

## PENDEKATAN CLIENT CENTERED THERAPY

Erna Hasni

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia

[ernahasni@yahoo.co.id](mailto:ernahasni@yahoo.co.id)

**Abstract:** *All the problems of human life, whether physical, psychological, family, social, or religious, demand a solution. An education counselor is one of the determinants of education direction and aids students problem solving. The success of a learning can not be separated from the role of a counselor, for that reason, so that learning goals in schools in particular and educational goals in general can be achieved it depends on the quality of the human resource of a counselor. Then in this discussion, counseling is intended as a special service in a direct face-to-face relationship between counselor and client. In this connection the client's problem is examined and strived for alleviation, as far as possible with the strength of the fabric itself. In that regard, counseling is considered as the most important service effort in the implementation of the client problem alleviation function. It is even said that counseling is the "heart of his heart" a comprehensive guidance service. To be able to master the "heart of heart" guidance, a counselor need to learn, apply, and have extensive experience in counseling service with all the ins and outs (Prayetno, Erman, 2013: 289).*

1. Counseling services are organized officially
2. Problem boundaries through counseling
3. Stages of the effectiveness of alleviating problems through counseling
4. Counseling approaches and theories
5. Counseling in a different work environment.

**Keywords:** Approach, Client Centered Therapy

**Abstrak:** Seluruh problema kehidupan manusia baik fisik, psikis, keluarga, sosial maupun religius, menuntut adanya penyelesaian. Seorang Konselor Pendidikan adalah termasuk salah satu penentu arah pendidikan dan pembantu penyelesaian masalah peserta didik, keberhasilan suatu pembelajaran tidak lepas dari peran seorang konselor, untuk itu, agar tujuan pembelajaran di sekolah khususnya dan tujuan pendidikan pada umumnya dapat tercapai itu tergantung pada kualitas SDM seorang konselor. Maka pada pembahasan ini, konseling dimaksudkan sebagai pelayanan khusus dalam hubungan langsung tatap muka antara konselor dan klien. Dalam hubungan ini masalah klien dicermati dan diupayakan pengentasannya, sedapat-dapatnya dengan kekuatan klien sendiri. Dalam kaitan itu, konseling dianggap sebagai upaya layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah klien. Bahkan dikatakan bahwa konseling merupakan "jantung hatinya" pelayanan bimbingan secara menyeluruh. Untuk dapat menguasai "jantung hati" bimbingan, seorang konselor perlu mempelajari, menerapkan, dan berpengalaman luas dalam layanan konseling itu dengan segenap seluk-beluknya. (Prayitno, Erman, 2013: 289)

1. Layanan Konseling Diselenggarakan Secara Resmi
2. Pengentasan Masalah Melalui Konseling

3. Tahap-Tahap Kefektifan Pengentasan Masalah Melalui Konseling
4. Pendekatan dan Teori Konseling
5. Konseling di Lingkungan Kerja Yang Berbeda.

**Kata kunci:** Pendekatan, *Client Centered Therapy*

## Pendahuluan

### *Pendekatan Client-Centered*

Berbicara pendekatan *client-centered*, maka kita akan mengenal Carl. R. Rogers yang mengembangkan *client-centered* untuk diaplikasikan pada kelompok, keluarga, masyarakat dan terlebih kepada individu. Pendekatan ini dikembangkan atas anggapanannya mengenai keterbatasan dari psikoanalisis. Berbeda halnya dengan psikoanalisis bahwa manusia cenderung deterministik, Rogers menyatakan bahwa manusia adalah pribadi-pribadi yang memiliki potensi untuk memecahkan permasalahannya sendiri. (Namora, 2011: 154)

Willis mengatakan yang dikutip oleh Namora lumongga bahwa *client-centered* sering pula disebut sebagai psikoterapi non-*directive* yang merupakan metode perwatakan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog dengan klien agar tercapai gambaran antara *ideal self* (diri ideal) dengan *actual self* (diri sebenarnya). (Sofyan 2009 :205). Ciri-ciri pendekat *client-centered* adalah :

1. Ditujukan kepada klien yang mampu memecahkan masalahnya agar tercapai kepribadian klien yang terpadu.
2. Sasaran konseling adalah aspek emosi dan perasaan, bukan aspek intelektualnya.

3. Titik tolak konseling adalah masa sekarang (*here and now*) bukan masa lalu.
4. Tujuan konseling adalah menyesuaikan antara *ideal self* dan *actual self*.
5. Klien berperan paling aktif dalam proses konseling, sedangkan konselor hanya bertindak sebagai *pasif-reflektif* (konselor bukan hanya diam tetapi membantu klien aktif memecahkan masalahnya).

## Tinjauan Pustaka

Dalam melakukan penelitian ini, penulis mengkaji beberapa penelitian terkait diantaranya :

1. Emma Lusiana<sup>1</sup>, Muswardi Rosra, Ratna Widiastuti *Penggunaan Konseling Client Centered dalam Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa (Studi Kasus Siswa Kelas X, Jurnal Universitas Lampung, tahun 2017. Penelitian konseling client centered dapat digunakan dalam meningkatkan konsep diri siswa kelas X SMK Kesehatan YPIB Tumijajar tahun pelajaran 2016/2017. Setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil kesimpulan dari penelitian ini, maka dengan ini penulis mengajukan saran sebagai berikut : 1) kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya*

mengadakan layanan konseling individual dengan pendekatan *client centered* untuk meningkatkan konsep diri positif siswa. 2) kepada siswa hendaknya siswa memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling untuk mengatasi permasalahan yang dialami khususnya dalam meningkatkan konsep diri positif. 3) kepada peneliti lain hendaknya melakukan penelitian dengan jeli dan mencatat secara detail mengenai perubahan perilaku siswa, gunakan alat bantu perekam setiap pelaksanaan konseling untuk menjaga akurasi data.

