinan upaya untuk mengatasi masalahnya. Hal ini dinyatakan dalam surat Al-

---

<sup>12</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Disekolah* (Rineka Cipta, 2016).

<sup>13</sup> Erman Amti, "Prayitno. *Dasar-Dasar Bimbingan & Konseling*" (Jakarta: Rineka Cipta, 2013).

Ashr ayat 3 sebagai berikut :

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ ۖ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ

Artinya : *Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan serta saling menasehati untuk kebenaran dan saling menasehati untuk kesabaran. (Q.S. Al-Ashr : 3)*

Surat Al-Ashr ayat 3 diatas menjelaskan bahwa peran guru BK atau konselor untuk memberikan dan menyampaikan kebenaran-kebenaran pada klien.

#### **b. Tujuan Layanan Konseling Individu**

Tujuan layanan konseling individual adalah agar klien memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungannya, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahannya dirinya sehingga klien mampu mengatasinya. Dengan perkataan lain, konseling bertujuan mengentaskan masalah yang dialami klien.

Selanjutnya menurut Tohirin secara khusus, tujuan konseling individual adalah merujuk kepada fungsi-fungsi bimbingan dan konseling. Sebagaimana telah dikemukakan yaitu :

1. Merujuk kepada fungsi pemahaman, maka tujuan layanan konseling adalah agar klien memahami seluk beluk yang dialami secara mendalam dan komprehensif, positif, dan dinamis.
2. Merujuk kepada fungsi pengentasan, maka layanan konseling individual bertujuan untuk mengetaskan klien dari masalah yang dihadapinya.
3. Dilihat dari fungsi pengembangan dan pemeliharaan, tujuan layanan konseling individual adalah untuk mengembangkan potensi-potensi individudan memelihara unsur-unsur positif yang ada pada diri klien.

Sedangkan menurut prayitno tujuan layanan konseling individual memungkinkan peserta didik mendapat layanan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalahnya.

Adapun tujuan khusus layanan konseling individual terkait dengan fungsi-fungsi konseling yaitu :

1. Fungsi Pemahaman, melalui layanan konseling individual konseli memahami seluk beluk masalah yang dialami secara mendalam dan komprehensif, serta positif dan dinamis.
2. Fungsi Pengentasan, pemahaman itu mengarah kepada di kembangkannya persepsi dan sikap serta kegiatan demi terentaskannya secara spesifik masalah yang dialami konseli itu.
3. Fungsi Pengembangan dan pemeliharaan. Pengembangan dan pemeliharaan potensi konseli dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah konseli dapat dicapai.
4. Fungsi Pencegahan. Pengembangan atau pemeliharaan potensi dan unsur-unsur yang ada pada diri konseli, diperkuat oleh terentaskannya masalah, akan merupakan kekuatan bagi tercegah menjalarnya masalah yang sekarang sedang dialami itu, serta (diharapkan) tercegah pula masalah-masalah baru yang mungkin timbul.
5. Fungsi Advokasi. Apabila masalah yang dialami konseli menyangkut dilanggarnya hak-hak konseli sehingga konseli teraniaya dalam kadar tertentu, layanan konseling individual dapat menangani sasaran yang bersifat advokasi.

### c. Pendekatandan Teknik Layanan Konseling Individual

Dalam layanan konseling individual pada umumnya digunakan pendekatan eklektik yang mensinergikan unsur pendekatan direktif-non direktif, humanistik - behavioristik, kognitif – emosional- afektif, melalui penerapan berbagai teknik dalam spektrum yang luas, sesuai dengan konten permasalahan yang dibahas.<sup>14</sup> Banyak teknik yang digunakan

---

<sup>14</sup> Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Disekolah*.

dalam konseling individual yaitu, menghampiri klien (*attending*), empati, refleksi, eksplorasi, menangkap pesan utama, bertanya untuk membuka percakapan, bertanya tertutup, dorongan minimal, interpretasi, mengarahkan, memimpin, memfokus, konfrontasi, menjerihkan, memudahkan, diam, mengambil inisiatif, memberi nasehat, memberi informasi, merencanakan dan menyimpulkan.<sup>15</sup>

#### **d. Komponen Layanan Konseling Individual**

##### **1. Konselor**

Konselor adalah seorang ahli dalam bidang konseling, yang memiliki kewenangan dan mandate secara professional untuk melaksanakan kegiatan pelayanan konseling. Dalam layanan konseling individual konselor menjadi actor yang secara aktif mengembangkan proses konseling melalui dioperasionalkannya pendekatan, teknik, dan asas-asas konseling terhadap klien.<sup>16</sup>

##### **2. Klien**

Klien adalah seorang individu yang sedang mengalami masalah, atau setidaknya sedang mengalami sesuatu yang ingin ia sampaikan kepada orang lain. Klien menanggung semacam beban, *uneg-uneg*, atau mengamalami suatu kekurangan yang ia ingin isi, atau dalam sesuatu kekurangan dan perlu dikembangkan pada dirinya, semuanya itu agar ia mendapatkan suasana fikiran dan perasaan yang lebih ringan, memperoleh nilai tambah, hidup lebih berarti, dalam hal-hal positif lainnya dalam menjalani hidup sehari-hari dalam rangka kehidupan dirinya secara menyeluruh.<sup>17</sup>

---

<sup>15</sup> Ibid.

<sup>16</sup> Laeli Anisa Fitri, -Penggunaan Layanan Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII MTs Miftahul Ulum Merabung III Kecamatan Pugung Kabupaten Tanggamus

<sup>17</sup> Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Disekolah*.

#### e. Tahap Perencanaan Konseling Individu

Menurut Terry yang juga dikutip oleh Saidah menyatakan bahwa perencanaan adalah sebagai dasar pemikiran dari tujuan dan penyusunan langkah-langkah yang akan dipakai untuk mencapai tujuan.<sup>18</sup>

Perencanaan dalam bimbingan dan konseling adalah suatu rencana kegiatan yang akan dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan. Adapun langkah-langkah dalam menyusun perencanaan dalam bimbingan dan konseling adalah sebagai berikut

1. Identifikasi kebutuhan dan masalah-masalah peserta didik.
2. Analisis situasi dan kondisi sekolah.
3. Penentuan tujuan dengan cara menentukan skala prioritas.
4. Memahami dan menentukan materi (Jenis, langkah-langkah, teknik, dan strategi kegiatan.)
5. Penentuan waktu dan tempat
6. Penentuan fasilitas dan anggaran sejauh mana konselor mengidentifikasi dan menentukan sarana prasarana.<sup>19</sup>

#### f. Tahap Pelaksanaan Konseling Individu

Menurut Siagian dalam Sugiyo pelaksanaan merupakan keseluruhan usaha, cara, teknik, dan metode untuk mendorong para anggota organisasi agar mau dan ikhlas bekerja dengan sebaik mungkin demi tercapainya tujuan organisasi dengan efektif, efisien dan ekonomis.<sup>20</sup> Adapun dalam konseling individu tahap-tahap yang harus dilakukan adalah sebagai

---

<sup>18</sup> Nailis Saidah, “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kemandirian Belajar Siswa Akselerasi MAN I Model Bojonegoro” (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2014).

<sup>19</sup> Sucipto, –Bahan Ajar Pendidikan Dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Sertifikasi Guru Dalam Jabatan, I IKIP PGRI Semarang, n.d., 255–57.

<sup>20</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2018).

berikut:

1. Tahap awal konseling

Tahap awal konseling terjadi disejak konseli bertemu dengan konselor hingga sampai pada proses konseling dan menemukan definisi masalah konseli. Cavanagh menyebutkan bahwa pada tahap awal konseling disebut dengan istilah *introduction invitation* dan *environ mental support*. Berikut proses tahap awal konseling yang dilakukan oleh konselor yaitu :

- a) Membangun hubungan konseling dengan melibatkan konseli yang mengalami masalah. Pada tahap ini konselor berupaya untuk membangun hubungan dengan cara melibatkan konseli dan berdiskusi dengan konseli. Hubungan tersebut dinamakan *working relationship*, yang merupakan hubungan yang memilikifungsi, makna dan kegunaan. Keberhasilan konseling sangat ditentukan pada tahap ini. Kunci keberhasilan tahap ini diantaranya ditentukan oleh keterbukaan konselor dan keterbukaan konseli. Keterbukaan konseli untuk mengungkapkan isi hati dan perasaan serta harapan bergantung pada kepercayaan konseli terhadap konselor. Konselor hendaknya mampu menunjukkan kemampuan untuk dapat dipercaya oleh konseli, tidak ada pura-pura, asli, mengerti dan menghargai konseli. Pada tahap ini konselor hendaknya mampu melibatkan konseli untuk terus-menerus dalam proses konseling.
- b) Memperjelas dan mendefinisikan masalah. Jika hubungan konseling telah terjalin dengan baik dan konseli sudah melibatkan diri, artinya kerjasama antara konselor dengan konseli bias dilanjutkan dengan mengangkat isu, kepedulian dan masalah yang dialami konseli. Konseli sering tidak begitu mudah menjelaskan masalahnya, walaupun terkadang dia mengetahui gejala-gejala masalah

yang dialaminya. Konseli seringkali tidak mengetahui potensi yang dimilikinya dimana hal tersebut dapat digunakan untuk mengatasi masalah. Di sini tugas konselor adalah untuk membantu mengembangkan potensi konseli sehingga konseli dengan kemampuannya dapat mengatasi masalahnya sendiri. Untuk mengatasi masalah tersebut maka konseli harus menjelaskan masalahnya dulu. Dan tugas konselor adalah membantu menjelaskan masalah yang dialami konseli nya.

