

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Obyek Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMK Kesuma Margoyoso Pati, adapun objek yang menjadi fokus penelitian ini adalah upaya guru BK untuk mengatasi permasalahan *toxic relationship* peserta didik dengan pendekatan *client centered* untuk memberi gambaran dan objek penelitian, berikut deskripsi hal-hal yang relevan terkait hal tersebut.

1. Sejarah SMK Kesuma Margoyoso Pati

SMK Kesuma Margoyoso merupakan salah satu sekolah menengah kejuruan di Kecamatan Margoyoso Kabupaten Pati yang mana SMK Kesuma ini didirikan pada tahun 1999. Berdasarkan pada keputusan Menteri Pendidikan dengan Nomor : 273/C.C7/KEP/MN/1999 tertanggal 17 September 1999 dengan nama SMA Kesuma, kemudian pada tahun 2003 berubah nama menjadi SMK Kesuma Margoyoso. Perkembangan sekolah SMK ini sangat komitemen dengan perubahan dan juga peningkatan mutu. Komitmen peningkatan mutu diaktualisasikan dengan penerapan Sistem Manajemen Mutu Sertifikasi 9001 : 2008.

2. Profil Sekolah

Adapun profil SMK Kesuma Margoyoso, adalah sebagai berikut :

- a. Nama SMK : SMK Kesuma Margoyoso
- b. Akreditasi sekolah : C
- c. Alamat lengkap : Jl. Pati – Tayu Km.20
Desa / Kelurahan : Purworejo
Kecamatan : Margoyoso
Kabupaten / Kota : Pati
Propinsi : Jawa Tengah
Kode Pos : 59154
Telp/Fax : (0295) 4150556
- d. Status Sekolah : Swasta
- e. Website : www.smkkesumamargoyoso.sch.id
- f. Email : smkkesuma@gmail.com
- g. NPSN : 20339058
- h. No Statistik Sekolah : 322031816006
- i. Nama Kepala Sekolah : Titik Lestari, S.Pd.
- j. Nama Yayasan : Yayasan Kesejahteraan Masyarakat Margoyoso

- k. No. SK. Pendirian : 420 / 0004 A
- l. Tanggal. SK. Pendirian : 2003-01-02
- m. No.SK.Operasional : 420 / 0454 A
- n. Luas Bangunan : 23,020 m².

3. **Visi, Misi dan Tujuan SMK Kesuma Margoyoso**

a. **Visi**

Visi dari SMK Kesuma Margoyoso adalah “BERSINERGI”
“Berakhlak mulia, Siap kerja, Nasionalis, Berani, Gigih”

b. **Misi**

Misi dari SMK Kesuma Margoyoso antara lain:

- 1) Meningkatkan muatan keagamaan
- 2) Meningkatkan pelatihan fisik dan mental
- 3) Pembiasaan budaya industri di sekolah
- 4) Meningkatkan keikutsertaan dalam berkompotensi melalui penggalan dan pemberdayaan potensi intern maupun ekstern sekolah guna menghasilkan lulusan yang sesuai dengan dinamika masyarakat.

c. **Tujuan**

Tujuan dari SMK Kesuma Margoyoso antara lain:

- 1) Meluluskan 100% peserta didik setiap tahun.
- 2) Menciptakan tenaga kerja terampil dan mandiri dengan angka keterserapan tamatan 75% setiap tahun.
- 3) Menciptakan sikap dan perilaku peserta didik yang religius didalam maupun diluar sekolah
- 4) Menumbuhkan jiwa wirausaha, berdaya saing global, dan berbudaya Indonesia
- 5) Menyiapkan peserta didik siap kerja, nasionalisme, berani dan gigih.

4. **Letak geografis**

SMK Kesuma Margoyoso terletak sangat strategis sekali, yaitu di terletak di Jalan Raya Pati – Tayu Km.20, Purworejo Kecamatan Margoyoso, Kabupaten Pati. SMK Kesuma memiliki luas bangunan : 23,020 m², SMK Kesuma juga berdampingan dengan gedung kampus IPMAFA Pati

5. **Keadaan Guru, Karyawan, dan Peserta Didik**

a. **Keadaan Guru dan Karyawan**

SMK Kesuma Margoyoso memiliki guru atau PNS yang tetap sebanyak 15 orang, guru yayasan sebanyak 50 orang, dan guru tidak tetap sebanyak 25 orang sedangkan jumlah karyawan terdiri dari 4 Ka. Tata Usaha, 4 Bendahara, 4 staff tata usaha, 3 tukang kebun, dan 3 satpam. Semua elemen yang membantu dalam pembelajaran di SMK Kesuma

Margoyoso dan menyukseskan keberhasilan peserta didik dalam mencari ilmu di sekolah.

b. Keadaan Peserta didik

Peserta didik SMK Kesuma terdiri dari 4 bidang kejuruan yaitu TAV (Teknik Audio Visual), TKJ (Teknik Komputer Jaringan), AKUNTASI, TSM (Teknik Sepeda Motor). Jumlah seluruh peserta didik berjumlah kurang lebih 1500 peserta didik

6. Keadaan Sarana dan Prasarana

Sarana dan Prasarana dalam mendukung pembelajaran sangatlah penting bagi perkembangan sekolah, agar tujuan pendidikan dapat terlaksanakan dengan baik, tentunya akan membutuhkan banyak pihak dan sarana yang mendukung pembelajaran. Ruang kelas SMK Kesuma Margoyoso terdiri dari 62 ruangan, yang terdiri dari ruang teori atau kelas ada 50 ruangan, ruang praktik ada 6 ruangan, ruang lab komputer ada 3 ruangan, ruang perpustakaan ada 1. SMK Kesuma juga menyediakan beberapa fasilitas pendukung seperti hotspot/wifi, pendingin udara dan proyektor disetiap ruang teorinya untuk membantu kegiatan belajar mengajar semisal penayangan materi.

