Jurnal Fokus Konseling, Volume 9 Number 1 (2023) pp. 24 - 30
ISSN Print : 2356-2102
ISSN Online : 2356-2099
DOI: https://doi.org/ 10.52657/jfk.v9i1.1910

Konseling *client centered* pada siswa underachiever

Sasya Ayu Dwi Karunia[1], Ipah Saripah[2], Nadia Aulia Nadirah[3]
Universitas Pendidikan Indonesia
sasyaayuu@upi.edu[1] , ipah_bk@upi.edu[2] , nadia.aulia.nadirah@upi.edu[3]

Abstract
Konseling *client-centered* merupakan teori dari Carl Rogers yang memandang hakikat manusia dapat berkembang sesuai dengan kemampuannya. Hal ini pun sesuai dengan karakteristik siswa yang tergolong dalam kategori *underachiever.* Siswa *underachiever* secara intelektual dapat dikategorikan sebagai siswa yang cerdas, namun ia belum dapat menentukan atau menemukan kemampuan yang tepat pada dirinya, sehingga terjadi kesenjangan antara intelektual yang dimilikinya dengan prestasi yang diraihnya. Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana konseling berpusat pada klien dapat membantu perkembangan siswa *underachiever.* Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan. Siswa *underachiever* secara intelektual dapat dikategorikan sebagai siswa yang cerdas, namun ia belum dapat menentukan atau menemukan kemampuan yang tepat pada dirinya, sehingga terjadi kesenjangan antara intelektual yang dimilikinya dengan prestasi yang diraihnya. Simpulan dalam penelitian ini yaitu siswa *underachiever* secara intelektual dapat dikategorikan sebagai siswa yang cerdas, namun ia belum dapat menentukan atau menemukan kemampuan yang tepat pada dirinya, sehingga terjadi kesenjangan antara intelektual yang dimilikinya dengan prestasi yang diraihnya.

Keywords: *underachiever, client-centered, counseling*

Received : 2023-01-05. Published : 2023-01-31.

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License
Website: http://ejournal.umpri.ac.id/index.php/fokus

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa yang sangat rentan begitu pula dengan konsep diri pada masa remaja ini. Seperti yang dinyatakan Hardy dan Heyes (1988: 137) "Konsep diri menjadi masalah yang khusus selama masa remaja. Pada masa ini banyak timbul masalah dalam psikologis, seperti seorang remaja yang memiliki konsep diri yang kurang baik seperti remaja yang tidak menerima keadaan fisiknya hal ini disebabkan oleh alasan pribadi dan alasan lingkungan tempat ia tinggal." Konsep diri pada remaja berbeda dengan konsep diri pada orang dewasa karena konsep diri yang dimiliki oleh remaja dipengaruhi oleh pencarian jati dirinya, ingin mencoba hal yang baru (Ridhonanto, 2010).