2. Mulyadi, *Penerapan Client Centered Therapy Terhadap Klien "KK" Yang Mengalami Grieving Di sekolah Luar Biasa Negeri A Kota Bandung*, Jurnal Ilmiah Pekerjaan Sosial tahun 2016. Penelitian *Grieving* merupakan proses yang dipersepsi-kan oleh individu menyangkut aspek fisik, psikologis, dan sosial akibat dari kehilangan yang telah dialami. "KK" merupakan responden yang telah mengalami kehilangan fungsi penglihatan pada tahun 2013. Setelah dilakukan pengukuran terhadap tingkat *grieving* yang dialaminya diperoleh skor 98. Skor ini berada pada rentang sedang, dilihat dari aspek fisik, psikologis dan sosialnya. Hasil dari pengukuran tersebut menunjukkan perlunya intervensi dengan menggunakan teknik *client centered therapy*.

Teknik *client centered therapy* dalam penerapannya membutuhkan partisipasi penuh responden sebagai

pusat dari kegiatan intervensi. Dalam teknik ini menganut paham bahwa individu memiliki kapasitas untuk membimbing, mengatur, mengarahkan, dan mengendalikan dirinya sendiri apabila ia diberikan kondisi tertentu yang mendukung. Selain itu, individu diyakini memiliki potensi untuk memahami apa yang terjadi dalam hidupnya yang terkait dengan tekanan dan kecemasan yang ia rasakan, juga individu memiliki potensi untuk mengatur ulang dirinya sedemikian rupa sehingga tidak hanya untuk menghilangkan tekanan dan kecemasan yang ia rasakan, tetapi juga untuk memenuhi kebutuhan diri dan mencapai kebahagiaan.

Responden "KK" merupakan orang dengan disabilitas visual yang sedang menempuh pendidikan di SLBN A Kota Bandung. Responden juga merupakan salah satu penerima manfaat pada Panti Sosial Wyataguna Bandung. Responden menjadi orang dengan disabilitas visual pada tahun 2013. Hasil pengukuran tingkat *grieving* pada responden menunjukkan bahwa tingkat *grieving* yang dialami responden berada pada level sedang. Pengukuran dilakukan pada fase *baseline* dimana tidak ada intervensi apapun maupun *feedback* atas perilaku subjek. Fase *baseline* dilaksanakan selama 6 hari dengan waktu yang telah ditentukan.

Penerapan teknik *client centered therapy* dilaksanakan setelah pengukuran fase *baseline*. Hal ini ditujukan untuk mendapatkan gambaran pengaruh dari

pelaksanaan salah satu teknik dalam pekerjaan sosial tersebut. Hasil yang ditunjukkan pada responden adalah tingkat *grieving* yang diukur dalam 3 aspek, yaitu aspek psikologis, fisik, dan sosial menunjukkan hasil yang sangat signifikan. Tingkat *grieving* responden menurun dari tingkat sedang ke tingkat ringan/sedikit.

3. Pada fase intervensi, peneliti melakukan pengamatan terhadap tingkat *griefing* responden "KK" yang dilakukan dalam 6 sesi. Hasil yang didapatkan untuk aspek psikologis, fisik, dan sosialnya menunjukkan adanya penurunan jumlah frekuensi target tiap sesi yang dimulai dari sesi kedua sampai sesi keenam. Hal ini menunjukkan bahwa *grieving* dapat diturunkan melalui teknik *client centered therapy* namun membutuhkan waktu dalam proses penurunan aspek yang diharapkan.
4. Pengujian hipotesis nol terhadap aspek psikologis, fisik, dan sosial yang diberikan intervensi menunjukkan hasil bahwa ketiga sub hipotesis nol dan satu hipotesis nol utama dinyatakan ditolak. Hal ini berarti implementasi teknik *client centered therapy* dapat menurunkan tingkat *grieving* yang dialami oleh responden "KK". Penolakan terhadap hipotesis nol ini juga menunjukkan bahwa teknik *client centered therapy* efektif diimplementasikan untuk menurunkan tingkat *grieving* responden "KK".

## Metodologi

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2006: 1). Secara garis besar penelitiain ini digolongkan kepada penelitian kualitatif dengan metode analisis deskriptif.

Penelitian kualitatif adalah penelitian yang berdasarkan unsur alamiah sebagai keutuhan, mengandalkan manusia sebagai alat penelitian, memanfaatkan metode kualitatif, mengadakan analisis data secara induktif, mengarahkan sasaran penelitiannya pada usaha menemukan teori dasar, bersifat deskriptif, lebih mementingkan proses daripada hasil penelitian, membatasi studi dengan fokus, memiliki seperangkat kriteria untuk memeriksa keabsahan data, rancangan penelitiannya bersifat sementara, dan hasil penelitiannya disepakati oleh kedua belah pihak: peneliti dan subjek peneliti (Moleong, 1999: 27). Istilah alami (*Naturalistik*) menunjukkan bahwa pelaksanaan penelitian ini memang terjadi secara alamiah, apa adanya, dalam situasi normal, yang tidak dimanipulasi keadaan kondisinya, menekankan pada prinsip secara alami (Arikunto, 2006: 13).

Tujuan pokok dalam penelitian kualitatif adalah untuk mendapatkan pemahaman tentang kenyataan melalui proses berfikir induktif. Sedangkan langkah penelitian kualitatif atau proses penelitian kualitatif adalah pada tahap perencanaan hanya ditentukan secara umum, kemudian pelaksanaan merupakan penjabaran dari rencana dan menyesuaikan dengan kondisi dan situasi yang dihadapi (Hadjar, 1999: 32).

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Penelitian metode deskriptif yang merupakan metode penelitian untuk menggambarkan dan menginterpretasi objek sesuai dengan apa adanya (Suakardi, 2009: 157).

## Pembahasan

### Dinamika Kepribadian Manusia

Pendekatan *client-centered* memandang kepribadian manusia secara positif. Rogers 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 (Gerald, 2009:209). Karena lebih menonjolkan aspek *self* pada teorinya, pendekatan *client-centered* juga dianggap sebagai *self-theory*. Untuk menjadi individu yang memiliki *self* yang sehat, klien memerlukan penghargaan yang positif, kehangatan cinta, kepedulian, dan penerimaan. *Self* merupakan konsep mengenai diri dan hubungan diri dengan orang lain. Individu akan bertingkah laku selaras dengan konsep *self* yang dimilikinya.