B. Deskripsi Data Penelitian

1. Gambaran *Toxic relationship* peserta didik SMK Kesuma Margoyoso

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *toxic relationship* pada peserta didik SMK Kesuma Margoyoso sangat beragam, namun *toxic relationship* yang terjadi dalam hubungan didominasi oleh tindakan pembatasan aktivitas, pemerasan keuangan, komunikasi yang buruk dan kebohongan. Tindakan pengekangan atau pembatasan aktivitas mendominasi, karena dapat menyebabkan terkikisnya kebebasan dalam bertindak untuk mengeksplor jati diri, memengaruhi tindakan yang akan dilakukan oleh peserta didik. Selain itu, peserta didik butuh arahan dan dorongan rasa kasih sayang agar tidak terlalu melebihi batas dalam melakukan suatu tindakan. Kebanyakan dari hasil penelitian pembatasan didominasi oleh kekangan yang berdasarkan ego.

Adanya kebohongan dalam suatu hubungan dapat menjadi awal munculnya tindakan *toxic* yang lainnya. Tindakan *toxic* seperti kekerasan fisik, kekerasan seksual, pemerasan uang, dan omongan kasar juga merupakan bentuk *toxic*. Tindakan tersebut sangat memengaruhi seseorang dalam bertindak,

seseorang bisa menjadi stress atau bahkan trauma akan hal yang pernah menimpanya sehingga hal itu memengaruhi tindakan kesehariannya. Tidak sedikit peserta didik yang mengalami *toxic* dalam hubungan pacarannya berpengaruh terhadap aktivitas sosial dan kesehariannya.

SM dan AAA merupakan peserta didik yang mengalami permasalahan *toxic relationship*. SM merupakan peserta didik SMK Kesuma Margoyoso kelas XI TKJ 2, SM berumur 17 tahun, dia sudah menjalin hubungan lama dengan pasangannya yaitu 1 tahun, dia menyadari bahwa dia berada di zona *toxic* ketika dia sering sekali menangis, stress, galau dan *overthinking* setelah itu dia mencoba untuk bercerita kepada guru BK-nya yaitu Ibu Putri sehingga ia tambah yakin bahwa dia mempunyai hubungan yang sangat *toxic*. Selanjutnya peserta didik AAA ia merupakan peserta didik SMK Kesuma Margoyoso kelas XI TKJ 1, SM berumur 17 tahun, dia menyadari berada di hubungan zona *toxic* sudah lama namun ia tidak berani bercerita karena diancam oleh pasangannya, namun setelah dipikirkannya dia tidak kuat di zona itu tersebut. sehingga dia mengambil keputusan untuk bercerita dan menyelesaikan permasalahan tersebut kepada guru BK agar dia bisa tenang dan bisa konsentrasi saat belajar.

Jenis-jenis *toxic* yang ada di SMK Kesuma Margoyoso tidak banyak namun bisa dikatakan tindakan tersebut memiliki resiko besar terhadap diri peserta didik. Berlebihan dalam mencintai dapat menjadi dasar dari suatu hubungan yang *toxic*. Mereka terlihat seperti memunyai ruang cinta yang tak terbatas untuk pasangannya namun tidak ruang cinta untuk dirinya sendiri. Mereka bisa mengagungkan pasangannya atau memprioritaskannya, sehingga apa yang diminta selalu dituruti bahkan sampai bisa sampai menurunkan harga dirinya sendiri. Seperti yang diakui oleh SM selaku peserta didik SMK Kesuma Margoyoso, Meskipun pasangannya kasar, egois, posesif, bahkan pernah diselingkuhi, tapi gak bisa dibohongi tapi tetap sayang sama dia, walaupun sering menjengkelkan, tapi dia perhatian dan selalu ada untuk SM⁴⁴.

Menurut Ibu Putri selaku guru BK bahwa mencintai berlebihan dapat membuat orang terlalu terobsesi. Pada kenyataannya terobsesi terhadap pasangan akan lebih berani mengorbankan segalanya meskipun hal tersebut kurang realistis. Hal ini juga diungkapkan oleh Bapak Bayu selaku Waka

⁴⁴ Wawancara dengan SM di ruang BK pada tanggal 11 april 2023

Kesiswaan bahwa mencintai berlebihan itu dapat membuat menderita, bodoh, dan tidak bisa berkonsentrasi. Karena kenyataannya didunia ini tidak ada yang kekal, pasti kita akan berpisah, selain itu disebuah hadits juga dikatakan bahwa mencintai sesuatu yang berlebihan itu sama saja dengan menduakan Allah.

