

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Individu

1. Pengertian Konseling Individu

Konseling individu merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh konselor terhadap konseli untuk mengentaskan suatu masalah yang dihadapi konseli. Ada beberapa pendapat mengenai konseling individu yang akan dipaparkan di bawah ini:

Menurut Prayitno dan Erman Amti, konseling individu adalah sebagai pelayanan khusus dalam hubungan langsung tatap muka antara konselor dan klien. Dalam hubungan itu dicermati dan diupayakan pengentasan masalahnya, semampu dengan kekuatan klien itu 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. Apabila layanan konseling telah memberikan jasanya, maka masalah klien akan teratasi secara efektif dan upaya-upaya bimbingan lainnya tinggal mengikuti atau berperan sebagai pendamping.¹

Adapun menurut Tolbert yang dikutip oleh Syamsu Yusuf mengatakan bahwa konseling individual adalah sebagai hubungan tatap muka antara konselor dengan klien, dimana konselor sebagai seseorang yang memiliki kompetensi khusus memberikan suatu situasi belajar kepada klien sebagai seorang yang normal, klien dibantu untuk mengetahui dirinya, situasi yang dihadapi dan masa depan sehingga klien dapat menggunakan potensinya untuk mencapai kebahagiaan pribadi

¹ Prayitno Dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2015), cet ke 3. h. 288-289

maupun sosial, dan lebih lanjut klien dapat belajar tentang bagaimana memecahkan masalah dan memenuhi kebutuhan di masa depan.²

Sejalan dengan pendapat di atas menurut Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati, konseling individu/perorangan adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan klien mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi yang dideritanya.³

Dari beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan konseling individu adalah suatu proses bantuan atau layanan yang diberikan konselor kepada klien untuk mengentaskan masalah pribadinya secara langsung, konselor hanya memberikan motivasi, arahan, masukan dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi klien sedangkan pengentasan masalah dilakukan oleh klien itu sendiri.

2. Tujuan Konseling Individu

Konseling individu memiliki dua tujuan, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Secara umum tujuan konseling adalah supaya klien dapat mengubah perilakunya ke arah yang lebih maju, melalui terlaksananya tugas-tugas perkembangan secara optimal, kemandirian, dan kebahagiaan hidup. Secara

² Syamsu Yusuf, *Konseling Individual (Konsep Dasar dan Pendekatan)*, (Bandung: Refika Aditama, 2016), h. 49

³ Dewa Ketut Sukardi dan Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), h. 62

khusus, tujuan konseling tergantung dari masalah yang dihadapi oleh masing-masing klien.⁴

Adapun menurut Prayitno tujuan umum layanan konseling individu adalah mengentaskan masalah yang dialami klien. Apabila masalah klien itu dicirikan sebagai berikut:⁵

- a. Sesuatu yang tidak disukai adanya
- b. Suatu yang ingin dihilangkan
- c. Suatu yang dilarang
- d. Sesuatu yang dapat menghambat proses kegiatan
- e. Dan dapat menimbulkan kerugian

Maka upaya pengentasan masalah klien melalui konseling individu akan mengurangi intensitas ketidaksukaan atau meniadakan atas keberadaan sesuatu yang dimaksud, dan mengurangi intensitas hambatan, serta kerugian yang ditimbulkan. Dengan layanan konseling individu beban klien diringankan, kemampuan klien ditingkatkan, dan potensi klien dikembangkan.

Layanan konseling tidak hanya bersifat penyembuhan atau pengentasan (*curative*) masalah saja, melainkan konseling juga bertujuan agar klien setelah mendapatkan pelayanan konseling, diharapkan ia dapat menghindari masalah-masalah dalam hidupnya (*preventive*), memperoleh pemahaman diri dan lingkungannya, dapat melakukan pemeliharaan dan pengembangan terhadap

⁴ Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Prenadamedia Group, 2012), h. 30

⁵ Prayitno, *Op.Cit.*, h. 165

kondisi dirinya yang sudah baik agar tetap menjadi baik, dan dapat juga dapat melakukan diri ke arah pencapaian semua hak-haknya sebagai pelajar maupun sebagai warga negara (*advokasi*).⁶

Dari pernyataan di atas maka dapat disimpulkan bahwa tujuan dari konseling individu adalah mengentaskan permasalahan klien agar ia dapat menjadi lebih baik dari sebelumnya, dan dengan mandiri klien dapat mengantisipasi permasalahan yang sama hingga dapat dicegah.

