

**PENGGUNAAN KONSELING *CLIENT CENTERED* UNTUK  
MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR PADA SISWA KELAS XI  
SMA NEGERI 14 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**(SKRIPSI)**

Oleh

**RISNI ANJANI**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2018**

## ABSTRAK

### PENGGUNAAN KONSELING *CLIENT CENTERED* UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 14 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2017/2018

Oleh  
RISNI ANJANI

Masalah dalam penelitian ini kemandirian belajar siswa rendah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan kemandirian belajar dengan menggunakan konseling *client centered* pada siswa kelas XI SMA Negeri 14 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018. Penelitian ini menggunakan metode *pre-eksperimental* dengan *one group pretest-posttest design* kemudian dianalisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon*. Subjek penelitian sebanyak 4 siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah. Teknik pengumpulan data menggunakan skala kemandirian belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemandirian belajar mengalami peningkatan setelah diberikan konseling *client centered*. Hal ini ditunjukkan dengan membandingkan hasil *posttest dan pretest*, diperoleh harga  $z_{hitung} = -1,826$  dan  $z_{tabel} = 1.645$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dan hasil analisis memperlihatkan peningkatan sebesar 41%. Karena  $z_{hitung} < z_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya terdapat peningkatan kemandirian belajar setelah diberikan layanan konseling *Client Centered* pada siswa kelas XI SMA Negeri 14 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018.

**Kata kunci :** Bimbingan dan Konseling, konseling *Client Centered*, kemandirian belajar.

**PENGGUNAAN KONSELING *CLIENT CENTERED* UNTUK  
MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR PADA SISWA KELAS XI  
SMA NEGERI 14 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

Oleh

**RISNI ANJANI**

Skripsi

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar  
**SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Jurusan Ilmu Pendidikan  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2018**

Judul Skripsi : **PENGGUNAAN KONSELING *CLIENT CENTERED* UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 14 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2017/2018**

Nama Mahasiswa : ***Risni Anjani***

Nomor Pokok Mahasiswa : 1313052049

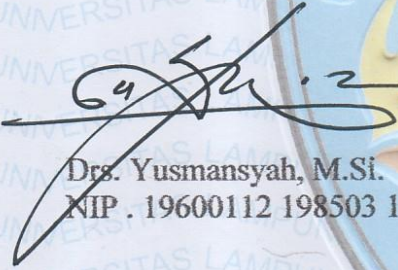
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

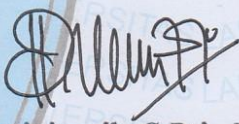
Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

**MENYETUJUI**

1. Komisi Pembimbing

  
Drs. Yusmansyah, M.Si.  
NIP. 19600112 198503 1 004

  
Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi.  
NIP 19790714 200312 2 001

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

  
Dr. Riswanti Rini, M.Si.  
NIP. 19600328 198603 2 002

**MENGESAHKAN**

**1. Tim Penguji**

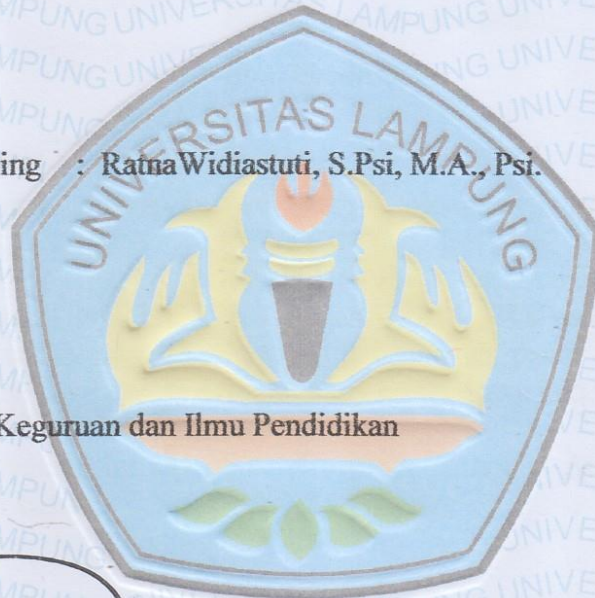
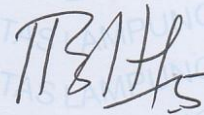
**Ketua : Drs. Yasmansyah, M.Si.**



**Sekretaris : Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi.**



**Penguji  
Bukan Pembimbing : Ratna Widiastuti, S.Psi, M.A., Psi.**



**2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**Dr. H. Muhammad Fuad, M.Hum.**  
**NIP 19590722 198603 1 003**

**Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 10 Januari 2018**

## PERNYATAAN SKRIPSI MAHASISWA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Risni Anjani  
Nomor Pokok Mahasiswa : 1313052049  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Jurusan : Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“PENGGUNAAN KONSELING *CLIENT CENTERED* UNTUK MENINGKATKAN KEMANDIRIAN BELAJAR PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 14 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2017/2018”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada bulan Agustus 2017. Skripsi ini bukan hasil menjiplak atau hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Atas perhatiannya, saya ucapkan terima kasih.

Bandar Lampung, 2018  
Yang menyatakan,



**Risni Anjani**  
NPM 1313052049

## RIWAYAT HIDUP



Risni Anjani lahir di Bandar Lampung, Provinsi Lampung tanggal 07 Januari 1995, sebagai putri kedua dari empat bersaudara, dari pasangan Bapak Rudi Yusmi dan Ibu Suriyati.

Pendidikan formal diawali dari: Taman Kanak-Kanak (TK) Dharma Wanita Bandar Lampung diselesaikan Tahun 2001, Pendidikan Sekolah Dasar (SD) Negeri 2 Raja Basa Provinsi Bandar Lampung diselesaikan tahun 2007, Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 8 Bandar Lampung, diselesaikan tahun 2010, kemudian melanjutkan ke Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 3 Bandar Lampung diselesaikan tahun 2013.

Tahun 2013, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan melalui jalur SNMPTN.

Tahun 2016 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Praktik Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah (PLBK-S) di SMA Bina Karya Rumbia, kedua kegiatan tersebut dilaksanakan di Kelurahan Rumbia, Kecamatan Putra Rumbia, Kabupaten Lampung Tengah, dan melakukan penelitian di SMA Negeri 14 Bandar Lampung.

## MOTTO

***“Bersikaplah kukuh seperti batu karang yang tidak putus-putus nya dipukul ombak. Ia tidak saja tetap berdiri kukuh, bahkan ia menentramkan amarah ombak dan gelombang itu.”***

***(Marcus Aurelius)***

***“kegagalan hanya terjadi bila kita meyerah.”***

***(Lessing)***

***"Orang-orang yang sukses telah belajar membuat diri mereka melakukan hal yang harus dikerjakan ketika hal itu memang harus dikerjakan, entah mereka menyukainya atau tidak. "***

***(Aldus Huxley)***



## **PERSEMBAHAN**

Dengan segenap rasa syukur kehadiran Allah SWT, atas izin dan Ridho nya skripsi ini dapat terselesaikan dan dapat kupersembahkan kepada:

Ayahandaku tersayang Rudi Yusmi serta Mamaku tercinta Suriyati,

yang dengan ikhlas memberikan kasih sayang dalam membesarkan, mendidik, mendoakan dan tak putus memberikan semangat dalam menjalani kehidupan, atas segala jerih payah dan perjuangannya sehingga dapat mencapai keberhasilanku.

Kakak dan Adikku tercinta Ressi Novia Sari, Ilham Ferdiansyah, Muhammad Rafli yang telah mewarnai dunia dan memotivasi untuk dapat menggapai semua cita dan mimpi.

Keluarga Besarku

Sahabat-Sahabatku

Penyemangatku Muhammad Syaifuddin yang selalu menyemangati dan memotivasiku

Teruntuk almamater kebanggaan Universitas Lampung

Tempat memperoleh ilmu dan merancang mimpi yang menjadi sebagian jejak langkah menuju keberhasilan dan kesuksesan.

## SANWACANA

Puji Syukur kehadiran Allah SWT, atas segala nikmat dan karunia-Nya sehingga dapat terselesainya skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam meraih gelar Sarjana Pendidikan.

Skripsi yang berjudul “Penggunaan Konseling *Client Centered* Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar” Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari peranan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. H. Muhammad Fuad, M.Hum., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Ibu Dr. Riswanti Rini, M.Si., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Drs. Yusmansyah, M.Si., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, Pembimbing Akademik sekaligus Pembimbing Utama. Terima kasih atas bimbingan, saran, dan masukannya kepada penulis.
4. Ibu Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi selaku Pembimbing Pembantu. Terima kasih atas bimbingan, kesabaran, saran, dan masukan berharga yang telah diberikan kepada penulis.
5. Ibu Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi selaku dosen penguji. Terima kasih atas kesediaannya memberikan bimbingan, saran, dan masukan kepada penulis.

6. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP UNILA (Drs. Giyono M.Pd., Drs. Muswardi Rosra M.Pd., Drs. Syaifudin Latif, M.Pd., Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd., M. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi., Psi., Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi., Ranni Rahmayanthi Z, S.Pd., M.A., Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi., Citra Abriani Maharani, M.Pd., Kons., Yohana Oktariana, M.Pd, Asri Mutiara Putri, S.Psi., M.Psi., Psi.) terima kasih untuk semua bimbingan dan pelajaran yang begitu berharga yang telah bapak ibu berikan selama perkuliahan.
7. Bapak dan Ibu Staff Administrasi FKIP UNILA, terima kasih atas bantuannya selama ini dalam membantu menyelesaikan keperluan administrasi.
8. Ibu Dra. Rosidah Sembiring., MM, selaku kepala SMA Negeri 14 Bandar Lampung, beserta guru dan para staff yang telah membantu penulis dalam melakukan penelitian.
9. Orang tuaku tercinta, Ayah Rudi Yusmi dan Mama Suriyati yang tak henti-hentinya menyayangiku, memberikan doa, nafkah, dukungan, motivasi, semangat untukku, serta dengan sabar menantikan keberhasilanku.
10. Untuk kakak dan adikku tercinta, Ressi Novia Sari, Ilham Ferdiansyah dan Muhammad Rafli. Terimakasih telah menjadi saudara yang baik yang selalu mendukung langkahku dan selalu memberikan canda tawa tiada bosan.
11. Untuk teman hidupku tersayang Muhammad Syaifuddin. Terimakasih telah memberikan motivasi dan semangat dalam mengerjakan skripsi ini, serta terima kasih atas canda dan tawamu yang menghibur hati saat diriku lelah.

12. Orangtua dan saudara-saudara keduaku di Metro, Tante, Om, Tita, Elang, Gusti, Diva, dan Intan. Terimakasih telah memberikan dukungan emosional dan dukungan penghargaan untukku.
13. Teman-teman seperjuanganku BK 2013, dan kakak tingkat, adik tingkat, serta semua mahasiswa bimbingan dan konseling yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih banyak atas masukan, saran, motivasi, serta semangatnya.
14. Sahabat-sahabat seperjuanganku BTC, Ria monica fitaloca, Anggi Ananda putri, Jeny Rafikah akmal, Faris Faisol dan Ahmad Zulfikar terima kasih atas canda tawa kalian, kebersamaan yang menyenangkan.
15. Teman-teman SMA ku, Desi Eriyanti, Mery Yana Sari, Nurhafifah, Puspita Cahya Rifai, dan Nanda Fitriani yang selalu memberi semangat.
16. Teman terbaikku selama di perkuliahan Tita Adelia Putri, Emma Lusiana, Intan Syafitri, Riska Apriyantie, Tri Maulita Sari, Sri Lestari yang selalu memberi motivasi dan selalu bersedia memberikan pertolongan.
17. Adik Danang, Rizki, Tania, dan Rahel dari SMA Negeri 14 Bandar Lampung terimakasih atas waktu, kerja sama dan dukungannya saat penelitian.
18. Almamaterku tercinta  
Terimakasih suka duka kita semua, semoga kita selalu mengingat kebersamaan ini. Penulis menyadari skripsi ini jauh dari kesempurnaan, dan penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua. Amin.

Bandar Lampung, 10 Januari 2018  
Penulis

Risni Anjani

## DAFTAR ISI

### Halaman

DAFTAR ISI .....	i
DAFTAR TABEL .....	iii
DAFTAR GAMBAR.....	iv
DAFTAR LAMPIRAN.....	v

### I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah .....	1
1. Latar Belakang .....	1
2. Identifikasi Masalah.....	7
3. Pembatasan Masalah.....	8
4. Perumusan Masalah .....	8
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	8
1. Tujuan Penelitian .....	8
2. Manfaat Penelitian .....	8
C. Ruang Lingkup Penelitian.....	9
1. Ruang Lingkup Objek Penelitian.....	9
2. Ruang Lingkup Subjek Penelitian .....	9
3. Ruang Lingkup Tempat dan Waktu.....	9
D. Kerangka Pemikiran.....	10
E. Hipotesis .....	15

### II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Kemandirian Belajar dalam Bimbingan Pribadi .....	16
1. Bidang Bimbingan Pribadi .....	16
2. Pengertian Kemandirian .....	19
3. Proses Perkembangan Kemandirian.....	22
4. Kemandirian sebagai Kebutuhan Psikologis Remaja.....	24
5. Pengertian Belajar .....	26
6. faktor-faktor dalam belajar.....	27
7. Pengertian Kemandirian dalam Belajar.....	29

8. Ciri-ciri kemandirian dalam Belajar .....	30
B. Konseling Client Centered .....	32
1. Konsep Dasar .....	32
2. Ciri-ciri Pendekatan Client Centered .....	33
3. Prosedur Konseling Client Centered .....	34
4. Tujuan Pendekatan Terapi.....	36
5. Tujuan Konseling .....	38
6. Teknik-Teknik Konseling Client Centered .....	38
7. Proses Konseling Client Centered.....	39
8. Kelemahan dan Kelebihan Konseling Client Centered.....	40
9. Tahap Konseling .....	41
C. Peningkatan Kemandirian Belajar dengan Client Centered .....	48

### **III. METODOLOGI PENELITIAN**

A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	50
B. Metode Penelitian.....	50
C. Subjek Penelitian.....	53
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	54
E. Teknik Pengumpulan Data .....	55
F. Uji Coba Instrumen.....	59
1. Uji Validitas .....	59
2. Uji Reliabilitas.....	62
G. Teknik Analisis Data.....	63

### **VI. HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian .....	66
1. Gambaran Hasil Pra Konseling Individu Client Centered .....	66
2. Deskripsi Data .....	68
3. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian.....	69
4. Langkah-Langkah Penanganan Masalah.....	71
5. Data skor subjeksebelum dan setelah mengikuti layanan konseling Client Centered (pretest dan posttest) .....	73
6. Analisis Data Hasil Penelitian .....	92
7. Uji Hipotesis.....	95
B. Pembahasan.....	96