*Self* tidak terbentuk dengan sendirinya. Menurut Rogers (dikutip dari Latipun, 2005) *self* terbentuk melalui proses asimilasi dan proses introyeksi, Asimilasi adalah proses pembentukan *self* akibat dari pengalaman langsung individu. Sementara Introyeksi adalah proses pembentukan *self* karena adanya interaksi individu dengan orang lain atau lingkungan sekitar. Proses asimilasi dan introyeksi yang berbentuk sebagai struktur *self* adalah pengalaman yang sesuai dengan struktur *self* tersebut,

sedangkan pengalaman yang tidak sesuai akan ditolak atau dikaburkan.

Selanjutnya, Rogers mengungkapkan bahwa dinamika kepribadian manusia adalah unik dan positif. Setiap individu memiliki kecenderungan untuk mengaktualisasikan dirinya secara terarah dan konstruktif. Kecenderungan ini bersifat inheren dan telah ada sejak individu dilahirkan. Apabila individu mendapatkan penghargaan positif dari lingkungannya, ia akan dapat berkembang secara positif. Hal ini menandakan bahwa lingkungan sosial sangat berpengaruh pada pembentukan kepribadian individu. Individu yang telah terpenuhi kebutuhan afeksinya akan mampu berfungsi secara utuh yang dapat ditandai dengan keterbukaan terhadap pengalaman, percaya kepada orang lain, dapat mengekspresikan perasaan secara bebas, bertindak mandiri dan kreatif. Tidak semua individu dapat memenuhi kebutuhan tersebut, sehingga muncullah individu yang memiliki perilaku bermasalah.

Menurut pandangan Hansen (dalam Latipun, 2001), karakteristik perilaku individu yang bermasalah adalah: Apabila ia tidak mendapatkan penghargaan secara positif dari orang lain, ketidakselarasan antara pengalaman dan *self*, mengalami kecemasan karena ketidak konsistenan konsep mengenai dirinya, defensif, dan penyesuaian perilaku yang salah.

### Ciri – Ciri Pendekatan Client-Centered

Rogers tidak mengemukakan teori *client centered* sebagai suatu pendekatan terapi yang tetap dan tuntas. Ia

mengharapkan oranglain akan memandang teorinya sebagai sekumpulan prinsip percobaan yang berkaitan dengan perkembangan proses terapi, dan bukan sebagai suatu dogma. Rogers (1974, hlm 213-214) menguraikan ciri-ciri yang membedakan pendekatan *client centered* dan pendekatan-pendekatan lain, berikut ini adaptasi dari uraian Rogers.

Pendekatan *client centered* difokuskan pada tanggung jawab dan kesanggupan *client* untuk menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara lebih penuh. *Klien* sebagai orang yang paling mengetahui dirinya sendiri, adalah orang yang harus menemukan tingkah laku yang lebih pantas bagi dirinya

Pendekatan *client centered* menekankan dunia fenomenal *client*. Dengan empati yang cermat dan dengan usaha untuk memahami *client* dengan empati yang cermat dan dengan usaha untuk memahami kerangka acuan internal *client*, terapis memberikan perhatian terutama pada persepsi diri *client* dan persepsinya terhadap dunia.

Prinsip-prinsip psikoterapi yang sama diterapkan pada semua orang. Baik yang "normal", yang "neurotik", maupun yang "psikotik". Berdasarkan konsep bahwa hasrat untuk bergerak menuju kematangan psikologis berakar dalam manusia, prinsip-prinsip *client centered* diterapkan pada individu yang fungsi psikologinya berada pada taraf yang relatif normal maupun pada individu yang derajat penyimpangan psikologisnya lebih besar.

Menurut pendekatan *client-centered*, psikoterapi hanyalah salah satu contoh dari hubungan pribadi yang

konstruktif. *Klien* mengalami pertumbuhan psikoterapeutik di dalam dan melalui hubungannya dengan seseorang yang membantunya melakukan apa yang tidak bisa dilakukannya sendirian. Itu adalah hubungan dengan konselor yang selaras (menyeimbangkan tingkah laku dan ekspresi eksternal dengan perasaan-perasaan dan pemikiran-pemikiran internal), bersikap menerima dan empatik yang bertindak sebagai agen perubahan terapeutik bagi *client*.

Roger mengajukan hipotesis bahwa ada sikap-sikap tertentu pada pihak terapis (ketulusan, kehangatan, penerimaan yang nonposesif, dan empati yang akurat) yang membentuk kondisi-kondisi yang diperlukan dan memadai bagi keefektifan terapeutik pada *client*. Terapi *client-centered* memasukkan konsep bahwa fungsi terapis adalah tampil langsung dan bisa dijangkau oleh *client* serta memusatkan perhatian pada pengalaman di sini dan sekarang yang tercipta melalui hubungan antara *client* dan terapis.

Barangkali lebih dari pada pendakata psikoterapi tunggal yang lainnya, 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* bukanlah sekumpulan teknik juga bukan suatu

dogma. Pendekatan *clien-centered*, yang berakar pada sekumpulan sikap dan kepercayaan yang ditunjukkan oleh terapis, barangkali paling tepat dicirikan sebagai suatu cara dan sebagai perjalanan bersama dimana baik terapis maupun klien memperlihatkan kemanusiawianya dan berpartisipasi dalam pengalaman pertumbuhan. (Gerald, 2009:94)

## Proses Terapeutik

### 1. Tujuan – Tujuan Terapeutik

Menurut rogers (1961), pertanyaan "siapa saya" mengantarkan kebanyakan orang pada psikoterapi. Mereka tampaknya bertanya bagaimana saya bisa menemukan diri nyata saya? Bagaimana saya bisa menjadi apa yang sangat saya inginkan? Bagaimana saya bisa memahami apa yang ada dibalik dinding saya dan menjadi diri sendiri ?