Rahman (2010) menyebutkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self-concept* seorang remaja, yaitu; 1) Keadaan fisik dan penilaian orang lain mengenai keadaan fisik individu yang meliputi bentuk tubuh, kecacatan, dan sebagainya, 2) Faktor psikologis, antara lain: intelegensi, tingkat aspirasi, emosi nama dan nama panggilan, 3) Faktor keluarga yang meliputi sikap orang tua, sikap saudara, status anak dalam keluarga dan status sosial ekonomi keluarga, 4) Faktor lingkungan sekolah, meliputi guru, siswa, dan kegiatan ekstrakulikuler, 5) Faktor masyarakat, antara lain: pola kebudayaan dan status sosial.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Moordiningsih (2016) menunjukan bahwa remaja dengan konsep diri yang baik memiliki keluarga dengan komunikasi yang baik, terbuka dan kedekatan hubungan antar semua anggota keluarga, selain itu orang tua senantiasa memberikan dukungan baik secara moril maupun materiil, dalam bentuk perhatian, motivasi dan nasehat. Selain itu ajaran agama islam dan nilai Jawa yang baik juga diajarkan untuk mendukung berkembang konsep diri yang baik pada remaja.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurliana (2015) menemukan adanya perbedaan antara tingkat kematangan konsep diri pada siswa laki-laki dan perempuan. Hal tersebut menunjukkan bahwa perempuan dalam hal ini peserta didik SMA sudah memiliki pemahaman diri tentang cara pandang tentang dirinya serta lingkungan sekitarnya dengan baik, meskipun sering terjadi proses pemahaman tentang jenis kelamin dan gender khususnya bagi perempuan yang seringkali masih terkesan mengkesampingkan peran perempuan dalam berbagai bidang kehidupan. Perkembangan dalam proses belajar yang sudah dilalui peserta didik perempuan yang membuat konsep diri mereka secara umum menjadi lebih baik dari konsep diri yang disebutkan dalam teori yang sudah ada sebelumnya. Terkait berbagai hal tentang konsep diri bahwa Proses pembentukan konsep diri dimulai sejak masih kecil, dan masa kritis tidak lahir dengan konsep diri. Konsep diri terbentuk seiring dengan perkembangan hidup individu. Konsep diri merupakan suatu faktor yang dipelajari oleh seseorang, yang terbentuk dan pengalaman seseorang dalam berhubungan dengan orang lain. Sumber informasi mengenai konsep diri seseorang dapat diperoleh melalui interaksinya dengan orang lain, yaitu orang tua, teman sebaya, dan masyarakat. Konsep diri bukanlah faktor yang dibawa sejak lahir, melainkan faktor yang dipelajari dan terbentuk dari pengalaman individu tersebut dalam berhubungan atau berinteraksi dengan individu yang lain. Bahwa konsep diri tidak ada saat lahir, tetapi berkembang perlahan-lahan sebagai hasil pengalaman unik diri sendiri.

Ranny, dkk (2017) dalam penelitiannya menyatakan bahwa dalam mengembangkan konsep diri pada remaja perlu mendapat bantuan dari berbagai pihak salah satunya yaitu guru BK. Guru BK seharusnya dapat membantu remaja dalam menerima keadaan dirinya sendiri. Selain itu guru BK dapat menajadi acuan remaja dalam melakukan kegiatan di sekolah. Guru BK juga dapat membuat program sesuai dengan kebutuhan remaja di sekolah untuk dapat mengembangkan konsep diri pada dirinya. Selain itu guru BK dapat bekerja sama dengan guru mata pelajaran untuk memperhatikan perkembangan remaja dalam kegiatan belajar disekolah. Disini tidak hanya peran guru BK, orang tua juga memiliki peran yang penting. Untuk itu guru BK seharusnya dapat bekerja sama dengan orang tua dalam membantu mengembangkan konsep diri remaja.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi literatur. Penelitian ini berfokus pada pengembangan konsep diri siswa *underachiever* di Sekolah Menengah Atas melalui konseling *client centered.* Penelitian dengan menggunakan metode studi literatur atau biasa disebut dengan studi kepustakaan merupakan sebuah penelitian yang dilakukan dari hasil pengumpulan dan penelusuran terhadap penelitian-penelitian sebelumnya. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan mengumpulkan artikel serta jurnal-jurnal penelitian sebelumnya yang terkait dengan topik penelitian yang akan dibahas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Underachievement merupakan suatu kesenjangan yang terjadi antara potensi inteligensi dengan pencapaian prestasi akademik anak. Dalam dunia Pendidikan, anak *underachievement* merupakan suatu fenomena kesenjangan yang signifikan antara prestasi dengan potensi intelgensi anak yang puncaknya diukur berdasarkan tes inteligensi terstandarisasi.Kesenjangan yang terjadi merupakan suatu kegagalan dalam proses adaptasi baik dalam proses belajar maupun dengan lingkungan belajarnya (Surtika & Trisnawati, 2017).

Konsep diri siswa *underachiever* adalah ketidakmampuan siswa dalam mengenali dan memperkirakan dirinya. Siswa underachiever adalah siswa yang memiliki potensi tergolong tinggi tetapi prestasi belajarnya tergolong rendah atau dibawah potensi dan konsep diri yang dimilikinya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasik terbukti efektif dalam meningkatkan konsep diri siswa *underachiever*. (Rosidah, 2017).

