

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Konsep Konseling

a. Pengertian Konseling

Konseling merupakan bagian integral dari bimbingan. Kata konseling diadopsi dari bahasa Inggris "*counseling*" di dalam kamus artinya dikaitkan dengan kata "*caounsel*", yang berarti "nasihat, anjuran, dan pembicaraan".¹

Senada dengan pengertian konseling di atas, Prayitno dan Erman Amti menjelaskan bahwa konseling merupakan "proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien".²

Konseling merupakan salah satu bentuk hubungan yang bersifat membantu. Maksud bantuan di sini adalah sebagai upaya untuk membantu orang lain agar ia mampu tumbuh ke arah yang dipilihnya dan mampu memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya. Istilah konseling juga telah digunakan dengan luas sebagai kegiatan yang dipikirkan untuk membantu orang menyelesaikan masalahnya. Kata konseling mencakup bekerja dengan orang banyak dan hubungan yang terbentuk mungkin saja bersifat pengembangan diri, dukungan terhadap krisis, bimbingan atau pemecahan masalah.

ASCA (*American School Counselor Association*) mengemukakan bahwa konseling adalah hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor

¹ Tohirin, *Bimbingan Konseling di Sekolah dan Madrasah berbasis Integrasi*, Jakarta, PT RajaGrafindo Persada 2008, hlm. 20-21.

² Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, RinekaCipta, Jakarta, 1999, hlm. 105.

kepada klien, konselor mempergunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk membantu kliennya mengatasi masalah-masalahnya.³

Sebagaimana pendapat Robinson dalam M. Surya dan Rochman Natawijaya yang dikutip oleh Abu Bakar M. Luddin mengartikan konseling sebagai semua bentuk hubungan antara dua orang, di mana seorang yaitu klien dibantu untuk lebih mampu menyesuaikan diri secara efektif terhadap dirinya sendiri dan lingkungannya. hubungan konseling menggunakan wawancara untuk memperoleh dan memberikan berbagai informasi melatih atau mengajar, meningkatkan kematangan, memberikan bantuan melalui pengambilan keputusan.⁴

Berdasarkan dari beberapa pendapat di atas, dapat dikemukakan bahwa konseling adalah usaha yang dilakukan seorang konselor dalam memberikan bantuan kepada klien agar yang dibimbing (klien) mencapai kemandirian dengan menggunakan berbagai bahan, interaksi, pemberian nasihat serta gagasan dalam suasana asuhan berdasarkan norma yang berlaku.

b. Tujuan Konseling

McLeod sebagaimana dikutip oleh Gantina Komalasari menyebutkan bahwa beberapa tujuan konseling yaitu:⁵

- 1) Pemahaman yaitu adanya pemahaman terhadap akar dan perkembangan emosional, mengarah kepada peningkatan kapasitas untuk lebih memilih kontrol rasional.
- 2) Berhubungan dengan orang lain yakni lebih mampu membentuk dan mempertahankan hubungan yang bermakna dan memuaskan orang lain.

³ Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan konseling*, PT Remaja Rosdakarya, 2011, hlm. 8

⁴ Abu Bakar M. Luddin, *Dasar-dasar Konseling Tinjauan Teori dan Praktik*, Citapustaka Media Perintis, Bandung, 2010, Hlm. 17

⁵ Gantina Komalasari, dkk., *Teori dan Teknik Konseling*, Indeks, Jakarta, 2011, hlm 18-19

- 3) Kesadaran diri yaitu lebih peka terhadap pemikiran dan perasaan yang selama ini ditahan atau ditolak.
- 4) Aktualisasi diri yakni pergerakan ke arah pemenuhan potensi atau penerimaan integrasi bagian diri.
- 5) Pemecahan masalah yaitu menemukan pemecahan problem tertentu yang tidak bisa dipecahkan oleh konseli sendiri.
- 6) Memiliki keterampilan sosial yakni mempelajari dan menguasai keterampilan interpersonal seperti mempertahankan kontak mata, tidak menyela pembicaraan.
- 7) Perubahan tingkah laku yakni memodifikasi atau mengganti pola tingkah laku yang maladaptif atau merusak kearah yang lebih adaptif.

Dari beberapa tujuan konseling yang disebutkan di atas, penetapan tujuan konseling tidak mencakup seluruh tujuan konseling. Tujuan konseling ditetapkan berdasarkan atas permasalahan yang dihadapi oleh konseli serta pendekatan yang digunakan.⁶

c. Fungsi Bimbingan dan Konseling

Pelayanan bimbingan dan konseling mengemban sejumlah fungsi yang hendak dipenuhi melalui kegiatan bimbingan dan konseling. Secara umum, fungsi dari bimbingan dan konseling di sekolah adalah memperhatikan dan memenuhi kebutuhan anak-anak sebagai individu, mendekatkan hubungan sekolah dengan masyarakat, dan membimbing individu ke arah jabatan atau pekerjaan yang sesuai.⁷

Secara rinci, fungsi-fungsi tersebut adalah fungsi pemahaman, fungsi pencegahan, fungsi pengentasan, fungsi pemeliharaan, fungsi pengembangan dan fungsi advokasi.⁸ Berikut akan peneliti jelaskan masing-masing fungsi dari bimbingan dan konseling tersebut:

⁶ *Ibid*, hlm. 20

⁷ M. Ngalim Purwanto, *Administrasi dan Supervisi Pendidikan*, Remaja Rosdakarya, Bandung, 2008, hlm. 175-178

⁸ Hallen A., *Bimbingan dan Konseling*, Quatum Teaching, Jakarta, 2005. Hlm . 55-56.

1) Fungsi Pemahaman

Fungsi pemahaman adalah “fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan pemahaman tentang sesuatu oleh pihak-pihak tertentu dengan pengembangan individu”.⁹ Pemahaman tentang diri klien beserta permasalahannya terdiri dari:

a) Pemahaman tentang klien (diri peserta didik sendiri)

Pemahaman tentang klien merupakan titik tolak upaya pemberian bantuan terhadap klien. Sebelum seorang konselor dapat memberikan layanan tertentu kepada klien, maka mereka perlu terlebih dahulu memahami individu yang akan dibantu itu. Pemahaman tersebut tidak hanya sekadar mengenal diri klien, melainkan lebih jauh lagi, yaitu pemahaman yang menyangkut latar belakang pribadi klien, kekuatan dan kelemahannya, serta kondisi lingkungan.¹⁰

b) Pemahaman tentang masalah klien.

Pemahaman masalah individu (klien) sendiri merupakan modal dasar bagi pemecahan masalah/kasus. Sejak awal prosesnya, pelayanan bimbingan dan konseling diharapkan mampu mengantarkan klien memahami masalah yang dihadapinya. Apabila pemahaman masalah klien oleh klien sendiri telah tercapai, agaknya pelayanan bimbingan dan konseling telah berhasil menjalankan fungsi pemahaman dengan baik. Dalam kaitan itu, tidak jarang terjadi klien merasa telah terbantu dan merasa sanggup memecahkan masalahnya sendiri, setelah masalahnya itu terungkap melalui konseling dan dipahami dengan sebaik-baiknya oleh klien.¹¹

c) Pemahaman tentang lingkungan yang lebih luas.

Lingkungan secara sempit diartikan sebagai “kondisi sekitar individu yang secara langsung mempengaruhi individu tersebut,

⁹*Ibid.*, hlm. 54.

¹⁰Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, RinekaCipta, Jakarta, 2015, hlm., hlm. 197.

¹¹*Ibid.*, hlm. 200.

seperti keadaan tempat tinggal, keadaan sosio ekonomi dan sosio emosional keluarga, keadaan hubungan antar tetangga dan teman sebaya, dan sebagainya”.¹²

Para siswa perlu memahami dengan baik lingkungan sekolah. Hal ini dikarenakan pemahaman tentang hal-hal seperti itu, amat berguna bagi pelaksanaan tugas mereka sehari-hari, ataupun pemecahan masalah mereka dan pencapaian tujuan-tujuan yang ingin mereka capai.

2) Fungsi Pencegahan

Fungsi pencegahan adalah “fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan tercegahnya atau terhindarnya klien (peserta didik) dari berbagai permasalahan yang akan mengganggu dalam proses perkembangannya”.¹³ Dengan demikian, pencegahan berarti upaya mempengaruhi dengan cara positif dan bijaksana lingkungan yang dapat menimbulkan kesulitan atau kerugian sebelum kesulitan atau kerugian itu benar-benar terjadi. Lingkungan yang baik akan memberikan pengaruh positif terhadap individu.

3) Fungsi Pengentasan

Fungsi pengentasan sering dianggap sebagai inti dan puncak pelayanan bimbingan dan konseling. Istilah fungsi pengentasan ini dipakai sebagai pengganti istilah fungsi kuratif atau fungsi *terapeutik* dengan arti “pengobatan atau penyembuhan”.¹⁴

Dalam pelayanan bimbingan dan konseling pemberian label atau berasumsi bahwa peserta didik (klien) adalah orang “sakit” atau “rusak” sama sekali tidak boleh dilakukan.¹⁵ Dengan demikian, melalui fungsi pengentasan ini pelayanan bimbingan dan konseling akan menghasilkan

¹²*Ibid.*, hlm. 201.

¹³ Hallen A., *Op. cit.*, hlm. 56.

¹⁴ Rochman Natawidjaja, *Bimbingan dan Konseling di Intitusi*, Gramedia Widiasarana, Jakarta, 1990, hlm. 75.

¹⁵ Hallen A., *Op. cit.*, hlm. 57.

terentaskannya atau teratasinya berbagai permasalahan yang dialami oleh peserta didik (klien).

4) Fungsi Pemeliharaan dan Pengembangan

Fungsi pemeliharaan berarti “memelihara segala sesuatu yang baik yang ada pada diri individu, baik hal itu merupakan pembawaan maupun hasil-hasil perkembangan yang telah dicapai selama ini”.¹⁶ Apabila berbicara tentang pemeliharaan, maka pemeliharaan yang baik bukanlah sekadar mempertahankan agar hal-hal yang dimaksudkan tetap utuh, tidak rusak dan tetap dalam keadaannya semula, melainkan juga mengusahakan agar hal-hal yang dimaksudkan tersebut bertambah baik. Pemeliharaan yang demikian adalah pemeliharaan yang membangun, pemeliharaan yang memperkembangkan. Oleh karena itu, fungsi pemeliharaan dan pengembangan tidak dapat dipisahkan.

Dalam pelayanan bimbingan dan konseling, fungsi pemeliharaan dan pengembangan dilaksanakan melalui berbagai pengaturan, kegiatan, dan program. Sehingga konselor dan personil sekolah lainnya secara bersinergi sebagai *teamwork* berkolaborasi atau bekerja sama merencanakan dan melaksanakan program bimbingan secara sistematis dan berkesinambungan dalam upaya membantu konseli mencapai tugas-tugas perkembangannya.¹⁷

5) Fungsi Advokasi

Fungsi advokasi adalah “fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan teradvokasi atau pembelaan terhadap peserta didik dalam rangka upaya pengembangan seluruh potensi secara optimal”.¹⁸ Jadi fungsi ini diselenggarakan dengan tujuan agar klien dapat terbebas dari masalah yang dihadapinya, sehingga ia dapat mengembangkan potensinya secara optimal.

¹⁶Prayitno dan Erman Amti, *Op. cit.*, hlm. 215.

¹⁷Farid Hasyim dan Mulyono, *Op. Cit.* hlm. 61.

¹⁸Hallen A., *Op. cit.*, hlm. 57-58.

d. Macam-macam Layanan dalam Konseling

Jenis-jenis pelayanan bimbingan dan konseling yang dilaksanakan di sekolah terdiri dari berbagai macam jenis layanan. Beberapa jenis ~~layanan~~ bimbingan dan konseling yang dilaksanakan di sekolah antara lain meliputi:

1) Layanan Orientasi

Layanan orientasi merupakan “suatu layanan bimbingan yang diberikan kepada siswa baru dan atau seseorang terhadap lingkungan yang baru dimasukinya”.¹⁹ Pemberian layanan ini bertolak dari anggapan bahwa memasuki lingkungan baru bukanlah hal yang mudah yang selalu dapat berlangsung dengan menyenangkan bagi setiap orang.