Peserta didik juga mengakui bahwa berlebihan dalam mencintai kekasihnya, seperti yang diungkap oleh SM : “aku memang bodoh kalau sudah jatuh cinta,aku sadar aku sakit, tapi aku sudah terlanjur candu dengan sakit”⁴⁵. Begitulah ungkapan yang secara langsung terlontarkan ketika berbicara mengenai pacaran, walaupun sadar mereka tidak dapat mengungkapkan alasannya, mereka telah terlena oleh kenikmatan jatuh cinta. Istilah “bucin” adalah bahasa gaul yang merupakan singkatan dari budak cinta. Mereka lebih memakai perasaannya dibanding akal fikirannya, sehingga kerap menimbulkan tindakan-tindakan yang melampaui batas. Budak cinta adalah salah satu bentuk dari tindakan yang berlebihan dalam mencintai.

Macam-macam bentuk *toxic relationship* yang terjadi di kalangan peserta didik SMK Kesuma Margoyoso:

a. Pembatasan aktivitas / Pengekangan

Pembatasan aktivitas dapat juga disebut dengan pengekangan, merupakan tindakan yang masuk dalam kategori toxic relationship, kekangan sama halnya dengan membatasi kebebasan seseorang dalam beraktivitas setiap harinya, apalagi dalam kehidupan peserta didik yang jika dibatasi aktivitas bersosialnya, lantas perlu dipertanyakan mengenai bagaimana mereka bisa mengembangkan jati dirinya sebagai peserta didik. Meski begitu mereka tetap menerima, menuruti dan merelakan kebebasan mereka untuk pasangannya.

SM ketika ditanya mengenai apa yang diketahui mengenai toxic relationship, ia beranggapan bahwa toxic adalah tindakan kekerasan seperti kekerasan fisik, KDRT, atau kekerasan seksual, sikap posesif yang berlebihan. Seperti yang diungkap dalam pengakuannya dia merasa terkekang, apapun yang dia lakukan pasti tidak diperbolehkan, tapi kalau pasangannya yang minta dia harus sigap dan cepat melaksanakannya harus selalu dia turuti, harus menghubungi setiap waktu, kalau tidak diberi kabar

⁴⁵ Wawancara dengan AAA di ruang BK pada tanggal 11 april 2023

marah, suka curiga, apa-apa harus dituruti, intinya terlalu posesif. Bentuk pengekanan yang dialami SM adalah pembatasan aktivitas diri maupun bersosial sudah jarang berkumpul dengan teman-temannya ia merasa bahwa semua hidupnya diatur oleh pasangannya.

b. Komunikasi Yang Buruk

Kasus kekerasan emosional dialami oleh AAA yaitu membentak, mengolok-olok atau menjatuhkan harga diri. Dia mengakui bahwa kalau pacaran tidak pernah lama, paling lama setahun. Dia pernah diturunkan harga diri sama pasangannya di katakan kimmcil, lonte, matre, perempuan murahan, bermacam-macam⁴⁶.

Hal ini dibenarkan oleh ibu Putri selaku guru BK di SMK Kesuma beliau mendengar sendiri ada peserta didik yang dibentak dan diolok-olok oleh pasangannya saat dikantin pada jam istirahat⁴⁷.

c. Kebohongan

Kebohongan adalah salah satu bentuk dari *toxic relationship* karena dapat menjadi racun dalam suatu hubungan, berikut pengakuannya dari SM : *“Pernah mbak pacar aku bohong, ke aku bilangny mau tidur, tapi pas tak telfon dia malah berada dalam panggilan lain dan besoknya pas tak tanya bilangny enggak nelfon siapa siapa padahal loo bener bener berada dalam panggilan lain, seperti itu nggak sekali duakali mbak, sering banget. Sampe sampe aku negatif thingking terus a mesti dia bohong”*⁴⁸

Berawal dari kebohongan yang menyebabkan pertengkaran, kemudian berlanjut pada tindakan dan sikap overthinking. Sehingga komunikasi antara SM dan pacarnya tersebut seringkali tidak mampu menemukan titik temu, SM kerap tidak memerdulikan alasan-alasan bahkan kadang tidak mau mendengarkan penjelasan dari pasangannya, sehingga hubungan yang terjadi adalah pengontrolan atau pendominasian terhadap pasangan.

d. Pemerasan Uang

SM juga termasuk korban dari pemerasan uang yang dilakukan oleh pasangannya hal ini diungkapkan bahwa

⁴⁶ Wawancara dengan AAA di ruang BK, pada tanggal 11 April 2023

⁴⁷ Wawancara dengan Ibu Putri, pada tanggal 11 April 2023

⁴⁸ Wawancara dengan SM di ruang BK, pada tanggal 11 April 2023

pasangannya memaksa untuk membiayainya berupa jajan, makan, minum dan kouta hp pasangannya.⁴⁹

Menurut Ibu Putri, SM adalah seorang yang tidak memperlakukan mengenai materi, dia memiliki latar belakang ekonomi yang cukup baik, dia juga sering dimanfaatkan dalam segi materi baik oleh teman maupun pacar. Pengalaman SM dapat dikategorikan sebagai kekerasan dalam segi ekonomi, yakni berupa pemerasan uang yang berbentuk pinjaman, namun tidak dikembalikan, yang dilakukan secara berulang-ulang serta pemorotan dengan rayuan atau tindakan manipulatif sampai membuat ia berkecil hati.