- c) Membuat perjanjian alternatif bantuan untuk mengatasi konselor berusaha menjajaki kemungkinan rancangan bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi konflik dan lingkungannya yang tepat untuk mengatasi masalah konselinya.
- d) Menegosiasikan kontrak. Kontrak konselor dengan konseli mengenai waktu, tempat, tugas tentang jawab konseli, tujuan konseling dan kerjasama lainnya dengan pihak-pihak yang akan membantu perlu dilakukan pada tahap ini. Dalam kontrak ini mengatur pada kegiatan konseling termasuk pada kegiatan konselor dan konseli . Di lain hal dalam kontrak ini konselo rmengajak konseli dan pihak lain untuk bekerjasama dan menyelesaikan masalah konselinya.<sup>21</sup>

## 2. Tahap pertengahan (tahapkerja)

Berdasarkan pada penjelasan masalah konseli yang disepakati padatahap awal, maka kegiatan selanjutnya adalah fokus pada (a) penjelajahan masalah yang dialami konseli, (b) bantuan apa yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa yang telah dijelajah tentang masalah konseli. Pada tahap ini Cavanagh menyebut

---

<sup>21</sup> Mamat Supriatna, –BimbinganDanKonselingBerbasis Kompetensi(Jakarta: PT.RajaGrafindoPersada, n.d.),102–106.



sebagai tahap *action*.

Dengan menilai kembali masalah konseli akan membantu konseli memperoleh pemahaman baru, alternative baru yang mungkin berbeda dengan sebelumnya. Pemahaman ini akan membantu dalam membuat keputusan dan tindakan apa yang akan digunakan untuk mengatasi masalah tersebut. Dan dengan adanya pemahaman baru berarti ada dinamika pada diri konseling untuk melakukan perubahan dalam mengatasi masalah nya. Dan tujuan pada tahap pertengahan adalah sebagai berikut:

- a) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah serta kepedulian konseli dan lingkungannya dalam mengatasi masalah tersebut.
- b) Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara. Karena hal ini dapat terjadi apabila konseli merasa senang terlibat dalam proses konseling dan merasa butuh untuk mengembangkan potensi dirinya dalam mengatasi masalah yang dialaminya.
- c) Supaya proses konseling dapat berjalan dengan kontrak. Kontrak dinegosiasikan agar betul-betul memperlancar proses konseling. Oleh karenanya konselor dan konseli hendaknya selalu menjaga perjanjian dan selalu mengingat sejak dalam pikirannya.<sup>22</sup>

### 3. Tahap akhir konseling

Cavanagh menyebut tahap akhir dengan istilah *termination*. Tahap akhir konseling ditandai oleh beberapa hal yaitu:

- a) Menurunnya kecemasan konseli. Hal tersebut diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasan konseli.
- b) Adanya perubahan perilaku konflik ke arah yang lebih positif, sehat dan dinamik.
- c) Adanya tujuan hidup yang jelas di masa yang akan

---

<sup>22</sup> ibid

datang dengan program yang jelas pula.

- d) Terjadinya perubahan sikap yang positif terhadap masalah yang dialami konseli, konseli dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap-sikap negatif terhadap dunia luar.

Ada pun tujuan tahap akhir konseling adalah untuk memutuskan perubahan sikap dan perilaku bermasalah. Konseli dapat melakukan keputusan tersebut karena konseli sejak awal berkomunikasi dengan konselor dalam memutuskan perubahan sikap tersebut. Dan tujuan lain dalam tahap ini yaitu: (a) terjadinya *transfero flearning* pada diri konseli, (b) melaksanakan perubahan perilaku konseli agar mampu mengatasi masalahnya, (c) mengakhiri hubungan dengan konseli.<sup>23</sup>

## 2. Pendekatan *Client Centered*

### a. Pengertian *Client Centered*

Menurut Roger dalam Mc.loed *client centered counseling* merupakan teknik konseling dimana yang paling berperan adalah klien sendiri, klien dibiarkan untuk menemukan solusi mereka sendiri terhadap masalah yang tengah mereka hadapi. Hal ini memberikan pengertian bahwa peran konselor dalam teknik ini hanya sebatas mengarahkan, mempengaruhi, dan membiarkan dorongan kepada klien agar klien dapat memikirkan sendiri dan mencari solusi permasalahannya sendiri.<sup>24</sup>

Carl Roger menyebutkan bahwa *client centered* sebagai konseling non-direktif, menyatakan bahwa *client centered* adalah suatu teknik dalam bimbingan dan konseling yang menjadi pusatnya adalah klien dan bukan konselor.

Dengan melihat dari berbagai pendekatan *client centered* sudah jelas *client centered* ini merupakan salah

---

<sup>23</sup> ibid

<sup>24</sup> Gerald Correy, -Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterafil(Bandung: Refika Aditama, 2015),91.

satu teknik bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk membantu memberikan dorongan kepada klien agar dapat memikirkan sendiri dan mencari solusi permasalahannya sendiri, serta menegaskan adanya aktualisasi diri, yang difokuskan pada pertanggung jawaban dan kapasitas klien untuk menemukan cara agar bias menghadapi realitas, pada pribadi klien bukan pada problem yang dikemukakan oleh klien dan konselor hanya berperan sebagai patner dalam membantu untuk merefleksikan sikap dan peran-perannya guna mencari serta menemukan cara yang baik dalam memecahkan masalah klien. Sebagaimana Firman Allah SWT dalam Al-Qur'an surat Az-Zukhruf ayat 32 :

أَمْ يَسْمُؤْنَ رَحْمَتَ رَبِّكَ ۖ نَحْنُ قَسَمًا بَيْنَهُمْ مَّعِيشَتُهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَرَفَعْنَا  
بَعْضَهُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِّيَتَّخِذَ بَعْضُهُمْ بَعْضًا سُلْحِرًا ۖ وَرَحْمَتَ رَبِّكَ  
خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ

Artinya : Apakah mereka yang membagi-bagi rahmat Tuhanmu? Kami telah menentukan antara mereka penghidupan mereka dalam kehidupan dunia, dan kami telah meninggikan sebagian mereka atas sebagian yang lain beberapa derajat, agar sebagian mereka dapat mempergunakan sebagian yang lain. Dan rahmat Tuhanmu lebih baik dari apa yang mereka kumpulkan.

#### b. **Pandangan *Client Centered* Terhadap Manusia**

Menurut Rogers mengemukakan bahwa *client centered* memandang manusia secara positif, menurut Rogers manusia memiliki kecenderungan kearah mejadi berfungsi penuh. Sedangkan di dalam konteks hubungan konseling, klien mengalami perasaan-perasaan yang sebelumnya diingkari, sehingga dengan penggunaan *client centered* dalam konseling dapat mengaktualkan potensi positif sehingga dapat bergerak kearah meningkatkan kesadaran sehingga dengan spontanitas kepercayaan akan diri klien muncul keterarahan dalam suatu perilaku yang

positif.<sup>25</sup>

**c. Ciri-ciri Pendekatan *Client Centered***

Ciri-ciri dari pendekatan *client centered* adalah sebagai berikut:

1. Ditunjukkan kepada klien yang sanggup memecahkan masalahnya agar tercapai kepribadian klien yang terpadu.<sup>26</sup>
2. Sasaran konseling adalah aspek emosi dan perasaan (*feeling*), bukan segi intelektual nya
3. Titik tolak konseling adalah keadaan individu termasuk kondisi sosial, psikologis masa kini (*hereand now*), dan bukan pengalaman masa lalu
4. Proses konseling bertujuan untuk menyesuaikan antara *ideal-self* dengan *actual-self*
5. Peranan yang aktif dalam konseling dipegang oleh klien, sedangkan konselor adalah *pasif-reflektif*, artinya tidak semata-mata diam dan pasif akan tetapi berusaha membantu agar klien aktif memecahkan masalahnya.

**d. Peran dan Fungsi Terapis Dalam Penerapan *Client Centered***

Peran terapis *client centered* berakar pada cara keberadaannya sertasikap-sikapnya, bukan pada penggunaan teknik-teknik yang dirancang untuk menjadikan klien berbuat sesuatu penelitian tentang tetapi *client centered* Nampak nya menunjuk kan bahwa yang menuntut perubahan kepribadian klien adalah sikap-sikap terapis alih-alih pengetahuan, teori-teori atau teknik-teknik yang digunakannya. Pada dasarnya, terapis menggunakan dirinya sendiri untuk alat mengubah. Dalam menghadapi

---

<sup>25</sup>Gerald Corey, -Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi (Bandung: Pt Rafika Aditama, 2015), 314.

<sup>26</sup>JohnMcloed, -Pengantar KonselingTeori DanStudi Kasus (Jakarta: Kencana, 2008), 17

klien pada taraf pribadi ke pribadi maka peran terapis adalah tanpa peran. Adapun fungsi terapis adalah membangun suatu iklim yang menunjang terapeutik yang menunjang pertumbuhan klien.

Jadi terapis *client centered* membangun hubungan yang membantu dimana klien akan mengalami kebebasan yang diperlukan untuk mengeksplorasi area-area hidup yang sekarang diingkari atau di distroirnya. Klien menjadi kurang defensif dan menjadi lebih terbuka terhadap kemungkinan-kemungkinan yang ada dalam dirinya maupun dalam dunia. Yang pertama dan paling menjadi nyata dalam hubungan klien. Terapis menghadapi klien berlandaskan pengalaman dari saat ke saat dan membantu klien dengan jalan memasuki dunianya alih-alih menurut kategori-kategori diagnosing yang telah dipersiapkan. Melalui perhatian yang tulus, respek, penerimaan, dan pengertian terapis, klien bisa menghilangkan pertahanan-pertahanan dan persepsi-persepsinya yang kaku serta bergerak menuju taraf fungsi pribadi yang lebih tinggi.

**e. Tujuan pendekatan *client centered***

Adapun tujuan-tujuan dasar pendekatan client centered adalah sebagai berikut :

**1. Keterbukaan Pada Pengalaman**

Sebagai lawan dari kebertahanan, keterbukaan pada pengalaman menyiratkan menjadi lebih sadar terhadap kenyataan sebagaimana kenyataan itu hadir di luar dirinya.

**2. Kepercayaan Pada Organisme Sendiri**

Salah satu tujuan terapi adalah membantu klien dalam membangun rasa percaya diri terhadap diri sendiri, dengan meningkatkan keterbukaan klien terhadap pengalaman-pengalamannya sendiri, kepercayaan klien kepada dirinya sendiri pun mulai timbul.