2) Layanan Informasi

Layanan informasi merupakan “suatu layanan yang berupaya memenuhi kekurangan individu akan informasi yang mereka perlukan”.²⁰ Dengan kata lain, layanan ini merupakan suatu layanan yang bermakna usaha-usaha membekali siswa dengan pengetahuan dan pemahaman tentang lingkungan hidupnya dan tentang proses perkembangannya.

3) Layanan Penempatan dan Penyaluran

Layanan penempatan adalah “usaha-usaha membantu siswa merencanakan masa depannya selama masih di sekolah dan madrasah dan sesudah tamat, memilih program studi lanjutan sebagai persiapan untuk kelak memangku jabatan tertentu”.²¹ Dengan demikian, layanan ini berupaya supaya individu dapat menempatkan diri dalam program studi akademik dan lingkup kegiatan non akademik yang menunjang perkembangannya serta semakin merealisasikan rencana masa depan.

¹⁹ Prayitno dan Erman Amti, *Op. cit.*, hlm. 255.

²⁰ Tohirin, *Op. cit.*, hlm. 147.

²¹ *Ibid.*, hlm. 153.

4) Layanan Bimbingan Belajar

Bimbingan belajar merupakan layanan bimbingan yang diselenggarakan disekolah dalam membantu siswa yang sedang mengalami masalah dalam belajar. Pengalaman menunjukkan bahwa kegagalan-kegagalan yang dialami siswa dalam belajar tidak selalu disebabkan oleh kebodohan atau rendahnya intelegensi. Sering kegagalan itu terjadi disebabkan mereka tidak mendapat layanan bimbingan belajar yang memadai.²²

5) Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan “suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu melalui kegiatan kelompok”.²³ Bimbingan kelompok bersifat memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti bahwa konseling kelompok itu memberi dorongan dan motivasi kepada individu untuk mengubah diri dengan memanfaatkan kemampuan yang dimiliki secara optimal, sehingga mempunyai konsep diri yang lebih positif.

6) Layanan Bimbingan Pribadi

Layanan bimbingan pribadi, merupakan salah satu bidang bimbingan yang ada di sekolah. Menurut Prayitno mengartikan layanan bimbingan pribadi adalah “membantu siswa menemukan dan mengembangkan pribadi yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, mantap dan mandiri serta sehat jasmani dan rohani”.²⁴ Layanan bimbingan pribadi juga memberikan layanan kepada siswa untuk menemukan dan mengembangkan diri pribadinya sehingga menjadi pribadi yang mantap dan mandiri serta mampu mengoptimalkan potensi yang dimiliki.

²² Prayitno dan Erman Amti, *Op. cit.*, hlm. 279.

²³ Tohirin, *Op. cit.*, hlm. 170.

²⁴ Prayitno dan Erman Amti, *Op. cit.*, hlm. 63.

7) Layanan Responsif

Layanan responsif merupakan pemberian bantuan pemberian bantuan kepada konseli yang menghadapi kebutuhan dan masalah yang memerlukan pertolongan dengan segera, sebab jika tidak dengan segera dibantu dapat menimbulkan gangguan dalam proses pencapaian tugas-tugas. Tujuannya adalah membantu memenuhi kebutuhan yang dirasakan sangat penting oleh peserta didik pada saat ini dan layanan ini diberikan kepada peserta didik dengan segera.²⁵ Strategi layanannya, diantaranya yaitu onseling individual dan kelompok, referal, konsultasi, bimbingan teman sebaya, konferensi kasus, dan kunjungan rumah

e. Macam-macam Pendekatan dalam Konseling

Gerald Corey membagi beberapa pendekatan konseling menjadi tiga kategori. Yaitu:²⁶

- 1) Pendekatan psikodinamika yang berlandaskan terutama pada pemahaman, motivasi tak sadar, serta rekonstruksi kepribadian, dan merupakan terapi psikoanalitik.
- 2) Terapi-terapi yang berorientasi eksperensial dan relasi yang berdasarkan psikologi humanistik. Meliputi:
 - a) Terapi-terapi eksistensial. Terapi ini memusatkan perhatian pada asumsi-asumsi filosofis yang melandasi terapi.
 - b) Terapi *client centered* yang berlandaskan pada pandangan subjektif atas pengalaman manusia. Terapi *client centered* menaruh kepercayaan dan meminta tanggung jawab yang lebih besar kepada klien dalam menangani berbagai permasalahan.²⁷

²⁵ *Layanan Responsif* (online), tersedia di http://diahastutisaputriretnaningsih.blogspot.co.id/2015/07/layanan-responsif-dalam-bimbingan_13.html diakses pada 16 /03 / 2017

²⁶ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Refika Aditama, Bandung, 2009, hlm.6-7

²⁷ *Ibid*, hlm. 7

c) Terapi Gestalt

Pendekatan Gestalt merupakan bentuk terapi perpaduan antara eksistensial-humanistik dan fenomenologi, sehingga memfokuskan diri pada pengalaman klien "here and now" dan memadukannya dengan bagian-bagian kepribadian yang terpecah di masa lalu. Menurut pandangan Gestalt, untuk mengetahui sesuatu hal kita harus, melihatnya secara keseluruhan, karena bila hanya melihat pada bagian tertentu saja, kita akan kehilangan karakteristik penting lainnya. Hal ini juga berlaku pada tingkah laku manusia. Untuk menjadi pribadi yang sehat, individu harus merasakan dan menerima pengalamannya secara keseluruhan tanpa berusaha menghilangkan bagian-bagian tertentu. Ini dilakukan untuk mencapai keseimbangan.

3) Terapi-terapi yang berorientasi pada tingkah laku, rasional-kognitif, dan tindakan. Mencakup:

a) Analisis transaksional

Suatu model terapi kontemporer yang cenderung kearah aspek-aspek kognitif dan behavioral serta dirancang untuk membantu orang-orang alam mengevaluasi putusan-putusan yang telah ibuatnya.²⁸

b) Terapi-terapi tingkah laku

Merupakan suatu penerapan prinsip-prinsip belajar pada penyelesaian gangguan-gangguan tingkah laku yang spesifik. Hasilnya merupakan bahan bagi eksperimen lebih lanjut.

c) Terapi rasional-emosional, berorientasi pada kognitif tindakan, serta menekankan peran pemikiran dan sistem-sistem kepercayaan sebagai akar masalah pribadi.

d) Terapi realitas merupakan terapi jangka pendek yang berfokus pada saat sekarang, menekankan kekuatan pribadi, dan pada

²⁸ *Ibid*, hlm. 8

dasarnya merupakan jalan di mana para klien belajar tingkah laku yang lebih realistik.

2. Konsep Konseling Sebaya

a. Pengertian Konseling Sebaya

Konseling sebagaimana telah dijelaskan di atas adalah suatu proses interaksi antara konselor dan konseli. Di mana konselor memberikan bantuan kepada konseli dalam menangani atau memecahkan masalah konseli salah satunya melalui wawancara konseling dan diharapkan dari proses tersebut masalah yang dihadapi konseli dapat terselesaikan.

Peers atau teman sebaya adalah anak atau remaja yang kurang lebih berada pada taraf usia yang sama atau berada pada taraf perkembangan yang sama pula.²⁹ Sedangkan menurut kamus konseling, sebaya yang dalam bahasa Inggris disebut *Peer* adalah Kawan. Teman-teman yang sesuai dan sejenis; perkumpulan atau kelompok pra *puberteit* yang mempunyai sifat-sifat tertentu dan terdiri dari satu jenis.³⁰ Teman sebaya atau *peers* adalah anak-anak atau remaja dengan tingkat kematangan atau usia yang kurang lebih sama. Salah satu fungsi terpenting dari kelompok teman sebaya adalah untuk memberikan sumber informasi dan komparasi tentang dunia di luar keluarga.³¹

Sebaya artinya kemiripan/tidak berbeda jauh dalam usia. Kesebayaan menimbulkan keeratan, keterbukaan dan perasaan senasib muncul. Di kalangan remaja, kondisi ini dapat menjadi peluang bagi upaya untuk memfasilitasi. Karakteristik psikologis remaja, yang bersifat emosional, labil, juga merupakan tantangan bagi keefektifan

²⁹ Sumardjono Padmomartono, *Konseling Remaja*, Ombak, Yogyakarta, 2014, hlm. 66

³⁰ Sudarsono, *Kamus Konseling*. PT Rineka Cipta, Jakarta, 1997, hlm174

³¹ Suwarjo, *Pemanfaatan Interaksi Remaja dalam Layanan Bimbingan dan Konseling di SLTP dan SLTA*, *Ibid*.

layanan konseling sebaya. Pentingnya teman sebaya bagi remaja tampak dalam komformitas remaja terhadap kelompok sebayanya.³²

Tindall dan Gray mendefinisikan konseling teman sebaya sebagai suatu ragam tingkah laku membantu secara interpersonal yang dilakukan oleh individu nonprofesional yang berusaha membantu orang lain. Menurut Tindall & Gray, konseling teman sebaya mencakup hubungan membantu yang dilakukan secara individual (*one-to-one helping relationship*), kepemimpinan kelompok, kepemimpinan diskusi, pemberian pertimbangan, tutorial, dan semua aktivitas interpersonal manusia untuk membantu atau menolong.³³

Sehingga dapat diperoleh pengertian bahwa konseling sebaya merupakan program bimbingan yang dilakukan oleh siswa terhadap siswa yang lainnya. Siswa yang menjadi pembimbing sebelumnya diberikan latihan atau pembinaan oleh konselor. Siswa yang menjadi pembimbing berfungsi sebagai mentor atau tutor yang membantu siswa lain dalam memecahkan masalah yang dihadapinya, baik akademik maupun non-akademik. Di samping itu dia juga berfungsi sebagai mediator yang membantu konselor dengan cara memberikan informasi tentang kondisi, perkembangan, atau masalah siswa yang perlu mendapat layanan bantuan bimbingan atau konseling.

b. Tujuan Konseling Sebaya

Menurut Bernardus Widodo tujuan konseling sebaya yang diharapkan, yaitu:

- 1) Terjadinya perubahan ke arah yang positif. Bagi siswa yang telah melakukan konseling sebaya dapat merubah atau mengembangkan potensi yang dimilikinya ke arah yang positif.

³² Lulu Abdurrachman Wahid, *Konseling Sebaya Bagi Remaja (Tinjauan Teoritis dalam Mengatasi Problematika Remaja Persepektif Bimbingan dan Konseling)*, Jurnal al-Tazkiah, Vol.2 No.1, 2013: 1-16, hlm. 6

³³ Suwarjo, *Pemanfaatan Interaksi Remaja dalam Layanan Bimbingan dan Konseling di SLTP dan SLTA*, *Ibid.*

- 2) Terciptanya satu kondisi agar konseli merasa bebas melakukan eksplorasi diri.
- 3) Penyesuaian diri. Mereka mampu menyesuaikan diri dengan masalah masalah yang dihadapi dan mampu memecahkan masalahnya.
- 4) Kebebasan secara psikologis tanpa mengabaikan tanggung jawab sosial.³⁴

Lulu Abdurrachman Wahid menjelaskan diantara tujuan konseling teman sebaya yaitu:

- 1) Dapat membantu konselor dalam menangani siswa yang bermasalah.
- 2) Membantu beberapa siswa yang sulit terbuka dengan konselor dalam menghadapi masalahnya.
- 3) Membantu konselor dalam menuntaskan bimbingan dan konseling bagi setiap siswa³⁵

Dari pendapat di atas dapat diketahui bahwa tujuan dari konseling teman sebaya yaitu:

- 1) Agar seseorang lebih terbuka menceritakan permasalahannya kepada sesama teman.
- 2) Membantu teman yang kurang terbuka kepada guru/orang tua.
- 3) Dapat membantu teman yang sedang bermasalah.

c. Karakteristik konseling Teman Sebaya

Diantara karakteristik konseling teman sebaya yaitu:

- 1) Kemampuan melakukan pendekatan dan membina percakapan dengan baik serta bermanfaat dengan orang lain.
- 2) Kemampuan mendengar, memahami, merespon, dan komunikasi nonverbal (cara memandang, cara tersenyum, dan melakukan dorongan)

³⁴ Bernardus Widodo. *Konseling Sebaya (Peer Counseling)*. Makalah untuk Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Katolik Widya Mandala Madiun.