2. Dampak yang timbul akibat *toxic relationship* peserta didik di SMK Kesuma Margoyoso

Tidak semua peserta didik sadar mengenai hubungan *toxic*, terkadang dalam hubungan tidak sehat membuat mereka tertekan bahkan ada yang sampai dikategorikan sebagai *toxic* yang berat yang memengaruhi fisik dan mental peserta didik. Ada beberapa dampak yang timbul dalam hal ini ialah:

a. Dampak Psikologis

Dampak yang ditimbulkan akibat *toxic relationship* peserta didik SMK Kesuma Margoyoso, yakni perasaan galau, stress, cemas, tertekan, takut, pikiran kacau yang menyebabkan sulit fokus atau konsentrasi, merasa lelah, harga diri rendah, dan percobaan untuk bunuh diri. Berikut kutipan hasil wawancara dengan SM:

“Yang namanya hubungan dekat pasti ada aja masalahnya, buat galau tentu iya, dia cemburuan suka salah paham, bikin pusing, capek lama-lama”⁵⁰.

Dampak psikologi ini sebenarnya juga berpengaruh pada cara bersikap di kehidupan sosialnya, seperti *bad mood*, malas, cemas, sering mengurung diri, dan tidak fokus karena memikirkan pasangannya. Sehingga mengganggu bahkan malas melakukan aktivitas, karena hati dan pikiran sedang kacau, perasaan *down* akibat direndahkan harga dirinya. Bahkan ada yang tidak bisa mengontrol emosi sehingga ia kerasukan, dan hampir melakukan tindakan yang fatal yakni bunuh diri yang membuatnya harus istirahat menenangkan diri tidak mengikuti jam pelajaran serta kegiatan lainnya.

⁴⁹ Wawancara dengan SM di ruang BK, pada tanggal 11 April 2023

⁵⁰ Wawancara dengan SM di ruang BK, pada tanggal 11 April 2023

Semua dampak tersebut sebenarnya tergantung dari bagaimana cara diri sendiri dalam mengatasi masalah. Jika permasalahan tersebut tidak terlalu dibuat beban pikiran, maka dampak yang terjadi pada diri sendiri tidak akan sampai menimbulkan rasa sakit hati, stress galau, dan lain sebagainya.

b. Dampak Sosial

Dampak sosial dari *toxic relationship* mempengaruhi kehidupan sosial, karena perilaku posesif yang terjadi dalam hubungannya. Batasan pergaulan, ruang lingkup yang dapat menghambat potensi dan kesempatan untuk berkembang di dalam lingkungan yang lebih luas.

Toxic relationship seperti pengontrolan ini memang memiliki dampak yang kurang baik karena bisa menurunkan keproduktifitasan dan tidak leluasa dalam bersosial, dalam hal ini terdapat peserta didik yang merasakan demikian. Mereka menyadarinya, namun karena perasaan cinta yang begitu dalam sehingga tetap saja mereka tidak bisa meninggalkannya. Inilah dampak sosial yang dialami para korban akibat hubungan pacaran yang *toxic* yang membuat mereka enggan meninggalkan pacarnya. Sebagaimana kutipan dari SM berikut:

“Kalo dibandingkan dengan pas lagi sendiri ya lebih produktif sendiri, dulu aku itu apa-apa terjadwal, sekarang jadi tidak terjadwal, aku sadar dia memang penghalang masa depan, relasi jadi kurang, sosialisasi kurang”⁵¹

Dampak sosial yang timbul di SMK Kesuma Margoyoso membuat peserta didik kurang bisa mengeksplor diri. Cinta dan obsesi telah membuat mereka tidak bisa lepas dari hubungan, walau sadar bahwa hubungan tersebut adalah hubungan yang tidak sehat.

3. Upaya guru BK untuk mengatasi dampak negatif *toxic relationship* peserta didik dengan pendekatan *client centered* di SMK Kesuma Margoyoso

Menurut Ibu Putri Ernawati, S.Pd. selaku guru BK yang ada di SMK Kesuma tersebut mengatakan bahwa: peserta didik SMK Kesuma langsung datang sendiri ke BK ketika adanya permasalahan yang belum terselesaikan tanpa adanya paksaan dari guru BK ataupun guru lain. Guru BK di sana juga

⁵¹ Wawancara dengan SM di ruang BK, pada tanggal 11 April 2023

memfasilitasi peserta didik dengan kebebasan berargumen, kebebasan bercerita tanpa membeda-bedakan.

Dalam hal ini peneliti menemukan bahwa guru BK di SMK Kesuma Margoyoso sudah sangat memahami secara mendalam terhadap teori *client centered* hal ini terlihat dengan pernyataan dari Ibu Putri yaitu: kebanyakan disini konseling memakai konseling individu dan bimbingan kelompok, tergantung dengan permasalahan yang dialami oleh peserta didik. Konseling individu seringkali memakai pendekatan *client centered* karena bisa membantu peserta didik memikirkan bagaimana langkah yang diambil dan sering sekali peserta didik meminta pendapat lalu dilakukan sambil dibimbing pelan pelan.

Guru BK di SMK Kesuma juga sudah berperan sebagaimana adanya sesuai teori *client centered* yakni tanpa dibuat-buat, responsif dan tanggap dengan sikap tidak menolak ketika peserta didik datang meminta bantuan, berusaha membantu peserta didik secepat mungkin dengan mencari tempat alternatif untuk memberikan konseling kepada peserta didik. Selain itu, guru BK juga sudah menciptakan hubungan yang baik sesuai dengan teori *client centered* yang berkedudukan sebagai pencipta kondisi atau hubungan yang memungkinkan peserta didik untuk berinteraksi dengan baik didalam proses konseling.