**3. Dapat Melakukan Evaluasi Internal**

Tempat evaluasi internal ini berkaitan dengan kepercayaan diri, yang berarti lebih banyak mencari jawaban-jawaban pada diri sendiri bagi masalah-masalah keberadaannya, serta menetapkan standar-standar tingkah laku dan melihat kedalam dirinya sendiri dalam membuat putusan-putusan dan pilihan-pilihan bagi hidupnya.

4. Kesiapan Untuk Menjadi Suatu Proses

Konseli menyadari bahwa pertumbuhan dirinya adalah proses yang berkesinambungan.

**f. Tahap-tahap Konseling *Client Centered***

Menurut Gerald Corey, langkah-langkah pelaksanaan penerapan *client centered* sebagai berikut :

1. Klien datang kepada konselor atas kemauan sendiri. Apabila klien datang atas suruhan orang lain, maka konselor harus mampu menciptakan situasi yang sangat bebas dan permisif dengan tujuan klien memilih apakah ia akan terus minta bantuan atau akan membatalkannya.
2. Situasi konseling sejak awal harus menjadi tanggung jawab klien, untuk itu konselor menyadarkan klien.
3. Konselor memberanikan klien agar ia mampu mengemukakan perasaannya. Konselor harus bersikap ramah, bersahabat, dan menerima klien sebagai mana adanya.
4. Konselor menerima perasaan klien serta memahaminya.
5. Konselor berusaha agar klien dapat memahami dan menerima keadaan dirinya.
6. Klien menentukan pilihan sikap dan tindakan yang akan diambil (perencanaan).
7. Klien merealisasikan pilihan itu dalam sikap dan perilakunya.<sup>27</sup>

**g. Proses Konseling *Client Centered***

Menurut Curkhuff dan Bereson dan Truax Carkhuff, kajian-kajian telah mengesahkan kepentingan sumbangan empati, penghormatan dan kongruen dalam proses konseling. Menurut brammer dan shostrom, satu ciri utama yang membedakan konseling *client centered* dengan pendekatan lain ialah meningkatkan tahap tanggung jawab pada diri konseli berbanding dengan yang direncanakan oleh konselor.<sup>27</sup>

**1. Penerimaan Positif Tanpa Syarat**

Menerima konseli tanpa nilai tingkah laku, peristiwa atau perasaan konseli sama ada baik atau jahat. Sikap penerimaan tanpa syarat konselor perlu ditunjukkan melalui perbuatan lisan.

**2. Empati**

Empati adalah kebolehan untuk merasa dan mengenal pasti perasaanorang lain dan kemampuan memberitahunya kepada klien daripada sudut pandang konselor. Konselor coba masuk ke dalam ruang rujuk konseli.

**3. Kongruen**

Kongruen adalah kebolehan untuk menjadi sejati dan benar dengan orang lain. Konselor tidak menyelewengkan komunikasi, membunyikan motif dan bertindak dengan agenda yang bersembunyi, berpura-pura.

**h. Kelebihan dan Kekurangan Pendekatan *Client Centered***

Adapun kelebihan dari pelaksanaan pendekatan *client centered* dalam proses pembelajaran yaitu :

**a. Pendekatan ini menekankan bahwa**

---

<sup>26</sup>GantinakomalasariKarsih,EkaWahyuni,-TeoriDanTeknikKonselingII(Jakarta:Indeks,2011), 270.

<sup>27</sup>SofyanS. Willis, -KonselingIndividual Teori DanPraktekII(Bandung: AlfaBeta, 2014),64–65.



- konseli dapat menentukan keberhasilan atau kegagalan proses konseling.
- b. Pendekatan ini mengajarkan konseli diberi kebebasan untuk perubahan dirinya sendiri.
  - c. Pendekatan ini menekankan pentingnya hubungan secara pribadi dalam proses konseling.
  - d. Dalam pendekatan ini konselor berperan untuk mengarahkan dan menunjukkan sikap penuh pemahaman dan penerimaan.<sup>29</sup>

Sedangkan kelemahan dari pendekatan *client centered* ini adalah sebagai berikut :<sup>28</sup>

- a. Terkadang konseli seolah-olah merasa tidak diarahkan serta merasa tidak ada tujuan yang jelas dari proses konseling, apalagi jika tidak adanya pengarahan dan sasaran dari konselor.
- b. Pendekatan ini dianggap terlalu terikat pada lingkungan kebudayaan amerika serikat, yang sangat menghargai kemandirian seseorang serta pengembangan potensi dalam kehidupan masyarakat.
- c. Konseling *client centered* yang beraliran ortodok akan sulit diterapkan siswa serta mahasiswa, serta jarang dilaksanakan dalam institusi pendidikan indonesia.

### 3. *Self Esteem*

#### a. *Pengertian Self Esteem*

*Self esteem* merupakan kebutuhan yang dapat dipenuhi setelah kebutuhan fisiologis (makan, tidur, dll), kebutuhan rasa aman, dan kebutuhan kasih sayang menurut Maslow. Kebutuhan *self esteem* terpenuhi sebelum kebutuhan tertinggi dalam diagram kebutuhan maslow yaitu

---

<sup>28</sup>Ruhaya Hussin Sapora Sipon, *Teori Kaunseling Dan Psikoterapi* (Bandar Baru: University Sains Islam Malaysia, n.d.).

<sup>29</sup>Corey, -Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi.

kebutuhan aktualisasi diri. Kebutuhan *self esteem* merupakan kebutuhan untuk dapat menunjang kebutuhan tertinggi dalam kehidupan manusia yaitu aktualisasi diri.

*Self esteem* berkaitan dengan keadaan diri manusia dalam membentuk dirinya. *Self esteem* menurut Frey & Curlock dalam adalah Emanza merupakan evaluasi pribadi terhadap diri dan perasaan berharga yang terkait dengan konsep diri. Perasaan berharga yang dimiliki individu muncul dari dukungan lingkungan sehari-harinya. Lingkungan anak terdiri dari lingkungan keluarga dan lingkungan sekolah. Peran orang tua dari lingkungan keluarga serta peran guru dari lingkungan sekolah menjadi pendukung utama dalam proses pemenuhan harga diri atau *self esteem* anak. Harter dalam Papalia mengatakan bahwa harga diri pada masa kanak-kanak awal cenderung bersifat semua atau tidak sama sekali. Pada masa kanak-kanak tengah, evaluasi personal mengenai kompetensi dan kemampuan berdasarkan internalisasi standar orang tua atau sosial anak menjadi hal penting dalam membentuk atau mempertahankan perasaan keberhargaan diri.

Rogers dalam Musbikin membagi konsep diri menjadi tiga bagian, yaitu: (1) *ideal self*, (2) *self image*, dan (3) *self esteem*. *Self image* atau citra diri adalah persepsi kita terhadap diri kita. Sedangkan penilaian terhadap diri kita, baik-buruk, pintar- bodoh, disebut *self esteem*.

Orang yang memiliki *self esteem* yang optimal disebut *ideal self* atau diri yang ideal. Tinggi rendah nya *self esteem* tergantung pada jarak antara diri yang ideal (*ideal self*) dan citra diri (*self image*).<sup>31</sup> Dari beberapa penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa pengertian *selfesteem* adalah penilaian individu terhadap kehormatan diri, melalui sikap terhadap dirinya sendiri yang bersifat implisit dan tidak diucapkan secara verbal serta

menggambarkan bagaimana individu menilai dirinya sendiri sebagai individu yang memiliki kemampuan, berharga dan berkompeten. *Self esteem* dapat memperkuat citra diri individu sehingga berdampak pada meningkatkan perasaan percaya dan yakin terhadap kemampuan diri yang dimilikinya.<sup>29</sup> Sebagaimana firman Allah SWT dalam Al-Qur'an surat At-Tahrim Ayat 6 :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ

Artinya : Wahai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu, penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, dan keras, yang tidak durhaka kepada Allah terhadap apa yang dia perintahkan kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.

#### **b. Indikator dari *Self Esteem***

Rosenberg dan Ownes menjabarkan mengenai karakteristik individu dengan *self esteem* yang tinggi dan individu dengan *self esteem* rendah, sebagai berikut :

- a. Merasa tidak pantas dengan dirinya
- b. Ingin menjadi orang lain atau berada diposisi orang lain
- c. Lebih sering mengalami emosi yang negatif
- d. Sulit menerima pujian tetapi terganggu oleh kritik
- e. Memandang hidup dan berbagai kejadian dalam hidup sebagai hal yang negatif
- f. Menganggap tanggapan orang lain sebagai kritik yang mengancam
- g. Menghargai tanggapan orang lain sebagai umpan balik untuk memperbaiki diri

---

<sup>29</sup>Aini, *Self Esteem Pada Anak Usia Sekolah Dasar Untuk Pencegahan Kasus Bullying*.

- h. Membesar-besarkan peristiwa negatif yang pernah dialaminya
- i. Sulit untuk berinteraksi, berhubungan dekat dan percaya pada orang lain
- j. Menghindar dari keramaian
- k. Bersikap negative (sinis) pada orang lain atau institusi yang terkait dengan dirinya
- l. Pesimis
- m. Berfikir yang tidak membangun (merasa tidak dapat membantu diri sendiri).<sup>30</sup>

**c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self Esteem***

*Self esteem* merupakan persepsi diri individu terhadap konsep dirinya. Dukungan untuk peningkatan *self esteem* berasal dari diri individu dan dari luar individu yaitu lingkungan dan individu yang berada di lingkungannya. Selain dukungan, peningkatan atau penurunan *self esteem* dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu jenis kelamin, kelas social dan lingkungan.

Perbedaan jenis kelamin mempengaruhi cara pandang individu terhadap diri. Anak perempuan lebih sensitif terhadap dirinya, merasa khawatir dengan kemampuannya, dan peka terhadap penilaian orang lain di bandingkan dengan anak laki-laki. Hal ini terjadi karena anak perempuan lebih peduli dengan *self esteem* agar dapat diterima dalam lingkungannya.<sup>30</sup>

Selain itu kelas sosial juga menjadi faktor yang mempengaruhi *self esteem*. Kelas social terkait dengan pekerjaan, pendidikan, dan penghasilan orang tua sangat menentukan penerimaan anak di lingkungannya. Anak dengan kelas sosial rendah cenderung menjadi korban perundungan oleh teman dengan kelas sosial menengah dan atas.