³⁵ Lulu Abdurrachman wahid, Op.Cit. hlm. 12.

- 3) Kemampuan untuk berbicara dengan orang lain tentang masalah pribadi.
- 4) Kemampuan untuk mengembangkan tindakan alternatif sewaktu menghadapi masalah.
- 5) Kemampuan untuk mengembangkan keterampilan observasi atau pengamatan agar dapat membedakan tingkah laku abnormal dengan normal
- 6) Kemampuan mengalih tangankan konseli untuk menolongnya memecahkan masalahnya,(jika konselor tidak mampu melakukannya)
- 7) Kemampuan mendemonstrasikan kemampuan bertingkah laku yang beretika.
- 8) Kemampuan mendemonstrasikan pelaksanaan strategi konseling.³⁶

d. Fungsi dan Manfaat Konseling Sebaya

1) Fungsi Konseling Sebaya

Lebih lanjut Lulu juga menjelaskan tentang fungsi Konseling Sebaya yaitu :

- a) Remaja dengan keterampilan konseling, akan membantu remaja yang lain menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dialaminya,
- b) Remaja dengan keterampilan konseling, akan membantu remaja yang lain untuk berkembang menjadi suatu pribadi yang sehat dan efektif,
- c) Remaja dengan keterampilan konseling, akan membantu remaja yang lain supaya mampu melakukan perubahan-perubahan positif dalam hidupnya.
- d) Remaja dengan keterampilan konseling, akan membantu remaja yang lain supaya mampu mengambil keputusan-keputusan tertentu untuk memperbaiki kualitas hidupnya.
- e) Konseling sebaya akan memudahkan remaja untuk mengoptimalkan kemampuan refleksi diri dan menyelami aspek-aspek psiko-sosial yang sangat bermanfaat untuk memahami

³⁶ Wida Renny, *Peer Counseling (Online)* tersedia di <http://wida99.blogspot.co.id/2014/12/peer-counseling.html> diakses pada 20 Maret 2017

kehidupan pribadinya sendiri dan kehidupan pribadi yang akan dibantunya.³⁷

2) Manfaat Konseling Sebaya

Manfaat KTS untuk siswa menurut Hamburd sebagaimana dikutip oleh Ewintri dalam Konseling Teman Sebaya yaitu:³⁸

- a) Siswa memiliki kemampuan melakukan pendekatan dan membina percakapan dengan baik serta bermanfaat dengan orang lain.
- b) Siswa memiliki kemampuan mendengar, memahami dan merespon (3M), termasuk komunikasi nonverbal (cara memandang, cara tersenyum, dan melakukan dorongan minimal).
- c) Siswa memiliki kemampuan mengamati dan menilai tingkah laku orang lain dalam rangka menentukan apakah tingkah laku itu bermasalah atau normal.
- d) Siswa memiliki kemampuan untuk berbicara dengan orang lain tentang masalah dan perasaan pribadi.
- e) Siswa memiliki kemampuan untuk menggunakan keputusan yang dibuat dalam konseling menghadapi permasalahan-permasalahan pribadi, permasalahan kesehatan, permasalahan sekolah, dan permasalahan perencanaan hubungan dengan teman sebaya.
- f) Siswa memiliki kemampuan untuk mengembangkan tindakan alternatif sewaktu menghadapi masalah.
- g) Siswa memiliki kemampuan menerapkan keterampilan interpersonal yang menarik untuk mengusahakan terjadi pertemuan pertama dengan siswa yang minta tolong.
- h) Siswa memiliki kemampuan untuk mengembangkan keterampilan observasi atau pengamatan agar dapat membedakan tingkah laku abnormal dengan normal; terutama mengidentifikasi masalah

³⁷ *Ibid*, hlm. 13

³⁸ Ewintri, *Konseling Teman Sebaya* (Online) tersedia di <https://ewintri.wordpress.com/2012/01/02/konseling-teman-sebaya-kts/#more-163> diakses pada 21 / 10 / 2016

dalam menggunakan minuman keras, masalah terisolasi, dan masalah kecemasan

- i) Siswa memiliki kemampuan mengalih-tangankan konseli untuk menolongnya memecahkan masalahnya jika dalam KTS tidak dapat menyelesaikan.
- j) Siswa memiliki kemampuan mendemonstrasikan kemampuan bertingkah laku yang beretika.
- k) Siswa memiliki kemampuan mendemonstrasikan pelaksanaan strategi konseling.

e. Kompetensi Konselor Sebaya

Dalam meningkatkan kemampuan konselor sebaya, keterampilan konseling untuk diajarkan kepada konselor sebaya yang non profesional meliputi:³⁹

- 1) *Attending* yaitu perilaku yang secara langsung berhubungan dengan respek, yang ditunjukkan ketika konselor memberikan perhatian penuh pada konseli, melalui komunikasi verbal maupun non verbal.
- 2) *Summarizing* yaitu dapat menyimpulkan berbagai pernyataan konseli menjadi satu pernyataan. Ini berpengaruh pada kesadaran untuk mencari solusi masalah.
- 3) *Questioning* yaitu: proses mencari apa yang ada di balik diskusi, dan seringkali berkaitan dengan kenyataan yang dihadapi konseli.
- 4) Keaslian adalah mengkomunikasikan secara jujur perasaan sebagai cara meningkatkan hubungan dengan dua atau lebih individu.
- 5) *Assertiveness/ketegasan*, termasuk kemampuan untuk mengekspresikan pemikiran dan perasaan secara jujur, yang ditunjukkan dengan cara berterus terang, dan respek pada orang lain,
- 6) *Confrontation* adalah komunikasi yang ditandai dengan ketidaksesuaian/ketidakcocokan perilaku seseorang dengan yang lain.

³⁹ Agus Akhmadi. *Konseling Sebaya Dalam Bimbingan Konseling Komprehensif, Materi Diklat Teknis Fungsional Peningkatan Kompetensi Guru Pertama BK*) Widyaiswara Balai Diklat Keagamaan Surabaya, hlm 6-7

7) *Problem Solving* adalah proses perubahan seseorang dari fase mengeksplorasi satu masalah, memahami sebab-sebab masalah, dan mengevaluasi tingkah laku yang mempengaruhi penyelesaian masalah itu.

f. Langkah-langkah Membangun Konseling Sebaya

Konseling teman sebaya dibangun melalui langkah-langkah sebagai berikut:⁴⁰

- 1) Pemilihan calon "konselor" teman sebaya. Pemilihan didasarkan pada karakteristik-karakteristik hangat, memiliki minat untuk membantu, dapat diterima orang lain, toleran terhadap perbedaan sistem nilai, energik, secara sukarela bersedia membantu orang lain, memiliki emosi yang stabil, dan memiliki prestasi belajar yang baik dan mampu menjaga rahasia.
- 2) Pelatihan calon "konselor" teman sebaya. Tujuan utama pelatihan "konselor" sebaya adalah untuk meningkatkan jumlah remaja yang memiliki dan mampu menggunakan keterampilan-keterampilan pemberian bantuan.
- 3) Pelaksanaan dan pengorganisasian konseling teman sebaya. Dalam praktiknya, interaksi "konseling" teman sebaya lebih banyak bersifat spontan dan informal. Maksudnya adalah terjadi kapan saja dan dimana saja, tidak perlu menunda.

Agus Akhmadi menambahkan bahwa dalam melaksanakan konseling sebaya:⁴¹

- 1) Harus ada pengawasan. Bekerjanya konselor sebaya dalam melayani konseli sebaya pada konseling individual ataupun konseling kelompok perlu pengawasan konselor profesional

⁴⁰ Neni Noviza, *Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) Suatu Inovasi Layanan Bimbingan Konseling Di Perguruan Tinggi*, *Jurnal Wardah: No. 22/ ThlmXXII/Juni 2011, hlm. 92-93* tersedia di <http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/warda/article/view/213/181> diakses pada 20/10/2016

⁴¹ Agus Akhmadi, *Konseling Sebaya Dalam Bimbingan Konseling Komprehensif, Materi Diklat Teknis Fungsional Peningkatan Kompetensi Guru Pertama BK*) Op. Cit, hlm 9

- 2) Membahas berbagai kesulitan yang mungkin ditemui konselor sebaya, dan menindaklanjuti proses konseling jika perlu.
- 3) Melakukan evaluasi terhadap hasil kerja konselor sebaya, untuk peningkatan kemampuan konselor sebaya, dan mengkaji berbagai kekuatan dan kelemahan yang terjadi.
- 4) Mengkaji dampak program konseling sebaya pada konselor sebaya dan pada konseli sebaya.

3. Konsep Pendekatan *Client Centered*

a. Pengertian Pendekatan *Client Centered*

Carl R. Rogers mengembangkan terapi *client centered* sebagai reaksi terhadap apa yang disebutnya keterbatasan- keterbatasan mendasar dari psikoanalisis. Pada hakikatnya, pendekatan *client centered* adalah cabang dari terapi humanistik yang menggaris bawahi tindakan mengalami klien berikud dunia subjektif dan fenomenalnya. Pendekatan *client centered* ini menaruh kepercayaan yang besar pada kesanggupan klien untuk mengikuti jalan terapi dan menemukan arahnya sendiri. Menurut Rogers yang dikutip oleh Gerald Corey menyebutkan bahwa: 'terapi *client centered* merupakan tehnik 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 klien dipandang sebagai partner dan konselor hanya sebagai pendorong dan pencipta situasi yang memungkinkan klien untuk bisa berkembang sendiri.'⁴²

Sedangkan menurut Prayitno dan Erman Amti *client centered* adalah klien diberi kesempatan mengemukakan persoalan, perasaan dan pikiran-pikirannya secara bebas. Pendekatan ini juga mengatakan bahwa seseorang yang mempunyai masalah pada dasarnya tetap memiliki potensi dan mampu mengatasinya masalah sendiri.⁴³

⁴² Gerald Corey, *Op. Cit.*, hlm..91

⁴³ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar- Dasar Bimbingan*, PT Asdi Mahasatya, Jakarta, 2004, hlm. 300

Teknik *client centered* merupakan upaya bantuan penyelesaian masalah yang berpusat pada klien. Klien diberi kesempatan untuk mengemukakan persoalan, perasaan dan pikiran-pikirannya secara bebas. Pendekatan ini berasumsi dasar bahwa seseorang yang mempunyai masalah sendiri tetapi oleh karena suatu hambatan, potensi dan kemampuannya itu tidak dapat berkembang atau berfungsi sebagaimana mestinya.⁴⁴

Jadi terapi *client centered* adalah terapi yang berpusat pada diri klien, yang mana seorang konselor hanya memberikan terapi serta mengawasi klien pada saat mendapatkan pemberian terapi tersebut agar klien dapat berkembang atau keluar dari masalah yang dihadapinya.

b. Pandangan Tentang Manusia

Manusia merupakan makhluk sosial dimana keberadaan setiap manusia ingin dihargai, dan diakui keberadaannya serta mendapatkan penghargaan yang positif dari orang lain dan rasa kasih sayang adalah kebutuhan jiwa yang paling mendasar dan pokok dalam hidup manusia. Pandangan *client centered* tentang sifat manusia menolak konsep tentang kecenderungan-kecenderungan negatif dasar.⁴⁵

Manusia menurut pendekatan *client centered* yang berpijak pada beberapa keyakinan dasar tentang martabat dan hakikat manusia, yaitu:⁴⁶

- 1) Manusia pada dasarnya berahlak baik, dapat diandalkan, dapat dipercayakan, cenderung bertindak secara konstruktif. Naluri manusia berkeinginan baik, bagi dirinya sendiri dan orang lain.
- 2) Setiap manusia berhak mempunyai setumpuk pandangan sendiri dan menentukan haluan hidupnya sendiri, serta bebas untuk mengejar kepentingannya sendiri selamat tidak melanggar hak- hak orang lain.
- 3) Kepercayaan yang mendalam dalam kecenderungan manusia untuk

⁴⁴ Nia Kurnia, *Client Centered Counseling*, Online, tersedia di <http://niaguidance.blogspot.co.id/2013/05/client-center-counseling.html> di akses 20 Febuari 2017

⁴⁵ Gerald Corey, *Op. Cit*, hlm.91

⁴⁶ Banun Sri Haksasi dan Erik Teguh prakoso, *psikologi Konseling*, Fakultas Ilmu peniikan IKIP Veteran Semarang, hlm. 104.

berkembang secara positif dan konstruktif, apabila tercipta suasana saling menghormati dan mempercayai.