3. Fungsi Konseling Individu

Layanan konseling mempunyai beberapa fungsi yang dipenuhi melalui pelaksanaan kegiatan konseling. Fungsi-fungsi konseling ini meliputi fungsi pemahaman, fungsi pencegahan, fungsi pengentasan, fungsi pemeliharaan dan pengembangan, fungsi advokasi.⁷ Adapun uraiannya adalah sebagai berikut:

a. Fungsi Pemahaman

Fungsi pemahaman adalah fungsi konseling yang menghasilkan pemahaman bagi klien tentang dirinya (seperti bakat, minat, pemahaman kondisi fisik), lingkungannya (seperti lingkungan alam sekitar), dan berbagai informasi (misalnya informasi tentang pendidikan dan informasi karir).

b. Fungsi Pencegahan

Fungsi pencegahan adalah fungsi konseling yang menghasilkan kondisi bagi tercegahnya atau terhindarnya klien dari berbagai permasalahan yang

⁶ Hartono dan Boy Soedarmadji, *Op. Cit.*, h. 32

⁷ *Ibid.*, h. 36-37

mungkin timbul, yang dapat mengganggu, menghambat, dan kerugian-kerugian tertentu dalam kehidupan dan proses perkembangannya.

c. Fungsi Pengentasan

Fungsi ini menghasilkan kemampuan klien untuk memecahkan masalah-masalah yang dialami klien dalam kehidupan dan perkembangannya.

d. Fungsi Pemeliharaan dan Pengembangan

Fungsi pemeliharaan dan pengembangan adalah fungsi konseling yang menghasilkan kemampuan klien untuk memelihara dan mengembangkan berbagai potensi atau kondisi yang sudah baik tetap menjadi baik untuk lebih dikembangkan secara mantap dan berkelanjutan.

e. Fungsi Advokasi

Fungsi konseling ini menghasilkan kondisi pembelaan terhadap berbagai bentuk pengingkaran atas hak-hak atau kepentingan pendidikan dan perkembangan yang dialami klien.

Beberapa fungsi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa fungsi konseling individu adalah dimana koselor dapat memberikan pemahaman kepada klien tentang permasalahan yang dihadapinya, ketika klien telah memahami maka permasalahan tersebut dapat dientaskan dan dicegah dampak dari permasalahan klien serta kllien juga dapat memelihara dan mengembangkan potensi agar tetap dalam keadaan menjadi lebih baik lagi.

4. Asas-Asas Konseling Individu

Asas-asas konseling memperlancar pengembangan proses yang ada di dalam layanan konseling individu. Konselor memasuki pribadi klien dan klien memasuki pribadinya. Proses layanan konseling dikembangkan sejalan dengan suasana yang demikian, sambil di dalamnya dibangun kemampuan khusus klien untuk keperluan kehidupannya. Ada beberapa asas-asas di dalam konseling diantaranya adalah asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kekinian, kemandirian, kegiatan, kedinamisan, keterpaduan, kenormatifan, keahlian, alih tangan kasus, dan tut wuri handayani.⁸ Adapun uraiannya sebagai berikut:

a. Kerahasiaan

Hubungan interpersonal yang amat intens sanggup membongkar berbagai isi pribadi yang paling dalam sekalipun, terutama pada sisi klien. Segenap rahasia pribadi klien yang terbongkar menjadi tanggung jawab penuh konselor untuk melindunginya. Keyakinan klien akan adanya perlindungan yang demikian itu menjadi jaminan untuk suksesnya pelayanan.

b. Kesukarelaan

Dalam pelayanan konseling, seorang klien secara suka rela tanpa ragu meminta bantuan kepada konselor. Klien adalah individu yang membutuhkan konseling tanpa adanya paksaan dari pihak lain. Jadi sebagai konselor harus memberikan bantuan dengan ikhlas tanpa memaksa klien dalam proses konseling.