Lingkungan juga menjadi faktor terakhir yang menentukan *self esteem* anak. Lingkungan berhubungan

---

<sup>30</sup>Bernice Andrews, -Self-Esteem, *Psychologist*, no .July (1998): 339–42.

dengan perkembangan *self esteem* individu. Lingkungan yang dimaksudkan adalah lingkungan rumah dan sekolah. Anak dengan lingkungan rumah serta dukungan orang tua yang baik dapat berpengaruh pada *self esteem* anak yang tinggi. Lingkungan sekolah yang mendukung peningkatan juga sangat berpengaruh terhadap *self esteem* anak.

Anak dilingkungan sekolah yang tidak kondusif serta peran guru yang tidak maksimal mengakibatkan anak memiliki *self esteem* yang rendah dan cenderung kurang mampu mengekspresikan diri.

Dari beberapa kajian diatas, dapat disimpulkan bahwa factor-faktor yang mempengaruhi *self esteem* adalah jenis kelamin, kelas sosial dan lingkungan. Beberapa faktor tersebut saling berhubungan dan menentukan.

#### **d. Komponen Self Esteem**

Menurut Felker komponen harga diri meliputi *feeling of belonging*, yaitu perasaan individu bahwa dirinya merupakan bagian dari suatu kelompok dan individu tersebut diterima oleh anggota kelompok lainnya. Individu akan memiliki penilaian yang positif terhadap dirinya apabila individu tersebut merasa diterima dan menjadi bagian dari kelompok tersebut. Individu akan menilai sebaliknya apabila merasa ditolak atau tidak diterima oleh kelompok tersebut.

Komponen selanjutnya adalah *feeling of competence*, yaitu perasaan individu bahwa mampu melakukan sesuatu untuk mencapai hasil yang diharapkan.<sup>31</sup> Apabila individu berhasil mencapai tujuan akan memberikan penilaian positif terhadap dirinya. Selain itu, individu merasa percaya terhadap pikiran, perasaan dan tingkah laku yang berhubungan dengan kehidupannya. Komponen terakhir adalah *feeling of worth*, yaitu perasaan

---

<sup>31</sup>Aini, Self Esteem Pada Anak Usia Sekolah Dasar Untuk Pencegahan Kasus Bullying.

individu bahwa dirinya berharga. Individu yang memiliki perasaan berharga akan menilai dirinya secara positif, merasa yakin terhadap diri sendiri, dan mempunyai harga diri atau *self respect*.<sup>34</sup>

Dari beberapa kajian tersebut dapat disimpulkan bahwa *self esteem* memiliki beberapa komponen yang terdiri dari *feeling belonging*, *feeling competence*, dan *feeling worth*. Ketiga komponen *self esteem* merupakan hal yang saling berhubungan dan akan menjadikan individu yang memiliki *self esteem* yang positif apabila mampu terpenuhi komponen-komponen tersebut.

#### e. Karakteristik Individu Berdasarkan Self Esteem

Manusia memiliki beberapa ciri yang berkaitan dengan *self esteem* dapat dilihat secara langsung maupun tidak langsung. Individu dibedakan menjadi dua yaitu individu dengan *self esteem* yang tinggi dan *self esteem* yang rendah.

Coopersmith membagi tingkat *self esteem* individu menjadi dua golongan yaitu individu dengan harga diri yang tinggi dan rendah. Individu dengan harga diri yang tinggi memiliki beberapa karakteristik yaitu memiliki sikap aktif dan mampu mengekspresikan diri dengan baik, memiliki prestas dalam bidang akademik dan mampu menjalin hubungan sosial, dapat menerima kritik dengan baik, percaya terhadap persepsi diri, memiliki keyakinan diri berdasarkan kemampuan yang dimilikinya, tidak terpaku hanya pada kesulitan yang dihadapi, tidak mudah terpengaruh dengan penilaian orang lain terhadap dirinya, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru sehingga mudah beradaptasi.<sup>32</sup>

Selain itu, Coopersmith menjelaskan karakteristik individu dengan harga diri yang rendah yaitu memiliki

---

<sup>32</sup> Dahlia Nur Permata Sari, Hubungan Antara Body Image Dan Self Esteem, II *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* 1, no. 1 (2012): 45–47, <http://repository.ubaya.ac.id/id/eprint/26391>.

perasaan inferior (merasa kurang sempurna), takut gagal dalam membina hubungan sosial, sering putus asa dan depresi, merasa diasingkan dan tidak diperhatikan, kurang mampu mengekspresikan diri, tidak konsisten, pasif mengikuti lingkungan, mudah mengakui kesalahan, menggunakan banyak teknik mempertahankan diri (*defense mechanism*).

Berdasarkan beberapa pakajian terkait dengan karakteristik individu berdasarkan *self esteem* dapat disimpulkan bahwa karakteristik *self esteem* dapat dilihat secara langsung dan tidak langsung. Untuk membedakan individu dengan *self esteem* tinggi dan rendah memerlukan waktu serta proses yang tidak pendek.





## DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Dian Fitri Nur. -Self Esteem Pada Anak Usia Sekolah Dasar Untuk Pencegahan Kasus Bullying. *Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Sekolah Dasar (JP2SD)* 6, no. 1 (2018): 36–46. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jp2sd/article/view/5901/5442>.
- Alawiyah, Desi. -Pendekatan Person-Centered Dalam Menangani Body Shaming Pada Wanita *1*, no. 20 (2019): 26–34.
- Andrews, Bernice. -Self-Esteem. *Psychologist*, no. July (1998): 339–42.
- Corey, Gerald. —Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi, *314*. Bandung: Pt Rafika Aditama, 2015. Teori Dan Praktek Konseling Psikoterapi, *14*. Bandung: Aditama, 2009.
- Correy, Gerald. —Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi, *91*. Bandung: Refika Aditama, 2015.
- D. Setyaningrum. —Pengaruh Persepsi Siswa Tentang Layanan Konseling Individu Dan Persepsi Tentang Kompetensi Kepribadian Konselor Terhadap Minat Memanfaatkan Layanan Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal BK UNESA* 1, no. 1 (2013): 245–52.
- Dra. Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, S.Pd. Karsih. -Teori Dan Teknik Konseling, *257–58*. Jakarta Barat: Hak Cipta Bahasa Indonesia, 2011.
- Erman Amti, Prayitno. -Dasar - Dasar Bimbingan Dan Konseling, *288*. Jakarta: Rineka Cipta, 2009.
- Karsih, Eka Wahyuni, Gantina komalasari. -Teori Dan Teknik Konseling, *270*. Jakarta: Indeks, 2011.
- Laeli Anisa Fitri, Nova Erlina. -Penggunaan Layanan Konseling Individu Dengan Pendekatan Behavioral Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII MTS Miftahul Ulum Merabung III Kecamatan Pugung Kabupaten Tanggamus *03*, no. 1 (2016): 137–52.
- Mahidin. -Penerapan Teori SCT. Pdf, *no. 045* (2002): 14–30.

<http://jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/almursyid/article/download/716/541>.

- Mamat Supriatna. –Bimbingan Dan Konseling Berbasis Kompetensi,|| 102–6. Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada, n.d.
- Maunah, Binti. *Landasan Pendidikan*. Yogyakarta: Teras, 2009.
- Mcloed, John. –Pengantar Konseling Teori Dan Studi Kasus,|| 177. Jakarta: Kencana, 2008.
- Musthofawi, Asiah. –Hubungan Antara Optimisme Dan Self-Esteem Pada Mahasiswa Program Diploma III Kebidanan.|| *SEAJOM: The Southeast Asia Journal of Midwifery* 5, no. 1 (2019): 1–13. <https://doi.org/10.36749/seajom.v5i1.40>.
- Saidah. –Implementasi Manajemen Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah Oleh : Saidah.|| *Jurnal Al-Fikrah* 5 (2014): 1–23.
- Sapora Sipon, Ruhaya Hussin. *Teori Kaunseling Dan Psikoterapi*. Bandar Baru:University Sains Islam Malaysia, n.d.
- Sari, Dahlia Nur Permata. –Hubungan Antara Body Image Dan Self Esteem.|| *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* 1, no. 1 (2012): 1–9. <http://repository.ubaya.ac.id/id/eprint/26391>.
- Sucipto. –Bahan Ajar Pendidikan Dan Latihan Profesi Guru (PLPG) Sertifikasi Guru Dalam Jabatan.|| In *IKIP PGRI Semarang*, 255–57, n.d.
- Sugiyono. –Manajemen Dan Konseling Di Sekolah,|| 28. Semarang: Widya Karya, n.d.
- Sukardi, Dewa Ketut. –Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah,|| 14. Jakarta: Rineka Cipta, 2008. Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah,|| 19–28. Jakarta: Rineka Cipta, 2008. Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah,|| 28. Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Willis, Sofyan. –Konseling Individual Teori Dan Prakrek.|| Bandung: AlfaBeta cv, 2009.
- Willis, Sofyan S. –Konseling Individual Teori Dan Praktek,|| 63–64. Bandung: AlfaBeta, 2014. Konseling Individual Teori Dan Praktek,|| 64–65. Bandung: AlfaBeta, 2014.

# LAMPIRAN



## Surat Balasan Pra Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
SMA NEGERI 1 NATAR



Jl. Dahlia III Natar, Kec. Natar, Lampung Selatan 35362 Telp. (0721) 91351.  
Email : sman1natarls@gmail.com

Nomor : 421.3/188/HIL.01/SMAN 1/2022  
Lampiran : -  
Perihal : Surat Balasan Izin Melaksanakan Pra Penelitian

Kepada Yth.  
an. Dekan, Wakil Dekan I Bidang Akademik  
Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung  
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
BANDAR LAMPUNG

Dengan hormat,

Menanggapi surat Saudara No : B- 2583/ Un.16 /DT.1/PP.009.7/01/2022, tanggal-  
18 Februari 2022.