4. Faktor penghambat dan faktor pendukung dalam upaya guru BK dengan pendekatan *client centered* untuk mengatasi *toxic relationship* di SMK Kesuma

Ibu Putri mengatakan faktor penghambat pendekatan *client centered* terhadap permasalahan *toxic relationship* peserta didik bahwa: peserta didik yang tidak jujur bercerita, tempat konseling yang tidak kedap suara yang mengakibatkan peserta didik enggan untuk terbuka dalam bercerita. Sedangkan untuk faktor pendukung pendekatan *client centered* untuk mengatasi *toxic relationship* peserta didik ialah berhubungan dengan kerjasama dengan pihak terkait seperti guru bidang studi, wali kelas, kepala sekolah, waka kesiswaan bahkan orang tua juga sudah tercipta kerja samanya.

Kerja sama yang sangat baik tentu akan memperlancar dalam melaksanakan tugasnya sebagai guru BK, perlu juga melengkapi dirinya dengan berbagai kemampuan yang terwujud dalam berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukungnya, kemampuan pengelolaan, kemampuan bekerja sama dalam suatu kemampuan tim (melalui proses kerja sama team building, melaksanakan kerja sama atau team working dan bertanggung

jawab bersama atau *responsibility*. Selain kerja sama yang baik dari pihak dari guru bidang studi, wali kelas, kepala sekolah, waka kesiswaan, orang tua. Peserta didik juga ada upaya untuk merubah dan ada keinginan untuk menyelesaikan permasalahan *toxic relationship* peserta didik.

C. Analisis Data Penelitian

1. Bentuk-bentuk *toxic relationship* peserta didik di SMK Kesuma Margoyoso.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Toxic relationship* pada peserta didik SMK Kesuma Margoyoso sangat beragam, namun *toxic relationship* yang terjadi dalam hubungan didominasi oleh tindakan pembatasan aktivitas, pemerasan keuangan, komunikasi yang buruk dan kebohongan. Adanya *toxic* di SMK Kesuma sesuai dengan teori bentuk-bentuk *toxic relationship* baik dari fisik, emosi dan ekonomi peserta didik hal ini juga berpengaruh terhadap konsentrasi peserta didik saat berada di dalam kelas mengikuti pembelajaran karena peserta didik tersebut merasa tertekan atau pembatasan aktivitas, pemerasan keuangan, merasakan sakit hari karena perkataan yang tidak mengenakan. Adanya konseling individu dengan pendekatan *client centered* yang dilakukan oleh guru BK sangat membantu peserta didik untuk menyelesaikan permasalahan *toxic* yang dialaminya. Hal ini sesuai dengan teori pada tujuan *client centered* untuk membina dan kepribadian peserta didik secara integral, mempunyai kemampuan memecahkan masalah sendiri, memahami dirinya sendiri.⁵² Kepribadian integral memiliki arti kepribadian yang tidak terpecah, artinya sesuai antara gambaran diri atau *ideal self*-nya dengan kenyataan diri atau *actual self*-nya yang mempunyai arti tentang mampu menentukan pilihan sendiri dengan rasa tanggung jawab dan kemampuannya, tidak bergantung dengan orang lain. Sebelum itu peserta didik harus memahami dirinya (kekuatan dan kelemahan pada dirinya), dan juga bagaimana keadaan diri untuk menerima segala halnya.⁵³

⁵²Mohamad Surya. "Teori-Teori Konseling". Bandung: CV Pustaka Bani Quraisy, 2003. hal.52.

⁵³ Richard Nelson, "Teori Dan Praktik Konseling Dan Terapi," *Teori Dan Praktik Konseling Dan Terapi* Edisi Empa (2011): 80.

2. Upaya guru BK untuk mengatasi dampak negatif *toxic relationship* peserta didik dengan pendekatan *client centered* di SMK Kesuma

Upaya yang dilakukan oleh guru BK adalah membantu menyelesaikan permasalahan peserta didik dengan memberikan layanan konseling individu dengan pendekatan *client centered* sering dilakukan di SMK Kesuma dengan penjelasan dari Ibu Putri bahwa pendekatan tersebut mampu membantu peserta didik memikirkan bagaimana atau apa langkah yang mereka ambil, mereka berperan penuh dalam pengambilan keputusan tanpa adanya bisikan atau saran dari orang lain. Selain itu, pendekatan ini juga mampu membantu peserta didik agar lebih memiliki pendirian diri sendiri atau biasanya disebut dengan membebaskan peserta didik dengan apa yang mereka rasakan. Hal ini sesuai dengan pendapat Rogers tujuan *client centered* yaitu untuk membina kepribadian peserta didik secara integral, berdiri sendiri, dan mempunyai kemampuan untuk memecahkan permasalahan yang mereka alami.⁵⁴

Tahapan layanan konseling yang dilakukan guru BK ialah Teknik *client centered* ini merupakan suatu cara yang penekanan masalah adalah dalam hal mengurangi gangguan kecemasan informan akibat *toxic relationship* dan mengutamakan hubungan konseling ketimbang perkataan dan perbuatan peneliti. Penerapan konseling dengan teknik *client centered* didasari oleh paham filsafat dan sikap peneliti tersebut. Karena itu teknik *client centered* berkisar antara lain pada caracara penerimaan pernyataan dan komunikasi, menghargai orang lain dan memahaminya (informan). Berikut teknik yang digunakan peneliti dalam penerapan teknik *client centered*:

- 1) Penerimaan (Acceptance) Sebagai peneliti harus menerima apa adanya informan pada saat awal pertemuan hingga akhir pertemuan. Dimana peneliti harus menerima apa adanya informan dalam berbagai masalah yang dihadapi oleh informan. Peneliti hendaknya senantiasa melihat, mendengarkan dan memahami apa yang dikemukakan informan, sehingga informan akan merasa dihargai dan diperhatikan yang diharapkan akan muncul rasa percaya informan dan informan akan lebih tertarik dalam pembicaraan

⁵⁴Danni Rosada, "Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling MODEL PENDEKATAN KONSELING *CLIENT CENTERED* DAN PENERAPANNYA DALAM PRAKTIK."

sebagai bentuk penerimaan informan peneliti menyapa dengan mengucapkan salam dan menanyakan kabar untuk memupuk keakraban sebelum konseling dilakukan.

- 2) Hormat (Respect) Sebagai peneliti perlu menghormati yang menjadi privasi informan dan menghormati masalah yang dihadapi informan agar tidak menyinggung perasaannya. Sebagai kelanjutan dari penerimaan masalah yang dialami informan, peneliti hendaklah menghormati privasi informan dengan tidak menanyakan sesuatu yang dapat menyinggung perasaan informan. Selain itu, peneliti juga hendaklah menghormati waktu informan pada saat proses konseling. Peneliti tidak boleh memaksakan informan menjalani proses konseling ketika informan memiliki banyak pekerjaan, dan sebaiknya menetapkan waktu yang sesuai untuk proses konseling. Peneliti juga perlu 85 menerima informan apa adanya, tidak menyalahkan, menerima pendapat dan pandangan informan tanpa menilai atau mencela. Peneliti diharapkan lebih terbuka dalam berkomunikasi sehingga memberi kenyamanan pada informan. Konseling dengan teknik client centered dilaksanakan tiga kali pertemuan, dimana di setiap pertemuan peneliti memberikan waktu sesuai kesepakatan. Apabila dalam waktu yang sudah ditentukan belum mampu menyelesaikan masalah, maka peneliti akan mengatur jadwal kembali untuk proses konseling selanjutnya. Dalam konseling ini tentunya menggunakan asas kerahasiaan, jadi saat informan bercerita tidak perlu khawatir karena apapun yang dibicarakan, kerahasiaannya bisa dijamin, selanjutnya ada asas kesukarelaan, yang artinya informan melaksanakan konseling atas kemauan sendiri tanpa ada paksaan dari pihak manapun.
- 3) Mengerti, Memahami (Understanding) Sebagai peneliti hendaknya mengerti dan memahami permasalahan informan dan menganggap bahwa apa yang dikatakan oleh informan adalah benar. Peneliti perlu menerapkan sikap empati yang tinggi agar informan merasa nyaman merasa difahami dan diperhatikan. Peneliti hendaknya menjadi pendengar yang setia kepada informan dan memberi respon yang membuat informan merasa difahami. Hal ini penting dilakukan, karena apabila peneliti menunjukkan minat dan memahami informan, informan akan lebih terbuka untuk menceritakan permasalahannya. Dalam menceritakan semua permasalahannya, informan harus atas kemauannya sendiri

dan bisa terbuka ke peneliti agar proses konseling berjalan dengan lancar dan penyelesaian masalah menjadi semakin mudah. Dari hasil dialog diketahui permasalahan mendasar yang dialami informan yaitu adanya hubungan 86 yang tidak sehat atau toxic relationship. Hubungan yang telah terjalin dengan teman laki-lakinya berjalan tidak sesuai harapan. Teman laki-lakinya belum bisa sepenuhnya bertanggung jawab dan belum bisa diajak berkomitmen menuju ke jenjang pernikahan. Berbagai alasan yang berkembang, seperti teman laki-lakinya merupakan anak pertama sehingga harus membantu perekonomian keluarga, kemudian juga karena teman laki-lakinya merasa masih sering ingat dengan mantan kekasih sebelumnya. Akibatnya hubungan informan dengan teman dekatnya putus nyambung, sehingga menjadikan informan mengalami kecemasan dan stress yang berat dalam hidupnya. Dari permasalahan yang dihadapi, tentunya peneliti berupa memahami dan mengerti, sehingga sedikit banyak dapat memberikan saran kepada informan.

- 4) Menentramkan hati dan meyakinkan (Reassurance) Sebagai peneliti hendaknya memberikan dukungan terhadap pernyataan positif informan agar lebih yakin dan percaya diri. Peneliti diharapkan juga memberikan dukungan yang bisa meyakinkan informan untuk tetap semangat dan tidak menyerah dalam menyelesaikan masalahnya. Dukungan yang diberikan peneliti berupa keyakinan agar informan tidak menyerah dan tidak putus asa sebelum mencoba. Barang siapa tidak mau mencoba maka tidak tahu hasilnya akan berhasil atau tidak. Maka dengan keyakinan tersebut, informan akan lebih percaya diri, bersemangat dan berusaha lebih keras keluar dari permasalahannya.

Peserta didik menjelaskan bahwa guru BK di SMK Kesuma sangat enak kalau diajak bercerita apalagi kalau dimintai saran langsung dikasih penjelasan dengan sejelas-jelasnya, sering sekali guru BK SMK Kesuma memberi kebebasan kepada peserta didik mengungkapkan apa yang mereka inginkan tanpa monoton menyuruh melakukan saran yang diberikan. Selain itu peserta didik juga menyatakan bahwa peserta didik SMK Kesuma jika ingin melakukan konseling langsung menemui guru BK dengan sigap guru BK mendengarkan dengan baik dan memperhatikan saat peserta didik bercerita.