- 4) Manusia membawa dalam dirinya sendiri kemampuan, dorongan, dan kecenderungan untuk mengembangkan diri sendiri semaksimal mungkin.
- 5) Cara berperilaku seseorang dan cara menyesuaikan dirinya terhadap keadaan hidup yang dihadapinya, selalu sesuai dengan pandangannya sendiri terhadap diri sendiri dan keadaan yang dihadapinya.
- 6) Seseorang akan menghadapi persoalan jika unsur-unsur dalam gambaran terhadap diri sendiri timbul konflik dan pertentangan, lebih-lebih antara siapa saya ini sebenarnya (*real self*) dan saya seharusnya menjadi orang yang bagaimana (*ideal self*).

c. Ciri-ciri Pendekatan *Client Centered*

Ciri-ciri Pendekatan *Client Centered* diantaranya yaitu:

- 1) *Client centered* difokuskan pada tanggung jawab dan kesanggupan klien untuk menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara lebih penuh. Klien, sebagai orang yang paling mengetahui dirinya sendiri, adalah orang yang harus menemukan tingkah laku yang lebih pantas bagi dirinya.
- 2) Teknik *client centered* menekankan dunia fenomenal klien. Dengan empati yang cermat dan dengan usaha untuk memahami kerangka acuan internal klien, konselor memberikan perhatian terutama pada persepsi diri klien dan persepsinya terhadap dunia.
- 3) Adanya sikap-sikap tertentu pada konselor (ketulusan, kehangatan, penerimaan yang nonposesif, dan empati yang akurat) yang membentuk kondisi-kondisi yang diperlukan dan memadai bagi keefektifan terapeutik pada klien. Teknik *client centered* memasukkan konsep bahwa fungsi konseling adalah tampil langsung dan bisa dijangkau oleh klien serta memusatkan perhatian pada pengalaman pada saat prose konseling berlangsung yang tercipta melalui hubungan antara klien dan konselor.

- 4) Teknik *client centered* dikembangkan melalui penelitian tentang proses dan hasil konseling. Teknik *client centered* bukanlah suatu teknik yang tertutup, melainkan suatu teknik yang tumbuh melalui observasi-observasi konseling bertahun-tahun dan yang secara sinambung berubah sejalan dengan peningkatan pemahaman terhadap manusia dan terhadap proses konseling yang dihasilkan oleh penelitian-penelitian baru.⁴⁷

d. Tujuan Pendekatan *Client Centered*

Tujuan dasar terapi *client centered* adalah menciptakan iklim yang kondusif bagi usaha membantu klien untuk menjadi seorang pribadi yang berfungsi penuh dan positif. Titik berat dari tujuan *client centered* adalah menjadikan tingkah laku klien kongruen atau autentik (klien tidak lagi berpura-pura alam kehidupannya).⁴⁸ Tujuan dasar dari layanan *client centered* yaitu sebagai berikut:

1) Keterbukaan kepada pengalaman

Keterbukaan pada pengalaman perlu memandang kenyataan tanpa mengubah empati yang cermat dan dengan usaha untuk memahami kerangka acuan internal klien, terapis memberikan perhatian terutama pada persepsi diri klien dan persepsinya terhadap dunia.

2) Kepercayaan terhadap diri sendiri

Salah satu tujuan terapi adalah membantu klien dalam membangun rasa percaya terhadap diri sendiri. Pada tahap permulaan terapi, kepercayaan klien terhadap diri sendiri dan terhadap putusan-putusannya sendiri sangat kecil. Mereka secara khas mencari saran dan jawaban-jawaban dari luar karena pada dasarnya mereka tidak mempercayai kemampuan dirinya untuk mengarahkan hidupnya sendiri.

⁴⁷ Nia Kurnia, *Op. Cit.*

⁴⁸ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan praktik*, Kencana Prenadamedia Group, Jakarta, 2011, hlm.157

3) Tempat evaluasi internal

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

4) Kesiediaan untuk menjadi suatu proses

Konsep tentang diri dalam proses pemejadian, yang merupakan lawan dari konsep tentang diri sebagai produk, sangat penting. Meskipun klien boleh jadi menjalani terapi untuk sejenis formula untuk membangun keadaan berhasil dan berbahagia, mereka menjadi sadar bahwa pertumbuhan adalah suatu proses yang berkesinambungan.⁴⁹

e. Peran Terapis dalam Pendekatan *Client Centered*

Peran terapis berakar pada cara-cara keberadaannya dan sikap-sikapnya. Sikap terapis yang menjadi fasilitator terhadap perubahan pribadi pada klien, pada dasarnya terapis menggunakan dirinya sebagai instrumen perubahan. Manakala terapis berhadapan dengan klien, maka peran terapis menjadi orang yang tidak memegang peran. Terapis *client centered* membangun hubungan yang membantu di mana klien akan mengalami kebebasan yang akan diperlukan untuk mengeksplorasi area-area hidupnya yang sekarang diingkari atau didistorsinya. Klien menjadi kurang defensif dan menjadi lebih terbuka terhadap kemungkinan-kemungkinan yang ada dalam dirinya maupun dunianya.⁵⁰

Sikap terapis yang menunjukkan kepedulian, ikhlas, menghargai, menerima, dan mengerti keberadaan klien saat ini. Klien diharapkan mampu mengubah sikap defensif dan berperilaku kaku serta bergerak ke arah keberfungsian pribadi klien yang sebenarnya.

⁴⁹ Gerald Corey, *Op. Cit* hlm.96

⁵⁰ *Ibid*, hlm. 96

Peran terapis dalam membina hubungan dengan klien adalah sangat penting. Terapis sebisa mungkin membatasi diri untuk mengintervensi klien dengan tidak memberikan nasihat, pedoman, kritik, penilaian, tafsiran, rencana, harapan, dan sebagainya, sehingga dia hanya berperan sebagai fasilitator dalam proses konseling.

Rogers juga menerangkan bahwa peran terapis *client-centered* adalah sebagai berikut :

- 1) Menyediakan kondisi terapeutik agar klien dapat menolong dirinya dalam rangka mengaktualisasikan dirinya.
- 2) Memberikan penghargaan yang positif yang tidak terkondisi bagi klien.
- 3) Mendengarkan dan mengobservasi lebih jauh untuk mendapatkan aspek verbal dan emosional klien.
- 4) Memberikan pemahaman empatik untuk melihat kekeliruan dan inkongruensi yang dialami oleh klien.
- 5) Peduli dan ramah.

Oleh karena itu tugas utama terapis adalah memahami dunia klien sekomprensif mungkin dan mendorong klien untuk bertanggung jawab terhadap perbuatan dan keputusan yang diambalnya.⁵¹

f. Proses Pendekatan *Client Centered*

Jika dilihat dari segi pengalaman klien dalam proses hubungan konseling dapat di jabarkan bahwa proses konseling dapat di bagi menjadi empat tahap, yaitu:

- 1) Klien datang ke konselor dalam kondisi tidak kongruensi, mengalami kecemasan, atau kondisi penyesuaian diri tidak baik.
- 2) Saat klien menjumpai konselor dengan penuh harapan dapat memperoleh bantuan, jawaban atas permasalahan yang sedang dialami, dan menemukan jalan atas kesulitan-kesulitannya.

⁵¹ *Client Centered Therapy*, (online), tersedia di Teori Konseling <http://waskitamandiribk.wordpress.com> diakses pada 9 Februari 2017.

- 3) Pada awal konseling klien menunjukkan perilaku, sikap, dan perasaannya yang kaku. Dia menyatakan permasalahan yang dialami kepada konselor secara permukaan dan belum menyatakan pribadi yang dalam.
- 4) Klien mulai menghilangkan sikap dan perilaku yang kaku, membuka diri terhadap pengalamannya, dan belajar untuk bersikap lebih matang dan lebih teraktualisasi, dengan jalan menghilangkan pengalaman yang dialaminya.⁵²

Point penting dalam pendekatan ini adalah klien telah memiliki jawaban atas permasalahan yang dihadapinya, sementara konselor berperan dalam mendengarkan tanpa memberi penilaian, tanpa mengarahkan, dan membantu konseli untuk merasa diterima dan dapat memahami realitas perasaannya sendiri. Dalam hal ini konselor melihat konseling sebagai sebuah proses membantu seseorang untuk mengaktualisasikan kekuatan positif yang sudah dimilikinya. Hal ini merupakan upaya untuk membuat seseorang lebih memiliki dorongan dari dalam diri sendiri. Konseling bukan sebuah proses bantuan yang melihat kejadian-kejadian masa lalu tetapi lebih pada upaya membangun keberlangsungan masa depan baik secara spiritual, intelektual, maupun emosional.⁵³

g. Teknik-teknik Pendekatan *Client Centered*

Secara garis besar teknik terapi *Client Centered* yakni:

- 1) Konselor menciptakan suasana komunikasi antar pribadi yang merealisasikan segala kondisi.
- 2) Konselor menjadi seorang pendengar yang sabar dan peka, yang menyakinkan konseli dia diterima dan dipahami.
- 3) Konselor memungkinkan konseli untuk mengungkapkan seluruh perasaannya secara jujur, lebih memahami diri sendiri dan

⁵² Banun Sri Haksasi dan Erik Teguh prakoso, *Op. Cit* hlm. 109

⁵³ Gantina Komalasari, dkk., *Op. Cit.*, hlm. 265

mengembangkan suatu tujuan perubahan dalam diri sendiri dan perilakunya.⁵⁴

Dalam penerapannya, konseling dengan teknik *client centered* memperhatikan hal-hal sebagai berikut :⁵⁵

- 1) *Empathy* adalah kemampuan untuk sama-sama merasakan kondisi klien dan menyampaikan kembali perasaan tersebut. Saat klien menceritakan suatu kejadian, maka konselor mencoba memahami situasi saat itu yang terjadi pada klien dan mencoba mendapatkan tanggapan kembali dari klien dengan lebih banyak informasi.
- 2) *Positive regard (acceptance)* adalah menerima keadaan klien apa adanya secara netral. Ketika klien mengatakan bahwa masalahnya tidak akan berhasil diselesaikan maka konselor dapat bersikap dengan memberikan percayaan pada klien bahwa ia dapat menyelesaikan masalahnya dan konselor akan menerima klien apabila ia bersedia datang kembali.
- 3) *Congruence* yaitu keselarasan antara pikiran dan perilaku konselor dengan klien, maka konselor terbuka dan natural. Ketika seorang klien mengatakan keengganannya mengunjungi konselor karena baginya membuang-buang waktu konselor, maka sikap konselor yang ditunjukkan bahwa bagi konselor hal ini tidak akan membuang-buang waktunya dan mengungkapkan bahwa konselor ingin bertemu dengan klien dilain waktu lagi jika konselor bersedia.

Melalui penggunaan teknik-teknik tersebut diharapkan konseli dapat.⁵⁶

- 1) Memahami dan menerima diri juga lingkungannya dengan baik. Di sini siswa dapat menerima segala potensi dan kekurangan yang

⁵⁴ WS. Winkel, *Bimbingan dan Konseling* PT Grasindo, Yogyakarta, 2007, hlm.402

⁵⁵ Namora Lumongga Lubis, *Op. Cit.*, hlm. 159

⁵⁶ Dunia Konseling, *Konseling Client Centered*, (online), tersedia di <http://konselingindonesiabarublogspot.blogspot.co.id/2013/05/konseling-client-centered.html> diakses pada 16 Febuari 2017.

dimilikinya serta dapat menerima dan mengkondisikan dirinya sesuai dengan lingkungan tempat tinggalnya.