Perihal : Izin Melaksanakan Pra Penelitian, mahasiswa tersebut dibawah ini :

N a m a : MUTIARA INDAH  
N P M : 1811080386  
Semester : VIII ( Delapan )  
Fakultas/Jurusan : Tarbiyah dan Keguruan/BKPI

Dengan ini kami beritahukan bahwa kami merasa tidak berkeberatan jika  
ybs. Melaksanakan Pra Penelitian di SMA Negeri 1 Natar, Lampung Selatan  
tahun pelajaran 2021/2022.

Demikian surat balasan ini kami sampaikan agar dapat di pegunakan sebagai  
mana mestinya.



Natar, 02 Maret 2022  
Kepala SMA Negeri 1 Natar

*mark*  
Drs. AGUS NARDI  
Gurubina Tk.I  
NIP. 19680604 199512 1 001

**Surat                      Balasan**  
**Penelitian**



**PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG**  
**DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN**  
**SMA NEGERI 1 NATAR**



Jl. Dahlia III Natar, Kec. Natar, Lampung Selatan 35362 Telp. (0721) 91351.  
Email : sman1natar1s@gmail.com

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 421.3/141/III.01/SMAN 1/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini :

a. N a m a                      : Drs. AGUS NARDI, MM  
b. J a b a t a n                : Kepala Sekolah

Dasar : Surat dari Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

Nomor : B-2609 Un.16/DT/PP.009.7/02/2023. Tanggal 10 Februari 2023.

Perihal : Permohonan Mengadakan Penelitian

N a m a                      : Mutiara Indah  
N P M                        : 1811080386  
Program Studi            : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam  
Semester                  : X (Sepuluh)  
Perguruan Tinggi        : Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

Benar yang bersangkutan telah melaksanakan penelitian di SMA Negeri 1 Natar pada tanggal 13 Februari 2023, dengan Judul:

"Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik Client Centered Dalam Meningkatkan Self Esteem Peserta Didik di SMA Negeri 1 Natar"

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

13 Februari 2023  
Kepala SMA Negeri 1 Natar,  
  
Drs. AGUS NARDI, MM  
Pembina Tk. I  
NIP 19680604 199512 1 001

## **Kisi-Kisi Wawancara Pra Penelitian Dengan Peserta Didik**

1. Apakah anda merasa puas dengan diri anda sendiri ?
2. Pernahkah anda ingin menjadi orang lain atau berada diposisi orang lain?
3. Seberapa sering anda mengalami emosi positif ?
4. Apakah anda merasa sulit menerima pujian dan kritik orang lain?
5. Apakah anda memandang hidup dan berbagai kejadian dalam hidup sebagai hal yang negatif?
6. Pernahkah anda menganggap tanggapan orang lain sebagai kritik yang mengancam?
7. Apakah anda selalu menghargai tanggapan orang lain sebagai umpan balik untuk memperbaiki diri?
8. Dapatkah anda menerima peristiwa negatif yang terjadi pada diri dan berusaha memperbaikinya?
9. Apakah anda merasa mudah untuk bersosialisasi dengan orang lain?
10. Jika anda mengalami suatu permasalahan, dapatkah anda berani mengambil resiko?
11. Pernahkah anda bersikap negatif pada orang lain?
12. Seberapa sering anda merasa pesimis?
13. Apakah anda selalu berfikir positif setiap kejadian yang anda alami?

## **Kisi-kisi Wawancara Pra Penelitian Dengan Guru BK**

1. Apakah ada peserta didik yang mengalami kesulitan pada tingkat kepercayaan dirinya?
2. Apa saja faktor yang mempengaruhi tingkat kepercayaan diri peserta didik menjadi rendah?
3. Layanan bimbingan dan konseling apa yang diberikan untuk mengatasi permasalahan peserta didik?
4. Teknik atau pendekatan apa yang digunakan untuk mengatasi permasalahan peserta didik ?
5. Apa dampak kepercayaan diri yang rendah pada peserta didik?
6. Seperti apa penerapan teknik bimbingan dan konseling pada peserta didik?
7. Adakah kendala pada saat ibu melaksanakan konseling?
8. Apakah ibu merasakan kesulitan pada saat pelaksanaan konseling?

## Kisi-kisi Wawancara Penelitian

### PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK *CLIENT CENTERED* DALAM MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 1 NATAR

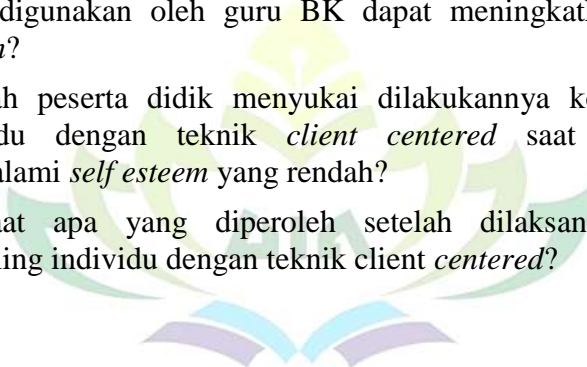
No.	Tujuan Penelitian	Indikator	Pertanyaan
1.	Untuk mengetahui tahap perencanaan konseling individu dengan teknik <i>client centered</i> dalam meningkatkan <i>self esteem</i> peserta didik di SMA Negeri 1 Natar	Tahap Perencanaan	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Apakah program BK terlaksana dengan baik?</li><li>2. Perencanaan seperti apa yang ibu persiapkan sebelum terjadinya konseling individu ?</li><li>3. Seperti apa cara ibu mengumpulkan data peserta didik?</li><li>4. Apakah ibu mengumpulkan data sebelum berlangsungnya konseling ?</li><li>5. Fakta / informasi apa yang ibu dapatkan sebelum konseling berlangsung?</li><li>6. Seperti apa lingkungan diri konseli sebelum dikonseling?</li><li>7. Dari siapa ibu</li></ol>



			<p>mengetahui diri konseli sendiri sebelum konseling berlangsung?</p> <p><b>8.</b> Data apa saja yang ibu dapatkan dari peserta didik?</p> <p><b>9.</b> Apakah <i>self esteem</i> berpengaruh pada proses pembelajaran peserta didik?</p>
<b>2.</b>	<p>Untuk mengetahui tahap pelaksanaan konseling individu dengan teknik <i>client centered</i> dalam meningkatkan <i>self esteem</i> peserta didik di SMA Negeri 1 Natar</p>	Tahap Pelaksanaan	<p><b>1.</b> Bagaimana proses pelaksanaan konseling individu dengan teknik <i>client centered</i> kepada peserta didik?</p> <p><b>2.</b> Masalah apa yang ibu temukan dari diri konseli setelah konseling berlangsung?</p> <p><b>3.</b> Bagaimana tahap pelaksanaan layanan yang ibu berikan?</p> <p><b>4.</b> Bagaimana tahap awal yang dilakukan dalam proses pelaksanaan layanan?</p> <p><b>5.</b> Bagaimana tahap inti yang dilakukan dalam proses pelaksanaan</p>

			<p>layanan?</p> <p><b>6.</b> Bagaimana tahap akhir yang dilakukan dalam proses pelaksanaan layanan?</p> <p><b>7.</b> Bagaimana respon dan tanggapan peserta didik mengenai teknik <i>client centered</i> yang ibu laksanakan disekolah?</p> <p><b>8.</b> Apakah terdapat perubahan peserta didik setelah konseling berlangsung?</p> <p><b>9.</b> Apakah ada kendala ibu dalam melaksanakan konseling individu kepada peserta didik?</p>
--	--	--	---

## Kisi-kisi Wawancara Penelitian Dengan Peserta Didik

1. Apakah ada pengaruh *self esteem* pada saat pembelajaran disekolah?
  2. Bagaimana perasaan anda sebagai peserta didik ketika mengalami *self esteem* yang rendah?
  3. Apa saja dampak dari *self esteem*?
  4. Apakah pernah mengikuti konseling individu?
  5. Apakah konseling individu dengan teknik *client centered* yang digunakan oleh guru BK dapat meningkatkan *self esteem*?
  6. Apakah peserta didik menyukai dilakukannya konseling individu dengan teknik *client centered* saat sedang mengalami *self esteem* yang rendah?
  7. Manfaat apa yang diperoleh setelah dilaksanakannya konseling individu dengan teknik *client centered*?
- 

## PEDOMAN OBSERVASI

### Pedoman Observasi

NO	Indikator Pengamatan	Sub Indikator
1.	Di <i>bully</i> karena berat badan	a) Merasa insecure b) Merasa malu c) Merasa sedih
2.	Permasalahan Ekonomi	a) Kurangnya penghasilan b) Sulit dalam kebutuhan
3.	Bau Badan	a) Merasa tidak nyaman dengan sekitar b) Merasa malu
4.	Nilai ujian tidak sesuai	a) Merasa tidak puas b) Merasa tidak maksimal c) Merasa kecewa
5.	Emosi Negatif	a) Berprasangka buruk b) Emosional

# Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL)

## Konseling Individu



PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
SMA NEGERI 1 NATAR  
Jalan Dahlia III Natar, Kec. Natar Lampung Selatan-35362 Telp.  
(0721) 91051



Email: [smn1natar.lsg@gmail.com](mailto:smn1natar.lsg@gmail.com) Website: [www.sman1natar.sch.id](http://www.sman1natar.sch.id)

### RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN (RPL) BIMBINGAN KONSELING INDIVIDU SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2021/2022