### **V. KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	105
B. Saran.....	106

### **DAFTAR PUSTAKA**

**DAFTAR TABEL**

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
3.1 Alternatif pilihan jawaban skala.....	56
3.2 Kisi-kisi skala kemandirian belajar.....	57
3.3 Kriteria kemandirian belajar siswa.....	59
3.4 Uji Validitas .....	61
3.5 Kriteria Reliabilitas .....	63
4.1 Daftar Subjek Penelitian .....	67
4.2 Kriteria kemandirian belajar siswa.....	68
4.3 Hasil pretest.....	69
4.4 Hasil posttes .....	73
4.5 Perbandingan hasil pretest dan posttes.....	73
4.6 Perubahan kemandirian belajar Tania.....	78
4.7 Perubahan kemandirian belajar Danang.....	83
4.8 Perubahan kemandirian belajar Rizki .....	87
4.9 Perubahan kemandirian belajar Rahel.....	91
4.10 Analisis hasil penelitian menggunakan uji wilcoxon.....	94

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1.1 Kerangka pikir penelitian.....	14
3.1 Pola one-group pretest-posttest.....	51
4.1 Grafik peningkatan kemandirian belajar siswa.....	74
4.2 Grafik perubahan kemandirian belajar Tania.....	79
4.3 Grafik perubahan kemandirian belajar Danang.....	83
4.4 Grafik perubahan kemandirian belajar Rizki.....	88
4.5 Grafik perubahan kemandirian belajar Rahel.....	92
4.6 Grafik peningkatan kemandirian belajar sebelum dan sesudah mengikuti layanan konseling individual dengan pendekatan client centered.....	93



**DAFTAR LAMPIRAN**

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Skala kemandirian belajar .....	109
2. Hasil Penilaian para ahli .....	113
3. Perhitungan hasil uji ahli.....	124
4. Hasil uji coba.....	128
5. Data penjarangan subjek.....	132
6. Persentase peningkatan kemandirian belajar masing masing subjek.....	133
7. Uji wilcoxon.....	134
8. hasil coding verbatim .....	135
9. Dokumentasi	
10. Surat izin penelitian	
11. Surat balasan dari sekolah penelitian	

## **I. PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

#### **1. Latar Belakang**

Keseluruhan proses pendidikan di sekolah kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok, ini berarti berhasil tidak nya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai anak didik, dengan kata lain persoalan belajar sebagai budaya yang akan dikembangkan, tidak bisa dipisahkan dengan pemaknaan hakikat manusia baik yang belajar maupun yang membelajarkan, secara tersirat persoalan-persoalan itu mestinya menjadi rujukan dalam masalah-masalah belajar.

Masalah belajar adalah masalah yang selalu aktual dan dihadapi oleh setiap orang. Maka dari itu, banyak ahli-ahli membahas dan menghasilkan berbagai teori tentang belajar, dalam hal ini tidak dipertentangkan kebenaran setiap teori yang dihasilkan, tetapi yang lebih penting adalah pemakaian teori-teori itu dalam praktek kehidupan yang paling cocok dalam kehidupan kita, tidak bisa disangkal bahwa dalam belajar seseorang dipengaruhi oleh banyak faktor, sehingga bagi pelajar sendiri adalah penting untuk mengetahui faktor-faktor baik itu yang berasal dari dalam maupun dari luar pelajar itu sendiri dan menjadi lebih

penting lagi tidak hanya bagi pelajar tetapi juga bagi calon-calon pendidik, pembimbing dan pengajar dalam mengatur dan mengendalikan faktor-faktor yang mempengaruhi belajar sedemikian hingga dapat terjadi proses belajar yang optimal.

Keseluruhan proses belajar-mengajar terjadilah interaksi antara berbagai komponen, masing-masing komponen diusahakan saling mempengaruhi sedemikian, hingga dapat tercapai tujuan pendidikan dan pengajaran, salah satu komponen utama adalah “siswa” hal itu dapat dipahami, karena yang harus mencapai tujuan atau yang harus berkembang adalah sistem dan oleh karena itu siswalah yang harus belajar, namun tiap siswa merupakan individu yang unik, masing-masing mempunyai minat, kemauan, kemampuan, sifat-sifat, dan gaya belajar yang berbeda-beda, oleh karena itu perlu disediakan berbagai kegiatan belajar yang dapat dipilih oleh siswa itu sendiri, dan kegiatan belajar yang paling sesuai adalah kegiatan belajar mandiri.

Sistem belajar mandiri merupakan sistem pembelajaran yang didasarkan kepada disiplin terhadap diri sendiri yang dimiliki oleh siswa dan disesuaikan dengan keadaan perorangan siswa, yang meliputi antara lain kemampuan, kecepatan belajar, kemauan, minat, waktu yang dimiliki dan keadaan sosial ekonominya.

Sistem belajar mandiri siswa diharapkan lebih banyak belajar sendiri atau berkelompok dengan bantuan seminimal mungkin dari orang lain, karena itu siswa perlu memiliki kemauan yang kuat dan disiplin yang tinggi

dalam melaksanakan kegiatan belajarnya, kemauan yang keras akan mendorong siswa untuk tidak lekas putus asa dalam menghadapi kesulitan, sedangkan disiplin yang tinggi diperlukan supaya siswa selalu belajar sesuai dengan jadwal waktu yang diaturnya sendiri dan sesuai dengan tujuan yang akan di capai.

Kemandirian belajar dalam bidang bimbingan dan konseling termasuk pada bimbingan pribadi. Bimbingan pribadi adalah suatu layanan khusus yang menangani masalah yang tengah dialami diri klien, salah satunya yaitu adalah permasalahan menyangkut tentang kemandirian belajar siswa di sekolah.

Menurut Tirtarahardja dan Sulo (2000:33) kemandirian dalam belajar diartikan sebagai aktivitas belajar yang berlangsungnya lebih didorong oleh kemauan sendiri, pilihan sendiri, dan tanggung jawab sendiri dari pembelajar. Kemandirian disini berarti lebih ditekankan pada individu yang belajar dan kewajibannya dalam belajar dilakukan secara sendiri dan sepenuhnya dikontrol sendiri. Menurut Brookfield (2000:93) mengemukakan bahwa kemandirian belajar merupakan kesadaran diri, digerakkan oleh diri sendiri, kemampuan belajar untuk mencapai tujuannya.

Menurut Uno pengertian kemandirian belajar (2011:113) yaitu metode belajar dengan kecepatan sendiri, tanggung jawab sendiri, dan belajar yang berhasil. Jadi berhasil tidaknya dalam belajar semuanya ditentukan oleh pribadi tersebut. Menurut Mujiman (2009:81) kemandirian belajar

merupakan kegiatan belajar aktif, yang didorong oleh motif untuk menguasai sesuatu kompetensi, dan dibangun dengan bekal pengetahuan atau kompetensi yang telah dimiliki. Dalam penetapan kompetensi sebagai tujuan belajar dan cara pencapaiannya baik penetapan waktu belajar, tempat belajar, irama belajar, tempo belajar, cara belajar, sumber belajar, maupun evaluasi hasil belajar dilakukan sendiri.

Tujuan belajar itu sendiri tidak akan pernah tercapai apabila siswa itu sendiri tidak mampu dalam belajar mandiri, jika sudah terjadi demikian maka hal tersebut akan menyebabkan rendahnya prestasi belajar, karena kurangnya percaya diri akan kemampuan yang dimiliki, dan adanya rasa takut terhadap hasil yang akan dicapai apabila tidak mencotek tugas dengan orang lain, dan siswa tersebut juga akan selalu bergantung terhadap orang lain atau pada teman yang dianggapnya mampu memberikan pertolongan dalam segala hal, kurangnya disiplin yang tinggi dan kurang bertanggung jawab terhadap diri sendiri, pesimis dan selalu berpikir negatif serta tidak konsisten dalam mengambil keputusan, untuk itu dalam kegiatan proses belajar itu harus memberikan kesempatan kepada siswa untuk memilih kegiatan yang sesuai dengan gaya atau kemampuan belajar masing-masing siswa, supaya dapat membantu dalam melayani kemampuan perorangan yang harus dikembangkan pada tingkat kerumitan yang berbeda-beda, sehingga siswa yang latar belakang pengetahuannya masih kurang dapat memilih bahan yang lebih mudah, sebaliknya siswa yang telah maju dapat

memilih bahan dengan tingkat kemajuannya, sehingga tujuan pembelajaran akan tercapai.

Siswa yang tidak mandiri membuat ia selalu bergantung dengan orang lain didalam segala hal, contohnya saja dalam proses belajar, ia enggan bersusah-susah mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh gurunya, ia pasti akan meminta pertolongan dengan temannya, atau dengan mudahnya ia akan mencontek hasil kerja temannya tersebut, untuk itu dalam proses membantu siswa meningkatkan kemandirian belajar, penulis akan menggunakan pendekatan *Client Centered*, dimana pendekatan ini adalah pendekatan konseling dalam membantu siswa untuk mengetahui dirinya sendiri, orang yang harus menemukan tingkah laku yang pantas bagi dirinya, ia menganggap bahwa dirinya tidak mampu melakukan segala sesuatu, dan ia tidak percaya diri atas kemampuan yang dimiliki, sehingga hal demikian menyebabkan ia tidak mandiri dan selalu bergantung dengan orang lain.

Namun, setiap manusia dilahirkan dalam kondisi yang tidak berdaya, ia akan bergantung pada orangtua dan orang-orang yang berada di lingkungannya hingga waktu tertentu, seiring dengan berlalunya waktu dan perkembangan selanjutnya, seorang anak akan perlahan-lahan melepaskan diri dari ketergantungannya pada orang tua atau orang lain disekitarnya dan belajar untuk mandiri. Hal ini merupakan suatu proses alamiah yang dialami oleh semua makhluk hidup, tidak terkecuali manusia. Mandiri atau juga disebut berdiri di atas kaki sendiri merupakan

kemampuan seorang untuk tidak bergantung dengan orang lain serta bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya, kemandirian dalam konteks individu tentu memiliki aspek yang lebih luas dari sekedar aspek fisik.

Masalah ini ada siswa yang merasa tidak mampu mengerjakan tugas, ada siswa yang menganggap dirinya tidak bisa, ada siswa yang menganggap dirinya bodoh sehingga tidak mengerjakan tugas dan tidak mau belajar di rumah dan ada pula siswa yang berfikir untuk apa mengerjakan tugas di rumah jika di sekolah bisa mencontek, berdasarkan data diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa ada anak di SMA Negeri 14 Bandar Lampung yang memandang dirinya tidak bisa atau tidak mampu atau dalam kata lain pesimis dan berpikir negative maka dari itu peneliti memberikan layanan konseling individu menggunakan *Client Centered*, Rogers dalam Corey (2013:20) pendekatan *Client Centered* menaruh kepercayaan yang besar pada kesanggupan klien untuk mengikuti jalan terapi dan menemukan arahnya sendiri. Gagasan Rogers mengenai diri menyiratkan bahwa orang memiliki sebuah perasaan yang cenderung stabil mengenai keberhargaan diri atau harga diri. Untuk membahas mengenai perubahan dalam perasaan orang pada diri, maka dimunculkan usaha yang sistematis, seperti terapi yang berpusat pada klien (*client centered therapy*). Dalam hal ini, konseli adalah orang yang mengetahui dirinya sendiri, orang yang harus menemukan tingkah laku yang pantas bagi dirinya. Dengan empati yang cermat dan usaha untuk memahami kerangka internal konseli, konselor memberikan perhatian terutama pada

persepsi diri konseli dan persepsi dunia luar. Oleh sebab itu, pendekatan *client centered* diperkirakan tepat digunakan sebagai salah satu bentuk pendekatan dalam bimbingan dan konseling untuk dapat diberikan kepada siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian skripsi yang berjudul : “Penggunaan Konseling *Client Centered* untuk meningkatkan kemandirian belajar pada siswa kelas XI SMA Negeri 14 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018”.

## **2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka masalah yang timbul dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Terdapat siswa yang tidak adanya kecenderungan untuk berpendapat, berperilaku, dan bertindak sendiri.
2. Terdapat siswa yang selalu bergantung terhadap teman.
3. Terdapat siswa yang tidak disiplin dan tidak tanggung jawab terhadap tugas-tugas disekolah.
4. Terdapat siswa yang tidak adanya minat dan ketekunan dalam tugas di sekolah
5. Terdapat siswa yang tidak adanya keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki
6. Terdapat siswa yang tidak dapat berfikir dan bertindak secara kreatif dan tidak dapat menghadapi kesulitannya sendiri.



### **3. Pembatasan masalah**

Mengingat luasnya ruang lingkup permasalahan dalam penelitian ini, maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi hanya mengkaji tentang “penggunaan konseling *Client Centered* untuk meningkatkan kemandirian belajar pada siswa kelas XI di SMA Negeri 14 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018”

### **4. Perumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka masalah dalam penelitian ini adalah kemandirian yang rendah pada siswa. Maka rumusan masalahnya “Apakah penggunaan konseling *Client Centered* dapat meningkatkan kemandirian belajar pada siswa kelas XI di SMA Negeri 14 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018”

## **B. Tujuan dan manfaat penelitian**

### **1. Tujuan penelitian**

Sesuai dengan perumusan masalah yang telah dikemukakan diatas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan konseling *Client Centered* dalam kemandirian belajar pada siswa kelas XI SMA Negeri 14 Bandar Lampung.

### **2. Manfaat penelitian**

Manfaat penelitian sebagai berikut :

#### **a. Manfaat teoritis**

Memberikan sumbangan dalam rangka pengembangan ilmu pendidikan terutama dikaitkan dengan hal-hal yang berkaitan dengan

pengetahuan dibidang bimbingan dan konseling khususnya mengenai penggunaan pendekatan *client centered* untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa.

b. Manfaat praktis

Secara praktis penelitian ini dapat dijadikan sebagai suatu sumbangan informasi, pemikiran bagi siswa, orang tua, guru pembimbing dan tenaga kependidikan lainnya dalam penggunaan teknik *Client Centered* untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa.

### C. Ruang Lingkup Penelitian

Agar lebih jelas dan penelitian ini tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan maka penulis membatasi ruang lingkup penelitian ini sebagai berikut :

1. Ruang lingkup objek penelitian

Ruang lingkup objek penelitian ini adalah penggunaan konseling *Client Centered* untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa kelas XI di SMA Negeri 14 Bandar Lampung.

2. Ruang lingkup subjek penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI di SMA Negeri 14 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018.

3. Ruang lingkup tempat dan waktu

Tempat penelitian adalah SMA Negeri 14 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018.

#### **D. Kerangka Pemikiran**

Kemandirian yaitu sikap penting yang harus dimiliki seseorang supaya mereka tidak selalu bergantung dengan orang lain. Sikap tersebut bisa tertanam pada diri individu sejak kecil. Di sekolah kemandirian penting untuk seorang siswa dalam proses pembelajaran. Pada bidang pendidikan sering disebut dengan kemandirian belajar. Sikap ini diperlukan setiap siswa agar mereka mampu mendisiplinkan dirinya dan mempunyai tanggung jawab.

Menurut Ali dan Asrori (2005:27) kemandirian diartikan sebagai suatu kekuatan internal individu dan diperoleh melalui proses individuasi, yang berupa proses realisasi kemandirian dan proses menuju kesempurnaan.