⁸ Prayitno dan Erman Amti, *Op. Cit.*, h. 115-120

c. Keterbukaan

Keterbukaan artinya adanya perilaku yang terus terang, jujur tanpa ada keraguan untuk membuka diri baik pihak klien maupun konselor. Asas keterbukaan hanya bisa diwujudkan jika konselor dapat melaksanakan asas kerahasiaan, dan klien percaya bahwa konseling bersifat rahasia.

d. Kekinian

Masalah klien yang langsung dibahas dalam konseling adalah masalah-masalah yang sedang dirasakan/dialami sekarang, bukan masalah lampau, dan juga bukan masalah yang mungkin akan dialami di masa mendatang. Bila ada hal-hal tertentu yang menyangkut masa lampau dalam menggali kondisi atau kesulitan-kesulitan klien hal itu hanyalah merupakan latar belakang masalah yang dihadapi sekarang, bukan berarti pelayanan konseling untuk mengkaji masalah klien di masa lampau.

e. Kemandirian

Pelayanan konseling bertujuan menjadikan klien memiliki kemampuan untuk menghadapi dan memecahkan masalahnya sendiri, sehingga ia dapat mandiri, tidak tergantung pada orang lain ataupun konselor. Kemandirian konseling sebagai hasil konseling menjadi fokus dari pelayanan konseling yang harus disadari baik oleh konselor maupun klien, dengan demikian pelayanan konseling dapat memberikan kontribusi nyata dalam kehidupan klien di masyarakat.

f. Kegiatan

Kegiatan adalah seperangkat aktivitas yang harus dilakukan klien untuk mencapai tujuan konseling. Aktivitas itu dibangun klien bersama konselor dalam proses konseling, dengan demikian pada diri konseli dapat mengalami kemajuan-kemajuan yang berarti sesuai dengan harapan.

g. Kedinamisan

Usaha pelayanan konseling menghendaki terjadinya perubahan pada diri klien, yaitu perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. Perubahan perilaku itu bersifat maju (*progressive*) bukan perubahan kearah kemunduran dengan demikian klien akan mengalami perubahan ke arah perkembangan pribadi yang dihendeki.

h. Keterpaduan

Layanan konseling berusaha memadukan aspek kepribadian klien, supaya mampu melakukan perubahan ke arah lebih maju. Keterpaduan antara minat, bakat, intelegensi, emosi, dan aspek kepribadian lainnya akan dapat melahirkan suatu kekuatan (potensi) pada diri klien. Untuk terselenggaranya asas keterpaduan, konselor perlu memiliki wawasan yang luas tentang perkembangan klien dan aspek lingkungan klien sebagai sumber yang dapat diaktifkan untuk menangani masalah klien.

i. Kenormatifan

Dalam layanan konseling individu adalah normatif, sebab tidak ada satupun yang boleh terlepas dari kaidah-kaidah norma yang berlaku, baik

norma agama, adat, hukum, ilmu, dan kebiasaan harus serasi dengan norma-norma yang berlaku.

j. Keahlian

Konselor haruslah seorang yang ahli dan professional dalam pengembangan konseling individu untuk kepentingan klien. Keahlian konselor itu diterapkan dalam suasana yang sukarela, terbuka dan aktif agar klien mampu mengambil keputusan sendiri dalam kondisi kenormatifan yang tinggi.

k. Alih Tangan Kasus

Tidak semua masalah yang dialami konseli menjadi wewenang konselor. Artinya konselor memiliki keterbatasan kewenangan, bila klien mengalami masalah emosi yang berat seperti stress berat, sakit jiwa, maka kasus ini di luar kewenangan konselor dan harus dialih tangankan kepada pihak lain, misalnya klien mengalami gangguan kepribadian berat maka menjadi wewenang psikiater, gangguan fisik (medis) maka menjadi wewenang dokter, dan sebagainya.

l. Tut Wuri Handayani

Asas ini memberikan makna bahwa layanan konseling merupakan bentuk pengaruh konselor kepada klien dalam arti positif, dan konselor juga mempengaruhi klien untuk dapat memahami dirinya, lingkungannya, serta menggunakan lingkungan sebagai aspek yang dapat berperan aktif dalam upaya mencapai tingkat perkembangan optimal.