Tujuan dasar terapi *clien-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 dibalik 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 dari balik kepura-puraan itu? Rogers (1961) menguraikan ciri-ciri yang bergerak kearah menjadi bertambah teraktualkan sebagai berikut:

#### a. Keterbukaan pada pengalaman

Keterbukaan pada pengalaman perlu memandang kenyataan tanpa mengubah bentuknya supaya sesuai dengan struktur diri yang tersusun lebih dulu sebagai lawan kebertahan, keterbukaan pada pengalaman menyiratkan menjadi lebih sadar terhadap kenyataan sebagaimana kenyataan itu hadir diluar dirinya. Hal ini juga berarti bahwa kepercayaan-kepercayaan orang tidak kaku, dia dapat tetap terbuka terhadap pengetahuan lebih lanjut dan pertumbuhan serta bisa menoleransi kedwiantian. Orang memiliki kesadaran atas diri sendiri pada saat sekarang dan kesanggupan mengalami dirinya dengan cara-cara yang baru.

#### b. Kepercayaan terhadap organisme sendiri

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

mempercayai kemampuan-kemampuan dirinya untuk mengarahkan dirinya sendiri. Dengan meningkatnya keterbukaan klien pada pengalaman-pengalamannya sendiri, kepercayaan klien kepada dirinya sendiripun mulai timbul.

c. Tempat evaluasi internal

Tempat evaluasi internal yang berkaitan dengan kepercayaan diri, 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 kepribadiannya dari luar. Dia mengganti persetujuan universal dari orang lain dengan persetujuan dari diri sendiri. Dia menetapkan standar-standar tingkah laku dan melihat kepada dirinya sendiri dalam membuat putusan-putusan dan pilihan-pilihan bagi hidupnya.

d. Kesiapan untuk menjadi suatu proses, ciri – ciri tersebut merupakan tujuan – tujuan dasar terapi client-centered

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 (hasil akhir) mereka menjadi sadar bahwa pertumbuhan adalah suatu proses

yang berkesinambungan. Para klien datang terapi berada dalam proses pengujian persepsi-persepsi dan kepercayaan-kepercayaan serta membuka diri bagi pengalaman-pengalaman baru dan revisi-revisi alih-alih menjadi wujud yang membeku.

2. Tujuan –tujuan terapi yang diuraikan diatas 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. Bagaimanapun banyak konselor yang mengalami kesulitan dalam memperbolehkan klien untuk menetapkan sendiri tujuan tujuannya yang khusus dalam terapi. Meskipun mudah untuk pura-pura setuju konsep "klien menemukan jalan sendiri", ia menurut aspek terhadap klien dan keberanian pada terapis untuk mendorong klien agar bersedia mendengarkan dirinya sendiri dan mengikuti arah-arahnya sendiri terutama pada saat klien membuat pilihan-pilihan yang bukan merupakan pilihan-pilihan yang diharapkan oleh terapis.

Menurut Rogers (dikutip dari Lesmana,2005), pada hakikatnya konselor dalam *client-centered* lebih menekankan aspek sikap dari pada teknik konselling, sehingga yang lebih diutamakan dalam konseling adalah sikap konselor, sikap konselor inilah yang memfasilitasi perubahan pada diri klien. Konselor menjadikan dirinya sebagai instrumen perubahan. Konselor bertindak sebagai fasilitator dan mengutamakan kesabaran dalam proses konselingnya.( Jeanette, 2005:155)

Konselor berfungsi membangun iklim konseling yang menunjang pertumbuhan klien. Iklim konseling yang menunjang akan menciptakan kebebasan dan keterbukaan pada diri klien untuk mengeksplorasi masalahnya, hal terpenting yang harus ada adalah seorang konselor bersedia untuk memasuki dunia klien dengan memberikan perhatian yang tulus, kepedulian, penerimaan, dan pengertian. Apabila ini dilakukan, klien diharapkan dapat menghilangkan pertahanan dan persepsinya yang kaku serta bergerak menuju taraf fungsi pribadi yang lebih tinggi.

Jadi, terapis *client-centered* membangun hubungan yang membantu dimana klien akan mengalami kebebasan yang diperlukan untuk mengeksplorasi area-area hidupnya yang sekarang diingkari atau didistorsinya. Klien menjadi kurang defensif dan menjadi lebih terbuka terhadap kemungkinan-kemungkinan yang ada dalam dirinya maupun dalam dunia.

Yang pertama dan terutama, terapis harus bersedia menjadi nyata dalam hubungan dengan klien. Terapis menghadapi klien berlandaskan

pengalaman dari saat ke saat dan membantu klien dengan cara memasuki dunianya alih-alih menurut kategori-kategori diagnostik yang telah dipersiapkan. Melalui perhatian yang tulus, respek, penerimaan, dan pengertian terapis, klien bisa menghilangkan pertahanan-pertahanan dan persepsi-persepsinya yang kaku serta bergerak menuju taraf fungsi pribadi yang lebih tinggi

#### 1. Pengalaman Klien Terhadap Terapi

Dalam model *client-centered*, perubahan terapeutik bergantung pada persepsi klien, baik tentang pengalamannya sendiri dalam terapi maupun tentang sikap-sikap dasar konselor. Jika konselor menciptakan suatu iklim yang kondusif bagi eksplorasi diri, maka klien memiliki peluang untuk mengalami dan mengeksplorasi perasaan-perasaannya yang banyak diantaranya diingkarinya pada permulaan terapi. Berikut ini garis besar pengalaman klien dalam terapi.