- 2) Mengambil keputusan yang tepat. Setelah dilakukan konseling, siswa dapat memilih solusi serta keputusan yang tepat tentang masalah yang dihadapinya sehingga siswa dapat keluar dari masalah yang dihadapi.
- 3) Mengarahkan diri. Siswa dapat mengarahkan dirinya menjadi pribadi yang lebih baik dibandingkan dengan sebelum dilakukan konseling.
- 4) Mewujudkan dirinya. Setelah dilakukan konseling siswa dapat mewujudkan serta mengaktualisasikan dirinya dimanapun dia berada.

4. Keterampilan Interpersonal Siswa

a. Pengertian Keterampilan Interpersonal

Keterampilan interpersonal merupakan kemampuan untuk memahami dan berkomunikasi dengan orang lain dengan mampu membedakan suasana hati, temperamen, motivasi, dan keterampilan-keterampilan orang lain. Termasuk juga kemampuan untuk membentuk dan memelihara hubungan dengan orang lain serta memahami berbagai peran dalam kelompok.⁵⁷

Keterampilan interpersonal menunjukkan kemampuan seseorang untuk peka terhadap perasaan orang lain, sehingga mudah dalam bersosialisasi dengan lingkungan di sekelilingnya. Kecerdasan semacam ini juga sering di sebut sebagai kecerdasan sosial.⁵⁸ Diartikan Sebagai kemampuan dan keterampilan seseorang dalam menciptakan relasi, membangun relasi dan mempertahankan relasi sosialnya sehingga kedua belah pihak berada dalam situasi menang-menang atau saling menguntungkan.⁵⁹

Dari beberapa pengertian di atas, maka keterampilan interpersonal adalah kemampuan untuk memahami maksud dan perasaan orang lain

⁵⁷ Syamsu Yusuf dan A. Juntika Nurihsan, *Op. Cit.*, hlm 235

⁵⁸ A. Stiono Mangoen Prasodjo, Sri Nurhayati, *Anak Masa Depan Dengan Multi Intelegensi*, Pradita Publishing, Yogyakarta, 2005, hlm. 236

⁵⁹ T. Safaria, *Interpersonal Intelligence. Metode Pengembangan Kecerdasan Interpersonal Anak*, Amara Books, Yogyakarta, 2005 hlm. 23

sehingga tercipta hubungan yang harmonis dengan orang lain. Keterampilan interpersonal penting dalam kehidupan manusia karena pada dasarnya manusia tidak bisa menyendiri. Banyak kegiatan dalam hidup manusia terkait dengan orang lain, begitu juga seorang anak yang membutuhkan dukungan orang-orang disekitarnya.

b. Perkembangan Hubungan Interpersonal Peserta Didik

Peserta didik selain sebagai makhluk individu juga sebagai makhluk sosial senantiasa melakukan interaksi dengan orang lain. Interaksi sosial menjadi faktor utama dalam hubungan interpersonal. Karena dengan adanya hubungan interpersonal akan terjadi hubungan saling mempengaruhi antara dua orang atau lebih. Apakah hubungan itu menjadikan seseorang diterima atau ditolak dalam lingkungan sosialnya. Perkembangan sosial merupakan proses pembentukan *social-self* (pribadi dalam masyarakat) yakni dimulai dari keluarga, teman, sekolah, buaya, bangsa dan seterusnya.⁶⁰

1) Hubungan dengan Keluarga

Keluarga merupakan unit sosial terkecil namun memiliki peranan penting dan dasar bagi perkembangan psikososial anak dalam konteks yang lebih luas.⁶¹ Hubungan antara orang tua dan anak akan terjalin dan berkembang dengan baik apabila kedua belah pihak saling memiliki keterbukaan. Ketika masih anak-anak dan baru masuk sekolah dasar mereka baru memulai kehidupan sosial yang sesungguhnya. Peranan orang tua tidak lagi menjadi subjek tunggal dalam kehidupan sosial anak disebabkan adanya peningkatan penggunaan waktu anak-anak mereka dengan teman-temannya. Pada tataran ini orang tua akan merasakan bahwa pengontrolan terhadap anak-anaknya berkurang dari waktu ke waktu. Meski terjadi pengurangan pengawasan pada usia anak-anak bukan berarti orang

⁶⁰ Muhibbin Syah, *Telaah Singkat Perkembangan Peserta Didik*, PT Rajagrafino Persaa, Depok, 2014. Hlm. 150

⁶¹ Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, PT Remaja Rosdakarya, Bandung, 2016, hlm. 219

melepaskan anak-anaknya. Namun orang tua harus tetap memonitor usaha-usaha yang dilakukan anak dalam memelihara tingkah lakunya sekalipun secara tidak langsung.

Pada saat anak mulai remaja, mereka mengalami beberapa perubahan. Diantaranya segi biologisnya seperti mengalami pubertas. Segi kognitifnya dengan tampilnya kecakapan dari berfikir konkret ke pemikiran abstrak. Segi emosional seperti berkembangnya gambaran diri, keakraban, dan hasrat menjalin relasi dengan orang lain. Serta segi sosialnya berupa peralihan peran remaja ke peran baru di masyarakat seperti mulai terbentuk ikatan dengan teman sebaya.⁶²

Perubahan-perubahan ini mempunyai pengaruh yang besar terhadap relasi antara orang tua dan remaja. Diantara ciri yang menonjol pada usia remaja adalah perjuangan mereka untuk mendapatkan otonomi baik secara fisik maupun psikologis. Seiring dengan berkembangnya kemampuan mereka dan lebih banyaknya interaksi dengan dunia luas menjadikan mereka untuk memeriksa nilai-nilai dan pelajaran dari orang tua. Sehingga akan membuat mereka mulai mempertanyakan dan menentang pandangan orang tua.

Orang tua tidak lagi dipandang sebagai otoritas yang serba tahu. Tetapi secara optimal remaja mulai mengembangkan pandangan-pandangan yang lebih matang dan realistik dari orang tua mereka karena adanya kesadaran bahwa mereka adalah orang yang memiliki kemampuan, bakat, dan pengetahuan tertentu, serta memandang orang tua sebagai seseorang yang harus dihormati. Dengan demikian keterikatan dengan orang tua selama masa remaja adalah bersifat adaptif, yang menyediakan lanasan yang kokoh di mana remaja dapat menjelajahi, dan menguasai lingkungan-lingkungan baru dan suatu dunia yang luas dengan cara-cara yang sehat secara psikologis.⁶³

⁶² Sumardjono Padmomartono, *Op., Cit.*, hlm. 10-11

⁶³ Desmita, *Op., Cit.*, hlm. 223

2) Hubungan dengan Sebaya

Tidak berlebihan kiranya jika Hatup dkk sebagaimana yang dikutip oleh Desmita menulis “*The social relations of adolescents are centered on their friends as well as their families.*”⁶⁴ Maksudnya adalah bahwa teman sebaya memiliki fungsi yang hampir sama dengan keluarga di mana teman bisa memberi ketenangan saat sedang dalam khawatir. Seorang anak yang tadinya penakut juga bisa menjadi pemberani ketika telah bergaul dengan teman sebayanya.

Pada saat anak-anak hubungan dengan teman sebayanya lebih kepada persahabatan baik yang terbentuk atas dasar sukarela, kesamaan kebiasaan ataupun karena hubungan timbal balik. Sedangkan pada waktu remaja hubungan dengan teman sebaya menurut Jean Piaget dan Harry Stack Sullivan yang dikutip oleh Desmita menekankan bahwa melalui hubungan teman sebaya anak dan remaja belajar tentang hubungan timbal balik yang simetris.⁶⁵ Di mana mereka mempelajari prinsip-prinsip kejujuran dan keadilan melalui peristiwa atau pertentangan yang dialami dengan teman sebayanya. Secara aktif mereka juga mempelajari kepentingan-kepentingan dan perspektif teman sebaya dalam rangka memuluskan integrasi dirinya dalam aktifitas yang berkelanjutan.

Hubungan yang positif dengan teman sebaya menunjukkan adanya pengaruh terhadap fungsi-fungsi sosial dan psikologis. Kelly dan Hansen sebagaimana yang dikutip oleh Desmita menyebutkan 6 fungsi positif dari teman sebaya:⁶⁶

- (a) Mengontrol impuls-impuls agresif. Dengan adanya teman sebaya seorang remaja akan belajar bagaimana cara menyelesaikan dengan tidak menggunakan tindakan secara agresi.

⁶⁴ *Ibid*, hlm. 224

⁶⁵ *Ibid*, hlm. 230

⁶⁶ *Ibid*, hlm. 230

- (b) Memperoleh dorongan emosional dan sosial serta menjadi lebih independen. Di mana akan membuat remaja berani untuk mengambil peran dan tanggung jawab baru mereka.
- (c) Meningkatkan keterampilan-keterampilan sosial, kemampuan penalaran sehingga remaja akan mampu mengekspresikan ide dan perasaan mereka dalam pemecahan masalah.
- (d) Mengembangkan sikap terhadap seksualitas dan tingkah laku peran jenis kelamin.
- (e) Memperkuat penyesuaian moral dan nilai. Di mana remaja mencoba mengambil keputusan, mengevaluasi nilai-nilai yang dimiliki serta memutuskan mana yang benar.
- (f) Meningkatkan harga diri.

3) Hubungan dengan Sekolah

Sekolah merupakan lingkungan artifisial yang sengaja dibentuk guna mendidik dan membina generasi muda ke arah tujuan tertentu. Dua fungsi utama sekolah adalah memberi kesempatan bagi remaja untuk tumbuh secara sosial dan emosional serta membekali mereka dengan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk menjadi orang yang mandiri secara ekonomi dan menjadi anggota masyarakat yang produktif.⁶⁷

Jadi sekolah memiliki peranan penting bagi seorang anak di mana mereka dihadapkan pada sejumlah tugas dan keharusan untuk mengikuti sejumlah aturan yang membatasi perilaku, perasaan, dan sikap mereka. Kemudian adanya interaksi dengan guru juga dengan teman sebaya memberi suatu peluang besar untuk mengembangkan kemampuan kognitif, keterampilan sosial, pengetahuan tentang dunia, juga konsep diri yang positif. Selain itu di lingkungan sekolah remaja tidak saja dikenalkan pada norma-norma lingkungan yang dekat, tetapi diperkenalkan pula kepada norma kehidupan berbangsa dan antar

⁶⁷ *Ibid*, hlm. 232

bangsa. Etik pergaulan dan pendidikan moral diajarkan secara terprogram untuk mencapai tujuan yang membentuk kehidupan bermasyarakat dan bernegara.⁶⁸

c. Karakteristik Keterampilan Interpersonal

Safaria karakteristik anak yang memiliki kecerdasan interpersonal tinggi, yaitu :⁶⁹

- 1) Mampu mengembangkan dan menciptakan relasi sosial baru secara efektif.

Yakni dapat membangun dan mengembangkan hubungan yang harmonis dengan orang lain. Anak dapat menempatkan dirinya dalam situasi apapun dengan baik dalam hubungannya dengan orang lain sehingga membuat orang lain merasa nyaman berada didekatnya.

- 2) Mampu berempati dengan orang lain, maksudnya adalah anak mampu memahami dan mengerti perasaan orang lain. Anak akan ikut merasakan ketika orang lain merasa sedih ataupun senang.
- 3) Mampu menjaga dan mempertahankan persahabatan dengan rekan/teman, dan menjauhi permusuhan. Anak dengan kecerdasan interpersonal tinggi akan memiliki banyak teman, karena ia dapat menjaga hubungan pertemanannya dengan baik.
- 4) Mampu menyadari komunikasi verbal maupun nonverbal yang dimunculkan orang lain, atau dengan kata lain sensitif terhadap perubahan situasi sosial dan tuntutan-tuntutannya.
- 5) Mampu mencari solusi yang baik atas permasalahan yang terjadi.
- 6) Memiliki kemampuan komunikasi yang baik dengan orang lain mencakup keterampilan mendengarkan efektif, berbicara efektif dan menulis secara efektif.