Menurut Uno (2011:77) mengartikan kemandirian sebagai kemampuan untuk mengarahkan dan mengendalikan diri dalam berpikir dan bertindak, serta tidak merasa bergantung pada orang lain secara emosional. Pada intinya, orang yang mandiri itu mampu bekerja sendiri, tanggung jawab, percaya diri, dan tidak bergantung pada orang lain.

Kemandirian atau sering juga disebut dengan berdiri diatas kaki sendiri, merupakan kemampuan seseorang untuk tidak tergantung pada orang lain serta bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya. Belajar merupakan kegiatan penting dalam kehidupan manusia, agar manusia mampu melakukan berbagai kegiatan sehari-hari, menyesuaikan dengan lingkungan dan memenuhi kebutuhan hidupnya. Seseorang tanpa belajar tidak mungkin memiliki suatu kemampuan untuk memecahkan suatu permasalahan.

Menurut Fudyartanta (2002:116) menyebutkan bahwa belajar adalah kegiatan atau usaha yang disadari untuk meningkatkan kualitas kemampuan atau tingkah laku dengan menguasai sejumlah pengetahuan, keterampilan, nilai dan sikap, perubahan kualitas kemampuan tadi bersifat permanen. Hal ini berarti bahwa belajar merupakan proses yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas kemampuan yang dimiliki setiap individu.

Menurut Dalyono (2007:13), belajar didefinisikan sebagai kegiatan manusia yang sangat penting dan harus dilakukan selama hidup untuk melakukan perbaikan dalam berbagai hal yang menyangkut kepentingan manusia. Kepentingan tersebut mencakup masalah yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan maupun kepentingan lainnya, sehingga seseorang perlu untuk belajar demi kepentingan hidupnya.

Menurut Mustaqim (2008:98), belajar adalah perubahan tingkah laku manusia yang relatif tetap karena adanya latihan dan pengalaman. Menurut Syah (2005:105) menjelaskan secara umum, bahwa belajar dapat dipahami sebagai tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap, sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif. Seseorang yang telah mengalami perubahan tingkah laku berarti dia dikatakan telah belajar, karena belajar merupakan hasil dari kegiatan pengalaman atau latihan yang dilakukan seseorang.

Belajar merupakan suatu rangkaian kegiatan penerimaan pengetahuan baru yang dapat meningkatkan kualitas kemampuan demi kepentingan hidup. Kegiatan tersebut menyangkut berbagai aspek dalam diri pribadi, baik

perilaku individu, keterampilan, maupun kemampuan. Adanya kegiatan belajar, seseorang yang belum tahu maka dia akan menjadi tahu, sehingga adanya proses belajar akan dapat meningkatkan kualitas dan kemampuannya.

Kemandirian dalam belajar di artikan sebagai aktifitas belajar yang berlangsung lebih didorong oleh kemauan sendiri, pilihan sendiri dan bertanggung jawab sendiri dari belajar. Menurut Tirtarahardja dan Sulo (2000:33) kemandirian dalam belajar diartikan sebagai aktivitas belajar yang berlangsungnya lebih didorong oleh kemauan sendiri, pilihan sendiri, dan tanggung jawab sendiri dari pembelajar. Menurut Mujiman (2009:81) kemandirian dalam belajar adalah kegiatan belajar aktif, yang didorong oleh niat atau motif untuk menguasai sesuatu kompetensi guna mengatasi suatu masalah, dan dibangun dengan bekal pengetahuan atau kompetensi yang telah dimiliki.

Menurut Uno (2011:113) Pengertian kemandirian dalam belajar yaitu metode belajar dengan kecepatan sendiri, tanggung jawab sendiri, dan belajar yang berhasil. Jadi berhasil tidaknya dalam belajar semuanya ditentukan oleh pribadi tersebut. Menurut Brookfield (2000:93) mengemukakan bahwa kemandirian belajar merupakan kesadaran diri, digerakkan oleh diri sendiri, kemampuan belajar untuk mencapai tujuannya.

Beberapa definisi tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa kemandirian dalam belajar merupakan sikap individu khususnya siswa dalam pembelajaran yang mampu secara individu untuk menguasai kompetensi, tanpa tergantung dengan orang lain dan tanggung jawab. Siswa tersebut

secara individu memiliki sikap tanggung jawab, tidak tergantung orang lain, percaya diri dan mampu mengontrol dirinya sendiri. Kemandirian belajar ini sangat diperlukan siswa agar pencapaian prestasi belajar dapat optimal.

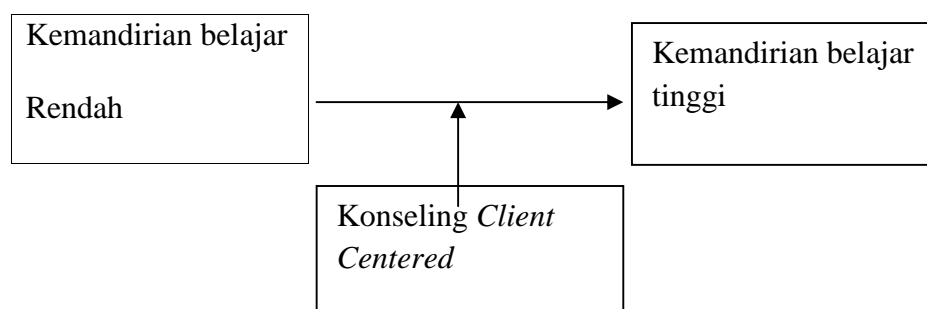
Oleh karena itu untuk dapat meningkatkan kemandirian belajar siswa perlu dilakukan suatu upaya yang intensif, yaitu dengan menggunakan pendekatan yang ada dalam bimbingan dan konseling. Pendekatan yang dimaksud adalah pendekatan *Client Centered*. Teori *client centered* di ungkapkan oleh Rogers dalam Corey (2013:9) terapi *client centered* berfokus pada kapasitas subjek untuk dapat mengarahkan diri dan memahami perkembangan dirinya, serta menekankan pentingnya sikap tulus, saling menghargai dan tanpa prasangka dalam membantu individu mengatasi masalah kehidupannya.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan, bahwa pendekatan *client centered* dapat membantu siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah. Karena pada konseling *client centered* berpusat pada klien dan bukan pada terapis, identifikasi dan hubungan terapi sebagai wahana utama dalam mengubah kepribadian, lebih menekankan pada sikap terapi dari pada teknik. Penekanan emosi, perasaan, dan afektif dalam terapi menawarkan perspektif yang lebih optimis, klien memiliki pengalaman positif dalam terapi ketika mereka fokus dalam menyelesaikan masalahnya, klien merasa dapat mengekspresikan dirinya secara penuh ketika mereka mendengarkan dan tidak dijustifikasi. Kemandirian belajar dapat ditingkatkan dengan *client centered* karena melalui konseling *client centered* klien dapat memahami perkembangan dirinya dan akan merasa bahwa dirinya mendapatkan

dukungan emosional dan merasa dihargai oleh konselor. Karena dalam konseling *client centered* konselor menekankan pentingnya sikap tulus dan saling menghargai.

Berbeda dengan pendekatan konseling lainnya, *client centered* sama sekali tidak memiliki teknik-teknik khusus yang dirancang untuk menangani klien. Teknik yang digunakan lebih kepada sikap konselor yang menunjukkan kehangatan dan penerimaan yang tulus sehingga klien dapat mengemukakan masalahnya atas kesadarannya sendiri. Adakalanya seorang konselor juga harus mengkomunikasikan penerimaan, kepedulian, dan pengertian kepada klien. Hal ini akan memperjelas kedudukan klien sebagai orang yang dapat dimengerti. Perilaku dan sikap konselor semacam ini berdampak pada timbulnya perasaan bahwa diri itu penting, dan merupakan cerminan kemandirian belajar yang dimiliki oleh seseorang. Oleh karena itu, semakin konselor menunjukkan ketertarikan dan kasih sayang, serta semakin sering frekuensinya, maka semakin besar pula kemungkinan penghargaan terhadap diri yang positif. Dengan begitu klien akan merasa bahwa dirinya itu penting dan mendapatkan penghargaan diri yang positif. Hal ini akan dapat membantu untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa yang bersangkutan.

Berikut ini adalah kerangka pikir dalam penelitian ini :



**Gambar 1.1 kerangka pikir penelitian**

Dari gambar 1.1 diketahui kemandirian belajar siswa rendah akan diberikan perlakuan yaitu dengan konseling *client centered*. Dalam pemberian terapi *client centered* dimunculkan usaha yang sistematis dengan terapi yang berpusat pada klien.

Sehingga adanya perubahan dalam perasaan orang pada diri untuk dapat meningkatkan kemandirian belajar pada siswa yang bersangkutan. Sehingga diharapkan setelah perlakuan tersebut, akan memperoleh peningkatan dalam kemandirian belajar pada siswa kelas XI SMA Negeri 14 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018.

#### **E. Hipotesis**

Hipotesis diartikan sebagai kesimpulan sementara pada suatu penelitian. Dugaan sementara atau kesimpulan sementara pada penelitian “Konseling *Client Centered* untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 14 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018”.

Berdasarkan konsep hipotesis penelitian maka hipotesis statistik yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

Ho: kemandirian belajar tidak dapat ditingkatkan dengan menggunakan konseling *client centered* pada siswa kelas XI SMA Negeri 14 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018.

Ha: kemandirian belajar dapat ditingkatkan dengan menggunakan konseling *client centered* pada siswa kelas XI SMA Negeri 14 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018.



## **II. TINJAUAN PUSTAKA**

### **A. Kemandirian Belajar dalam Bimbingan Pribadi**

#### **1. Bimbingan Pribadi**

Menurut Giyono (2015:8) Layanan bimbingan bidang pribadi yaitu suatu layanan khusus menangani berbagai masalah pribadi. Penelitian ini membahas kemandirian belajar siswa yang menyangkut pada bidang bimbingan pribadi.

Menurut Giyono (2015:18) Adapun rincian materi materi bimbingan pribadi dikaitkan dengan jenis jenis layanan. Materi layanan orientasi dalam bidang bimbingan perkembangan pribadi meliputi materi kegiatan pemberian orientasi tentang :

- a. Fasilitas tempat ibadah keagamaan (seperti mushola, tempat ibadah sejenis nya) yang ada di sekolah.
- b. Acara keagamaan yang merupakan pengembangan kegiatan peribadatan (seperti datarusan remaja, peringatan hari besar agama dan sejenisnya).
- c. Hak dan kewajiban peserta didik di sekolah (termasuk pakaian seragam).
- d. Pelayanan bimbingan dan konseling dalam membantu peserta didik untuk mengenal kemampuan, bakat, minat dan cita-cita serta usaha mengatasi berbagai permasalahan pribadi yang ditemukan (di rumah, di sekolah, dan di masyarakat).
- e. Fasilitas pelayanan kesehatan seperti klinik sekolah, unit kesehatan sekolah.

Materi layanan informasi dalam bidang bimbingan pribadi, meliputi materi kegiatan pemberian informasi tentang :

- a. Tugas-tugas perkembangan remaja awal, khususnya tentang kemampuan dan perkembangan pribadi
- b. Pengembangan kebiasaan dan sikap dalam keimanan serta ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa.
- c. Mengenal bakat, minat, serta bentuk-bentuk pembinaan, pengembangan dan penyaluran.
- d. Hidup sehat dan upaya melaksanakannya
- e. Layanan bimbingan konseling dalam membantu peserta didik menghadapi masa peralihan dari masa remaja awal ke remaja yang penuh tantangan.
- f. Layanan penempatan dan penyaluran dalam bidang pribadi meliputi materi kegiatan penempatan dan penyaluran peserta didik pada posisi duduk dalam kelas sesuai dengan kondisi fisik dan pribadinya.
- g. Pilihan keterampilan dan kesenian yang sesuai dengan kemampuan bakat dan minat peserta didik.
- h. Pilihan kegiatan ekstra kuliner yang digunakan sebagai penunjang pengembangan kebiasaan dan sikap keagamaan, kemampuan, bakat, minat dan cita-cita (seperti kegiatan pramuka, UKS, PMR, ROIS, kesenian dan olah raga).
- i. Materi layanan pembelajaran dalam bidang bimbingan pribadi meliputi kegiatan pengembangan pemahaman dan keterampilan untuk memantapkan diri peserta didik.
- j. Kebiasaan dan sikap dalam beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa.
- k. Pengenalan dan penerimaan perubahan, pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikis yang terjadi pada diri sendiri.
- l. Pengenalan bakat, minat diri sendiri dan penyaluran serta pengembangannya.
- m. Pengenalan tentang kemampuan diri sendiri dan upaya penanggulangannya.
- n. Kemampuan mengambil dan mengarahkan diri sendiri.
- o. Perencanaan dan penyelenggaraan hidup sehat.

Materi layanan konseling perorangan dalam bidang bimbingan pribadi meliputi kegiatan penyelenggaraan konseling perorangan yang membahas dan mengentaskan masalah-masalah pribadi peserta didik yaitu berkenaan :

- a. Kebiasaan dan sikap dalam beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa.
- b. Pengenalan dan penerimaan perubahan, pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikis yang terjadi pada diri sendiri.
- c. Pengenalan tentang kekuatan diri sendiri, bakat dan minat serta penyaluran dan pengembangannya.
- d. Pengenalan kelemahan diri sendiri dan upaya penanggulangannya.
- e. Kemampuan mengambil keputusan dan mengarahkan diri sendiri.
- f. Perencanaan dan penyelenggaraan hidup sehat.

Materi layanan bimbingan kelompok dalam bidang bimbingan pribadi meliputi kegiatan penyelenggaraan bimbingan kelompok yang membahas aspek-aspek pribadi peserta didik, yaitu hal-hal yang menyangkut :

- a. Kebiasaan dan sikap dalam beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa.
- b. Pengenalan dan penerimaan perubahan, pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikis yang terjadi pada dirinya sendiri.
- c. Mengenal tentang bakat dan minat diri sendiri serta penyaluran dan pengembangannya.
- d. Pengenalan tentang kemampuan diri sendiri dan upaya penanggulangannya.
- e. Kemampuan mengambil keputusan dan pengarahan diri sendiri.
- f. Perencanaan dan penyelenggaraan hidup sehat.

Materi layanan konseling kelompok dalam bidang bimbingan pribadi meliputi kegiatan penyelenggaraan bimbingan kelompok yang membahas mengentaskan masalah pribadi peserta didik, yaitu berkenaan dengan :

- a. Kebiasaan dan sikap dalam beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa.
- b. Pengenalan dan penerimaan perubahan, pertumbuhan dan perkembangan fisik dan psikis yang terjadi pada diri sendiri.
- c. Pengenalan tentang kemampuan bakat dan minat diri sendiri serta penyaluran dan pengembangannya.
- d. Pengenalan tentang kemampuan diri sendiri dan upaya penanggulangannya.
- e. Kemampuan mengambil keputusan dan pengarahan diri sendiri.
- f. Perencanaan dan penyelenggaraan hidup sehat.