A	Komponen Layanan	Layanan Konseling Individu
B	Bidang Layanan	Sosial
C	Topik / Tema Layanan	Percaya Diri
D	Fungsi Layanan	Perencanaan & Pelaksanaan
E	Tujuan Umum	Peserta didik/konseli dapat menumbuhkan percaya diri yang tinggi
F	Tujuan Khusus	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik/konseli dapat menghargai diri sendiri</li> <li>2. Peserta didik/konseli memahami <i>self esteem</i></li> <li>3. Peserta didik/konseli dapat berusaha mengoptimalkan rasa percaya diri</li> <li>4. Peserta didik/konseli mengambil keputusan berdasarkan penyelesaian permasalahan <i>self esteem</i></li> </ol>
G	Sasaran Layanan	Kelas XI
H	Materi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengertian <i>self esteem</i></li> <li>2. Memahami <i>self esteem</i></li> <li>3. Kiat untuk meningkatkan <i>self esteem</i></li> </ol>
I	Waktu	3 x 45 Menit
J	Sumber Materi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ermansa, G.H. 2010, <i>Hubungan Antara Harga diri dan Citra Tubuh Pada Remaja</i>, Jakarta, Universitas Indonesia</li> <li>2. Willis, Sofyan. 2009, <i>Konseling Individual Teori dan Praktek</i>, Bandung : Alfabeta, cv</li> <li>3. Triyono, Mastur, 2014, <i>Materi Layanan Individu Bimbingan dan Konseling bidang pribadi</i>, Yogyakarta, Paramita</li> <li>4. Nurvita, V &amp; Handayani. 2015. <i>Hubungan Self Esteem dan Body Image</i>. Jurnal, 4 (1), 41-49.</li> </ol>
K	Metode/Teknik	Wawancara, Dokumentasi,
L	Media / Alat	LCD, Power Point, Percaya diri
M	Pelaksanaan	
	I. Tahap Awal /Pendahuluan	

a. Pernyataan Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru BK/Konselor membuka dengan salam dan berdoa</li> <li>2. Membina hubungan baik dengan peserta didik (menanyakan kabar, ice breaking)</li> <li>3. Menyampaikan tujuan-tujuan khusus yang akan dicapai</li> </ol>
b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberikan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik</li> <li>2. Kontrak layanan (kesepakatan layanan), hari ini kita akan melakukan kegiatan selama 1 jam pelayanan, kita sepakat akan melakukan dengan baik.</li> <li>3. Guru bimbingan dan konseling atau konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan, tugas dan tanggung jawab peserta didik</li> </ol>
c. Mengarahkan kegiatan (konsolidasi)	Guru BK/Konselor memberikan penjelasan tentang topik yang akan dibicarakan
d. Tahap peralihan (Transisi)	Guru BK/Konselor menanyakan kesiapan peserta didik melaksanakan kegiatan, dan memulai ke tahap inti
<b>2. Tahap Inti</b>	
a. Kegiatan peserta didik	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengamati tayangan slide ppt (tulisan, gambar, video)</li> <li>2. Melakukan Brainstorming/curah pendapat</li> <li>3. Mendiskusikan dengan masing-masing peserta didik</li> <li>4. Setiap peserta didik menceritakan permasalahan nya</li> <li>5. Peserta didik diberikan kesepakatan untuk menanyakan yang belum mereka pahami tentang meningkatkan percaya diri</li> <li>6. Peserta didik diminta untuk menyampaikan pendapat nya dalam menyelesaikan permasalahan</li> <li>7. Peserta didik diminta untuk mengutarakan hal-hal yang mereka dapat dari hasil tindakan yang dilakukan</li> </ol>
b. Kegiatan Guru BK/Konselor	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memanggil peserta didik yang bersangkutan ke ruang BK</li> <li>2. Mengajak peserta didik untuk melakukan konseling individu</li> <li>3. Melakukan sesi konseling dengan peserta didik</li> <li>4. Mempersilahkan peserta didik untuk bercerita</li> <li>5. Melakukan sesi wawancara untuk mendapatkan informasi dari peserta didik</li> <li>6. Mengevaluasi permasalahan peserta didik</li> </ol>
3. Tahap Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan</li> <li>2. Peserta didik merefleksikan kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan</li> <li>3. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut</li> </ol>

	3. Tahap Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik menyimpulkan hasil kegiatan</li> <li>2. Peserta didik merefleksikan kegiatan dengan mengungkapkan kemanfaatan dan kebermaknaan kegiatan secara lisan</li> <li>3. Guru BK memberi penguatan dan rencana tindak lanjut</li> <li>4. Guru BK menutup kegiatan layanan dengan mengajak peserta didik bersyukur/berdoa dan mengakhiri dengan salam</li> </ol>
N	Evaluasi	
	1. Evaluasi Proses	<p>Guru BK atau konselor melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan Refleksi hasil, setiap peserta didik menuliskan di kertas yang sudah disiapkan.</li> <li>2. Mengamati sikap atau atusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan</li> <li>3. Mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya</li> <li>4. Mengamati cara peserta didik dalam memberikan penjelasan terhadap pertanyaan guru BK</li> </ol>
	2. Evaluasi Hasil	<p>Evaluasi dengan instrumen yang sudah disiapkan, antara lain :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi tentang suasana pertemuan dengan instrumen: menyenangkan/kurang menyenangkan/tidak menyenangkan.</li> <li>2. Evaluasi terhadap topik yang dibahas : sangat penting/kurang penting/tidak penting</li> <li>3. Evaluasi terhadap cara Guru BK dalam menyampaikan materi: mudah dipahami/tidak mudah/sulit dipahami</li> <li>4. Evaluasi terhadap kegiatan yang diikuti : menarik/kurang menarik/tidak menarik untuk diikuti</li> </ol>

#### LAMPIRAN-LAMPIRAN

1. Uraian materi
2. Lembar kerja siswa
3. Instrumen penilaian

Mengetahui

Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Natar



NIP. 196306041995121001

Lampung Selatan, 29 Maret 2022

Guru BK

Dra. ASMAWATI

NIP. 196404091995122001

## Laporan Pelaksanaan Layanan Konseling Individu

1.	Nama Konseli	AG
2.	Kelas	XI IPA 1
3.	Pertemuan ke	1
4.	Hari,Tanggal	Rabu, 15 Februari 2023
5.	Waktu	45 Menit
6.	Tempat	SMA Negeri 1 Natar
7.	Teknik konseling yang digunakan	<i>Client Centered</i>
8.	Hasil yang dicapai	<p><b>a) Hasil</b></p> <p>Konseli mengungkapkan masalah yang dihadapi yaitu terkait dengan berat badan yang dialaminya. Konseli terlihat mengalami rendahnya <i>self esteem</i> karena kurangnya rasa percaya diri.</p> <p><b>b) Tindak Lanjut</b></p> <p>Mengamati perihal <i>self esteem</i> peserta didik dengan konseling individu yang dilakukan guru BK disekolah.</p>



**Bandar Lampung, 15 Februari 2023**  
**Guru BK**



**Dra. ASMAWATI**

**NIP. 196404091995122001**



## Laporan Pelaksanaan Layanan Konseling Individu

1.	Nama Konseli	KY
2.	Kelas	XI IPA 1
3.	Pertemuan ke	1
4.	Hari,Tanggal	Rabu, 15 Februari 2023
5.	Waktu	45 Menit
6.	Tempat	SMA Negeri 1 Natar
7.	Teknik Konseling Yang Digunakan	<i>Client Centered</i>
8.	Hasil Yang Dicapai	<p><b>a) Hasil</b></p> <p>Konseli mengungkapkan masalah yang dialami yaitu permasalahan ekonommi dimana konseli merasakan penghasilan yang kurang dari orang tuanya.</p> <p><b>b) Tindak Lanjut</b></p> <p>Mengenai perihal tersebut melakukan konseling individu dengan guru BK disekolah dan memberikan motivasi serta dukungan terhadap konseli.</p>

**Bandar Lampung, 15 Februari 2023**  
**Guru BK**



**Dra. ASMAWATI**  
**NIP. 196404091995122001**



## Laporan Pelaksanaan Layanan Konseling Individu

1.	Nama Konseli	NL
2.	Kelas	XI IPA 1
3.	Pertemuan ke	1
4.	Hari,Tanggal	Rabu, 15 Februari
5.	Waktu	45 Menit
6.	Tempat	SMA Negeri 1 Natar
7.	Teknik konseling yang digunakan	<i>Client Centered</i>
8.	Hasil yang dicapai	<p><b>a) Hasil</b></p> <p>Konseli mengungkapkan masalah yang dihadapi yaitu bau badan. Konseli merasa tidak percaya diri dan malu pada teman kelasnya.</p> <p><b>b) Tindak Lanjut</b></p> <p>Mengamati perihal permasalahan konseli memberi saran dan cara untuk menghilangkan bau badan serta memberi dukungan kepada konseli.</p>

**Bandar Lampung, 15 Februari 2023**  
**Guru BK**

  
**Dra. ASMAWATI**  
**NIP. 196404091995122001**



## Laporan Pelaksanaan Layanan Konseling Individu

1	Nama Konseli	DM
2	Kelas	XI IPA 1
3	Pertemuan ke	1
4	Hari,Tanggal	Rabu, 15 Februari 2023
5	Waktu	45 Menit
6	Tempat	SMA Negeri 1 Natar
7	Teknik konseling yang digunakan	<i>Client Centered</i>
8	Hasil yang dicapai	<p>a) Hasil Konseli mengungkapkan masalah nilai ujian yang tidak memuaskan sehingga konseli merasa kecewa kepada dirinya sendiri.</p> <p>b) Tindak Lanjut Mengamati permasalahan konseli dan memberikan motivasi serta dukungan. Dan juga menyarankan merubah gaya belajar agar konseli dapat menerima pembelajaran lebih baik.</p>

**Bandar Lampung, 15 Februari 2023**  
**Guru BK**

  
**Dra. ASMAWATI**  
**NIP. 196404091995122001**



## Laporan Pelaksanaan Layanan Konseling Individu

1	Nama Konseli	NZ
2	Kelas	XI IPA 1
3	Pertemuan Ke	1
4	Hari,Tanggal	Rabu, 15 Februari
5	Waktu	45 Menit
6	Tempat	SMA Negeri 1 Natar
7	Teknik konseling yang digunakan	<i>Client Centered</i>
8	Hasil yang dicapai	<p><b>a) Hasil</b> Konseli mengungkapkan bahwa mengalami emosi negatif hal tersebut karena <i>self esteem</i> yang rendah sehingga konseli sering berprasangka buruk terhadap orang disekitarnya.</p> <p><b>b) Tindak Lanjut</b> Mengamati permasalahan tersebut lalu memberikan nasihat dan saran agar konseli tidak mengambil keputusan yang salah.</p>



**Bandar Lampung, 15 Februari 2023**  
**Guru BK**



**Dra. ASMAWATI**  
**NIP. 196404091995122001**



TRANSKIP PROSES PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU  
GURU BK DENGAN PESERTA DIDIK

1. Wawancara guru BK dengan peserta didik AG

AG : Assalamualaikum wr wb bu

Guru BK : Waalaikumsalam wr wb AG, Gimana kabarnya?