⁶⁸ Sunarto dan B. Agung Hartono, *Perkembangan Peserta Didik*, PT Rineka Cipta, Jakarta, 2002, hlm. 132

⁶⁹ T. Safaria, *Op., Cit*, hlm. 25

d. Dimensi Keterampilan Interpersonal

Keterampilan interpersonal biasa juga disebut sebagai kecerdasan sosial. Kecerdasan sosial ini mempunyai tiga dimensi utama yaitu:

1) *Social sensitivity* atau sensitivitas sosial yaitu kemampuan anak untuk mampu merasakan dan mengamati reaksi-reaksi atau perubahan orang lain yang ditunjukkan baik secara verbal maupun non verbal. non-verbal.⁷⁰ Individu yang memiliki sensitivitas sosial yang tinggi akan mudah memahami dan menyadari adanya reaksi-reaksi tertentu dari orang lain, entah reaksi tersebut positif ataupun negatif.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *social sensitivity* berkaitan erat dengan kemampuan individu yang meliputi:

a) Sikap Empati.

Empati adalah sejenis pemahaman perspektif yang mengacu pada “respon emosi yang dianut bersama dan dialami anak ketika ia mempersepsikan reaksi emosi orang lain”. Empati mempunyai dua komponen kognitif dan satu komponen afektif. Dua komponen kognitif itu adalah pertama, kemampuan individu mengidentifikasi dan melabelkan perasaan orang lain, kedua adalah kemampuan individu dalam mengasumsikan perspektif orang lain. Satu komponen afektif adalah kemampuan dalam meresponsifan emosi.

b) Sikap prososial.

Prilaku prososial adalah istilah yang digunakan oleh para ahli psikologi sebuah tindakan moral yang harus dilakukan secara kultural seperti berbagi, membantu seseorang yang membutuhkan, bekerja sama dengan orang lain, dan mengungkapkan simpati.

2) *Social insight* yaitu kemampuan untuk memahami dan mencari

⁷⁰ *Ibid*, hlm. 24

pemecahan masalah yang efektif dalam suatu interaksi sosial.⁷¹ Sehingga masalah-masalah tersebut tidak menghambat apalagi menghancurkan relasi sosial yang telah di bangun anak.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *social insight* berkaitan erat dengan kemampuan individu yang meliputi:

a) Berkembangnya kesadaran diri

Kesadaran diri didefinisikan sebagai kemampuan seorang pribadi menginsafi keberadaannya sejauh mungkin. Maksudnya adalah individu mampu menyadari dan menghayati totalitas keberadaannya di dunia seperti menyadari keinginan-keinginannya, cita-citanya, harapan-harapannya dan tujuan-tujuannya di masa depan.

b) Pemahaman situasi sosial dan etika sosial

Untuk sukses dalam membina dan mempertahankan sebuah hubungan, individu perlu memahami norma-norma sosial yang berlaku. Dalam bersosialisasi individu harus memahami kaidah moral. Ada perbuatan yang harus dilakukan dan ada pula perbuatan yang tidak boleh dilakukan. Etiket adalah suatu kaidah sosial yang mengatur mana yang harus dilakukan dan mana yang tidak boleh dilakukan. Aturan ini mencakup banyak hal seperti bagaimana etiket dalam bertemu, berteman, makan, minum, bermain, meminjam, meminta tolong, dan banyak lagi lainnya.

c) Pemecahan masalah efektif

Setiap individu membutuhkan keterampilan dalam memecahkan masalah secara efektif, apalagi jika masalah tersebut berkaitan dengan konflik interpersonal. Semakin tinggi kemampuan anak dalam memecahkan masalah, maka akan semakin positif hasil yang akan didapatkan dari penyelesaian konflik antar pribadi tersebut. Anak yang memiliki kecerdasan

⁷¹ *Ibid*, hlm. 24

interpersonal yang tinggi memiliki keterampilan memecahkan konflik antar pribadi yang efektif, dibandingkan dengan anak yang kecerdasan interpersonalnya rendah.

- 3) *Social communication* atau ketrampilan komunikasi sosial. Merupakan kemampuan individu untuk menggunakan proses komunikasi untuk menjalin membangun hubungan interpersonal yang sehat.⁷²

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *Social communication* berkaitan erat dengan kemampuan yang meliputi:

- a) Kemampuan berkomunikasi dengan santun.

Komunikasi dapat didefinisikan sebagai sebuah proses penyampaian informasi, pengertian dan pemahaman antara pengirim dan penerima. Pada intinya dari berbagai definisi yang dikemukakan oleh banyak ahli bersumber dari adanya informasi yang ingin disampaikan kepada komunikan dari komunikator melalui lambang-lambang yang mengandung arti untuk mencapai kesamaan pemahaman antara keduanya.

- b) Kemampuan mendengarkan efektif.

Mendengarkan adalah proses aktif menerima rangsangann (*stimulus*) telinga (*aural*) dalam bentuk gelombang- gelombang suara.

Jadi secara singkat dapat disimpulkan bahwa dimensi kecerdasan interpersonal antara lain adalah: sensitivitas sosial yang memiliki indikator sikap empati dan sikap prososial. *Social insight* dengan indikator kesadaran diri, pemahaman situasi sosial dan etika sosial. *Social communication* dengan indikator kemampuan komunikasi santun dan kemampuan mendengar efektif.

⁷² *Ibid*, hlm. 25

e. Cara Pengembangan Dimensi Keterampilan Intrepersonal

1) Dimensi *Social Sensitivity*

Dalam dimensi *social sensitivity* ini ketrampilan yang perlu dikembangkan adalah sebagai berikut:

a) Mengembangkan sikap empati pada anak.

Empati berasal dari kata "*pathos*" (dalam bahasa Yunani) yang berarti perasaan mendalam.⁷³ Safaria mendefinisikan empati adalah pemahaman perspektif yang mengacu pada respon emosi yang dianut bersama an dialami anak ketika ia mempersepsikan reaksi emosi orang lain.⁷⁴

Empati memiliki dua komponen kognitif dan satu komponen afektif. Dua komponen kognitif yang pertama kemampuan mengidentifikasi dan melabelkan perasaan orang lain yang terjadi secara bertahap. Secara bertahap anak mulai mampu merespon secara berbeda terhadap kegembiraan, kemarahan dan kesedihan.⁷⁵ kedua kemamuan untuk mengasumsikan perspektif orang lain. Dan satu komponen afektif yakni kemampuan dalam meresponsifan emosi. Untuk itulah sikap empati sangat dibutuhkan dalam proses pertemanan agar tercapai hubungan yang bermakna dan saling menguntungkan.

Diantara cara mengembangkan sikap empati adalah metode disiplin dan pengasuhan orang tua seperti menggunakan pertanyaan-pertanyaan reflektif misalnya apa yang dirasakan olehnya, bagaimana jika kamu yang tertimpa persoalan seperti itu, dan sebagainya. Kemudian sikap empati juga dapat dilakukan dengan mengembangkan sikap hangat anak. Menurut Golstein sebagaimana yang dikutip oleh T. Safaria sikap hangat dicirikan sebagai kemampuan individu untuk membuat orang lain merasa diterima apa adanya melalui sikap penerimaan tanpa syarat.⁷⁶ Mereka yang mempunyai kemampuan empati kuat cenderung tidak begitu agresif dan rela terlibat dalam

⁷³ Asri Budiningsih, *Pembelajaran Moral*, Rineka Cipta, Jakarta, 2004, hlm. 46.

⁷⁴ T. Safaria, *Op. Cit.*, hlm. 104

⁷⁵ *Ibid*, hlm. 105

⁷⁶ *Ibid.*, hlm. 109

perbuatan yang lebih prososial, misalnya menolong orang lain dan kesediaan berbagi.

b) Mengembangkan sikap prososial pada anak.

Perilaku prososial adalah istilah yang digunakan oleh para ahli psikologi untuk menjelaskan sebuah tindakan moral yang harus dilakukan secara kultural seperti berbagi, membantu orang yang membutuhkan, bekerjasama dengan orang lain dan mengungkapkan simpati.⁷⁷ Sehingga perilaku ini menuntut anak untuk mengontrol dan menahan diri dari sikap egoismenya dan rela menolong orang lain.

Beberapa hal yang dapat dilakukan untuk mengembangkan sikap prososial anak yaitu:⁷⁸

- (1) Memberi contoh dengan menunjukkan secara nyata tindakan membantu dan membantu orang lain.
- (2) Bertindak dengan adil terhadap semua tanpa ada yang dianakemaskan atau diacuhkan.
- (3) Mengajak anak dalam kegiatan sosial seperti menyantuni anak yatim, berkunjung ke panti asuhan.
- (4) Bertindak tegas jika ada yang bersikap egois. Karena sikap egois akan melanggar nilai-nilai prososial.
- (5) Memberikan pujian kepada anak jika dia mampu membantu orang lain.

2) Dimensi *Social Insight*.

Dalam *social insight* ini ketrampilan yang harus dikembangkan adalah sebagai berikut:

a) Mengembangkan kesadaran diri anak.

Kesadaran diri yaitu mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memadu untuk pengambilan keputusan diri sendiri; memiliki tolak ukur yang

⁷⁷ *Ibid.*, hlm. 117

⁷⁸ *Ibid.*, hlm. 119

realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.⁷⁹

Hal-hal yang dapat dilakukan untuk mengembangkan kesadaran diri anak yaitu :⁸⁰

- (1) Mendorong anak untuk berada pada konteks di sini dan kini. Artinya memfokuskan pada perhatian anak tentang apa yang ia lakukan saat ini.
- (2) Mendorong anak untuk mempertajam, memperdalam, dan memperluas kesadarannya pada pengalaman yang secara terus menerus. Dengan pengalaman yang ia dapatkan, dia gunakan sebagai pembelajaran dan memperluas wawasannya untuk melangkah ke depan.
- (3) Memusatkan dan memfokuskan kesadarannya kepada hal-hal yang sengaja dihindari. Artinya anak mengetahui alasan kenapa dia tidak melakukan suatu hal apakah itu baik atau buruk untuk dirinya.

- b) Mengajarkan pemahaman situasi sosial dan etika sosial pada anak.

Untuk sukses dalam membina dan mempertahankan sebuah hubungan, anak perlu memahami norma-norma sosial yang berlaku. Di dalamnya terdapat ajaran yang membimbing anak bertingkah laku yang benar dalam situasi sosial. Dalam bersosialisasi anak-anak harus memahami kaidah moral. Dalam hal ini mana perbuatan yang harus dilakukan anak dan ada pula perbuatan yang tidak boleh dilakukannya.⁸¹ Seperti mengetahui etika bertamu, meminjam, memenuhi undangan menengarkan, duduk, dan sebagainya.

⁷⁹ Daniel Golmen, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, Gramedia Pustaka, Jakarta, 2000, hlm. 513

⁸⁰ T. Safaria, Op. Cit. hlm. 50

⁸¹ *Ibid.*, hlm. 65

c) Mengajarkan pemecahan masalah efektif pada anak.