Hal ini sesuai dengan teori dari beberapa teknik *client centered* yaitu *Advice*, *Attending*, *Prompting*. *Advice* mempunyai

arti guru BK membantu peserta didik dengan memberi nasehat, mengembangkan potensi, dan membantu agar peserta didik mampu mengatasi permasalahannya sendiri. *Attending* mempunyai arti guru BK melayani peserta didik secara pribadi untuk menempatkan diri sedemikian rupa sehingga dapat memberikan perhatian secara penuh terhadap peserta didik. *Prompting* mempunyai arti guru BK memberikan saran yang terbaik kepada peserta didik, baik saran yang diberikan itu dilakukan atau tidak.⁵⁵

Evaluasi/Follow UP Setelah peneliti memberi terapi kepada informan, langkah selanjutnya adalah melakukan evaluasi atau follow up. Yang dimaksudkan disini yaitu untuk mengetahui sejauhmana langkah konseling yang telah dilakukan mencapai hasilnya. Dalam langkah follow up atau tindak lanjut, dilihat perkembangannya selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih jauh. Setelah diadakan teknik terapi *client centered* kepada informan, peneliti melihat adanya perubahan ke arah yang lebih baik dari informan. Informan sudah berani mengambil keputusan dengan mengakhiri hubungan yang dirasa tidak sehat ini (*toxic relationship*). Informan merasa lebih lega, walaupun masih merasa kecewa tetapi setidaknya tidak ada beban lagi karena menjalani hubungan yang merasa digantung atau tidak ada kepastian. Karena memang teman lakilakinya memang tidak benar-benar mencintai informan, maka lebih baik hubungan diakhiri meskipun bukan akhir yang diharapkan. Peneliti melihat informan sudah lebih agak tenang dan rasa cemasnya berkurang. Namun informan masih belum bisa sepenuhnya menerima jika teman laki-lakinya balikan lagi sama mantan kekasihnya. Setelah mengakhiri hubungannya, informan tidak lagi bermimpi buruk dimana dahulu ketika bermimpi buruk sampai kebangun dan menangis dan muncul keringat dingin dan juga badannya bergetar. Informan sekarang juga mulai bersemangat untuk mencari kerja lagi, dikarenakan kemarin sempat keluar dari kerjaan karena tekanan kerja yang berat juga tekanan dari hubungannya. Pikiran informan juga lebih terbuka, dimana saat sekarang ini informan mulai melakukan hobinya lagi yaitu lari. Jadi ketika informan lagi sedih, maka informan lampiaskan dengan lari, pergi bersama teman-teman. Kalau malam juga sering kebangun untuk sholat malam, informan berdoa kepada

⁵⁵Namora lumongga lubis, *Memahami Dasar Dasar Konseling Dalam Teori. Dan Praktik.* (Jakarta:Kencana), 2011.

Allah SWT, dan informan serahkan semua masalahnya kepada Allah agar diberikan jalan yang terbaik untuk kedepannya bagi informan.

Berdasarkan data atas bahwa analisis proses bimbingan konseling Islam dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan langkah-langkah konseling yang meliputi tahap identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment/terapi dan evaluasi/follow up. Dalam paparan teori pada tahap identifikasi masalah yakni langkah yang digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada informan. Melihat gejala-gejala yang ada di lapangan maka peneliti dapat menetapkan masalah yang dihadapi informan yaitu gangguan kecemasan akibat toxic relationship.

Pemberian treatment disini bertujuan untuk membantu informan mengenali dan memahami dirinya, serta memberikan kepercayaan kepada informan untuk mengikuti terapi dan menemukan arahnya sendiri atau dapat memecahkan masalahnya sendiri. Maka berdasarkan perbandingan data teori dan data lapangan pada saat proses bimbingan dan konseling ini, diperoleh kesesuaian dan persamaan yang mengarah pada bimbingan dan konseling Islam. Terapi *client centered* pada remaja yang mengalami gangguan kecemasan akibat *toxic relationship* yang sangat ditekankan adalah kualitas hubungan peneliti dan informan serta sikap peran peneliti yang akurat untuk terciptanya perubahan dalam diri informan. Sebab peranan peneliti terpusat pada pribadi mengakar pada cara mereka berada dan sikap, bukan pada teknik yang didesain untuk membuat informan mau “berbuat sesuatu”, juga bukan pada pengetahuan, teori yang menjadi fasilitator terhadap perubahan pribadi pada diri informan.

Client centered pada informan ini mengandalkan kualitas, kepercayaan, dan sikap pribadi peneliti yang diarahkan pada hubungan dengan informan, sehingga tidak mengandalkan prosedur dan teknik yang rumit. Sebagaimana Rogers dalam teorinya menjelaskan teknik terapeutiknya dalam *client centered* adalah; mendengarkan, menerima, menghormati, memahami, dan berbagi. Teknik *client centered* sering juga disebut dengan *nondirective* (tidak mengarahkan). Dalam teknik ini terdapat pandangan bahwa informan sebagai manusia yang memiliki kemampuan berkembang sendiri dan sebagai pencari kemandirian diri sendiri (*self consistency*).