Dari uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa asas-asas konseling sangat diperlukan dalam menyelenggarakan pelayanan konseling, dan asas-asas juga dianggap sebagai suatu rambu-rambu dalam pelaksanaan konseling yang harus diketahui dan diterapkan oleh konselor dan klien agar konseling dapat berjalan dengan baik.

5. Keterampilan Dasar Konseling

Keterampilan konseling yang baik merupakan kunci keberhasilan untuk mencapai tujuan konseling. Keterampilan konseling didasarkan pada tujuan untuk menumbuhkan suatu kondisi yang harus dilalui oleh klien dalam proses konseling. Menurut Sofyan S. Willis ada beberapa macam keterampilan dasar konseling yang digunakan dalam sesi konseling yaitu perilaku *attending*, empati, refleksi, eksplorasi, menangkap pesan utama, bertanya untuk membuka percakapan, bertanya tertutup, dorongan minimal, interpretasi, mengarahkan, menyimpulkan sementara, memimpin, fokus, konfrontasi, menjernihkan, memudahkan, diam, mengambil inisiatif, memberi nasehat, pemberian informasi, merencanakan, dan menyimpulkan.⁹ Berikut dapat diuraikan dibawah ini:

- a. Perilaku *Attending* adalah perilaku menghampiri klien yang mencakup komponen kontak mata, bahasa badan, dan bahasa lisan. *Attending* yang baik berupa meningkatkan harga diri klien, menciptakan suasana aman, dan mempermudah ekspresi perasaan klien dengan bebas

⁹ Sofyan S. Willis, *Op. Cit.*, h. 160-172

- b. Empati adalah kemampuan konselor untuk merasakan apa yang dirasakan klien, merasa dan berfikir, bersama klien. Empati dilakukan bersama attending, dengan kata lain tanpa perilaku attending tidak ada empati. Empati ada dua macam yaitu:
- 1) Empati primer yaitu empati yang hanya memahami perasaan, pikiran, keinginan, dan pengalaman klien.
 - 2) Empati tingkat tinggi yaitu konselor memahami perasaan, pikiran, keinginan serta pengalaman klien yang lebih mendalam dan menyentuh klien karena konselor mengikuti perasaan klien.
- c. Refleksi adalah konselor memantulkan kembali kepada klien tentang perasaan, pikiran, dan pengalaman klien sebagai hasil pengamatan terhadap perilaku verbal dan non verbalnya. Refleksi ada tiga yaitu refleksi perasaan, refleksi pengalaman dan refleksi pikiran.
- d. Eksplorasi yaitu suatu keterampilan untuk menggali perasaan, pengalaman, dan pikiran klien. Eksplorasi memungkinkan klien untuk bebas berbicara tanpa rasa takut, tertekan, dan terancam. Eksplorasi ada tiga macam yaitu eksplorasi perasaan, eksplorasi pengalaman, eksplorasi pikiran.¹⁰
- e. Menangkap Pesan Utama (*Paraphrasing*). *Paraphrasing* yang baik yaitu menyatakan kembali pesan utama yang disampaikan oleh klien

¹⁰ Namora Lumongga Lubis, *Op. Cit.*, h. 95

secara seksama dengan menggunakan kalimat yang mudah dan sederhana ditandai oleh suatu kalimat awal yaitu adakah, dan nampaknya.

- f. Membertanya untuk Membuka Percakapan (*Open Question*). Untuk memudahkan membuka percakapan antara konselor dan klien konselor dilatih keterampilan bertanya dalam bentuk *open-ended* yang memungkinkan munculnya pernyataan-pernyataan baru dari klien. Pernyataan terbuka yang baik dimulai dengan kata-kata; apakah, bagaimana, adakah, bolehkah, dapatkah.
- g. Pertanyaan Tertutup (*Closed Question*). Bentuk-bentuk pertanyaan yang sering dimulai dengan kata-kata; apakah, adakah, dan harus dijawab oleh klien dengan kata ya atau tidak atau dengan kata-kata singkat.
- h. Dorongan Minimal. Suatu dorongan langsung yang singkat terhadap apa yang dikatakan klien, dan memberikan dorongan singkat seperti oh..., ya..., terus..., lalu..., dan...
- i. Interpretasi merupakan upaya konselor dalam mengulas pemikiran, perasaan, dan perilaku atau pengalaman klien dengan merujuk pada teori-teori yang ada.
- j. Mengarahkan (*Directing*) yaitu suatu keterampilan konseling yang mengatakan kepada klien untuk berbuat sesuatu, atau dengan kata lain mengarahkannya agar melakukan sesuatu.
- k. Menyimpulkan Sementara yakni supaya pembicaraan antara konselor dan klien maju secara bertahap ke arah pembicaraan yang makin jelas maka