Setiap anak membutuhkan ketrampilan untuk memecahkan masalah secara efektif, terutama masalah yang berkaitan dengan konflik interpersonal. Anak-anak yang mempunyai kecerdasan emosi sosial tinggi adalah mereka yang dapat mengenal bagaimana perasaannya dan bagaimana mengontrol perasaannya. Sehingga anak-anak lebih mudah mengatasi masalah-masalah yang dihadapi baik masalah pelajaran maupun masalah hubungan dengan kawan-kawan.⁸²

Terdapat enam tahap untuk mengajarkan pemecahan masalah pada anak, yaitu.⁸³

- (1) *Problem recognition*. Yakni anak harus mengetahui, mengertai, dan memahami masalah apa yang sebenarnya sedang ia hadapi.
- (2) *Problem definition*. Yaitu setelah anak mengathui masalahnya anak harus dapat mendefinisikannya secara akurat, tepat, spesifik, dan pasti apa masalahnya.
- (3) Selanjutnya yaitu mengajari anak mampu menyiapkan dan menentukan strategi apa yang akan ia gunakan untuk menyelesaikan masalahnya tersebut.
- (4) Tahapan selanjutnya yaitu mengajari anak untuk mengumpulkan pengetahuannya, menimbang dan mengorganisir informasi-informasi penting sebelum ia menerapkan strateginya.
- (5) Mengajari anak untuk memilih sumber daya yang akan digunakan sehingga tidak terlalu banyak menghabiskan energi dengan percuma.
- (6) Pada tahapan terakhir yaitu menjarai anak untuk mengamati dan mengevaluasi selama proses pemecahan masalah.

⁸² Ratna Megawangi, *Pendidikan karakter*, Indonesia Heritage Foundation, Bogor, 2004, hlm. 55

⁸³ T. safari, *Op., Cit.*, hlm. 85

3) Dalam dimensi *social communication* ini ketrampilan yang perlu dikembangkan adalah sebagai berikut:

a) Mengajarkan komunikasi dengan santun pada anak.

Untuk dapat bermain dengan orang lain anak harus bisa mengerti dan dimengerti oleh teman-temannya. Ini mendorong anak untuk belajar bagaimana berkomunikasi dengan baik, bagaimana membentuk hubungan sosial, bagaimana menghadapi dan memecahkan masalah-masalah yang timbul dalam hubungan tersebut.⁸⁴

Terdapat empat ketrampilan komunikasi dasar yang perlu dilatih pada anak yang jika ia menguasainya maka ia mampu mengembangkannya maka kecerdasan interpersonalnya secara matang. Keempat keterampilan itu yaitu:

- (1) Berlatih memberikan umpan balik. Sebelum anak mampu memberikan umpan balik dia harus mampu menerima umpan balik. Kalau mereka penerima yang baik, rasa sensitif dan toleransi mereka tentulah memungkinkan mereka untuk menghargai orang lain. Hal ini dikarenakan setiap perilaku akan dipersepsikan secara berbeda oleh orang lain.
- (2) Berlatih mengungkapkan perasaan.

Ada dua cara mengungkapkan perasaan yaitu pengungkapan secara verbal dan pengungkapan secara non verbal. Pengungkapan secara verbal dilakukan melalui media kata-kata dengan mendeskripsikannya, sedang pengungkapan dengan non verbal dengan menggunakan sorotan mata yang tajam, senyuman atau raut wajah.⁸⁵

⁸⁴ A. Stiono Mangoen Prasadjo, Siti Nurhayati, *Op.Cit.*, hlm. 241

⁸⁵ T. safari, *Op., Cit.*, hlm. 141

(3) Berlatih mendukung dan menanggapi

Ada lima macam cara anak menanggapi orang lain yang dikemukakan Johnson yang dikutip oleh T Safaria dalam buku *interpersonal intelligence* yaitu menasehati dan memberi penilaian, menganalisis dan menafsirkan, meneguhkan dan memberi dukungan, menanyai dan menyelidiki, serta memahami perasaan orang lain⁸⁶

(4) Berlatih menerima diri dan orang lain

Sebelum anak mampu menerima orang lain dia harus mampu menerima dirinya sendiri atau menilai diri mereka secara positif mengenai diri mereka. Dan ini akan mempengaruhi pada penerimaan orang lain dan lebih terbuka (*extrovert*).⁸⁷

b) Mengajarkan mendengarkan efektif pada anak

Keterampilan ini akan membantu dan menunjang proses komunikasi anak dengan orang lain. Sebab orang akan merasa dihargai dan diperhatikan ketika mereka merasa dihargai dan didengarkan.⁸⁸ Karena hubungan komunikasi tidak akan terjalin dengan baik jika salah satu pihak mengacuhkan pihak yang lain.

5. Pengaruh *Peer Counseling* dengan Pendekatan *Client Centerd* Terhadap Peningkatan Keterampilan Interpersonal Siswa

Keterampilan interpersonal meliputi kebiasaan, sikap, perilaku, penampilan, dan perilaku di sekitar orang lain yang mempengaruhi bagaimana kita bergaul dengan orang lain. Kita kadang-kadang tidak mengerti betapa pentingnya keterampilan interpersonal sebenarnya. Sangat mudah untuk tertawa dan membuat lelucon tentang orang-orang yang jelas-jelas tidak memiliki keterampilan interpersonal, tapi kadang-kadang kita

⁸⁶ *Ibid*, hlm. 149

⁸⁷ *Ibid*, hlm. 155

⁸⁸ *Ibid*, hlm. 163

perlu memikirkan pendapat orang lain tentang kita sendiri untuk lebih mempersiapkan diri untuk sukses dalam kehidupan serta untuk berkarir produktif.

Teman sebaya merupakan salah satu orang yang berpengaruh dalam perkembangan remaja. Bagi sebagian remaja, teman adalah kekayaan yang sangat besar maknanya. Sebagian besar waktu mereka baik di luar kelas maupun di luar rumah lebih banyak dihabiskan bersama teman-temannya yang sebagian besar sebaya. Teman sebaya menjadi model peran yang penting, di samping guru, wali kelas, guru pembimbing, kepala sekolah dan orang dewasa lain yang ada di sekolah dan orang tua rumah. Dimana terdapat tiga kekuatan kelompok sebaya (*peer group*), yaitu (1) adanya kebutuhan untuk meningkatkan kemampuan mengarahkan diri (*self-direction*), (2) untuk memenuhi kebutuhan mencari realitas, dan (3) kebutuhan prestasi serta memperoleh kepuasan dalam kelompok sosial (*peer society*).⁸⁹

Interaksi yang intensif dan kebersamaan sebagian besar waktu di antara remaja yang menunjukkan bahwa pada masa remaja kedekatan hubungan dengan teman sebaya meningkat secara drastis. Konformitas terhadap teman sebaya dapat berdampak positif dan negatif. Beberapa tingkah laku konformitas negatif antara lain menggunakan kalimat atau kata-kata tidak baik, mencuri, tindakan perusakan, serta mempermainkan orang tua atau guru. Namun demikian, tidak semua konformitas terhadap kelompok sebaya berisi tingkah laku negatif. Tingkah laku konformitas yang positif terhadap teman sebaya antara lain bersama-sama teman sebaya mengumpulkan dana untuk kepentingan kemanusiaan, mencoba mencari solusi atas masalah yang dihadapi oleh temannya.

Memperhatikan pentingnya peran teman sebaya, maka pengembangan lingkungan sebaya yang positif merupakan cara efektif yang dapat ditempuh untuk mendukung perkembangan remaja. Salah satunya adalah dengan konseling teman sebaya.

⁸⁹ Diana Kurnia Sari, *Peer Counseling (Online)* tersedia di <http://blog.uad.ac.id/diana1300001058/2014/12/12/artikel-peer-counseling/> diakses pada 21 Maret 2017

Disebutkan di atas bahwa di antara tujuan dari konseling teman sebaya yaitu agar seseorang dapat lebih terbuka menceritakan permasalahannya, Membantu teman agar lebih terbuka, serta membantu teman yang bermasalah. Sedangkan peran konselor dalam konseling teman sebaya adalah sebagai model rujukan bersikap dan berperilaku positif, sebagai pemimpin kelompok yang memfasilitasi dan mengorganisir kerja kelompok, dan sebagai penghubung antara konselor ahli (Guru Bimbingan dan Konseling) dengan konseli.

Mengingat pentingnya teman sebaya dalam kehidupan sehari-hari, tentu saja pada pelaksanaan *peer counseling* dapat membawa pengaruh terhadap keterampilan interpersonal dan peningkatannya. Karena dalam praktiknya, setiap orang pasti memerlukan orang lain dan tidak bisa hidup sendiri. Oleh karenanya keterampilan interpersonal harus diasah dengan baik dan diberi fasilitas untuk ditingkatkan supaya dalam penerapannya mereka dapat membentuk konformitas yang positif.

Peer counseling membantu meningkatkan keterampilan interpersonal melalui teman sebaya yang bertugas sebagai konselor yang merupakan tangan panjang dari konselor di sekolah yang sesungguhnya yaitu guru pembimbing. Mereka yang bertugas sebagai konselor tidak saja bertugas sebagai teman tapi juga sebagai fasilitator, tutor sekaligus mediator untuk teman mereka. Dengan kompetensi yang dimiliki mereka dengan senang hati membantu mengentaskan masalah teman mereka sehingga menjadi lebih baik dari sebelumnya. Setelah melalui proses dan tahapan konseling, mereka yang mulanya sulit untuk mengkomunikasikan masalah yang dihadapi dengan secara terbuka bersedia menceritakannya kepada teman mereka yang bertugas sebagai konselor sehingga terpecahkan masalahnya. Karena salah satu ciri keterampilan interpersonal adalah dapat mengkomunikasikan apa yang menjadi masalahnya dengan orang lain.

Peningkatan keterampilan interpersonal selain dapat dipengaruhi oleh teman sebayanya, juga dipengaruhi oleh diri sendiri. Karena pada dasarnya segala sesuatu yang terdapat dalam diri tidak akan dapat berkembang apalagi meningkat jika diri sendiri tidak mau menerima apa yang dia miliki.

Sehingga perlu adanya sebuah pendekatan untuk dapat membantu diri agar dapat menerima apa yang ada di dalam diri sendiri. Salah satunya caranya adalah dengan pendekatan *client centered*.

Client centered merupakan salah satu pendekatan dalam konseling yang berbasis humanistik. Pendekatan *client centered* lebih mengutamakan potensi yang dimiliki oleh konseli dalam memecahkan permasalahannya sendiri. Hal tersebut dikarenakan, konseli pada pendekatan ini diyakini oleh Rogers sebagai manusia yang memiliki *worth* dan *dignity* di dalam dirinya. Oleh karenanya, konseli layak diberikan penghargaan (*respect*). Konseli juga dipercaya memiliki kapasitas untuk mengatur dirinya sendiri, dan diberikan kesempatan membuat penilaian yang bijaksana, serta dipercaya mampu memilih nilainya sendiri.

Tiga ciri dari sikap konselor yang dibutuhkan dan terkenal pada pendekatan *client centered* dalam membantu keberhasilan proses konseling adalah kongruen atau keaslian konselor, perhatian positif tidak bersyarat yang diberikan konselor pada konseli, dan pemahaman empati yang akurat. Sikap konselor dapat membantu konseli melihat konsep dirinya dan mengatasi apabila konsep dirinya mengalami ketidaksesuaian (*incongruence*).

Keberadaan sikap konselor tersebut dilakukan agar tujuan dari konseling dapat tercapai, diikuti dengan keterampilan interpersonal yang dimiliki konselor. Tujuan konseling dalam pendekatan *client centered* adalah membantu konseli menemukan konsep dirinya yang lebih positif melalui komunikasi pada saat proses konseling, dengan memandang konseli sebagai individu yang berharga, penting, dan memiliki potensi positif dengan penerimaan tidak bersyarat dari konselor.

Dengan pendekatan *client centered*, keterampilan interpersonal ditingkatkan oleh diri mereka sendiri. Hal ini dikarenakan seorang siswa bertemu secara langsung dengan guru pembimbing yang juga bertugas sebagai konselor. Konselor melalui teman sebaya dengan tahapan-tahapan dan teknik-teknik konseling mengarahkan konselinya untuk

dapat menerima dan bertanggung jawab atas dirinya dengan segala kemampuan dan kompetensi yang dimilikinya. Salah satu kekuatan dari pendekatan *client centered* adalah bahwa pendekatan ini tidak dogmatik dan konselor memiliki jenjang mereka sendiri untuk mengembangkan gaya konseling mereka sendiri.

B. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu merupakan telaah atau ulasan yang mengarah kepada pembahasan tesis atau penelitian periode sebelumnya, sehingga akan diketahui titik perbedaan yang jelas. Terdapat beberapa penelitian yang mengungkapkan keberhasilan tentang *peer counseling* dan *client centered* serta hasilnya sehingga akan diketahui letak persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan serta untuk memperkaya teori peneliti. Dalam penelitian ini peneliti mengadakan penelitian pre-eksperimen menggunakan *peer counseling* dengan pendekatan *client centered* untuk mengetahui pengaruh positif terhadap peningkatan keterampilan interpersonal siswa siswa kelas XI di MA NU Banat Kudus. Apakah dengan pemberian perlakuan kepada siswa-siswa yang memiliki keterampilan interpersonal rendah dapat memberikan pengaruh dalam meningkatkan keterampilan interpersonal siswa. Beberapa penelitian yang pernah penulis baca adalah dapat dilihat sebagaimana tabel 2.1

Tabel 2.1

Data Peneliti dan Penelitian Terdahulu

NO	TAHUN	PENELITI	JUDUL	PENERBIT	HASIL
1	2015	Shofi Puji Astuti	Efektifitas Konseling Sebaya (<i>peer Counseling</i>) dalam Menuntaskan Masalah Siswa (Studi di MAN 2	UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta	Pelaksanaan konseling sebaya menggunakan tiga tahap yaitu pemilihan calon konselor, pembekalan calon konselor, dan pengorganisasian

			Yogyakarta)		pelaksanaan konseling sebaya. Faktor pendukung diantaranya yaitu adanya kesadaran siswa untuk berkonsultasi mengenai masalahnya, kerja sama yang baik antara konselor sebaya dengan pihak-pihak terkait. Diantara faktor penghambatnya yaitu kurangnya kerja sama dari pihak sekolah dengan pihak terkait.
2	2013	Kadek Suranata	Pengembangan Model Tutor Bimbingan Konseling Sebaya (<i>Peer Counseling</i>) Untuk Mengatasi Masalah Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Undiksha	Jurnal Pendidikan Indonseia Vol. 2, No. 2, Oktober 2013	(1) masalah yang paling dirasakan mahasiswa FIP Undiksha berdasarkan hasil analisis AUM PTSDL adalah terkait dengan penguasaan keterampilan belajar dengan skor mutu 47,2 atau pada kategori rendah sedangkan rata-rata masalah yang dialami pada aspek keterampilan belajar ini adalah

					22,5 atau pada kategori sedang. (2) hasil validasi model menggunakan nilai R sebesar 0,90 yang dapat bermakna bahwa model tutor bimbingan konseling teman sebaya layak dikembangkan lebih lanjut.
3	2015	Amelia Atika dan Kamaruzzaman	Upaya Meningkatkan Kecerdasan Emosional Melalui <i>Peer Counseling</i> Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 10 Pontianak	Sosial Horizon: Jurnal Peniddikan Indonesia, Vol. 2, No. 2, 2015	Tingkat kecerdasan emosional calon <i>peer counselor</i> setelah diberi layanan <i>peer counseling</i> siklus 2 adalah 139,2 masuk dalam kategori tinggi, dengan persebaran 9 calon <i>peer counselor</i> yang masuk dalam kategori tinggi, dan hanya 1 calon <i>peer counselor</i> yang masuk kategori sedang.
4	2015	Silvia Yula Wardani dan Rischa Pramuia Trisnani	Konseling Sebaya untuk Meningkatkan Perilaku Prososial Siswa	Jurnal Psikopedagogia No 2 Vol. 4 2015, ISSN 2301-6167	hasil analisis data menunjukkan rata-rata perubahan skor prososial siswa sebesar 61 atau

					36%. Rata-rata data pretest sebesar skor 85 atau 49%, dan pada rerata data posttest sebesar skor 146 atau 85%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling sebaya efektif untuk meningkatkan perilaku prososial siswa SMP Negeri 8 Madiun.
5	2011	Iceu rohayati	<i>Program Bimbingan Teman Sebaya Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa (Studi Pre-Ekperimental pada Siswa SMA Negeri 13 Bandung Kelas XI Tahun Pelajaran 2010-2011)</i>	Jurnal Edisi Khusus No. 1, Agustus 2011, ISSN, 1412 - 565X	Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa percaya diri siswa berada pada kategori sedang. Upaya pelaksanaan bimbingan teman sebaya selama ini belum terlaksana. Hasil validasi menunjukkan program bimbingan teman sebaya efektif meningkatkan percaya diri siswa. Direkomendasikan agar dapat dilaksanakan disekolah

					menggunakan kelompok pembanding dan ditambah instrumen eksternal.
6	2014	Mohammad fakhri	Efektivitas Pendekatan <i>Client Centered Therapy</i> Dan <i>Rational Emotive Therapy</i> Terhadap Kematangan Penerimaan Diri Siswa Dalam Menentukan Pilihan Program Studi (Studi Di Madrasah Aliyah Annajah Al-Halimy Gunung Sari)	Jurnal al-Tazkiah, Vol.4 No.1, 2014: 47-56	Dari penelitian ini diperoleh temuan berikut. (1) Pendekatan <i>Rational Emotive Therapy</i> lebih efektif dari pada pendekatan <i>Client Centered Therapy</i> dan <i>Eclectic Therapy</i> sebagai metode dalam membantu siswa untuk mengambil keputusan pemilihan program studi (2) Pemilihan program studi di Madrasah Aliyah Annajah Al-Halimy Gunung Sari dipengaruhi oleh faktor minat, kemampuan, cita-cita, penyesuaian sosial, sifat kepribadian, penyesuaian vokasional, pendidikan/peningkatan prestasi belajar dan kepercayaan diri.

7	2014	Kadek Vivien Windayani, Dharsana, dan Kd. Suranata	Penerapan Konseling <i>Client-Centered</i> Dengan Teknik Permisif Untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa Kelas X. IPS 2 SMA Negeri 2 Singaraja	e-journal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling Volume: 2 No 1, Tahun 2014	Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa kategori harga diri siswa pada siklus I adalah katagori sedang 7 orang (26%), kategori rendah 16orang (59%), kategori Tinggi 4 orang (15%). Jika dibandingkan dengankategori skor harga diri siswa pada siklus II sebagai berikut siswa dengan kategori sangat tinggi 10 orang (37%), tinggi 17 orang (63%). Ini menunjukkan sudah ada peningkatan secara signifikan. Jadi dapat disimpulkan bahwa konseling client centered dengan teknik permisif efektif digunakan untuk meningkatkan harga diri siswa kelas X IIS 2 SMA Negeri 2 Singaraja.
8	2014	Ni Putu Wahyu	Penerapan Konseling	e-journal Universitas	Hasil penelitian menunjukkan

		<p>Damayanthi, Gede Sedanayasa, dan Ni Nengah Madri Antari</p>	<p><i>Client Centered Dengan Teknik Self Understanding</i> Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Kelas VIII B2 SMP Negeri 2 Sawan Tahun Ajaran 2013/2014</p>	<p>Pendidikan Ganesha Volume : 2 No:1 Tahun 2014</p>	<p>terjadi peningkatan kemandirian belajar siswa. Peningkatan persentase kemandirian belajar siswa pada pelaksanaan siklus I terjadi peningkatan pada 3 orang siswa yang mencapai kriteria diatas 65% dengan rata-rata persentase peningkatan pada siklus I adalah 21.83%, sedangkan 2 orang siswa masih berada dibawah kriteria 65%. Pada pelaksanaan siklus II, 2 orang siswa yang belum mencapai kriteria 65% pada siklus I mengalami peningkatan diatas 65% dengan rata-rata persentase peningkatan 24.23%. Jadi dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling <i>client centered</i> dengan teknik self</p>
--	--	----------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

					understanding dapat meningkatkan kemandirian belajar siswa.
9	2016	P.V Sriyani Wikarta	Pelaksanaan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan <i>Person-Centered Therapy</i> Dalam Menangani Regulasi Diri Rendah Empat Mahasiswa Angkatan 2014 Prodi Bimbingan Dan Konseling Fakultas Pendidikan Dan Bahasa Unika Atma Jaya	Jurnal Psiko-Edukasi, Oktober 2016, (125-142) Vol. 14, 2016 ISSN: 1412-9310	Hasil penelitian menunjukkan dalam masalah regulasi diri, pendekatan <i>Person-Centered Therapy</i> dalam konseling kelompok berhasil meningkatkan motif para anggota kelompok untuk memperbaiki prestasi belajar dan kinerja dalam proses belajar, tetapi pendekatan ini kurang berhasil mengubah perilaku subjek penelitian untuk melakukan regulasi diri dalam waktu yang singkat. Dibutuhkan dua siklus untuk dilakukan tindakan lebih lanjut yaitu siklus pertama untuk menyembuhkan luka batin dan

					siklus yang kedua untuk membantu subyek memperbaiki regulasi dirinya.
--	--	--	--	--	-----------------------------------------------------------------------

C. Kerangka Berfikir

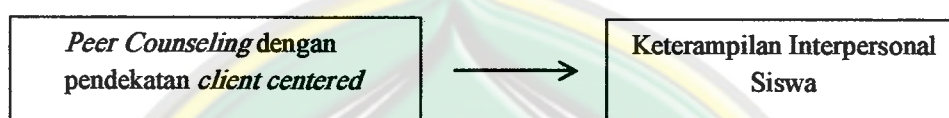
Keterampilan interpersonal merupakan salah satu keterampilan yang dimiliki oleh setiap orang. Begitupun dengan siswa MA Banat. Karena pada dasarnya, ketika mereka bersosialisasi dengan dunia sekitarnya baik di lingkungan sekolah, rumah, ataupun masyarakat tidak terlepas dari keterampilan interpersonal. Sehingga keterampilan interpersonal siswa yang mereka miliki harus dibina dan ditingkatkan.

Salah satu cara untuk meningkatkan keterampilan interpersonal salah satunya adalah dengan memanfaatkan bimbingan dan konseling madrasah/ diantaranya dapat menggunakan pendekatan *peer counseling* dengan pendekatan *client centered*. *Peer counseling* merupakan program bimbingan yang dilakukan oleh siswa terhadap siswa yang lainnya. *Peer counseling* dipilih karena yang bertugas menjadi konselor adalah dari teman sejawatnya sendiri. Di mana seorang remaja lebih sering bercerita tentang segala sesuatu yang dihadapinya kepada temannya. Siswa yang menjadi pembimbing sebelumnya diberikan latihan atau pembinaan oleh konselor. Teman yang menjadi konselor berfungsi sebagai mediator yang membantu konselor dengan cara memberikan informasi tentang kondisi, perkembangan, atau masalah siswa yang perlu mendapat layanan bantuan bimbingan atau konseling. Kemudian pendekatan *client centered* dipilih karena pada pendekatan ini klien datang kepada konselor dan mulai mengadakan konseling. Jadi pada pendekatan *client centered* bukan konselor yang mendatangi konseli namun sebaliknya. Dan bertujuan untuk membina kepribadian klien secara integral, berdiri sendiri dan mempunyai kemampuan untuk memecahkan masalah sendiri. Tahap-tahap melaksanakan pendekatan *client centered* adalah a) membangun hubungan awal dengan klien, b) mendorong klien mengungkapkan perasaan, c) membantu mengembangkan *insight*, d)

mendorong untuk membuat keputusan tentang masalahnya, e) mengemukakan kegiatan yang akan di ambil, f) melaksanakan evaluasi. Dengan siswa sebagai konselor dan menjadikan klien sebagai pusat konseling akan dapat meningkatkan keterampilan interpersonal siswa. Sehingga kerangka pemikiran dalam penelitian ini dapat dilihat dari gambar berikut ini:

Bagan 2.1

Pengaruh *peer counseling* dengan pendekatan *client centered* terhadap keterampilan interpersonal siswa



D. Pengajuan Hipotesa

Mengacu dari kajian teori sebagaimana kerangka berpikir yang dijadikan dlandasan studi ini, selanjutnya diajukan hipotesa penelitian yakni bahwa *Peer Counseling* dengan pendekatan *client centered* berpengaruh positif terhadap peningkatan keterampilan interpersonal siswa kelas XI MA Banat Kudus.