Pendekatan yang digunakan dalam studi kasus ini adalah Teori Behavioral Carl Rogers dengan Teknik konseling berpusat pada konseli *(client-centered)* karena berdasarkan permasalahan yang dialami oleh konseli, inti permasalahannya datang dari *Self,* dimana konseli tidak percaya diri, belum mandiri dan belum dapat mengaktualisasikan dirinya sebagai makhluk yang fungsional. Hal ini menjadi penyebab utama kesulitan belajar yang dialami oleh konseli. Oleh karena itu, dengan menerapkan pendekatan behavioral teknik *client-centered* dapat membantu konseli mengaktualisasikan dirinya dan mengatasi hambatan atau kesulitan belajarnya.

Konsep dasar Teori

Teori Rogers ini dinamakan sebagai *person-centered theory* karena penekanannya kepada pandangan subjektivitas seseorang, dalam artian bahwa teorinya ini dibangun berdasarkan kepada praktik interaksi terapeutik dengan para pasiennya. Sehingga teori ini menjadi peletak dasar potensi manusia yang menekankan pengembangan pribadi yang ditujukan untuk membantu individu agar memiliki perkembangan pribadi yang sehat (Yusuf, 2016). Dalam konteks kelompok, teori ini disebut sebagai teori diri dan konseling *non-direktif.* Pendekatannya didasari oleh asumsi bahwa manusia cenderung bergerak ke arah keseluruhan dan perwujudan diri, serta bahwa anggota kelompok sebagai individu dan juga kelompok sebagai keseluruhan dapat menemukan arah sendiri dengan bantuan minimum dari konselor kelompok atau "fasilitator" menurut Natawidjaja (dalam Rusmana, 2019).

Rogers mengungkapkan (dalam Yusuf, 2016) bahwa Pendekatan Konseling *Client-centered* memandang hakikat manusia itu positif, yang secara inheren memiliki kemampuan untuk mengaktualisasikan dirinya. Dia meyakini bahwa jika ada kondisi yang terjadi baik, maka individu secara alami akan bergerak kepada aktualisasi diri.

Konsep-konsep kunci dalam teori ini adalah : a) Clientcentered didasari oleh munculnya konsep diri (self-concept), aktualisasi diri (self-actualization) teori kepribadian dan hakekat kecemasan, b) Klien mempunyai potensi untuk menyadari terhadap masalah dan memahami cara untuk mengatasinya serta mempunyai kapasitas untuk mengarahkan dirinya sendiri, c) Kesehatan mental (mental-helath) merupakan kesesuaian (congruensi) dari jati diri yang ideal (ideal-self) dengan jati diri yang nyata (actual-self). Penyesuaian yang salah sebagai akibat dari ketidaksesuaian antara yang diinginkannya dengan kenyataan dirinya (Masdudi, 2015).

Lebih lanjut dijelaskan dalam Yusuf (2016), ada beberapa konsep pokok dalam pendekatan *Client-centered* ini, yaitu:

Self

Self dalam teori kepribadian Rogers dikenal dengan konsep diri, yang diartikan sebagai persepsi diri dalam kaitannya dengan orang lain atau berbagai aspek kehidupan. *Self* ini juga berkaitan dengan keyakinan diri akan kenyataan, keunikan dan kualitas tingkah laku diri sendiri sebagai gambaran mental tentang diri sendiri.

Hubungan antara *self-concept* dan organisme terjadi dalam dua kemungkinan yaitu; kongruen (terjadi kecocokan) dan inkongruen (terjadi ketidak cocokan), contohnya: ketika seseorang menyadari bahwa secara akademik dia adalah orang yang cerdas, namun ternyata nilai-nilai yang diperoleh sebaliknya.