AG : Alhamdulillah bu baik,tetapi saya memiliki permasalahan

Guru BK : Ada apa AG? Ada masalah apa?

AG : Baik bu, jadi saya kesini mempunyai tujuan untuk konseling

Guru Bk : Oh gitu, mengenai apa AG ?

AG : Jadi saya dikelas sering dikatain soal berat badan bu

Guru BK : Dikatain gimana misalnya?

AG : Badan saya kaya sapi bu katanya

Guru BK : Terus tindakan apa yang sudah kamu lakukan?

AG : Yaa...saya marah bu..malu..

Guru BK : Ibu mengerti apa yang kamu rasakan tapi seharusnya jangan marah

AG : Lalu apa yang harus saya lakukan bu

Guru BK : Jadikan ejekan itu sebagai motivasi dan memang kita harus rajin olahraga agar tubuh kita tetap sehat,

itukan demi kebaikan kamu juga. Kalau berat badan mu turun kamu sendiri yang nanti akan merasakan enak kok.

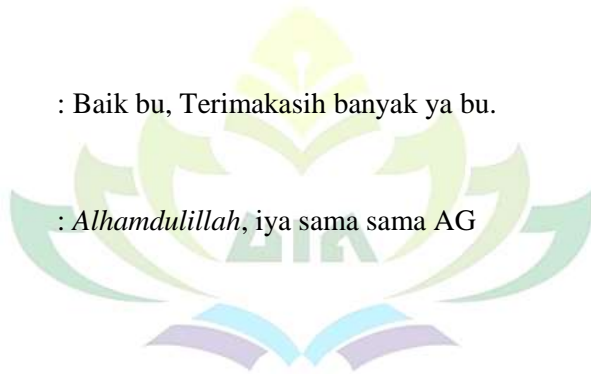
Jadi dipikirkan kembali ya agar kamu mendapatkan solusi yang tepat.

AG : Oh iya sih bu benar juga kata ibu, baik bu saya akan mencobanya lagian itu hal positif dan baik.

Guru BK : Baguslah kalau begitu, Semangat ya AG kamu pasti bisa!

AG : Baik bu, Terimakasih banyak ya bu.

Guru BK : *Alhamdulillah*, iya sama sama AG



## 2. Wawancara guru BK dengan peserta didik KY

KY : Assalamualaikum wr wb bu

Guru BK : Waalaikumsalam wr wb KY, Gimana kabarnya?

KY : Alhamdulillah bu baik,tetapi saya memiliki permasalahan

Guru BK : Ada apa KY? Ada masalah apa?

KY : Baik bu, jadi saya kesini mempunyai tujuan untuk konseling

Guru Bk : Oh gitu, mengenai apa KY ?

KY : Jadi saya memiliki permasalahan ekonomi bu

Guru BK : Permasalahan ekonomi bagaimana?

KY : Saya berasal dari keluarga yang tidak mampu bu

Guru BK : Terus ada apa dengan hal itu?

KY : Saya malu bu diejek teman-teman

Guru BK : Ibu mengerti apa yang kamu rasakan tapi seharusnya jangan malu

KY : Lalu apa yang harus saya lakukan bu?

Guru BK : bersyukurlah dan jadikan sebagai motivasi agar kamu menjadi orang yang sukses dan membanggakan orang tua, ibu yakin kamu bisa.

KY : Oh iya sih bu benar juga kata ibu, saya sadar

sekarang bu terimakasih ya bu atas dukungan dan motivasinya.

Guru BK : Baguslah kalau begitu, Semangat ya KY kamu pasti bisa!

KY : Baik bu, Terimakasih banyak ya bu.

Guru BK : *Alhamdulillah*, iya sama-sama KY.



### 3. Wawancara guru BK dengan peserta didik NL

NL : Assalamualaikum wr wb bu

Guru BK : Waalaikumsalam wr wb NL, Gimana kabarnya?

NL : Alhamdulillah bu baik,tetapi saya memiliki permasalahan

Guru BK : Ada apa NL? Ada masalah apa?

NL : Baik bu, jadi saya kesini mempunyai tujuan untuk konseling

Guru Bk : Oh gitu, mengenai apa NL ?

NL : Jadi saya memiliki permasalahan bau badan bu

Guru BK : Permasalahan bau badan bagaimana?

NL : Saya juga tidak tahu bu, sudah banyak pewangi badan yang saya pakai

Guru BK : Terus bagaimana hasilnya?

NL : masih tetap bau bu dan saya sangat merasa malu

Guru BK : Ibu mengerti apa yang kamu rasakan tapi pewangi saja sepertinya kurang

NL : Lalu apa yang harus saya lakukan bu?

Guru BK : Bagaimana dengan konsultasi kedokter ? dokter kulit mungkin

NL : Oh iya sih bu benar juga kata ibu, saya juga belum

kedokter

Guru BK : Kalau gitu kamu pilih saja solusi mana yang terbaik untuk menghilangkan bau badannya yaa..jangan malu tapi diatasi ya

NL : Baik bu, Terimakasih banyak ya bu atas sarannya.

Guru BK : *Alhamdulillah*, iya sama-sama NL.



#### 4. Hasil wawancara guru BK dengan peserta didik DM

DM : Assalamualaikum wr wb bu

Guru BK : Waalaikumsalam wr wb DM, Gimana kabarnya?

DM : Alhamdulillah bu baik,tetapi saya memiliki permasalahan

Guru BK : Ada apa DM? Ada masalah apa?

DM : Baik bu, jadi saya kesini mempunyai tujuan untuk konseling

Guru Bk : Oh gitu, mengenai apa DM?

DM : Jadi saya memiliki permasalahan nilai ujian sekolah bu

Guru BK : Permasalahan nilai ujian bagaimana?

DM : Nilai ujian saya jelek dan tidak memuaskan bu

Guru BK : Terus ada apa dengan hal itu?

DM : Saya merasa mengecewakan orang tua dan gagal bu

Guru BK : Ibu mengerti apa yang kamu rasakan tapi seharusnya jangan merasa seperti itu DM

DM : Lalu apa yang harus saya lakukan bu?

Guru BK : Jadikan pembelajaran untuk kedepan dan lebih giat lagi. Bisa jadi juga kamu bosan dengan gaya belajar kamu coba diubah mungkin saja bisa menjadi solusi. Jangan terlalu larut dalam merasa gagal ya. Justru



jadikan motivasi agar lebih semangat dan serius.

DM : Oh iya sih bu benar juga kata ibu, saya sadar sekarang bu. Saya akan belajar lebih giat dan mencari gaya belajar yang baru agar saya tidak bosan. terimakasih ya bu atas dukungan dan motivasinya.

Guru BK : Baguslah kalau begitu, Semangat ya DM kamu pasti bisa!

DM : Baik bu, Terimakasih banyak ya bu.

Guru BK : *Alhamdulillah*, iya sama-sama DM.



##### 5. Hasil wawancara guru BK dengan peserta didik NZ

NZ : Assalamualaikum wr wb bu

Guru BK : Waalaikumsalam wr wb NZ, Gimana kabarnya?

NZ : Alhamdulillah bu baik,tetapi saya memiliki permasalahan

Guru BK : Ada apa NZ? Ada masalah apa?

NZ : Baik bu, jadi saya kesini mempunyai tujuan untuk konseling

Guru Bk : Oh gitu, mengenai apa NZ ?

NZ : Jadi saya memiliki permasalahan emosi negatif

Guru BK : Permasalahan emosi negatif gimana?

NZ : Saya selalu berburuk sangka kepada orang sekitar

Guru BK : berburuk sangka yang gimana?

NZ : misalnya ada yang ngeliatin saya, saya gak terima dan berasa diomongin

Guru BK : Ibu mengerti apa yang kamu rasakan tapi seharusnya kamu tidak boleh seperti itu karena tidak baik juga loh untuk diri kamu dan merugikan orang sekitar

NZ : Lalu apa yang harus saya lakukan bu?

Guru BK : Bagaimana kalau kamu coba bergabung dan bersosialisasi dengan baik bersama teman-temanmu sehingga kamu tidak salah paham dan tidak bermasalah dihati kamu soal menilai orang lain.

NZ : Oh iya sih bu benar juga kata ibu, saya sadar sekarang bu terimakasih ya bu atas dukungan dan motivasinya.

Guru BK : Baguslah kalau begitu, Semangat ya NZ kamu pasti bisa!

NZ : Baik bu, Terimakasih banyak ya bu.

Guru BK : *Alhamdulillah*, iya sama-sama NZ



## DOKUMENTASI

### CATATAN BUKU KASUS

Hari / Tgl	Kegiatan Lapangan / Sasaran	Hasil yg dicapai
Kamis 20-1-2022	Tegr - Bersama OT datang ke sekolah 1 SMK di sekolah - Sinaschati - Wini, Retna Jeni, Made. Yang berakut & mau sekolah Tobak - Dia Permit setiap hari sekolah.	Anda menginis sasi Tobak Jagi akan siswa sekolah -
Jum'at. 21-1-2022	Rapat Dinas	
Sabtu 24-1-2022	Memberi Layanan Bimbingan Klasikal di Kelas XI.A.1. Hj DCM - masalah sekolah Kerus. Perilaku, gemb	Analisis Antusias sasi semangat mendengarkan peng sasi dan Bk.
	1 XI.A.1 > 9.00-9.30- B 13.00-13.30. 2 XI.A.1 > 9.30-10.00. B 13.30-14.00-	And & antusias tentang info PT.
Selasa 25-1-2022	Memberi Layanan Bimbingan Klasikal di Kelas XII.S.1. A. 8.30-9.00 B. 12.30-13.00 tentang Cita & Karier PT.	