Jadi dapat disimpulkan bahwa bimbingan pribadi adalah bimbingan yang memahami keadaan batinnya sendiri, dalam mengatur diri sendiri dibidang kerohanian, perawatan jasmani, pengisian waktu luang dan lain sebagainya.

## **2. Pengertian Kemandirian**

Kemandirian yaitu sikap penting yang harus dimiliki seseorang supaya mereka tidak selalu bergantung dengan orang lain. Sikap tersebut bisa tertanam pada diri individu sejak kecil. Di sekolah kemandirian penting untuk seorang siswa dalam proses pembelajaran. Pada bidang pendidikan sering disebut dengan kemandirian belajar. Sikap ini diperlukan setiap siswa agar mereka mampu mendisiplinkan dirinya dan mempunyai tanggung jawab.

Menurut Ali dan Asrori (2005:27) kemandirian diartikan sebagai suatu kekuatan internal individu dan diperoleh melalui proses individuasi, yang berupa proses realisasi kemandirian dan proses menuju kesempurnaan.

Menurut Uno (2011:77) mengartikan kemandirian sebagai kemampuan untuk mengarahkan dan mengendalikan diri dalam berpikir dan bertindak, serta tidak merasa bergantung pada orang lain secara emosional. Pada intinya, orang yang mandiri itu mampu bekerja sendiri, tanggung jawab, percaya diri, dan tidak bergantung pada orang lain.

Menurut Havinghurst (dalam Mutadin, 2002:91) Kemandirian dalam konteks individu yaitu memiliki aspek yang lebih luas dari sekedar aspek fisik kemandirian atau sering juga disebut dengan berdiri diatas kaki sendiri, merupakan kemampuan seseorang untuk tidak tergantung pada orang lain serta bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya, Aspek-aspek kemandirian yaitu :

- a. Aspek Emosi  
Aspek ini ditunjukkan dengan kemampuan mengontrol emosi dan tidak tergantungnya kebutuhan emosi dari orangtua.
- b. Aspek Ekonomi  
Aspek ini ditunjukkan dengan kemampuan mengatur ekonomi dan tidak tergantungnya kebutuhan ekonomi pada orangtua.
- c. Aspek Intelektual  
Aspek ini ditunjukkan dengan kemampuan untuk mengatasi berbagai masalah yang dihadapi.
- d. Aspek Sosial  
Aspek ini ditunjukkan dengan kemampuan untuk mengadakan interaksi dengan orang lain dan tidak tergantung atau menunggu aksi dari orang lain. Berdasarkan pendapat diatas kemandirian tidak hanya sebatas pada aspek fisik tetapi juga memiliki aspek lain.

Demikian dapat diambil kesimpulan bahwa kemandirian memiliki aspek emosi, ekonomi, intelektual, sosial, kemandirian berperilaku dan kemandirian dalam menilai.

Kemandirian merupakan kemampuan untuk mengelola semua yang dimilikinya sendiri yaitu mengetahui bagaimana mengelola waktu, berjalan dan berfikir secara mandiri, disertai dengan kemampuan dalam mengambil resiko dan memecahkan masalah. Dengan kemandirian tidak ada kebutuhan untuk mendapat persetujuan orang lain ketika hendak melangkah menentukan sesuatu yang baru. Individu yang mandiri tidak dibutuhkan yang detail dan terus menerus tentang bagaimana mencapai produk akhir, ia bisa berstandar pada diri sendiri.

Menurut Parker (2006:11) Kemandirian berkenaan dengan pribadi yang mandiri, kreatif dan mampu berdiri sendiri yaitu memiliki kepercayaan diri yang bisa membuat seseorang mampu sebagai individu untuk beradaptasi dan mengurus segala hal dengan dirinya sendiri.

Secara singkat dapat disimpulkan bahwa kemandirian mengandung pengertian suatu keadaan dimana seseorang yang memiliki hasrat bersaing untuk maju demi kebaikan dirinya, Mampu mengambil keputusan dan inisiatif untuk mengatasi masalah yang dihadapi, Memiliki kepercayaan diri dalam mengerjakan tugas-tugasnya dan bertanggungjawab terhadap apa yang dilakukannya

### **3. Proses Perkembangan Kemandirian**

Menurut Ali dan Asrori (2005:19) Perkembangan kemandirian adalah proses yang menyangkut unsur-unsur normatif. Ini mengandung makna bahwa kemandirian merupakan suatu proses yang terarah karena perkembangan kemandirian sejalan dengan hakikat eksistensi manusia, arah perkembangan tersebut harus sejalan dan berlandaskan pada tujuan hidup manusia.

Menurut Havighurst dalam Mutadin (2002:51) perkembangan menuju kemandirian dan kebebasan pribadi secara normal berkembang hingga pada saat apabila seseorang telah mencapai kebebasan secara emosional, financial dan intelektual. Kemandirian seperti halnya kondisi psikologis yang lain, dapat berkembang dengan baik jika diberikan kesempatan untuk berkembang melalui latihan yang dilakukan secara terus-menerus dan dilakukan sejak dini. Latihan tersebut dapat berupa pemberian tugas-tugas tanpa bantuan dan tentu saja tugas-tugas tersebut disesuaikan dengan usia dan kemampuan anak.

Mengingat kemandirian akan banyak memberikan dampak yang positif bagi perkembangan individu, maka sebaiknya kemandirian diajarkan pada anak sedini mungkin sesuai kemampuannya. Seperti telah diakui segala sesuatu yang dapat diusahakan sejak dini akan dapat dihayati dan akan semakin berkembang menuju kesempurnaan. Latihan kemandirian yang diberikan kepada anak harus disesuaikan dengan usia anak.

Contoh: Untuk anak-anak usia 3-4 tahun, latihan kemandirian dapat berupa membiarkan anak memasang kaos kaki dan sepatu sendiri, membereskan mainan setiap kali selesai bermain, dan lain-lain. Sementara untuk anak remaja berikan kebebasan misalnya dalam memilih jurusan atau bidang studi yang di minatnya, atau memberikan kesempatan pada remaja untuk memutuskan sendiri jam berapa ia harus sudah pulang kerumah, jika remaja tersebut keluar malam bersama temannya (tentu saja orang tua perlu mendengarkan argumentasi yang di sampaikan remaja tersebut sehubungan dengan keputusannya).

Pemberian latihan-latihan tersebut tentu saja harus ada unsur pengawasan dari orang tua untuk memastikan bahwa latihan tersebut benar-benar efektif, dan diharapkan dengan bertambahnya usia akan bertambah pula kemampuan anak untuk berpikir secara objektif, tidak mudah dipengaruhi, berani mengambil keputusan sendiri, tumbuh rasa percaya diri, tidak bergantung pada orang lain, dan dengan demikian kemandirian akan berkembang dengan baik.

Penulis menyimpulkan bahwa proses kemandirian merupakan suatu proses yang terarah. Karena perkembangan kemandirian sejalan dengan hakikat manusia, arah perkembangan tersebut harus sejalan dan berlandaskan pada tujuan hidupnya.



#### **4. Kemandirian Sebagai Kebutuhan Psikologis Remaja**

Memperoleh kebebasan (mandiri) merupakan suatu tugas bagi remaja. Dengan kemandirian tersebut berarti remaja harus belajar dan berlatih dalam membuat rencana, memilih alternatif, membuat keputusan, bertindak sesuai dengan keputusannya sendiri serta bertanggung jawab atas segala sesuatu yang dilakukannya. Dengan demikian remaja akan berangsur-angsur melepaskan diri dari ketergantungan pada orangtua atau orang dewasa lainnya dalam banyak hal.

Menurut Erikson dalam Hurlock (1992:83) yang menamakan proses tersebut sebagai “proses mencari identitas ego”, atau pencarian diri sendiri. Dalam proses ini remaja ingin mengetahui peranan dan kedudukannya dalam lingkungan, disamping ingin tahu tentang dirinya sendiri. Pencarian identitas diri, remaja cenderung untuk melepaskan diri sendiri sedikit demi sedikit dari ikatan psikis orangtuanya. Remaja mendambakan untuk diperlakukan dan dihargai sebagai orang dewasa.

Kemandirian seorang remaja diperkuat melalui proses sosialisasi yang terjadi antara remaja dan teman sebaya. Menurut Hurlock (1991:56) mengatakan bahwa melalui hubungan dengan teman sebaya, remaja belajar berpikir secara mandiri, mengambil keputusan sendiri, menerima (bahkan dapat juga menolak) pandangan dan nilai yang berasal dari keluarga dan mempelajari pola perilaku yang diterima di dalam kelompoknya.

Kelompok teman sebaya merupakan lingkungan sosial pertama dimana remaja belajar untuk hidup bersama dengan orang lain yang bukan anggota keluarganya. Ini dilakukan remaja dengan tujuan untuk mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok teman sebayanya sehingga tercipta rasa aman. Penerimaan dari kelompok teman sebaya ini merupakan hal yang sangat penting, karena remaja membutuhkan adanya penerimaan dan keyakinan untuk dapat diterima oleh kelompoknya.

Kemandirian pada anak berawal pada keluarga serta di pengaruhi oleh pola asuh orang tua. Didalam keluarga, orangtua lah yang berperan dalam mengasuh, membimbing dan membantu mengarahkan anak untuk menjadi mandiri, mengingat masa anak-anak dan remaja merupakan masa yang penting dalam proses perkembangan kemandirian, maka pemahaman dan kesempatan yang diberikan orangtua kepada anak-anaknya dalam meningkatkan kemandirian amatlah krusial, meski dunia pendidikan (sekolah) juga turut berperan dalam memberikan kesempatan kepada anak untuk mandiri, keluarga tetap merupakan pilar utama dan pertama dalam membentuk anak untuk mandiri.

Penulis menyimpulkan bahwa berbeda dengan kemandirian pada masa anak-anak yang lebih bersifat motorik, seperti berusaha makan sendiri, mandi sendiri dan berpakaian sendiri, pada masa remaja kemandirian tersebut lebih bersifat psikologis, seperti membuat keputusan sendiri dan kebebasan berperilaku sesuai dengan keinginannya.

## 5. Pengertian Belajar

Belajar merupakan kegiatan penting dalam kehidupan manusia, agar manusia mampu melakukan berbagai kegiatan sehari-hari, menyesuaikan dengan lingkungan dan memenuhi kebutuhan hidupnya. Seseorang tanpa belajar tidak mungkin memiliki suatu kemampuan untuk memecahkan suatu permasalahan.

Menurut Fudyartanta (2002:116) menyebutkan bahwa belajar adalah kegiatan atau usaha yang disadari untuk meningkatkan kualitas kemampuan atau tingkah laku dengan menguasai sejumlah pengetahuan, keterampilan, nilai dan sikap, perubahan kualitas kemampuan tadi bersifat permanen. Hal ini berarti bahwa belajar merupakan proses yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas kemampuan yang dimiliki setiap individu.

Menurut Dalyono (2007:13) belajar didefinisikan sebagai kegiatan manusia yang sangat penting dan harus dilakukan selama hidup untuk melakukan perbaikan dalam berbagai hal yang menyangkut kepentingan manusia. Kepentingan tersebut mencakup masalah yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan maupun kepentingan lainnya, sehingga seseorang perlu untuk belajar demi kepentingan hidupnya.

Menurut Mustaqim (2008:98) belajar adalah perubahan tingkah laku manusia yang relatif tetap karena adanya latihan dan pengalaman. Menurut Syah (2005:105) menjelaskan secara umum, bahwa belajar dapat dipahami sebagai tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap, sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang

melibatkan proses kognitif. Seseorang yang telah mengalami perubahan tingkah laku berarti dia dikatakan telah belajar, karena belajar merupakan hasil dari kegiatan pengalaman atau latihan yang dilakukan seseorang.

Berdasarkan beberapa definisi belajar di atas, dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan suatu rangkaian kegiatan penerimaan pengetahuan baru yang dapat meningkatkan kualitas kemampuan demi kepentingan hidup. Kegiatan tersebut menyangkut berbagai aspek dalam diri pribadi, baik perilaku individu, keterampilan, maupun kemampuan. Adanya kegiatan belajar seseorang yang belum tahu maka dia akan menjadi tahu, sehingga adanya proses belajar akan dapat meningkatkan kualitas dan kemampuannya.

## **6. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi dalam Belajar**

Menurut Syam (1999:7-8) ada dua faktor yang mempengaruhi kemandirian belajar yaitu sebagai berikut:

faktor internal dengan indikator tumbuhnya kemandirian belajar yang terpancar dalam fenomena antara lain:

- a. Sikap bertanggungjawab untuk melaksanakan apa yang dipercayakan dan ditugaskan
- b. Kesadaran hak dan kewajiban siswa disiplin moral yaitu budi pekerti yang menjadi tingkah laku
- c. Kedewasaan diri mulai konsep diri, motivasi sampai berkembangnya pikiran, karsa, cipta dan karya (secara berangsur)

- d. Kesadaran mengembangkan kesehatan dan kekuatan jasmani, rohani dengan makanan yang sehat, kebersihan dan olahraga
- e. Disiplin diri dengan mematuhi tata tertib yang berlaku, sadar hak dan kewajiban, keselamatan lalu lintas, menghormati orang lain, dan melaksanakan kewajiban

faktor eksternal sebagai pendorong kedewasaan dan kemandirian belajar yaitu potensi jasmani rohani yaitu tubuh yang sehat dan kuat, lingkungan hidup, sumber daya alam, sosial ekonomi, keamanan dan ketertiban yang mandiri, kondisi dan suasana keharmonisan dalam dinamika positif atau negatif sebagai peluang dan tantangan meliputi tatanan budaya dan sebagainya secara kumulatif.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa yang mempengaruhi kemandirian belajar adalah faktor internal siswa itu sendiri yang terdiri dari lima aspek yaitu disiplin, percaya diri, motivasi, inisiatif, dan tanggung jawab, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa seseorang memiliki kemandirian belajar apabila memiliki sifat percaya diri, motivasi, inisiatif, disiplin dan tanggung jawab. Keseluruhan aspek dalam penelitian ini dapat dilihat selama berlangsung nya kegiatan belajar mengajar.

## **7. Pengertian Kemandirian dalam Belajar**

Kemandirian dalam belajar di artikan sebagai aktifitas belajar yang berlangsung lebih didorong oleh kemauan sendiri, pilihan sendiri dan bertanggung jawab sendiri dari belajar.

Menurut Tirtarahardja dan Sulo (2000:33) kemandirian dalam belajar diartikan sebagai aktivitas belajar yang berlangsungnya lebih didorong oleh kemauan sendiri, pilihan sendiri, dan tanggung jawab sendiri dari pembelajar. Menurut Mujiman (2009:81) kemandirian dalam belajar adalah kegiatan belajar aktif, yang didorong oleh niat atau motif untuk menguasai sesuatu kompetensi guna mengatasi suatu masalah, dan dibangun dengan bekal pengetahuan atau kompetensi yang telah dimiliki.