Self dipengaruhi oleh dua fakto yaitu; faktor eksternal: keluarga, kondisi Kesehatan, status sosial, ekonomi, pendidikan, intelektual dan interaksi sosial dan faktor internal: *self-insight, self-acceptance, self-responsibility.*

Organisme

Organisme diartikan sebagai tempat semua pengalaman, dan pengalaman ini merupakan persepdi seorang tentang peristiwa-peristiwa yang terjadi dalam diri sendiri dan juga di dunia luar. Totalitas pengalaman membangun medan fenomenal yang tidak diketahui oleh orang lain.

Teori Rogers menemukan satu cara dalam mengatasi permasalahan orang dalam memisahkan fakta dan fiksi dalam medan fenomenalnya, yaitu mengetes relitas, atau mengecek kebenaan dari informasi lainnnya.

Self Actualization

Manusia dimotivasi oleh kecenderungan utnuk mengaktualisasikan, memelihara dan meningkatkan potensi dirinya. Kebutuhan ini bersifat bawaan sebagai kebutuhan dasar jiwa manusia, yang meliputi kebutuhan fisik dan psikis. Kebutuhan ini merupakan yang utama meskipun pada dasarnya manusia memiliki kebutuhan-kebuthan lain yang disebut *positive regards of others* dan *self-regard.* Kebutuhan ini dipenuhi sejak kecil, seperti kebutuhan fisik, rasa aman, kasih sayang dan lainnya. Motif Aktualisasi diri berfungsi mendiring perkembangan manusia melalui diferensiasi organ-organi fisik.

Perkembangan Kepribadian

Rogers memandang bahwa perkembangan kepribadian seseorang dipengaruhi oleh pola asuh orang tuanya. Karena anak-anak membutuhkan *positive regards* yang dapat diperoleh melalui curahan kasih sayang dari orang tuanya. Ini menunjukan bahwa pemenuhan kepuasan *positive regards* penting, karena apabila kepuasan ini tidak terpenuhi anak-anak cenderung menjadi sensitif. Ketika seorang anak tidak mendapatkan kasih sayang yang cukup, maka ia akan menimbulkan penolakan. Hal ini menunjukan bahwa perkembangan konsep diri seseorang dipengaruhi juga oleh upayanya menginternalisasi sikap-sikap orang lain.

Tujuan

Tujuan pendekatan *Client-centered* ini menurut Masmudi (2015) adalah menciptakan iklim yang kondusif dan menghapus penghambat-penghambat aktualisasi potensi diri, bagi usaha membantu klien untuk menjadi seorang pribadi yang berfungsi penuh. Untuk mencapai tujuan terapeutik tersebut, terapis perlu mengusahakan agar klien dapat memahami hal-hal yang ada di balik topeng yang dikenakannya, yaitu:

1) menciptakan kondisi yang konektif untuk dapat memaksimalkan kesadaran diri (self-awarness) dan pertumbuhan,
2) mereduksi berbagai hambatan terhadap aktualisasi potensi diri
3) membantu klien untuk menemukan dan menggunakan kebebasan memilih dengan kesadaran diri
4) membantu klien agar bebas dan bertanggung jawab atas arah kehidupannya.

Lebih lanjut dijelaskan dalam Yusuf (2015), bahwa konseling berpusat pada klien bertujuan agar konseli dapat mencapai karakteristik pribadi yang memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

a. Terbuka terhadap pengalaman
   Memungkinkan tingkah laku yang lebih efisien, karena mendorong medan persepdi, dan berperilaku atas dasar kemauan (pilihan) bukan keharusan. Keterbukaan ini mengembangkan sikap spontasn dan kreatif.
b. Rasional
   Hasil dari sikap terbuka terhadap pengalaman, yaitu orang yang mampu memlihara organimenya untuk mencapai aktualiasai dirinya.
c. Bertanggung jawab
   Dia percaya bahwa dirinya memiliki otoritas dan bertanggung jawab terhadap perilakunya. Dengan kata lain bertanggung jawab untuk mengontrol kehidupannya.
d. Menghormati diri
   Dia menghargai dirinya sendiri apa adanya.
e. Menjalin hubungan baik
   Memiliki kemampuan berkomunikasi yang baik. Interaksi ini ditandai dengan perhatian yang sama dari dua orang yang berhubungan untuk mengaktualisasikan dirinya masing-masing
f. Kehidupan yang etis
   Kemampuan untuk membedakan tujuan dan cara, serta yang baik dan buruk.