Klien datang kepada konselor dalam keadaan tidak selaras, yakni terdapat ketidakcocokan antar persepsi diri dan pengalaman dalam kenyataan. Sebagai contoh, seorang mahasiswa yang melihat dirinya sendiri sebagai dokter dimasa depan tetapi nilai ujiannya sebagian besar dibawah rata-rata, memiliki resiko dikeluarkan dari fakultas. Ketidakcocokkan (diskrepansi) antara pandangan mahasiswa tentang dirinya sendiri (*self-concept*) atau pandangan yang disukai oleh si mahasiswa tentang dirinya

sendiri(ideal self-concept) dengan kenyataan bahwa kemampuan akademisnya rendah dapat menimbulkan kecemasan dan kesulitan pribadi, yang pada gilirannya bisa memotivasinya untuk menjalani terapi. Si mahasiswa sebagai klien harus mengamati bahwa suatu masalah ada pada dirinya, atau setidaknya mengalami bahwa dirinya tidak cukup nyaman dengan penyesuaian psikologisnya sekarang dan berkeinginan mengespresikan-kemungkinan kemungkinan untuk berubah.

Pada mulanya, klien boleh jadi mengharapkan terapis akan menyediakan jawaban-jawaban dan pengarahan, atau memandang terapis sebagai seorang yang ahli yang bisa menyediakan pemecahan-pemecahan ajaib. Hal-hal yang mendorong klien untuk menjalani terapi mungkin dalam perasaan tidak berdaya, tidak kuasa, dan tidak berkemampuan untuk membuat putusan-putusan atau untuk mengarahkan hidupnya sendiri secara efektif. Klien mungkin berharap menemukan "jalan" melalui pengajaran dari terapis. Bagaimanapun, dalam kerangka clien-centered, klien dengan segera belajar bahwa dia bertanggung jawab atas dirinya sendiri dan bahwa dia bisa belajar lebih bebas untuk memperoleh pemahaman diri yang lebih besar melalui hubungan dengan terapis.

Pada tahap-tahap permulaan terapi, tingkah laku dan perasaan-perasaan klien boleh jadi ditandai

oleh keyakinan-keyakinan dan sikap-sikap yang sangat kaku, hambatan-hambatan internal, kekurangan keterpusatan, merasa terpisah dengan perasaan-perasaan sendiri, ketidaksediaan untuk mengomunikasikan taraf taraf diri yang lebih dalam, ketakutan terhadap keakraban, tidak mempercayai diri, merasa terpecah, dan berkecenderungan mengeksternalisasi perasaa-perasaan dan masalah-masalah. Dalam iklim terapeutik yang diciptakan oleh terapis, Klien akan bisa mengeksplorasi dalam lingkungan yang aman dan dipercaya oleh aspek-aspek dunia pribadinya yang tersembunyi. Kenyataan terapis sendiri, penerimaan tak bersyarat terhadap klien, serta kemampuan menduga kerangka acuan internal klien bisa mendorong klien untuk secara perlahan-lahan membuka tabir pertahanan-pertahanannya dan sampai pada pemahaman terhadap apa yang ada di baliknya.

Setelah terapi berjalan baik, klien mampu mengeksplorasi lingkup yang lebih luas dari perasaan-perasaannya. Kini klien mampu menyatakan ketakutan, kecemasan, perasaan berdosa, perasaan malu, benci, marah dan perasaan-perasaan lainnya yang dianggap terlalu negatif untuk diterima dan dimasukkan ke dalam struktur dirinya. Kini pengerutan dan distorsi klien berkurang serta ia bergerak ke arah kesediaan yang lebih besar untuk menerima dan mengintegrasikan beberapa

perasaan yang bertentangan dan membingungkan mengenai dirinya. Lambat laun klien menemukan aspek-aspek dirinya, yang negatif maupun yang positif, yang dibiarkannya tersembunyi. Klien bergerak menjadi lebih terbuka kepada segenap pengalaman, kurang defensif, lebih banyak berhubungan kepada apa yang dirasakannya saat ini, kurang terpaku pada masa lampau, kurang diterminasi, lebih bebas untuk membuat putusan-putusan, serta mengalami peningkatan kepercayaan kepada diri sendiri untuk secara efektif mengelola kehidupannya sendiri. Pendek kata, pengalaman klien dalam terapi adalah melepaskan belenggu-belenggu deterministik yang telah membuat dirinya berada dalam penjara psikologis. Dengan meningkatnya kebebasan, klien cenderung menjadi lebih mata ng secara psikologis dan lebih terektualisasi.

## 2. Hubungan antara Terapis dengan Klien

Rogers merangkump hipotesis dasar terapi clien-centered dalam satu kalimat, yaitu " jika saya bisa menyajikan suatu tipe hubungan, maka orang lain akan menemukan dalam dirinya sendiri kesanggupan menggunakan hubungan itu untuk pertumbuhan dan perubahan, sehingga perkembangan pribadi pun akan terjadi"(Rogers, 1961: 73).

Apa ciri-ciri hubungan terapeutik? Apa sikap-sikap utam terapis clien-centered yang

kondusif bagi penciptaan iklim psikologis yang layak di mana klien akan mengalami kebebasan yang diperlukan untuk memulai perubahan kepribadian? Menurut Carl Rogers (1967), keenam kondisi berikut diperlukan dan memadai bagi pengubahan kepribadian:

- a. Dua orang berada dalam hubungan psikologis
- b. Orang pertama, yang akan kita sebut klien, ada dalam keadaan tidak selaras,peka dan cemas.
- c. Orang yang kedua, yang akan kita sebut terapis, ada dalam keadaan selaras atau terimtegrasi dalam hubungan
- d. Terapis merasakan perhatian positif tak bersyarat terhadap klien
- e. Terapis merasakan pengertian yang empatik terhadap kerangka acuan internal klien dan berusaha mengkomunikasikan perasaannya ini kepada klien
- f. Komunikasi pengertian empatik dan rasa hormat yang positif tak bersyarat dari terapis kepada klien setidaknya-tidaknya dapat dicapai.