Menurut Uno (2011:113) pengertian kemandirian dalam belajar yaitu metode belajar dengan kecepatan sendiri, tanggung jawab sendiri, dan belajar yang berhasil. Jadi berhasil tidaknya dalam belajar semuanya ditentukan oleh pribadi tersebut. Menurut Brookfield (2000:93) mengemukakan bahwa kemandirian belajar merupakan kesadaran diri, digerakkan oleh diri sendiri, kemampuan belajar untuk mencapai tujuannya.

Beberapa definisi tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa kemandirian dalam belajar merupakan sikap individu khususnya siswa dalam pembelajaran yang mampu secara individu untuk menguasai kompetensi, tanpa tergantung dengan orang lain dan tanggung jawab. Siswa tersebut secara individu memiliki sikap tanggung jawab, tidak tergantung orang

lain, percaya diri dan mampu mengontrol dirinya sendiri. Kemandirian belajar ini sangat diperlukan siswa agar pencapaian prestasi belajar dapat optimal.

## **8. ciri-ciri kemandirian dalam belajar**

Anak yang mempunyai kemandirian belajar dapat dilihat dari kegiatan belajarnya, dia tidak perlu disuruh bila belajar dan kegiatan belajar dilaksanakan atas inisiatif dirinya sendiri. Untuk mengetahui apakah siswa itu mempunyai kemandirian belajar maka perlu diketahui ciri-ciri kemandirian belajar.

Menurut Sardiman sebagaimana dikutip oleh Achmad (2008:29) menyebutkan bahwa ciri-ciri kemandirian belajar yaitu meliputi:

- a. kegiatan belajar, adanya kecenderungan untuk berpendapat, berperilaku dan bertindak atas kehendaknya sendiri serta dapat mengikuti aktivitas belajar, disiplin dan tanggung jawab terhadap tugas-tugas disekolah, memiliki minat terhadap berbagai macam masalah dalam pelajaran, sehingga tekun dalam menghadapi tugas disekolah serta tidak bergantung terhadap teman.
- b. Memiliki keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, artinya individu memiliki keinginan yang kuat untuk mencapai tujuan, memiliki rasa percaya diri, konsisten dalam mengambil keputusan dan berfikir positif.
- c. Mampu untuk berfikir dan bertindak secara kreatif, penuh inisiatif tidak sekedar meniru, mencari dan memecahkan masalah dan ulet dalam menghadapi kesulitan.

Menurut Mutadin (2002:54) Adapun ciri-ciri anak tidak mandiri dalam belajar yaitu :

- a. Kurang percaya diri atas kemampuan yang dimiliki disekolah
- b. Selalu bergantung dengan orang lain dalam belajar
- c. Pesimis dan selalu berpikir negatif dalam mengerjakan tugasnya
- d. Tidak konsisten dalam mengambil keputusan jika mengerjakan soal-soal ulangan di sekolah

Menurut Mutadin (2002:55) ada beberapa hal yang dapat menyebabkan anak tidak mandiri dalam belajar, yaitu :

- a. Memanjakan anak dan membantu sepenuhnya menyingkirkan segala kesulitan baginya dalam mengerjakan PR
- b. Memenuhi segala keinginan anak, apa saja yang menjadi kehendak yang di inginkan anak sehingga membuat anak malas belajar dan mengerjakan tugas-tugas nya
- c. Membiarkan dan membolehkan anak berbuat sekehendak hatinya, jadi tidak membiasakan dia akan ketertiban, kepatuhan, peraturan, dan kebiasaan-kebiasaan lainnya termasuk mengerjakan tugas-tugas di sekolah nya.

Menurut Mutadin (2002:56) adapun akibat anak tidak mandiri dalam belajar yaitu :

- a. Kurang rasa mempunyai tanggung jawab, anak yang dimanjakan selalu mendapat pertolongan, segala kehendak di turuti, tidak boleh dan tidak pernah menderita susah dan kesukaran, tidak mustahil jika hal-hal tersebut menjadikan anak itu orang yang selalu minta pertolongan dan mengharapkan belas kasian orang lain dalam belajar. Ia tidak sanggup berikhtiar dan berinisiatif sendiri, ia selalu berusaha menghindari kesukaran dan kesusahan dalam belajarnya.
- b. Menggantungkan diri pada temannya dalam mengerjakan tugas-tugas disekolah ketimbang mencari usaha sendiri.
- c. Tidak ada kemauan dan inisiatif, ia enggan bersusah-susah mengerjakan soal-soal pelajarannya dan menghindari kesulitan yang di dapatkannya di sekolah.



Berdasarkan pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri kemandirian belajar adalah sikap mengarah pada kesadaran belajar sendiri dan segala keputusan, pertimbangan yang berhubungan dengan kegiatan belajar diusahakan sendiri sehingga bertanggung jawab sepenuhnya dalam proses belajar tersebut.

## **B. *Konseling Client Centered***

### **1. *Konsep Dasar Client Centered***

Pandangan *client-centered* tentang sifat manusia menolak konsep tentang kecenderungan-kecenderungan negatif dasar. Sementara beberapa pendekatan beranggapan bahwa manusia menurut kodratnya adalah irasional dan berkecenderungan merusak terhadap dirinya sendiri maupun terhadap orang lain kecuali jika telah menjalani sosialisasi. Menurut Rogers (2012:71) menunjukkan kepercayaan yang mendalam pada manusia. Ia memandang manusia tersosialisasi dan bergerak ke muka, berjuang untuk berfungsi penuh, serta memiliki kebaikan yang positif pada intinya yang terdalam. Pendek kata, manusia dipercayai dan karena pada dasarnya kooperatif dan konstruktif, tidak perlu diadakan pengendalian terhadap dorongan-dorongan agresifnya.

Menurut Rogers (2012:49) bahwa konsep diri manusia seringkali tidak tepat secara sempurna dengan realitas yang ada. Sehingga muncul ketidaksejajaran atau inkongruensi antara konsep diri dan realitas. Menurut Rogers (2012:11) menggunakan istilah inkongruensi (ketidaksejajaran) untuk mengacu pada kesenjangan antara konsep diri dengan realitas. Disisi lain, kongruensi,

merupakan kesesuaian yang sangat akurat antara konsep diri dengan realitas. Motivasi orang yang sehat adalah aktualisasi diri. Jadi manusia yang sadar dan rasional tidak lagi dikontrol oleh peristiwa kanak-kanak seperti yang diajukan oleh aliran Freudian, misalnya penyapihan ataupun pengalaman seksual sebelumnya. Menurut Rogers (2012:91) lebih melihat pada masa sekarang, dia berpendapat bahwa masa lampau memang akan mempengaruhi cara bagaimana seseorang memandang masa sekarang yang akan mempengaruhi juga kepribadiannya. Namun ia tetap berfokus pada apa yang terjadi sekarang bukan apa yang terjadi pada waktu itu.

Jadi pandangan tentang manusia yang positif memiliki implikasi-implikasi yang berarti bagi praktik terapi *client centered*. Berkat pandangan filosofis bahwa individu memiliki kesanggupan yang inheren untuk menjauhi maladjustment menuju keadaan psikologis yang sehat, terapis meletakkan tanggung jawab utamanya bagi proses terapi pada klien. Model *client-centered* menolak konsep yang memandang terapis sebagai otoritas yang mengetahui yang terbaik dan yang memandang klien sebagai manusia pasif yang hanya mengikuti perintah-perintah terapis. Oleh karena itu, terapi *client-centered* berakar pada kesanggupan klien untuk sadar dan membuat putusan-putusan.

## **2. Ciri-Ciri Pendekatan *Client Centered***

Menurut Rogers (2012:128) tidak mengemukakan teori *client centered* sebagai suatu pendekatan terapi yang tetap dan tuntas. Ia mengharapkan orang lain akan memandang teorinya sebagai sekumpulan prinsip percobaan

yang berkaitan dengan perkembangan proses terapi, dan bukan sebagai dogma. Menurut Rogers dalam Corey (2013:92) menguraikan ciri-ciri yang membedakan pendekatan *client centered* dari pendekatan-pendekatan lain.

Menurut Rogers (2012:78) ciri-ciri pendekatan *client centered* yaitu :

- a. Klien dapat bertanggungjawab, memiliki kesanggupan dalam memecahkan masalah dan memilih perilaku yang dianggap pantas bagi dirinya.
- b. Menekankan dunia fenomenal klien, dengan empati dan pemahaman terhadap klien. Terapis memfokuskan pada persepsi diri klien dan persepsi klien terhadap dunia.
- c. Prinsip-prinsip psikoterapi berdasarkan bahwa kematangan psikologis manusia itu berakar pada manusia sendiri. Maka psikoterapi itu bersifat konstruktif dimana dampak psikoterapeutik terjadi karena hubungan konselor dan klien.
- d. Efektifitas terapeutik didasarkan pada sifat-sifat ketulusan, kehangatan, penerimaan nonposesif dan empati yang akurat.
- e. Teori *client centered* dikembangkan melalui penelitian tentang proses dan hasil terapi. Teori *client centered* bukanlah suatu teori yang tertutup, melainkan suatu teori yang tumbuh melalui observasi-observasi konseling bertahun-tahun dan yang secara sinambung berubah sejalan dengan peningkatan pemahaman terhadap manusia dan terhadap proses terapeutik yang dihasilkan oleh penelitian-penelitian baru.

Jadi, terapi *client centered* ini bukanlah suatu sekumpulan teknik ataupun dogma.

Tetapi berakar pada sekumpulan sikap dan kepercayaan dimana dalam proses terapi, terapis dan klien memperlihatkan kemanusiawianya dan partisipasi dalam pengalaman pertumbuhan.

### **3. Prosedur Konseling *Client Centered***

Pendekatan yang berpusat pada klien menggunakan sedikit teknik, akan tetapi menekankan sikap konselor. Teknik dasar adalah mencakup, mendengar, dan menyimak secara aktif, reflektif, klarifikasi, "*being here*" bagi klien. Konseling berpusat pada klien tidak menggunakan tes diagnostik, interpretasi, studi kasus,

dan kuisisioner untuk memperoleh informasi. Teknik-teknik ini dilaksanakan dengan jalan wawancara, terapi.

Menurut Surya (2003:57) mengungkapkan bahwa pada garis besarnya langkah-langkah atau prosedur terapi dalam konseling yang berpusat pada konseli adalah sebagai berikut :

- a. Individu atas kemauan sendiri datang kepada konselor/terapis untuk meminta bantuan. Apalagi individu itu datangnya atas petunjuk orang lain, maka konselor harus menciptakan situasi yang sangat bebas dan permisif, sehingga ia dapat menentukan pilihannya, apakah akan melanjutkan meminta bantuan kepada konselor atau tidak.
- b. Situasi terapeutik ditetapkan/dimulai sejak situasi permulaan telah didasarkan, bahwa yang bertanggungjawab dalam hal ini adalah konseli. Untuk hal ini konselor harus yakin bahwa konseli mempunyai kemampuan untuk “menolong” dirinya dalam memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya.
- c. Konselor mendorong/memberanikan konseli agar ia mampu mengungkapkan perasaannya secara bebas berkenaan dengan masalah yang dihadapinya untuk memungkinkan terjadinya hal itu, konselor harus selalu memperhatikan sikap ramah, bersahabat dan menerima konseli sebagaimana adanya.
- e. Konselor menerima, mengenal, dan memahami perasaan-perasaan negatif yang diungkapkan konseli, kemudian meresponnya. Respon konselor harus menunjukkan atau mengarahkan kepada apa yang ada dibalik ungkapan-ungkapan perasaan itu, sehingga menimbulkan suasana konseli dapat memahami dan menerima keadaan negatif atau tidak menyenangkan itu dapat diproyeksikan kepada orang lain atau disembunyikan sehingga menjadi mekanisme pertahanan diri.
- f. Ungkapan-ungkapan perasaan negatif yang meluap-luap dari konseli itu biasanya disertai ungkapan-ungkapan perasaan positif yang lemah/samar-samar, yang dapat disembuhkan.
- g. Konselor menerima dan memahami perasaan-perasaan positif yang diungkapkan konseli sebagaimana adanya, sama seperti menerima dan memahami ungkapan-ungkapan perasaan negatif.
- h. Konseli memahami dan menerima dirinya sendiri sebagaimana adanya. Hal ini terjadi setelah konseli memahami dan menerima hal-hal yang negatif dan positif pada dirinya.
- i. Apabila konseli telah memahami dan menerima dirinya, maka tahap berikutnya adalah memilih dan menentukan pilihan sikap dan tindakan mana yang akan diambil, sejak saat itu terbayanglah oleh konseli rangkaian kegiatan yang harus dilakukan sehubungan dengan keputusan pilihannya, dan ia menyadari tanggung jawabnya.
- j. Konseli mencoba memanifestasikan atau mengaktualisasikan pilihannya itu dalam sikap dan perilakunya.

- k. Langkah selanjutnya adalah, perkembangan sikap dan tingkah lakunya itu adalah sejalan dengan perkembangan tilikan dengan dirinya.
- l. Perilaku konseli makin bertambah tinggi terintegrasi dan pilihan-pilihan yang dilakukan makin kuat kemandirian dan pengarahan dirinya makin meyakinkan
- m. Konseli merasakan kebutuhan akan pertolongan mulai berkurang dan akhirnya ia berkesimpulan bahwa terapi harus diakhiri. Ia menghentikan hubungan therapeutic dengan konselor. Psikoterapi telah selesai, konseli telah menjadi individu yang kepribadiannya terintegrasi dan berdiri sendiri, ia telah sembuh/bebas dari gangguan psikis.

Jadi langkah-langkah atau prosedur terapi dalam konseling yang berpusat pada konseli adalah klien yang memiliki kemauan sendiri datang kepada konselor untuk meminta bantuan dan konselor mencoba untuk memahami dan membuat konseli nyaman agar konseli dapat berjalan dengan baik tanpa konseli merasakan takut yang menyebabkan konseli ingin berhenti, oleh sebab itu konselor harus menciptakan perasaan positif untuk konseli.

#### **4. Tujuan Pendekatan Terapi**

Tujuan dasar terapi *client centered* adalah menciptakan iklim yang kondusif bagi usaha membantu klien untuk menjadi seorang pribadi yang berfungsi penuh. Guna mencapai tujuan terapeutik tersebut, terapis perlu mengusahakan agar klien bisa memahami hal-hal yang ada di balik topeng yang dikenakannya. Klien mengembangkan kepura-puraan dan bertopeng sebagai pertahanan terhadap ancaman. Sandiwara yang dimainkan oleh klien menghambatnya untuk tampil utuh dihadapan orang lain dan dalam usahanya menipu orang lain, ia menjadi asing terhadap dirinya sendiri.