Langkah-langkah Teknik Konseling

Rogers mengemukakan 12 tahap dalam proses konseling (Yusuf, 2016) yaitu:

1) Konseli datang meminta bantuan kepada konselor.
2) Membangun situasi yang membuat konseli dapat mengembangkan *Self* nya.
3) Konselor mendorong konseli untuk mengekspresikan perasaannya secara bebas.
4) Konselor menerima, mengakui dan mengklarifikasi perasaan-perasaan negatifnya.
5) Mengakui perasaan negative dengan ekspresi perasaannya yang positif, itu berarti ia sudah mampu mengembangkan diri nya.
6) Konselor menerima dan mengakui perasaan konseli dengan perimaan, dan membangun kondisi yang memberikan kesempatan konseli untuk memahami dirinya seperti apa adanya.
7) Pemahaman dan penerimaan terhadap diri untuk mencapai tingkat integrasi baru.
8) Pemahahan konseli terhadap dirinya yang memungkinkan ia mengambil tindakan.
9) Konseli dapat mengambil keputusan atau tindakan yang positif.
10) Konseli memahami diri jauh lebih mendalam.
11) Berkembangnya kegiatan positif konseli, berarti hilangnya perasaan negatif.
12) Apabila konseli merasa tidak perlu lagi mendapatkan bantuan konselor, maka proses konseling telah selesai.

Konselor dalam pendekatan ini berperan sebagai pendengar yang komunikatif. Pada dasarnya Rogers menentang konsep umum tentang teknik, namun ada beberapa teknik-teknik komunikasi interaktif menurut Grafton Eliason dan Jo Ellen Smith (Yusuf, 2016) yaitu:

1. Mendengarkan secara aktif. Merujuk kepada pemberian perhatian, secara penuh, dan memberikan respon dengan tepat.

2. Refleksi pikiran dan perasaan. Menyampaikan esensi tentang apa yang dikomunikasikan oleh konseli.
3. Klarifikasi. Mengkarifikasi pikiran dan perasaan klien.
4. *Summarization.* Perwujudan sikap empati konselor kepada konseli dengan memahami dunia subjektif konseli secara akurat.
5. Confrontation. Konselor mengkonfrontasi sikap dan perilaku konseli.
6. Open-ended statements. Konselor menggunakan pernyataan terbuka kepada konseli agar terjadi dialog dan memfasilitasi berkembangnya kempuan berpikir konseli.

Dalam menggunakan pendekatan behavioral teknik *client-centered,* dengan Langkah-langkah sebagai berikut:

1) Konseli datang meminta bantuan kepada konselor.
2) Membangun situasi yang membuat konseli dapat mengembangkan *Self* nya.
3) Konselor mendorong konseli untuk mengekspresikan perasaannya secara bebas.
4) Konselor menerima, mengakui dan mengklarifikasi perasaan-perasaan negatifnya.
5) Mengakui perasaan negative dengan ekspresi perasaannya yang positif, itu berarti ia sudah mampu mengembangkan diri nya.
6) Konselor menerima dan mengakui perasaan konseli dengan perimaan, dan membangun kondisi yang memberikan kesempatan konseli untuk memahami dirinya seperti apa adanya.
7) Pemahaman dan penerimaan terhadap diri untuk mencapai tingkat integrasi baru.
8) Pemahahan konseli terhadap dirinya yang memungkinkan ia mengambil tindakan.
9) Konseli dapat mengambil keputusan atau tindakan yang positif.
10) Konseli memahami diri jauh lebih mendalam.
11) Berkembangnya kegiatan positif konseli, berarti hilangnya perasaan negatif.
12) Apabila konseli merasa tidak perlu lagi mendapatkan bantuan konselor, maka proses konseling telah selesai.