## **Wawancara Pra Penelitian Dengan ibu Dra.Asmawati Guru BK**

**SMA Negeri 1 Natar, 4 April 2022**



**Guru BK dan Peserta didik ( AG, KY, NL, DM, NZ)**

**Dokumentasi Pra Penelitian Guru BK dengan peserta didik SMAN 1 Natar, 05 April 2022 Peserta Didik AG di SMA Negeri 1 Natar, 05 April 2022.**



**Peserta Didik KY di SMA Negeri 1 Natar, 05 April 2022**



**Peserta Didik NL di SMA Negeri 1 Natar, 05 April 2022**



**Peserta Didik DM di SMA Negeri 1 Natar, 05 April 2022**





**Peserta Didik NZ di SMA Negeri 1 Natar, 05 April 2022**





## DOKUMENTASI PENELITIAN DI SMA NEGERI 1 NATAR

**Wawancara Penelitian ibu Dra.Asmawati sebagai Guru BK  
SMA Negeri 1 Natar dan Peserta Didik, 15 Februari 2023**



**Peserta Didik AG di SMA Negeri 1 Natar, 15 Februari 2023**



**Peserta Didik KY di SMA Negeri 1 Natar, 15 Februari 2023**



**Peserta Didik NL di SMA Negeri 1 Natar, 15 Februari 2023**



**Peserta Didik DM di SMA Negeri 1 Natar, 15 Februari 2023**



**Peserta Didik NZ di SMA Negeri 1 Natar, 15 Februari 2023**





## Ruang Bimbingan Dan Konseling SMA Negeti 1 Natar



## Ruang Konseling Individu SMA Negeri 1 Natar



## VISI DAN MISI BK di SMA NEGERI 1 NATAR



## Pohon Karier BK di SMA Negeri 1 Natar



## Struktur Organisasi BK dan Pola Penanganan Siswa SMA Negeri 1 Natar





### Jadwal Kegiatan BK di SMA Negeri 1 Natar

[illegible]



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**PUSAT PERPUSTAKAAN**

Jl. Letkol H. Endro Suratmin, Sukarami I, Bandar Lampung 35131  
Telp. (0721) 780887-74531 Fax. 780422 Website: [www.radenintan.ac.id](http://www.radenintan.ac.id)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor: B - 0122/ Un.16 / P1 /KT/V/ 2023

**Assalamu'alaikum Wr.Wb.**

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Dr. Ahmad Zarkasi, M. Sos. I  
NIP : 197308291998031003  
Jabatan : Kepala Pusat Perpustakaan UIN Raden Intan Lampung  
Menerangkan bahwa artikel ilmiah dengan judul

**PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK CLIENT CENTERED  
DALAM MENINGKATKAN SELF ESTEEM PESERTA DIDIK DI SMA NEGERI 1  
NATAR**

Karya

NAMA	NPM	FAK/PRODI
MUTIARA INDAH	1811080386	FTK/BKPI

Bebas plagiasi sesuai dengan tingkat kemiripan sebesar 19%. Dan dinyatakan lulus dengan bukti terlampir.

Demikian Keterangan ini kami buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

**Wassalamu'alaikum Wr.Wb.**

Bandar Lampung, 12 Mei 2023  
Kepala Pusat Perpustakaan



**Dr. Ahmad Zarkasi, M. Sos. I**  
NIP. 197308291998031003

Ket:

1. Surat Keterangan Cek Turnitin ini Legal & Sah, dengan Stempel Asli Pusat Perpustakaan.
2. Surat Keterangan ini Dapat Digunakan Untuk Repository
3. Lampirkan Surat Keterangan Lulus Turnitin & Rincian Hasil Cek Turnitin ini di Bagian Lampiran Skripsi Untuk Salah Satu Syarat Penyebaran di Pusat Perpustakaan

# PENGARUH POLA ASUH ORANG TUA TERHADAP KEDISIPLINAN BERIBADAH ANAK USIA 10-15 TAHUN DI PERUMAHAN ARUM LESTARI PERMAI 5, KECAMATAN SUKARAME, BANDAR LAMPUNG

*by Anisa Eka Safitri*

---

**Submission date:** 06-Mar-2023 02:00PM (UTC+0700)

**Submission ID:** 2030053827

**File name:** 2\_ANISA\_EKA\_SAFITRI\_BAB\_145\_SKRIPSI.docx (208K)

**Word count:** 5220

**Character count:** 31168

# PENGARUH POLA ASUH ORANG TUA TERHADAP KEDISIPLINAN BERIBADAH ANAK USIA 10-15 TAHUN DI PERUMAHAN ARUM LESTARI PERMAI 5, KECAMATAN SUKARAME, BANDAR LAMPUNG

## ORIGINALITY REPORT

17%

SIMILARITY INDEX

17%

INTERNET SOURCES

7%

PUBLICATIONS

6%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1

[repository.radenintan.ac.id](https://repository.radenintan.ac.id)

Internet Source

3%

2

Submitted to Universitas Negeri Jakarta

Student Paper

1%

3

[etheses.uin-malang.ac.id](https://etheses.uin-malang.ac.id)

Internet Source

1%

4

[repo.uinsatu.ac.id](https://repo.uinsatu.ac.id)

Internet Source

1%

5

[edoc.pub](https://edoc.pub)

Internet Source

1%

6

Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur

Student Paper

1%

7

[etheses.iainponorogo.ac.id](https://etheses.iainponorogo.ac.id)

Internet Source

1%

8

[repository.ptiq.ac.id](https://repository.ptiq.ac.id)

Internet Source

1%

9	<a href="http://repository.iainpalopo.ac.id">repository.iainpalopo.ac.id</a> Internet Source	1 %
10	<a href="http://eprints.uny.ac.id">eprints.uny.ac.id</a> Internet Source	<1 %
11	Submitted to UIN Raden Intan Lampung Student Paper	<1 %
12	<a href="http://id.123dok.com">id.123dok.com</a> Internet Source	<1 %
13	Submitted to Universitas Sanata Dharma Student Paper	<1 %
14	<a href="http://annuha.ppj.unp.ac.id">annuha.ppj.unp.ac.id</a> Internet Source	<1 %
15	<a href="http://repository.uin-alauddin.ac.id">repository.uin-alauddin.ac.id</a> Internet Source	<1 %
16	<a href="http://e-journal.metrouniv.ac.id">e-journal.metrouniv.ac.id</a> Internet Source	<1 %
17	<a href="http://lib.unnes.ac.id">lib.unnes.ac.id</a> Internet Source	<1 %
18	<a href="http://wijioktanasari.blogspot.com">wijioktanasari.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
19	<a href="http://arkeologi.web.id">arkeologi.web.id</a> Internet Source	<1 %
20	<a href="http://repository.uinsaizu.ac.id">repository.uinsaizu.ac.id</a> Internet Source	<1 %

21	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	<1 %
22	digilib.iain-jember.ac.id Internet Source	<1 %
23	docplayer.info Internet Source	<1 %
24	ejournal.iainpurwokerto.ac.id Internet Source	<1 %
25	digilib.uin-suka.ac.id Internet Source	<1 %
26	repository.unj.ac.id Internet Source	<1 %
27	Salsabila Firdausia, Ria Novianti, Rita Kurnia. "Hubungan Self Esteem dengan Penyesuaian Diri pada Anak Usia 4-5 Tahun", Aulad : Journal on Early Childhood, 2020 Publication	<1 %
28	e-repository.perpus.iainsalatiga.ac.id Internet Source	<1 %
29	garuda.kemdikbud.go.id Internet Source	<1 %
30	jurnalmahasiswa.unesa.ac.id Internet Source	<1 %
	repository.uinsu.ac.id	

31

Internet Source

&lt;1 %

32

123dok.com

Internet Source

&lt;1 %

33

core.ac.uk

Internet Source

&lt;1 %

34

digilib.iain-palangkaraya.ac.id

Internet Source

&lt;1 %

35

dspace.uii.ac.id

Internet Source

&lt;1 %

36

etheses.iainkediri.ac.id

Internet Source

&lt;1 %

37

jurnal.fdk.uinsgd.ac.id

Internet Source

&lt;1 %

38

repository.iainpurwokerto.ac.id

Internet Source

&lt;1 %

39

Submitted to Calvary Christian College

Student Paper

&lt;1 %

40

digilib.uinsby.ac.id

Internet Source

&lt;1 %

41

ejournal-fip-ung.ac.id

Internet Source

&lt;1 %

42

eprints.poltekkesjogja.ac.id

Internet Source

&lt;1 %

43	<a href="http://eprints.ums.ac.id">eprints.ums.ac.id</a> Internet Source	<1 %
44	<a href="http://poltek-binahusada.e-journal.id">poltek-binahusada.e-journal.id</a> Internet Source	<1 %
45	<a href="http://pt.scribd.com">pt.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
46	<a href="http://repository.ub.ac.id">repository.ub.ac.id</a> Internet Source	<1 %
47	<a href="http://repository.uksw.edu">repository.uksw.edu</a> Internet Source	<1 %
48	<a href="http://rumahsosiologi.com">rumahsosiologi.com</a> Internet Source	<1 %
49	<a href="http://text-id.123dok.com">text-id.123dok.com</a> Internet Source	<1 %
50	<a href="http://www.tentangnama.com">www.tentangnama.com</a> Internet Source	<1 %
51	<a href="http://zeein.net">zeein.net</a> Internet Source	<1 %
52	Angrum Pratiwi. "Pengaruh Tingkat Pemahaman Mahasiswa Terhadap Keputusan Memilih Jurusan Ekonomi dan Perbankan Syariah (Studi Perguruan Tinggi di Wilayah Kalimantan Timur)", Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan dan Kemasyarakatan, 2019 Publication	<1 %



Rifki Pangestu, Saufik Luthfianto, Isradias  
Mirajhusnita, Lolyka Dewi Indrasari.

"Pengaruh Implementasi Keselamatan dan  
Kesehatan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan  
Pada RSUD Ajibarang Banyumas (Studi Kasus  
Pembangunan IGD RSUD Ajibarang  
Banyumas)", JURMATIS (Jurnal Manajemen  
Teknologi dan Teknik Industri), 2021

Publication

Exclude quotes On

Exclude matches < 5 words

Exclude bibliography On