Apabila dinding itu runtuh selama proses terapeutik, orang macam apa yang muncul dibalik semua itu. Menurut Rogers dalam Corey (2013:94) menguraikan ciri-ciri yang bergerak ke arah menjadi bertambah teraktualkan sebagai berikut:

- a. Keterbukaan pada pengalaman  
Sebagai lawan dari kebertahanan, keterbukaan, dan pengalaman menyiratkan menjadi lebih sadar terhadap kenyataan sebagaimana kenyataan itu hadir di luar dirinya.
- b. Kepercayaan terhadap organisme  
Salah satu tujuan terapi adalah membantu klien dalam membangun rasa percaya terhadap diri sendiri. Dengan meningkatnya keterbukaan klien terhadap pengalaman-pengalaman sendiri, kepercayaan klien kepada dirinya sendiri pun mulai timbul.
- c. Tempat evaluasi internal  
Tempat evaluasi internal ini berkaitan dengan kepercayaan diri, yang berarti lebih banyak mencari jawaban-jawaban pada diri sendiri bagi masalah-masalah keberadaannya. Orang semakin menaruh perhatian pada pusat dirinya dari pada mencari pengesahan bagi kepribadian dari luar. Dia mengganti persetujuan universal orang lain dengan persetujuan dari diri sendiri. Dia menetapkan standar-standar tingkah laku dan melihat ke dalam dirinya sendiri dalam membuat putusan-putusan dan pilihan-pilihan bagi hidupnya.
- d. Kesiapan untuk menjadi suatu proses  
Konsep tentang diri dalam proses pemenuhan, yang merupakan lawan dari konsep tentang diri sebagai produk, sangat penting. Meskipun klien boleh jadi menjalani terapi untuk mencari sejenis formula untuk membangun keadaan berhasil dan berbahagia, mereka menjadi sadar bahwa pertumbuhan adalah suatu proses yang berkesinambungan. Para klien dalam terapi berada dalam proses pengujian persepsi-persepsi dan kepercayaan-kepercayaan serta membuka diri bagi pengalaman-pengalaman baru dan revisi alih-alih menjadi wujud yang membeku.

Tujuan-tujuan terapi yang telah diuraikan di atas adalah tujuan-tujuan yang luas yang menyajikan suatu kerangka umum untuk memahami arah gerakan terapeutik. Terapis tidak memilih tujuan-tujuan yang khusus bagi klien. Tonggak terapi *client centered* adalah anggapannya bahwa klien dalam hubungannya dengan terapis yang menunjang, memiliki kesanggupan untuk menentukan dan menjernihkan tujuan-tujuannya sendiri.

## 5. Tujuan konseling

Menurut Rogers (2012:297) Tujuan konseling dengan pendekatan *Client Centered* adalah sebagai berikut:

- a. Menciptakan suasana yang kondusif bagi klien untuk mengeksplorasi diri sehingga dapat mengenal hambatan pertumbuhannya.
- b. Membantu klien agar dapat bergerak ke arah keterbukaan, kepercayaan yang lebih besar kepada dirinya, keinginan untuk menjadi pribadi yang mandiri dan meningkatkan spontanitas hidupnya.
- c. Menyediakan iklim yang aman dan percaya dalam pengaturan konseling sedemikian sehingga konseli, dengan menggunakan hubungan konseling untuk *self-exploration*, menjadi sadar akan blok/hambatan ke pertumbuhan.
- d. Konseli cenderung untuk bergerak ke arah lebih terbuka, kepercayaan diri lebih besar, lebih sedia untuk meningkatkan diri sebagai lawan menjadi mandeg, dan lebih hidup dari standar internal sebagai lawan mengambil ukuran eksternal untuk itu perlu menjadi lebih positif.

Jadi dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling dengan pendekatan *Client Centered* adalah untuk membantu klien agar bergerak ke arah positif, mampu percaya lebih besar pada dirinya sendiri, agar keinginan menjadi pribadi yang mandiri dapat meningkat.

## 6. Teknik-Teknik Konseling *Client Centered*

Rumusan-rumusan yang lebih dini dari pandangan Rogers (2012:18) tentang psikoterapi memberi penekanan yang lebih besar pada teknik-teknik. Perkembangan teknik-teknik terapeutik kepada penekanan pada kepribadian, keyakinan-keyakinan, dan sikap-sikap terapis, serta pada hubungan terapeutik. Dalam kerangka *client centered*, “teknik-teknik” adalah pengungkapan dan pengomunikasian penerimaan, respek, dan pengertian, serta berbagai upaya dengan klien dalam mengembangkan kerangka acuan internal dengan memikirkan, merasakan, dan mengeksplorasi. Menurut Hart dalam Corey

(2013:104) membagi perkembangan teori Rogers ke dalam tiga periode sebagai berikut:

- a. Periode 1 (1940-1950): Psikoterapi nondirektif  
Pendekatan ini menekankan penciptaan iklim permisif dan noninterventif. Penerimaan dan klarifikasi menjadi teknik-teknik yang utama. Melalui terapi nondirektif, klien akan mencapai pemahaman atas dirinya sendiri dan atas situasi kehidupannya.
- b. Periode 2 (1950-1957): Psikoterapi reflektif  
Terapis terutama merefleksikan perasaan-perasaan klien dan menghindari ancaman dalam hubungan dengan kliennya. Melalui terapi reflektif, klien mampu mengembangkan keselarasan antara konsep diri dan konsep diri idealnya.
- c. Periode 3 (1957-1970): Terapi eksperiensial  
Tingkah laku yang luas dari terapis yang mengungkapkan sikap-sikap dasarnya menandai pendekatan terapi eksperiensial ini. Terapi difokuskan pada apa yang sedang dialami oleh klien dan pada pengungkapan apa yang sedang dialami oleh terapis. Klien tumbuh pada suatu rangkaian keseluruhan (*continuum*) dengan belajar menggunakan apa yang sedang dialami.

Jadi teknik-teknik *Client Centered* adalah psikoterapi memberi penekanan yang lebih besar pada teknik-teknik. Perkembangan teknik-teknik terapeutik kepada penekanan pada kepribadian dan pada hubungan terapeutik serta terbagi dalam 3 periode.

## **7. Proses Konseling *Client Centered***

Menurut Rogers (2012:87) Proses-proses yang terjadi dalam konseling dengan menggunakan pendekatan *client centered* adalah sebagai berikut:

- a. Konseling memusatkan pada pengalaman individual.
- b. Konseling berupaya meminimalisir rasa diri terancam, dan memaksimalkan dan serta menopang eksplorasi diri. Perubahan perilaku datang melalui pemanfaatan potensi individu untuk menela pengalamannya, membuatnya untuk memperjelas dan mendapat tilikan perasaan yang mengarah pada pertumbuhan.
- c. Melalui penerimaan terhadap klien, konselor membantu untuk menyatakan, mengkaji dan memadukan pengalaman-pengalaman sebelumnya ke dalam konsep diri.



- d. Dengan redefinisi, pengalaman, individu mencapai penerimaan diri dan menerima orang lain dan menjadi orang yang berkembang penuh.
- e. Wawancara merupakan alat utama dalam konseling untuk menumbuhkan hubungan timbal balik.

Jadi, Proses-proses yang terjadi dalam konseling dengan menggunakan pendekatan *client centered* adalah memusatkan pengalaman individu dengan meminimalisir rasa diri yang terancam maka konseli dapat merasa terlindungi.

### **8. Kelemahan dan Kelebihan Konseling *Client Centered***

Menurut Rogers (2012:51) terapi ini dikatakan berhasil atau efektif untuk klien jika klien dapat menentukan dan menjernihkan tujuan-tujuannya sendiri sampai tujuannya itu tercapai sehingga dapat menjadi manusia yang berfungsi penuh. Ada beberapa kelebihan dari terapi ini yaitu :

- a. Pemusatan pada klien dan bukan pada terapis.
- b. Identifikasi dan hubungan terapis sebagai wahana utama dalam mengubah kepribadian. Sehingga tidak menekankan pada teknik namun pada sikap terapis.
- c. Menawarkan perspektif yang lebih *uptodate* dan optimis.
- d. Klien memiliki pengalaman positif dalam terapi ketika mereka fokus dalam menyelesaikan masalahnya. Klien merasa mereka dapat mengekspresikan dirinya secara penuh ketika mereka mendengarkan dan tidak dijustifikasi, selain itu klien diberikan peluang yang lebih luas untuk mendengar dan didengar.
- e. Sifat keamanan individu dapat mengeksplorasi pengalaman-pengalaman psikologis yang bermakna baginya dengan perasaan aman.
- f. Dapat diterapkan pada setting individual maupun kelompok.

Menurut Rogers (2013:54) kekurangan dari terapi adalah sebagai berikut:

- a. Terapi berpusat pada klien dianggap terlalu sederhana dan dalam tujuannya, dirasa terlalu luas dan umum sehingga sulit untuk menilai individu.
- b. Tidak cukup sistematis dan lengkap terutama yang berkaitan dengan klien yang kecil tanggungjawabnya, serta minim teknik untuk membantu klien memecahkan masalahnya.
- c. Sulit bagi terapis untuk bersifat netral dalam situasi hubungan interpersonal.

- d. Terapi menjadi tidak efektif ketika konselor terlalu non-direktif dan pasif. Mendengarkan dan bercerita saja tidaklah cukup, orang bisa memiliki kesan bahwa terapi ini tidak lebih daripada teknik mendengar dan merefleksi.
- e. Tidak bisa digunakan pada penderita psikopatologi yang parah.
- f. Memungkinkan sebagian (terapis) menjadi terlalu terpusat pada klien sehingga melupakan keasliannya. Terapis dapat kehilangan rasa sebagai pribadi yang unik.
- g. Kesalahan sebagian besar terapis dalam menterjemahkan sikap-sikap yang harus dikembangkan dalam hubungan terapeutik. Sejumlah praktisi terkadang menyalahafsirkan atau menyederhanakan sikap-sikap sentral dari posisi *person-centered*.

Jadi Cara meminimalisir kekurangan konseling *client centered* dalam penelitian ini yaitu dengan cara terapis perlu menggaris bawahi kebutuhan-kebutuhan dan maksud-maksud klien dan pada saat yang sama ia bebas membawa kepribadiannya sendiri ke dalam pertemuan terapi. Sehingga klien bisa memiliki kesan bahwa terapi *client centered* tidak lebih dari pada teknik mendengar dan merefleksikan. Terapi *client centered* berlandaskan sekumpulan sikap yang dibawa oleh terapis ke dalam pertemuan dengan kliennya dan lebih dari kualitas lain yang manapun, kesejatian terapis menentukan kekuatan hubungan terapeutik. Keotentikan dan keselarasan terapis demikian vital sehingga terapis yang berpraktek dalam kerangka *client centered* harus wajar dalam bertindak dan harus menemukan suatu cara mengungkapkan reaksi-reaksinya kepada klien.

## **9. Tahapan Konseling**

Proses konseling terlaksana karena hubungan konseling berjalan dengan baik. Menurut Brammer dalam Sofyan (2007:50) “proses konseling adalah peristiwa yang telah berlangsung dan memberi makna bagi peserta koseling tersebut (konselor dan klien)”.

Menurut Rogers (2012:63) secara umum proses konseling individu dibagi atas tiga tahapan.

#### Tahap awal konseling

Tahap ini terjadi sejak klien menemui konselor hingga berjalan proses konseling sampai konselor dan klien menemukan definisi masalah klien atas dasar isu, kepedulian, atau masalah klien. Adapun proses konseling tahap awal sebagai berikut :

##### a. Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien

Hubungan konseling bermakna adalah jika klien terlibat berdiskusi dengan konselor. Hubungan tersebut dinamakan *a working realitionsip*, yakni hubungan yang berfungsi, bermakna, dan berguna. Keberhasilan proses konseling individu amat ditentukan oleh keberhasilan pada tahap awal ini. Kunci keberhasilan terletak pada, (pertama) keterbukaan konselor. (kedua) keterbukaan klien, artinya dia dengan jujur mengungkapkan isi hati, perasaan, harapan, dan sebagainya. Namun, keterbukaan ditentukan oleh faktor konselor yakni dapat dipercayai klien karena dia tidak berpura-pura, akan tetapi jujur, asli, mengerti, dan menghargai. (ketiga) konselor mampu melibatkan klien terus menerus dalam proses konseling. Karena dengan demikian, maka proses konseling individu akan lancar dan segera dapat mencapai tujuan konseling individu.

##### b. Memperjelas dan mendefinisikan masalah

Jika hubungan konseling telah terjalin dengan baik dimana klien telah melibatkan diri, berarti kerjasama antara konselor dengan klien akan dapat mengangkat isu, kepedulian, atau masalah yang ada pada klien. Sering klien tidak begitu

mudah menjelaskan masalahnya, walaupun mungkin dia hanya mengetahui gejala-gejala yang dialaminya. Karena itu amatlah penting peran konselor untuk membantu memperjelas masalah klien. Demikian pula klien tidak memahami potensi apa yang dimilikinya, maka tugas konselor lah untuk membantu mengembangkan potensi, memperjelas masalah, dan membantu mendefinisikan masalahnya bersama-sama.

c. Membuat penafsiran dan penjajakan Konselor berusaha menjajaki atau menaksir kemungkinan mengembangkan isu atau masalah, dan merancang bantuan yang mungkin dilakukan, yaitu dengan membangkitkan semua potensi klien, dan dia proses menentukan berbagai alternatif yang sesuai bagiantisipasi masalah.

d. Menegosiasikan kontrak

Kontrak artinya perjanjian antara konselor dengan klien. Hal itu berisi, kontrak waktu, artinya berapa lama diinginkan waktu pertemuan oleh klien dan apakah konselor tidak keberatan dan Kontrak tugas, artinya konselor apa tugasnya, dan klien apa pula serta kontrak kerjasama dalam proses konseling. Kontrak menggariskan kegiatan konseling, termasuk kegiatan klien dan konselor. Artinya mengandung makna bahwa konseling adalah urusan yang saling ditunjuk, dan bukan pekerjaan konselor sebagai ahli. Disamping itu juga mengandung makna tanggung jawab klien, dan ajakan untuk kerja sama dalam proses konseling

### Tahap Pertengahan ( Tahap Kerja )

Berangkat dari definisi masalah klien yang disepakati pada tahap awal, kegiatan selanjutnya adalah memfokuskan pada penjelajahan masalah klien dan bantuan apa yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa-apa yang telah dijelajah tentang masalah klien.