setiap periode waktu tertentu konselor bersama klien menyimpulkan pembicaraan yang telah dilakukan.

- l. Memimpin yakni konselor harus mampu memimpin arah pembicaraan agar mencapai tujuan dan tidak menyimpang.
- m. Fokus yakni konselor harus mampu membuat fokus melalui perhatiannya yang terseleksi terhadap pembicaraan dengan klien.
- n. Konfrontasi merupakan suatu keterampilan yang menantang klien untuk melihat adanya inkonsistensi antara perkataan dengan bahasa tubuh, ide awal dengan ide berikutnya, senyum dan kepedihan dan sebagainya.
- o. Menjernihkan merupakan keterampilan untuk menjernihkan ucapan-ucapan klien yang kurang jelas dan meragukan.
- p. Memudahkan, maksudnya membuka komunikasi agar klien mudah berbicara, menyatakan perasaan, pikiran, dan pengalamannya secara bebas.
- q. Diam yakni konselor menunggu klien yang sedang berfikir sejenak antara 5-10 detik.
- r. Mengambil Inisiatif yakni dilakukan konselor manakala klien kurang bersemangat untuk berbicara, sering diam, dan kurang berpartisipasi.
- s. Memberikan Nasehat. Jika klien meminta nasehat konselor harus mempertimbangkan apakah pantas atau tidak.
- t. Pemberian Informasi. Dalam hal ini informasi yang diminta klien sama halnya dengan pemberian nasehat. Jika konselor tidak memiliki informasi

sebaiknya dengan jujur katakan tidak mengetahuinya, namun bila konselor mengetahui informasi upayakan klien supaya tetap mengusahakannya.

- u. Merencanakan yakni konselor membicarakan kepada klien hal-hal apa yang akan menjadi program atau aksi nyata dari hasil konseling.
- v. Menyimpulkan, bersamaan dengan berakhirnya sesi konseling, maka sebaiknya konselor dapat menyimpulkan hasil pembicaraan secara keseluruhan yang menyangkut tentang pikiran, perasaan klien sebelum dan setelah mengikuti proses konseling. Selain itu bantulah klien untuk memantapkan rencana-rencana yang telah disusunnya.¹¹

Keterampilan dasar konseling yang telah dijelaskan di atas sangatlah penting dalam proses konseling. Karena keterampilan ini dapat dijadikan panduan bagi konselor dalam membantu klien untuk mengatasi masalah yang dihadapi serta konselor dapat mengidentifikasi masalah klien. Sebab keterampilan konseling yang baik merupakan kunci keberhasilan untuk mencapai tujuan konseling.

6. Tahapan-tahapan Konseling Individu

Setiap tahapan proses konseling inidividu membutuhkan keterampilan-keterampilan khusus. Oleh karena itu konselor seyogyanya harus dapat menguasai berbagai teknik konseling. Namun keterampilan-keterampilan itu bukanlah hal yang utama jika hubungan konselor dan klien tidak mencapai *rapport*. Dengan

¹¹ Namora Lumongga Lubis, *Op. Cit.*, h. 102

demikian proses konseling individu ini tidak dirasakan oleh peserta konseling (konselor dan klien) sebagai hal yang menjamukan. Maka dari itu keterlibatan mereka (konselor dan klien) dalam proses konseling sangat dibutuhkan sejak awal hingga akhir supaya proses konseling dapat dirasakan, bermakna dan berguna. Sehingga bantuan yang diberikan oleh konselor kepada klien dalam rangka pengentasan masalahnya dapat berjalan secara efektif dan efisien. Secara umum proses konseling individu dibagi menjadi tiga tahapan yang terdiri dari tahap awal, tahap pertengahan (kerja), dan tahap akhir.¹² Berikut akan diuraikan sebagai berikut:

a. Tahap Awal Konseling

Tahapan ini 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:¹³

1) Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien.