Rogers mengajukan hipotesis bahwa tidak ada kondisi-kondisi lain yang diperlukan. Jika keenam kondisi tersebut ada selama beberapa periode. Maka perubahan kepribadian yang konstruktif pun akan terjadi. Kondisi-kondisi itu tidak bervariasi menurut tipe klien. Selanjutnya, keenam kondisi tersebut diperlukan dan memadai bagi semua pendekatan

psikoterapi, tidak hanya bagi terapi klien-centered. Terapis tidak perlu memiliki suatu pengetahuan khusus. Diagnosa psikologis yang akurat tidak diperlukan dan lebih sering menghambat keefektifan psikoterapi. Rogers mengakui bahwa teorinya menyolok dan radikal. Rumusnya telah menimbulkan banyak kontroversi, sebab Rogers menegaskan bahwa banyak kondisi yang oleh para terapis lain sama-sama dianggap perlu bagi keefektifan terapi adalah tidak esensial.

Ada ciri atau sikap pribadi terapis yang membentuk bagian tengah hubungan terapeutik, dan karenanya juga dari proses terapeutik, yaitu keselarasan atau kesejatian; Menurut Rogers dalam tulisan-tulisannya yang terakhir, keselarasan adalah ciri yang paling penting. Keselarasan menyiratkan bahwa terapis tampil nyata, yang berarti sejati, terintegrasi, dan otentik selama pertemuan terapi. Ia tampil tanpa kepalsuan, pegalamn batin dan espresinya bersesuaian, ia bisa secara terbuka mengungkapkan perasaan – perasaan dan sikap-sikap yang muncul dalam hubungan dengan kliennya.

Terapis yang otentik bersikap spontan dan terbuka dalam menyatakan perasaan-perasaan dan sikap-sikap yang ada pada dirinya, baik yang meгатif maupun yang positif. Melalui pengungkapan dan (penerimaan perasaan-perasaan tertentu yang negatif, terapis menunjang komunikasi yang jujur dengan klien. Melalui hubungan pribadi-kepribadian, terapis bekerja kearah pemenuhan dan aktualisasi dirinya

sekaligus kearah pertumbuhan klien. Melalui keotentikan, terapis bertindak sebagai model dari manusia yang berjuan menuju kenyataan yang lebih besar. Keselarasan memaksa terapis untuk sanggup menyatakan kemarahan, kekecewaan, kesukaan, ketertarikan, keprihatinan, kejemuan, kejengkelan dan berbagai perasaan lain yang muncul dalam hubungan dengan kliennya. Hal ini tidak berarti bahwa terapis boleh berbagi perasaan secara implusif, sebab pernyataan diri harus juga dinyatakan secara layak. Juga tidak menyiratkan bahwa Klien menjadi penyebab kejemuan dan kemarahan terapis. Bagaimanapun, terapis harus memikul tanggung jawab atas perasaan-perasaannya sendiri dan bersama klien mengeksplorasi perasaan-perasaan yang kukuh yang menghambat kemampuan terapis untuk bisa tampil secara utuh dihadapan Klien.

Tentu saja, tujuan terapi bukanlah agar terapis bisa membicarakan perasan-perasaannya terus-menerus dengan klien. Terapi klien-centerd, bagaimanapun, menekankan nilai hubungan yang noneksploitatif dan otentik serta nilai potensial dari umpan balik yang terbuka dan jujur ketika komunikasi yang bermakna terhambat. Tetapi klien-centered juga menekankan bahwa terapi akan terhambat jika terapis merasakan perasaan tertentu terhadap klien, tetapi dia melakukan tindakan berbeda dengan perasaannya itu. Jadi, jika terapis tidak suka atau tidak menyetujui klien, tetapi menunjukkan penerimaan terhadap kliennya itu, maka terapi tidak akan berlangsung dengan baik.

Konsep keselarasan terapis tidk memngandung implikasi bahwa hanya

terapis yang mengaktualkan diri secara penuhlah yang bisa menjalankan terapi secara efektif. Karena terapi itu adalah seorang manusia biasa, maka dia tidak bisa diharapkan untuk sepenuhnya otentik. Model clien-centered berasusmsi bahwa jika terapis selaras dalam hubungannya dengan klien, maka proses terapeutik biasa berlangsung.

Menurut Rogers dalam tulisan-tulisannya yang terakhir, keselarasan adalah ciri yang paling penting. Keselarasan menyiratkan bahwa terapis tampil nyata, yang berarti sejati, terintegrasi, dan otentik selama pertemuan terapi. Ia tampil tanpa kepalsuan, pegalamn batin dan espresinya bersesuaian, ia bisa secara terbuka mengungkapkan perasaan – perasaan dan sikap-sikap yang muncul dalam hubungan dengan kliennya.

Terapis yang otentik bersikap spontan dan terbuka dalam menyatakan perasaan-perasaan dan sikap-sikap yang ada pada dirinya, baik yang meгатif maupun yang positif. Melalui pengungkapan dan (penerimaan perasaan-perasaan tertentu yang negatif, terapis menunjang komunikasi yang jujur dengan klien. Melalui hubungan pribadi-kepribadian , terpis bekerja kearah pememjadian dan aktualisasi dirinya sekaligus kearah pertumbuhan klien. Melalui keotentikan, terapis bertindak sebagai model dari manusia yang berjuan menuju kenyataan yang lebih besar. Keselarasan memaksa terapis untuk sanggup menyatakan kemarahan, kekecewaan, kesukaan, ketertarikan, keprihatinan, kejemuan, kejengkelan dan berbagai perasaan lain yang muncul dalam hubungan dengan kliennya. Hal ini

tidak berarti bahwa terapis boleh berbagi perasaan secara implusif, sebab pernyataan diri harus juga dinyatakan secara layak. Juga tidak menyiratkan bahwa Klien menjadi penyebab kejemuan dan kemarahan terapis. Bagaimanapun, terapis harus memikul tanggung jawab atas perasaan-perasaannya sendiri dan bersama klien mengeksplorasi perasaan-perasaan yang kukuh yang menghambat kemampuan terapis untuk bisa tampil secara utuh dihadapan Klien.