Menilai kembali masalah klien akan membantu klien memperoleh perspektif baru, alternatif baru, yang mungkin berbeda dari sebelumnya, dalam rangka mengambil keputusan dan tindakan. Dengan adanya perspektif baru, berarti ada dinamika pada diri klien menuju perubahan. Tanpa perspektif maka klien sulit untuk berubah. Adapun tujuan-tujuan dari tahap pertengahan ini yaitu :

- a. Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu, dan kepedulian klien lebih jauh. Dengan penjelajahan ini, konselor berusaha agar kliennya mempunyai perspektif dan alternatif baru terhadap masalahnya. Konselor mengadakan reassessment (penilaian kembali) dengan melibatkan klien, artinya masalah itu dinilai bersama-sama. Jika klien bersemangat, berarti dia sudah begitu terlibat dan terbuka. Dia akan melihat masalahnya dari perspektif atau pandangan yang lain yang lebih objektif dan mungkin pula berbagai alternatif.
- b. Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara  
Hal ini bisa terjadi jika, pertama, klien merasa senang terlibat dalam pembicaraan atau wawancara konseling, serta menampakkan kebutuhan untuk mengembangkan potensi diri dan memecahkan masalahnya. Kedua, konselor berupaya kreatif dengan keterampilan yang bervariasi,

serta memelihara keramahan, empati, kejujuran, keikhlasan dalam memberi bantuan. Kreativitas konselor dituntut pula untuk membantu klien menemukan berbagai alternatif sebagai upaya untuk menyusun rencana bagi penyelesaian masalah dan pengembangan diri.

c. Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak

Kontrak dinegosiasikan agar betul-betul memperlancar proses konseling. Karena itu konselor dan klien agar selalu menjaga perjanjian dan selalu mengingat dalam pikirannya. Pada tahap pertengahan konseling ada lagi beberapa strategi yang perlu digunakan konselor yaitu, pertama, mengkomunikasikan nilai-nilai inti, yakni agar klien selalu jujur dan terbuka, dan menggali lebih dalam masalahnya. Karena kondisi sudah amat kondusif, maka klien sudah merasa aman, dekat, terundang dan tertantang untuk memecahkan masalahnya. Kedua, menantang klien sehingga dia mempunyai strategi baru dan rencana baru, melalui pilihan dari beberapa alternatif, untuk meningkatkan dirinya.

Tahap Akhir Konseling ( Tahap Tindakan )

Pada tahap akhir konseling ditandai beberapa hal yaitu :

- a. Menurunnya kecemasan klien. Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya.
- b. Adanya perubahan perilaku klien kearah yang lebih positif, sehat, dan dinamis.

- c. Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas.
- d. Terjadinya perubahan sikap positif, yaitu mulai dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar, seperti orang tua, guru, teman, keadaan tidak menguntungkan dan sebagainya. Jadi klien sudah berfikir realistik dan percaya diri.

Menurut Rogers (2012:23) tujuan-tujuan tahap akhir adalah sebagai berikut :

a. Memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadahi klien dapat melakukan keputusan tersebut karena dia sejak awal sudah menciptakan berbagai alternatif dan mendiskusikanya dengan konselor, lalu dia putuskan alternatif mana yang terbaik. Pertimbangan keputusan itu tentunya berdasarkan kondisi objektif yang ada pada diri dan di luar diri. Saat ini dia sudah berpikir realistik dan dia tahu keputusan yang mungkin dapat dilaksanakan sesuai tujuan utama yang ia inginkan.

b. Terjadinya *transfer of learning* pada diri klien

Klien belajar dari proses konseling mengenai perilakunya dan hal-hal yang membuatnya terbuka untuk mengubah perilakunya diluar proses konseling. Artinya, klien mengambil makna dari hubungan konseling untuk kebutuhan

c. Melaksanakan perubahan perilaku

Pada akhir konseling klien sadar akan perubahan sikap dan perilakunya. Sebab ia datang minta bantuan adalah atas kesadaran akan perlunya perubahan pada dirinya.

d. Mengakhiri hubungan konseling

Mengakhiri konseling harus atas persetujuan klien. Sebelum ditutup ada beberapa tugas klien yaitu : pertama, membuat kesimpulan-kesimpulan mengenai hasil proses konseling; kedua, mengevaluasi jalanya proses konseling; ketiga, membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya.

Jadi, tahapan diatas dapat disimpulkan bahwa disetiap tahapannya memiliki keterampilan yang berbeda-beda, Namun keterampilan-keterampilan itu bukanlah yang utama jika hubungan konseling individu tidak mencapai rapport. Dengan demikian proses konseling individu ini tidak dirasakan oleh peserta konseling (konselor klien) sebagai hal yang menjemukan. Akibatnya keterlibatan mereka dalam proses konseling sejak awal hingga akhir dirasakan sangat bermakna dan berguna.



### C. Peningkatan kemandirian belajar dengan Pendekatan *Client Centered*

Menurut Corey dalam Lubis (2011:115) Pendekatan *client centered* memandang kepribadian manusia secara positif, Rogers (2012:30) bahkan menekankan bahwa manusia dapat dipercaya karena pada dasarnya kooperatif dan konstruktif. Setiap individu memiliki kemampuan menuju keadaan psikologis yang sehat secara sadar dan terarah dari dalam dirinya

Rogers (2012:35) berpandangan bahwa setiap orang memiliki sebuah perasaan yang cenderung stabil mengenai keberhargaan diri atau harga diri. Menurut Corey (2013:94) “tujuan dasar terapi *client centered* adalah menciptakan iklim yang kondusif bagi usaha membantu klien untuk menjadi seorang pribadi yang berfungsi penuh”.

Konseling *client centered* difokuskan pada tanggungjawab dan kesanggupan klien untuk menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara lebih penuh. Karena seperti yang telah diketahui bahwa konseling *client centered* atau *client centered theory* sering pula dikenal sebagai teori nondirektif dimana tokoh utamanya adalah Carl Rogers. Menurut Rogers dalam Corey (2013:95) Teori *client centered* yaitu :

“Terapi *client centered* berfokus pada kapasitas subjek untuk dapat mengarahkan diri dan memahami perkembangan dirinya, serta menekankan pentingnya sikap tulus, saling menghargai dan tanpa prasangka dalam membantu individu mengatasi masalah kehidupannya”.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan, bahwa pendekatan *client centered* dapat membantu siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah. Karena pada konseling *client centered* berpusat pada klien dan bukan pada terapis,

identifikasi dan hubungan terapi sebagai wahana utama dalam mengubah kepribadian, lebih menekankan pada sikap terapi dari pada teknik, memberikan kemungkinan untuk melakukan penelitian dan penemuan kuantitatif. Penekanan emosi, perasaan, dan afektif dalam terapi menawarkan perspektif yang lebih optimis, klien memiliki pengalaman positif dalam terapi ketika mereka fokus dalam menyelesaikan masalahnya, klien merasa dapat mengekspresikan dirinya secara penuh ketika mereka mendengarkan dan tidak dijustifikasi. Hal ini akan dapat membantu untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa yang bersangkutan.

Kemandirian belajar dapat ditingkatkan melalui dukungan dan penghargaan yang diberikan kepada siswa ketika siswa mau melakukan aktivitas. Ini sesuai dengan teknik yang ada pada *client centered*. Menurut Corey (2013:53) bahwa *client centered* memiliki teknik-teknik meliputi, penerimaan, rasa hormat, pemahaman, menentramkan hati dan memberi dorongan.

Berdasarkan kutipan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan pendekatan konseling *client centered* cocok untuk menyelesaikan permasalahan siswa menyangkut rendahnya kemandirian belajar.

### **III. METODOLOGI PENELITIAN**

Menurut Sugiyono (2012:3) metode penelitian merupakan cara ilmiah yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu. Penggunaan metode dimaksudkan agar kebenaran yang diungkap benar-benar dapat dipertanggungjawabkan dan memiliki bukti ilmiah yang akurat dan dapat dipercaya.

#### **A. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian dilakukan di SMA Negeri 14 Bandar Lampung dengan waktu pelaksanaan penelitiannya pada tahun ajaran 2017/2018.

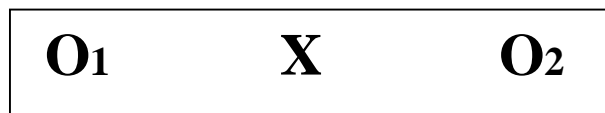
#### **B. Metode Penelitian**

Menurut Sugiyono (2012:3) Metode penelitian pendidikan dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan dan mengantisipasi masalah.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen dengan bentuk desain penelitian *pre eksperimental design*. Desain ini

dikatakan sebagai *pre eksperimental design* karena belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh karena masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen. Rancangan ini berguna untuk mendapatkan informasi awal terhadap pertanyaan yang ada dalam penelitian.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest posttest design* karena penelitian ini tanpa menggunakan kelompok kontrol. Pertama-tama dilakukan pengukuran, lalu dikenakan perlakuan untuk jangka waktu tertentu, kemudian dilakukan pengukuran untuk kedua kalinya. Menurut Sugiyono (2012) rancangan ini digambarkan sebagai berikut :



**Gambar 3.1 Pola *One-Group Pretest-Posttest Design* (Sugiyono, 2012:74)**

Keterangan :

- O<sub>1</sub> : Pengukuran awal berupa penyebaran skala kemandirian belajar yang diberikan kepada siswa sebelum diberi perlakuan.
- X : Perlakuan (*treatment*)
- O<sub>2</sub> : Pengukuran akhir berupa penyebaran skala kemandirian belajar untuk mengukur tingkat pada belajar siswa sesudah diberi perlakuan, dalam pengukuran akhir akan didapatkan data hasil dari pemberian perlakuan dimana kemandirian belajar siswa di sekolah, menjadi meningkat atau tidak meningkat sama sekali.

Menurut Sugiyono (2012:111) mengemukakan bahwa pelaksanaan dengan desain ini dilakukan dengan cara memberikan perlakuan atau *treatment* (X) terhadap siswa. Sebelum diberikan perlakuan atau *treatment*, siswa tersebut diberikan *pretest* ( $O_1$ ) dan kemudian setelah perlakuan atau *treatment*, siswa tersebut diberikan *posttest* ( $O_2$ ). Hasil dari kedua test ini kemudian dibandingkan untuk mengetahui apakah perlakuan yang diberikan memberikan pengaruh atau perubahan terhadap siswa tersebut.

Untuk memperjelas eksperimental dalam penelitian ini, maka disajikan tahap-tahap rancangan eksperimen, yaitu :

1. Melakukan *pretest* adalah pemberian tes dengan skala kemandirian belajar kepada siswa sebelum diadakan perlakuan yaitu konseling *client centered* sehingga diperoleh hasil siswa yang memiliki kemandirian belajar yang rendah.
2. Memberikan perlakuan (*treatment*) adalah pemberian perlakuan kepada siswa yang memiliki kemandirian belajar yang rendah dengan konseling *client centered*.
3. Melakukan *post test* dengan pemberian skala kemandirian belajar yang sama dengan pengukuran pertama sesudah pemberian konseling dengan tujuan untuk mengetahui hasil apakah konseling *client centered* dapat meningkatkan kemandirian belajar siswa yang rendah.

### C. Subyek Penelitian

Menurut Arikunto (2006:129) menyebutkan bahwa yang dimaksud subjek penelitian adalah sesuatu sumber data dimana data dapat diperoleh. Subjek penelitian dapat berupa benda, gerak, manusia, tempat atau symbol. Jadi subjek penelitian merupakan sesuatu yang posisinya sangat penting, karena pada subjek itulah terdapat data tentang variabel yang diteliti dan diamati oleh peneliti.

Dalam penelitian ini, subyek disesuaikan dengan keberadaan masalah dan jenis data yang ingin dikumpulkan. Penelitian ini dilakukan pada Siswa kelas XI SMA Negeri 14 Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018. Subjek tersebut merupakan siswa-siswa dari kelas XI.

Berdasarkan apa yang akan peneliti lakukan di sekolah tersebut terdapat siswa-siswa yang memang masih memiliki kemandirian belajar rendah. Untuk menjangkau subjek penelitian, diberikan skala kemandirian belajar pada siswa kelas XI. Skala kemandirian belajar berfungsi sebagai penjangkauan siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah sekaligus sebagai *pretest* bagi siswa yang menjadi subyek penelitian dengan kriteria yang telah ditentukan. Selain itu peneliti juga melakukan wawancara dan observasi kepada guru BK untuk mendapatkan informasi mengenai siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah pada siswa kelas XI. Wawancara menghasilkan informasi bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah pada kelas XI. Setelah melakukan wawancara dengan guru BK, peneliti memberikan skala kemandirian belajar kepada siswa kelas XI sebanyak 33 siswa. Dari hasil skala kemandirian belajar tersebut terdapat 4 siswa yang memiliki kemandirian belajar rendah. Kemudian

setelah mendapatkan subyek, selanjutnya peneliti akan memberikan konseling *client centered* sebagai perlakuan.

## **D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**

### **1. Variabel Penelitian**

Menurut Sugiyono (2012:60) variabel penelitian adalah segala sesuatu yang terbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.

Penelitian ini di laksanakan oleh 2 variabel. Yaitu :

Variabel bebas (*independen*) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel ini yaitu konseling *client centered*.

Variabel Terikat (*dependen*) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kemandirian belajar.

### **2. Definisi Operasional**

Menurut Azwar (2010:74) “Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati”.

Kemandirian belajar adalah dapat diartikan sebagai aktivitas belajar yang berlangsungnya lebih didorong oleh kemauan sendiri, pilihan sendiri, dan tanggung jawab sendiri dari pembelajar untuk menguasai sesuatu kompetensi.

Konseling merupakan proses bantuan yang diberikan oleh konselor kepada siswa dengan menekankan konseling *client centered* sebagai teknik konseling dimana

konselor meletakkan tanggungjawab utamanya kepada siswa agar menjadi lebih aktif dan dapat menemukan solusi mereka sendiri terhadap masalah yang tengah mereka hadapi. Terdapat 5 tahapan dalam proses konseling *client centered* yaitu tahap membangun hubungan, tahap melakukan penjajakan masalah, tahap keterbukaan terhadap pengalaman, tahap memilih dan menentukan sikap dan tahap bersedia menjadi proses.

### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Menurut Sugiyono (2012:308) “Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan.

Jadi, teknik pengumpulan data adalah teknik atau cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Untuk mengumpulkan data penelitian, peneliti harus menentukan teknik pengumpulan apa yang akan digunakan sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yaitu skala kemandirian belajar.

#### **Skala kemandirian belajar**

Skala yang digunakan untuk melihat kemandirian belajar siswa adalah skala kemandirian belajar yang dikembangkan dari jenis skala *likert*. Dengan skala *likert*, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Indikator tersebut dijadikan tolak ukur untuk menyusun instrumen yang dapat berupa pertanyaan maupun pernyataan.



Skala kemandirian belajar digunakan untuk memperoleh data mengenai tingkat kemandirian belajar siswa, melalui *pretest* dan *posttest*. Dengan menggunakan skala kemandirian belajar dapat diketahui siswa yang mengalami kemandirian belajar sangat rendah sampai pada tingkatan yang sangat tinggi.

Penulisan item skala ini dibedakan menjadi 2 kelompok, yaitu item yang mendukung pernyataan (*Favorable*) dan item yang tidak mendukung pernyataan (*Unfavorable*) serta terdiri dari 4 alternatif jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban itu dapat diberi skor antara 1 sampai 4.