KESIMPULAN

Konseling *client-centered* atau berpusat pada klien ini pada umumnya sangat efektif apabila diterapkan kepada siswa dengan karakteristik yang cerdas. Karena konsep nya yang merujuk kepada pencarian *self* pada konseli, membutuhkan keaktifan dari diri konseli sebagai pusat dari berjalannya kegiatan konseling. Konseling *client-centered* merupakan teori dari Carl Rogers yang memandang hakikat manusia dapat berkembang sesuai dengan kemampuannya. Hal ini pun sesuai dengan karakteristik siswa yang tergolong dalam kategori *underachiever.* Siswa *underachiever* secara intelektual dapat dikategorikan sebagai siswa yang cerdas, namun ia belum dapat menentukan atau menemukan kemampuan yang tepat pada dirinya, sehingga terjadi kesenjangan antara intelektual yang dimilikinya dengan prestasi yang diraihnya.

DAFTAR PUSTAKA

Agustiani, Hendriati. (2006). Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja. Bandung: PT. Refika Aditama.

Anwar. (2014). Peningkatan Hasil Belajar Ilmu Pengetahuan Alam Menggunakan Metode Inquiri . *Media Neliti*.

Auralita, A. Y. (2019). *Perkembangan Fisik & Kognitif di Masa Remaja*. (Skripsi). Universitas Persada Indonesia Y. A. I., Jakarta.

Bobbi dePorter, dkk. 2005. Quantum Teaching. Bandung: Kaifa.

Dimyati, & Mudjiono. (2006). *Belajar dan Pembelajaran.* Jakarta: Rineka Cipta.

Gagne. (1977). *The Condition of Learning.* New York : Holt, Renehart and Winston.

Fitts, William H. 1971. The Self Concept and Self -Actualization. California : Western Psychological Service.

Irawan, R. R., Asrina, A., & Yusriani. (2020). Pembentukan Konsep Diri Remaja (Studi Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua) Kota Makassar Tahun 2020. *Window of Public Health Journal, Vol. 01 No. 02*, 48-58.

Masdudi. (2015). *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah.* Cirebon: Nurjati Press.

Moordiningsih, M. E. (2016). Pembentukan Konsep Diri Remaja Pada Keluarga Jawa Yang Beragama Islam. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* .

Mutmainnah. (2020). Starategi pendidik Anak Usia Dini Era Covid-19 dalam Menumbuhkan Kemampuan Critical Thinking. PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, Vol 4 No 1, Oktober 2020. 4(1), 87–96. https://doi.org/10.31849/paud-lectura.v

Nurliana. (2015). Konsep Diri Remaja (Siswa Kelas X SMA). *Psychology Forum UMM.*

Prayitno., & Amti, E. 2009. Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Rineka Cipta.

Rakhmat, Jalaludin. (2015). Psikologi Komunikasi. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya Offset.

Ranny, & dkk. (2017). Konsep Diri Remaja dan Peranan Konseling. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia* , 40-47.

Ridhonanto, A. (2010). Meraih Sukses Dengan Kecerdasa Emosional. Elex Media Komputindo.

Riswandi. (2013). Psikologi Komunikasi. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Rola, Fasti. 2006. Hubungan Konsep Diri dengan Motivasi Berprestasi pada Remaja. Makalah Ilmiah. Sumatera Utara: Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.

Rosidah, A. (2017). Layanan Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Underachiever. *Jurnal Fokus Konseling , Volume 3, No. 2* , 154-162.

Rusmana, N. (2019). *Bimbingan dan Konseling Kelompok Di Sekolah: Metode, Teknik dan Aplikasi.* Bandung : UPI Press.

Slameto. (2000). *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhinya* . Jakarta: Rineka CIpta.

Surtika, D., & Trisnawati, M. (2017). Dentifikasi Anak Underachievement (Underachiever dan Gifted Underachiever). *Jurnal Pendidikan : EarlyChildhood, 1 No. 2.*

Syamsuddin, A. (2012). *Psikologi Kependidikan: Perangkat Sistem Pengajaran Modul.* Bandung: Remaja Rosdakarya.

Yusuf, S. (2016). *Konseling Individual: Konsep Dasar & Pendekatan.* Bandung: Refika Aditama.