Tentu saja, tujuan terapi bukanlah agar terapis bisa membicarakan perasan-perasaannya terus-menerus dengan klien. Terapi clien-centerd, bagaimanapun, menekankan nilai hubungan yang noneksploitatif dan otentik serta nilai potensial dari umpan balik yang terbuka dan jujur ketika komunikasi yang bermakna terhambat. Tetapi clien-centered juga menekankan bahwa terapi akan terhambat jika terapis merasakan perasaan tertentu terhadap klien, tetapi dia melakukan tindakan berbeda dengan perasaannya itu. Jadi, jika terapis tidak suka atau tidak menyetujui klien, tetapi menunjukkan penerimaan terhadap kliennya itu, maka terapi tidak akan berlangsung dengan baik.

Konsep keselarasan terapis tidk memngandung implikasi bahwa hanya terapis yang mengaktualkan diri secara penuhlah yang bisa menjalankan terapi secara efektif. Karena terapi itu adalah seorang manusia biasa, maka dia tidak bisa diharapkan untuk sepenuhnya otentik. Model clien-centered berasusmsi bahwa jika terapis selaras dalam hubungannya dengan klien, maka proses terapeutik biasa berlangsung.

## Teknik – Teknik Dalam Pendekatan *Client-Centered*

Rumusan-rumusan yang lebih dini dari pandangan Rogers tentang psikoterapi memberi penekanan yang lebih besar pada teknik-teknik. Perkembangan pendekatan *client-centered* disertai oleh peralihan dari penekanan pada teknik-teknik terapeutik kepada penekanan pada kepribadian, keyakinan-keyakinan dan sikap-sikap terapis, serta pada hubungan terapeutik. Hubungan terapeutik, selanjutnya menjadi variabel yang sangat penting, tidak identik dengan apa yang dikatakan atau dilakukan oleh terapis, dalam kerangka *client-centered*, "teknik-teknik " adalah pengungkapan dan pengomunikasian penerimaan, respek dan pengertian serta berbagi upaya dengan klien dalam mengembangkan kerangka acuan internal dengan pemikiran, merasakan dan mengeksplorasi. Menurut pandangan pendekatan *client-centered*, penggunaan teknik-teknik sebagai muslihat terapis akan mendepersonalisasi hubungan terapis klien. Teknik-teknik harus menjadi suatu pengungkapan yang jujur dari terapis, dan tidak bisa digunakan secara sadar diri sebab terapis tidak akan menjadi sejati.

### 1. Periode – Periode Perkembangan Terapi *Client-Centered*

Agar pembaca bisa memahami tempat teknik-teknik dalam pendekatan *client-centered*, dibawah ini diungkap garis besar evolusi teori Rogers. Hart (1970) membagi perkembangan teori Rogers kedalam tiga periode sebagai berikut :

- a. Periode 1 (1940 – 1950) psikoterapi nondirektif

Pendekatan ini menekankan penciptaan iklim permissive 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) psikoterapi eksperiensial

Tingkah laku yang luas dari terapis 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 dengan belajar menggunakan apa yang sedang dialami.

Dalam tiga puluh tahun terakhir, terapi *client-centered* telah bergeser kearah lebih banyak membawa kepribadian terapis kedalam prose terapeutik. Pada

periode paling awal, terapis nondirektif secara nyata menghindarkan diri dari interaksi dengan klien. Terapis berfungsi sebagai pejemih, tetapi tidak menampilkan kepribadiannya sendiri. Pada periode ini, teknik-teknik seperti bertanya, menggali, mengevaluasi dan menafsirkan serta prosedur-prosedur seperti sejarah kasus, tes psikologi dan diagnosis tidak menjadi bagian dari proses terapeutik karena kesemuanya berlandaskan pedoman-pedoman eksternal; terapi klien-centered mengandalkan dorongan pertumbuhan bawaan klien.

Kemudian, terapi beralih dari penekanan kognitif kepada klarifikasi, yang mengarah kepada pemahaman. Ciri periode psikoterapi reaktif yang menandai perubahan dalam praktek terapi yang aktual adalah penekanan pada pemberian respon secara peka terhadap unsur efektif alih alih pada unsur semantik dari ungkapan klien (Hart, 1970: 8). Peran terapis dirumuskan ulang, penekanan diperbesar pada ketanggapan terapis terhadap perasaan-perasaan klien. Terapis merefleksikan perasaan-perasaan yang semata-mata menjelaskan komentar-komentar klien. Untuk menunjang reorganisasi konsep diri klien, terapis menjalankan tugas dasar menghilangkan sumber-sumber ancaman dari hubungan terapeutik dan berfungsi sebagai cermin sehingga klien bisa memahami dunianya sendiri dengan lebih baik (Hart, 1970). Terapis sebagai pribadi

tetap tersembunyi dalam rumusan ini.

Pada periode berikutnya, tetapi eksperiensial menitik beratkan kondisi-kondisi tertentu yang "diperlukan dan memadai" bagi kelangsungan perubahan kepribadian. Periode ini memperkenalkan unsur-unsur penting dan sikap-sikap terapis, yakni keselarasan pandangan dan penerimaan positif, dan pengertian yang empatik sebagai prasyarat-prasyarat bagi terapi yang efektif. Kemudian fokus dialihkan dari reflesi terapis atas perasaan-perasaan klien kepada tindakan terapis mengungkapkan perasaan-perasaan langsungnya sendiri dalam hubungan dengan klien. Rumusan yang terakhir memberikan tempat pada lingkup yang lebih luas dan keluwesan yang lebih besar dari tingkah laku terapis, mencakup pengungkapan-pengungkapan atau pendapat-pendapat, perasaan-perasaan dan sebagainya yang pada periode-periode sebelumnya tidak diharapkan muncul.