Adapun peran peneliti dalam proses pelaksanaan konseling Islam dengan teknik *client centered* ini diantaranya adalah peneliti harus sabar mendengarkan dengan penuh perhatian segala ungkapan batin informan yang diutarakan peneliti. Peneliti tidak memimpin, mengatur atau menentukan proses perkembangan konseling, tetapi hal tersebut dilakukan oleh informan itu sendiri. Peneliti merefleksikan perasaan perasaan informan, sedangkan arah pembicaraan ditentukan oleh informan. Peneliti menerima informan dengan sepenuhnya dalam keadaan seperti apapun. Peneliti memberi kebebasan pada informan untuk mengekspresikan perasaan-perasaan sedalam-dalamnya dan seluas-luasnya terkait gangguan kecemasan yang dialami informan akibat dari hubungan yang *toxic* yang dijalaninya selama ini.

Dengan demikian, peneliti seolah-olah pasif, tetapi sesungguhnya bersikap aktif dalam menganalisis segala apa yang dirasakan oleh informan sebagai beban batinnya yang dialaminya selama ini. *Toxic relationship* yang marak terjadi pada hubungan dengan lawan jenis ditandai dengan adanya keegoisan, kecemburuan yang berlebihan, sulit menjadi diri sendiri, dikendalikan oleh pasangan, terisolasi dari dunia luar dan masih banyak perilaku dan sikap negatif yang terjadi pada hubungan dari lawan jenis yang *toxic*. Dari situ dapat dilihat bahwa *toxic relationship* ini merupakan hubungan yang tidak menyenangkan bagi diri sendiri atau orang lain dan akan menjadi beban bagi orang tersebut seiring berjalannya waktu.

3. **Faktor penghambat dan faktor pendukung dalam upaya guru BK untuk mengatasi *toxic relationship* peserta didik dengan pendekatan *client centered* di SMK Kesuma Margoyoso**

a. Faktor pendukung dalam pendekatan *client centered* ialah :

Hubungan kerjasama dengan pihak terkait seperti guru bidang studi, wali kelas, kepala sekolah, waka kesiswaan bahkan wali murid peserta didik. Hal ini sejalan dengan pernyataan dari Bapak Bayu selaku Waka Kesiswaan beliau menyatakan bahwa: Kinerja yang dilakukan guru BK di sekolah ini sudah cukup memuaskan serta berjalan sesuai dengan aturan, namun perlu perkembangan atau perubahan sesuai dengan situasi. Adapun bentuk peran yang telah di berikan guru BK dengan peserta didik adalah dengan melakukan pendekatan-pendekatan tertentu kepada siswa yang bermasalah kemudian membimbing mereka sesuai

dengan masalahnya selain itu juga Guru BK di SMK Kesuma mampu menguasai atau memahami kondisi, kebutuhan, dan masalah peserta didik. Guru BK juga merancang program, melaksanakan program, menilai proses dan hasil kegiatan bimbingan dan konseling. Untuk layanan sudah berjalan efektif, karena di sini kita ada jadwal jam khusus untuk guru BK bisa masuk kelas, selain itu sering sekali beliau membantu pelaksanaan program *home visit* peserta didik yang bermasalah.

Dalam hal ini sesuai dengan pendapat Gerald Corey dalam faktor pendukung pendekatan *client centered* yaitu : Konselor berperan untuk mengarah dan menunjukkan sikap penerimaan dan pemahaman, pendekatan ini mengajarkan konseli untuk diberi kebebasan dalam merubah dirinya sendiri. guru BK berperan penting dalam mengarahkan peserta didik agar sadar dan memberi pandangan tentang kebebasan dalam merubah dirinya.⁵⁶

b. Faktor penghambat dalam pendekatan client centered

Ibu Putri mengatakan bahwa faktor penghambat pendekatan *client centered* terhadap permasalahan *toxic relationship* peserta didik bahwa peserta didik yang tidak jujur bercerita, tempat konseling yang tidak kedap suara yang mengkiatkan peserta didik enggan untuk terbuka dalam bercerita. Hal ini juga di benarkan oleh peserta didik bahwa ruang konseling tidak kedap suara takut kalau orang lain atau guru yang lain dengar. Namun untuk mengatasi hal tersebut Ibu Putri sering sekali mengajak peserta didik yang ingin bercerita mencari ruangan yang kosong baik itu UKS ataupun lab yang kosong.

Faktor penghambat ini sepadan dengan adanya teori tentang pendukung pendekatan *client centered* yaitu guru BK berperan penuh untuk mengarahkan dan menunjukkan sikap penuh pemahaman serta penerimaan peserta didik tentang permasalahan yang sedang dihadapinya.⁵⁷ Atau disebut dengan *Factual diction* yang berarti Guru BK harus meyakinkan peserta didik dengan fakta yang ada, dan memberikan dukungan secara faktual bahwa permasalahan

⁵⁶Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi.*(Bandung: Refika Aditama, 2009). Hal 118.

⁵⁷Gerald Corey."Teori dan Praktek Konseling Psikoterapi" (Bandung: Aditama, 2009), hal 14.

yang dialami bisa terselesaikan dengan baik dan meyakinkan bahwa permasalahan tersebut tidak hanya dialami olehnya saja melainkan banyak orang lain merasakan hal yang serupa.⁵⁸



⁵⁸ Namora lumongga lubis, *Memahami Dasar Dasar Konseling Dalam Teor. Dan Prakt.*