**Tabel 3.1 Alternatif Pilihan Jawaban Skala**

<b>Pernyataan</b>	<b><i>Favorable</i> (Positif)</b>	<b><i>Unfavorable</i> (Negatif)</b>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Tabel 3.2 Kisi-kisi Skala Kemandirian Belajar

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item soal		
			Favorable	Unfavorable	
1. Kemandirian Belajar	1. Kegiatan belajar	➤ Mengikuti aktivitas belajar	1,7,19	18	
		➤ Disiplin dan tanggung jawab terhadap tugas-tugas disekolah	23,46	36	
		➤ Sadar akan kebutuhan	11,47	4,9	
		➤ Minat terhadap berbagai macam masalah pelajaran	35,37	24,15	
		➤ Tekun menghadapi tugas	3,29,32	14,30	
	2. Yakin atas kemampuan yang dimiliki		➤ Percaya diri	31,41,42	48
			➤ Konsisten mengambil keputusan	16,17,44	2,45
			➤ Berpikir positif	39,43	8,40
			➤ Bekerja mandiri dan berkelompok	20,34	5,6

	3. Berani menghadapi kesulitan	➤ Mencari dan memecahkan masalah	<b>13,26,33</b>	<b>22</b>
		➤ Berinisiatif	<b>10,12,25</b>	<b>28</b>
		➤ Ulet menghadapi kesulitan	<b>21,27</b>	<b>38</b>

Kriteria skala kemandirian belajar siswa dikategorikan menjadi 2 yaitu tinggi dan rendah. Untuk mengkategorikannya, terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus sebagai berikut:

$$i = \frac{NT - NR}{K}$$

Keterangan :

*i* : interval

2NT : nilai tertinggi

NR : nilai terendah

K : jumlah kategori

$$\frac{NT - NR}{K} = \frac{(48 \times 4) - (48 \times 1)}{3} = \frac{192 - 48}{3} = \frac{144}{3} = 48$$

**Tabel 3.3 Kriteria kemandirian belajar siswa**

<b>Interval</b>	<b>Kategori</b>
144 – 192	Tinggi
95 – 143	Sedang
46 – 94	Rendah

Semakin besar skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi pula tingkat kemandirian belajar dan sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan kemandirian belajar yang rendah pada siswa.

## **F. Uji Coba Instrumen**

### **1. Uji Validitas skala kemandirian belajar**

Validitas adalah suatu struktur yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan dan kesalahan suatu instrumen. Uji validitas digunakan untuk mengetahui apakah instrumen yang dibuat dapat mengukur apa yang diinginkan. Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi (*Content Validity*). Menurut Sugiyono (2012:182) untuk menguji validitas isi dilakukan dengan membandingkan antara isi instrumen dengan materi yang telah diajarkan.

Menurut Sugiyono (2012) untuk menguji validitas isi, dapat dengan mempertimbangkan pendapat dari para ahli (*judgments experts*). Dalam hal ini, setelah kisi-kisi lembar observasi disusun berdasarkan ciri-ciri tingkah laku yang akan diukur, maka selanjutnya di uji ahli oleh dosen pembimbing dan pengajar di program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas

Lampung yaitu Citra Abriani Maharani, M.Pd.,Kons., Yohana Oktariana, M.Pd., dan Moch Johan Pratama, S.Psi.,M.Psi.

Setelah dilakukan *judgement expert*, peneliti menganalisis hasil *judgement expert* menggunakan koefisien validitas isi Aiken's V. Untuk menghitung koefisien validitas isi, penulis menggunakan formula Aiken's V yang didasarkan pada hasil penilaian panel ahli sebanyak n orang terhadap suatu item. Penilaian dilakukan dengan cara memberikan angka antara 1 (yaitu sangat tidak mewakili atau sangat tidak relevan) sampai dengan 4 (yaitu sangat mewakili atau sangat relevan).

Berikut adalah formula Aiken's V dalam Azwar (2010:134) :

$$V = \frac{S}{[n(c-1)]}$$

Keterangan :

- n : Jumlah panel penilaian (expert)
- Io : Angka penilaian validitas terendah (dalam hal ini = 1)
- c : Angka penilaian validitas tertinggi (dalam hal ini = 4)
- r : Angka yang diberikan seorang penilai
- s : r – Io

Interpretasi formula *Aiken's V* didistribusikan bahwa, semakin mendekati angka 1,00 memiliki validitas tinggi.

Menurut Koestoro & Basrowi (2006:244) Kriteria validitas isi yaitu :

- 0,80 – 1,00 : sangat tinggi
- 0,60 – 0,79 : tinggi
- 0,40 – 0,59 : cukup tinggi
- 0,20 – 0,39 : rendah
- < 0,2 : sangat rendah

**Tabel 3.4 Uji Validitas Isi (*Judgement Expert*)**

No	V Aiken's	No	V Aiken's	No	V Aiken's	No	V' Aikens	No	V Aiken's
1	0,66	11	0,66	21	0,66	31	0,66	41	0,66
2	0,66	12	0,66	22	0,66	32	0,66	42	0,66
3	0,66	13	0,66	23	0,66	33	0,66	43	0,66
4	0,66	14	0,66	24	0,66	34	0,66	44	0,66
5	0,66	15	0,66	25	0,66	35	0,66	45	0,66
6	0,66	16	0,66	26	0,66	36	0,66	46	0,66
7	0,55	17	0,66	27	0,66	37	0,66	47	0,66
8	0,66	18	0,55	28	0,66	38	0,66	48	0,66
9	0,66	19	0,66	29	0,66	39	0,66	49	0,66
10	0,66	20	0,66	30	0,66	40	0,66	50	0,66

Berdasarkan hasil uji ahli (*judgement expert*) yang dilakukan tiga dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Unila dari perhitungan dengan rumus *Aiken's V* pernyataan dengan kriteria besarnya 0,66 maka pernyataan tersebut dikatakan valid dan dapat digunakan. Dengan demikian dari 50 pernyataan terdapat 48 pernyataan yang dinyatakan valid dan sisanya 2 pernyataan yaitu nomor 7 dan 18 hasilnya  $< 0,66$ , maka pernyataan tidak valid. Pernyataan yang tidak valid akan dihilangkan karena sudah terdapat item yang mewakili untuk mengungkapkan ciri-ciri kemandirian belajar. Koefisien validitas isi *Aiken's V* dari 48 aitem adalah pada rentang 0,645, maka berkaidah keputusan tinggi. Dengan demikian koefisien validitas isi skala kemandirian belajar ini dapat memenuhi persyaratan sebagai instrumen yang valid dan dapat digunakan dalam penelitian.

## 2. Uji Reliabilitas Skala Kemandirian Belajar

Menurut Azwar (2010:4) reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama, diperoleh hasil yang relatif sama. Suatu instrumen dikatakan reliabel atau tidak jika telah dihitung koefisien reliabilitasnya. Menurut Azwar (2010:83) menyebutkan bahwa semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti instrumen semakin reliabel. Koefisien yang semakin rendah mendekati 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya.

Menurut Arikunto (2006:197) mengemukakan teknik mencari reliabilitas yang digunakan adalah rumus *alpha cronbach*. Rumus *alpha cronbach* digunakan untuk mencari reliabilitas yang skornya bukan 1 atau 0 , misalnya angket atau soal bentuk uraian.

Untuk menguji reliabilitas instrumen dan mengetahui tingkat reliabilitas instrument dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rumus *alpha cronbach* dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{11} = \left( \frac{k}{k - 1} \right) \left( 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right)$$

Keterangan:

- $r_{11}$  = Reliabilitas instrumen
- $k$  = Banyaknya butir pertanyaan
- $\sum S_i^2$  = Jumlah varian butir
- $S_t^2$  = Varian total

Untuk mengetahui tinggi rendahnya reliabilitas menggunakan kriteria reliabilitas Sugiyono (2012:184) sebagai berikut :

**Tabel 3.5 Kriteria Reliabilitas**

<b>Koefisien r</b>	<b>Kategori</b>
0,8 – 1,000	Sangat tinggi
0,6 – 0,799	Tinggi
0,4 – 0,599	Cukup
0,2- 0,399	Rendah
0,0-0,199	Sangat rendah

Rumus *Alpha Cronbach* digunakan peneliti untuk menghitung realibilitas pada skala tersebut. Skala yang digunakan oleh peneliti memiliki tingkat reliabilitas, Menurut Sugiyono (2012:184), tingkat realibilitas sebesar 0,887 merupakan kriteria realibilitas sangat tinggi.

#### **G. Teknik Analisis Data**

Menurut Sugiyono (2012:244) Analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah data dari seluruh akan dapat membuktikan hipotesis penelitian Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Dengan analisis data maka akan dapat membuktikan hipotesis dan menarik tentang masalah yang diteliti. Penelitian eksperimen bertujuan untuk mengetahui dampak dari suatu perlakuan yaitu mencobakan sesuatu. Lalu dicermati akibat dari perlakuan tersebut.



Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon* yaitu dengan mencari perbedaan mean *Pretest* dan *Posttest*. Analisis ini digunakan untuk mengetahui efektifitas layanan konseling perorangan dengan *Client Centered* untuk meningkatkan kemandirian belajar siswa. Uji *Wilcoxon* merupakan perbaikan dari uji tanda.

Menurut Sudjana (2002:93) karena subjek penelitian kurang dari 25, maka ya dianggap tidak normal dan data yang diperoleh merupakan data ordinal, maka statistik yang digunakan adalah *non parametrik* dengan menggunakan uji *Wilcoxon Matched Pairs Test*. Penelitian ini akan menguji *pretest* dan *posttest* melalui uji *Wilcoxon* ini. Dalam pelaksanaan uji *Wilcoxon* untuk menganalisis kedua data yang berpasangan tersebut dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package for Sosial Science*) 16.

Menurut Sudjana (2002:96) adapun rumus uji *Wilcoxon* ini adalah sebagai berikut:

$$Z = \frac{T - \frac{1}{4}n(n+1)}{\sqrt{\frac{1}{24}n(n+1)(2n+1)}}$$

Keterangan :

Z : Uji *Wilcoxon*

T : Total Jenjang (selisih) terkecil antara nilai *pretest* dan *posttest*

N : Jumlah data sampel

Kriteria pengujian :

Ha diterima, jika  $Z_{hitung} \leq Z_{tabel}$

Ha ditolak, jika  $Z_{hitung} \geq Z_{tabel}$

Saat dilakukan uji hipotesis menggunakan uji *Wilcoxon*, diperoleh harga  $Z_{hitung} = -1,826$  kemudian dibandingkan dengan  $Z_{tabel}$ , dengan nilai signifikansi 5%  $Z = 1,645$  oleh karena  $Z_{hitung} = -1,826 < Z_{tabel} = 1,645$ . Maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya terdapat peningkatan kemandirian belajar siswa setelah diberikan layanan konseling individual dengan pendekatan *client centered*.

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di SMA Negeri 14 Bandar Lampung diperoleh kesimpulan statistik dan kesimpulan penelitian sebagai berikut :

1. Terdapat peningkatan kemandirian belajar pada siswa. Setelah diberikan layanan konseling individual dengan pendekatan *client centered* maka peningkatan ini ditandai dengan adanya perubahan sikap yang terdapat di dalam kemandirian belajar yaitu peningkatan rasa yakin atas kemampuan yang dimiliki, tidak ragu dalam berfikir logis dan tidak takut salah dalam mengerjakan tugas disekolah.
2. Hal ini terbukti dari beda uji *wilcoxon*, diperoleh nilai  $Z_{hitung}$  adalah -1,826. Kemudian dibandingkan dengan  $Z_{tabel}$  1,645. Hal ini menunjukkan bahwa  $Z_{hitung} < Z_{tabel}$  dengan nilai  $\alpha = 5\%$  adalah 0.05 = tabel (-1,826 < 1.645), maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kemandirian belajar dapat ditingkatkan dengan menggunakan konseling *client centered* pada siswa kelas XI SMA Negeri 14 Bandar Lampung.

## B. Saran

Sesuai dengan hasil penelitian yang telah diperoleh berkenaan dengan peningkatan kemandirian belajar dengan konseling *Client Centered* pada siswa kelas XI SMA Negeri 14 Bandar Lampung. Maka dengan ini penulis mengajukan saran sebagai berikut :

1. Kepada Pihak Sekolah SMA Negeri 14 Bandar Lampung Diharapkan dapat membantu pengembangan program bimbingan dan konseling yaitu layanan konseling individual dengan pendekatan *client centered* sebab program tersebut sangat berguna untuk mengatasi kemandirian belajar siswa yang rendah karena hal ini berdampak bagi hasil belajar siswa.

2. Guru Bimbingan dan Konseling

Kepada guru bimbingan dan konseling agar proses dalam layanan konseling individual dengan pendekatan *client centered* perlu ditingkatkan terutama bagi siswa yang memiliki kemandirian belajar yang rendah.

3. Kepada Siswa SMA Negeri 14 Bandar Lampung

Siswa yang memiliki tingkat kemandirian belajar yang rendah diharapkan mengikuti kegiatan konseling *client centered* lebih aktif lagi sehingga dapat memahami pentingnya memiliki sikap yakin akan kemampuan sendiri dan tidak ragu dalam mengerjakan tugas-tugas disekolah.

4. Kepada Para Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang penggunaan layanan konseling individual dengan pendekatan *client centered* dapat menasar subjek kelas X dan meneliti variabel lain yaitu teman sebaya dan keluarga pada siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, S. 2008. *Pengaruh Kemandirian Belajar dan Disiplin Belajar Terhadap Prestasi Belajar*. Yogyakarta.
- Arikunto. 2006. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rieka Cipta.
- Ali, M & Asrori M. 2005. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara
- Azwar, S. 2010. *Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Brookfield, S. 2000. *Understanding and Facilitating Adult Learning*. San Fransisco: Josey Bass Publisher
- Corey, G. 2013. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Dalyono, M. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Fudyartanta. 2002. *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Yogyakarta: Global Pustaka Utama
- Giyono. 2015. *Bimbingan Konseling*. Yogyakarta: Media Akademi
- Hurlock, E.B. 1991. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Harlock, E. B. 1992. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Koestoro B, & Basrowi. 2006. *Strategi Penelitian Sosial dan Pendidikan*. Surabaya: Yayasan Kampusina.
- Lubis. 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana
- Mujiman, H. 2009. *Manajemen Pelatihan Berbasis Belajar Mandiri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Mustaqim, 2008. *Psikologi Pendidikan*. Semarang: Pustaka Pelajar.
- Mutadin, Z. 2002. *Kemandirian sebagai Kebutuhan Psikologis Remaja*. <http://www.e-psikologi.com/remaja.050602> (diakses pada tanggal 11 november 2016)
- Parker, K. D. 2006. *Developing Children Independency And Self-Esteem*. Jakarta: PT Prestasi Pusta Karaya.
- Rogers, C. R. 2012. *On Becoming a Person*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sudjana. 2002. *Metode statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. 2012. *Model Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Surya, Muhammad. 2003. *Pengantar Teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quaisy.
- Syah, Muhibbin. 2005. *Psikologi pendidikan suatu pendekatan baru*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Syam, M. N. 1999. *Pengantar Dasar-dasar Pendidikan*. Jakarta: Media Abadi
- Sofyan W. S. 2007. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Tirtarahardja, U & Sulo, L. 2000. *Pengantar pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Uno, B. H. 2011. *Perencanaan Pembelajaran*. Jakarta: PT Bumi Aksara.