Fokus pada pengalaman langsung dari terapis mengarahkan terapis kepada pengungkapan perasaan-perasaannya sendiri terhadap klien jika dianggap pantas dan lebih dari periode-periode sebelumnya, mengizinkan terapis untuk membawa kepribadiannya sendiri. Rumusan-rumusan awal dari pandangan klien-centered menuntut terapis agar mampu menahan diri dari keinginan memasukkan nilai-nilai dan penyimpangan-penyimpangannya

sendiri kedalam hubungan terapeutik. Terapis menjauhi prosedur-prosedur yang umum digunakan seperti penetapan tujuan-tujuan, pemberian saran, penafsiran tingkah laku, dan pemilihan topik-topik yang akan dieksplorasi. Bagaimanapun, rumusan yang mutakhir mengarahkan dirinya sendiri pada pengurangan larangan-larangan tersebut diatas dan membenarkan terapis untuk lebih bebas dan aktif berpartisipasi dalam hubungan dengan klien dalam rangka menciptakan suatu atmosfer diaman klien merasa sepenuhnya diterima, apapun teknik atau gaya yang digunakan terapis.

## 2. Contoh Penerapan di Sekolah \_ Proses Belajar Mengajar

Filsafat yang dilandasi teori *client-centered* memiliki penerapan langsung pada proses belajar mengajar. Perhatikan Rogers pada sifat proses belajar yang dilibatkan didalam konseling juga telah beralih pada perhatian terhadap apa yang terjadi dalam pendidikan. Dalam buku yang berjudul *Freedom to Learn* (1969), Rogers mengupas soal-soal yang mendasar bagi pendidikan humanistik dan mengajukan suatu filsafat bagi kegiatan yang berpusat pada siswa.

Pada dasarnya, filsafat pendidikan yang diajukan oleh Rogers sama dengan pandangannya tentang konseling dan terapi, yakni ia yakin bahwa siswa bisa dipercaya untuk menemukan masalah-masalah yang penting, yang berkaitan

dengan keberadaan dirinya. Para siswa bisa jadi terlibat dalam kegiatan belajar yang bermakna, yang bisa timbul dalam bentuknya yang terbaik jika guru menciptakan iklim kebebasan dan kepercayaan.

Fungsi guru sama dengan fungsi yang dijalankan oleh terapis *client-centered*, yaitu: kesejatian, keterbukaan, ketulusan, penerimaan, pengertian, empati dan kesediaan untuk membiarkan para siswa untuk mengeksplorasi material yang bermakna menciptakan atmosfer aman kegiatan belajar yang signifikan bisa berjalan. Rogers mengajukan pembaharuan pendidikan dan mengatakan bahwa jika ada satu saja diantara seratus guru mengajar di ruangan-ruangan kelas yang terpusat pada siswa dimana para siswa diizinkan untuk bebas menekuni persoalan-persoalan yang relevan, maka pendidikan di Amerika serikat niscaya mengalami revolusi.

## 3. Beberapa Ayat Al-Qur'an yang Menyinggung Tentang Problem

Manusia sebagai makhluk sosial tidak akan pernah terlepas dari berbagai masalah. Masalah yang menimpa manusia terkadang membuat manusia menjadi frustrasi, tak berdaya, nelangsa dan putus asa. Bahkan tak jarang orang yang begitu banyak diterpa berbagai masalah hidup lebih memilih mengakhiri hidupnya dengan bunuh diri karena tak kuasa menghadapi masalah tersebut. Hal ini diakibatkan oleh

tidak adanya pengetahuan, ilmu, iman, serta pengalaman dalam menghadapi masalah. Oleh sebab itu manusia harus mendapat bimbingan agar mampu membantu keluar dari masalah yang sedang dihadapinya.

*"Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah nasib suatu kaum hingga mereka mengubah diri mereka sendiri,"* (QS. Ar-Ra'd:11).

*"Dan boleh jadi kamu membenci sesuatu tetapi ia baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu tetapi ia buruk bagimu, dan Allah mengetahui dan kamu tidak mengetahui,"* (QS. Al-Baqarah: 216).

*"Allah tidak membebani seseorang itu melainkan sesuai dengan kesanggupannya,"* (QS. Al-Baqarah: 286).

*"Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan,"* (QS. Al-Insyirah: 5-6).

*"Barang siapa bertakwa kepada Allah maka Dia akan menjadikan jalan keluar baginya, dan memberinya rezeki dari jalan yang tidak ia sangka, dan barang siapa yang bertawakal kepada Allah maka cukuplah Allah baginya, Sesungguhnya Allah melaksanakan kehendak-Nya, Dia telah menjadikan untuk setiap sesuatu kadarnya,"* (QS. Ath-Thalaq: 2-3).

aktualisasi diri. Client centered therapy yang merupakan salah satu terapi yang difokuskan pada pertanggung jawaban dan kapasitas klien untuk menemukan cara agar bisa menghadapi realitas, pada pribadi klien bukan pada problema yang dikemukakan oleh klien.

Sasaran dari terapi ini bukan hanya sekedar menyelesaikan problema, tetapi membantu klien dalam proses pertumbuhannya, sehingga dia akan bisa lebih baik menangani problemanya di masa sekarang dan masa depan. Selain itu, yang paling penting adalah terapis dapat menciptakan suasana kondusif yang bisa menolong klien menjadi individu yang berfungsi secara penuh.

#### Daftar Pustaka

- Akhyar Saiful, 2011, *Konseling Islami dan Kesehatan mental*, (Bandung : Citapustaka,)
- Departemen Agama RI, 2012, *Alquran dan Terjemahnya*. Bekasi:Cipta Bagus segara
- Corey, Gerald, 2009. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*,( Bandung: Refika Aditama)
- Lesmana, Jeanette Murad, 2005. *Dasar-dasar Konseling*. ( Jakarta : UI-Press)
- Lubis, Namora Lumongga, 2014. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktek*, ( Jakarta: Kencana)
- Prayitno, Amti Erman, 2013. *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta)

#### Kesimpulan

Pendekatan terapi client centered therapy yang dikembangkan Roger didasarkan pada falsafah sifat naluri manusia yang menegaskan adanya

Willis, Sofyan S, 2009. *Konseling Individual :  
Teori dan Praktek* ( Bandung:  
Alfabeta)