Hubungan konseling bermakna ialah jika klien terlibat berdiskusi dengan konselor. Hubungan tersebut dinamakan *a working realitionship*, yakni hubungan yang berfungsi, bermakna, dan berguna. Keberhasilan proses konseling individu amat ditentukan oleh keberhasilan pada tahap awal ini. Kunci keberhasilan terletak pada:

¹² Sofyan S. Willis, *Op. Cit.*, h. 50

¹³ *Ibid.*, h. 50-51

- a) Keterbukaan konselor
- b) 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.
- c) 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.

2) Memperjelas dan mendefinisikan masalah

Sering klien tidak begitu mudah menjelaskan masalahnya, walaupun mungkin klien 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 konselorlah untuk membantu mengembangkan potensi, memperjelas masalah, dan membantu mendefinisikan masalahnya bersama-sama.

3) 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 bagi antisipasi masalah.

4) Menegosiasikan kontrak

Kontrak artinya perjanjian antara konselor dan klien. Adapun kontrak ini meliputi:

- a) Kontrak waktu, artinya berapa lama diinginkan waktu pertemuan oleh klien dan apakah konselor tidak keberatan.
- b) Kontrak tugas, yaitu tugas apa saja yang harus dilakukan konselor dan klien.
- c) Kontrak kerjasama dalam proses konseling. Kontrak menggariskan kegiatan konseling, termasuk kegiatan klien dan konselor. Artinya mengandung makna bahwa konseling adalah urusan yang saling ditunjang, dan bukan pekerjaan konselor sebagai ahli. Disamping itu juga mengandung makna tanggung jawab klien, dan ajakan untuk kerja sama dalam proses konseling.

b. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Pada tahap pertengahan 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 prespektif maka klien sulit untuk berubah. Adapun tujuan-tujuan dari tahap kerja ini yaitu:¹⁴

- 1) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu, dan kepedulian klien lebih jauh. Dengan penjelajahan ini, konselor berusaha agar kliennya mempunyai prespektif 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.
- 2) Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara. Hal ini bisa terjadi apabila:
 - a) Klien merasa senang terlibat dalam pembicaraan atau wawancara konseling, serta menampakkan kebutuhan untuk mengembangkan potensi diri dan memecahkan masalahnya.
 - b) 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.

¹⁴ *Ibid.*, h. 52

3) 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:

- a) 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.
- b) Menantang klien sehingga dia mempunyai strategi baru dan rencana baru, melalui pilihan dari beberapa alternatif, untuk meningkatkan dirinya.

c. Tahap Akhir Konseling (Tahap Tindakan)

Adapun pada tahap akhir konseling ditandai dengan beberapa hal sebagai berikut: ¹⁵

- 1) Menurunnya kecemasan klien. Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya.
- 2) Adanya perubahan perilaku klien kearah yang lebih positif, sehat, dan dinamis.
- 3) Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas.

¹⁵ *Ibid.*, h. 53

- 4) 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 berpikir realistik dan percaya diri.

Adapun tujuan-tujuan tahap akhir adalah sebagai berikut:¹⁶

- 1) Memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadahi . Klien dapat melakukan keputusan tersebut karena sejak awal sudah menciptakan berbagai alternatif dan mendiskusikannya dengan konselor, kemudian klien 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.
- 2) 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 akan suatu perubahan.
- 3) Melaksanakan perubahan perilaku. Pada akhir konseling klien sadar akan perubahan sikap dan perilakunya. Hal ini dikarenakan klien

¹⁶ *Ibid*

datang minta bantuan atas kesadaran akan perlunya perubahan pada dirinya.

- 4) Mengakhiri hubungan konseling. Mengakhiri konseling harus atas persetujuan klien. Sebelum ditutup klien memiliki beberapa tugas yaitu:
 - a) Membuat kesimpulan-kesimpulan mengenai hasil proses konseling
 - b) Mengevaluasi jalanya proses konseling
 - c) Membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya.

Berdasarkan uraian di atas, maka tahapan-tahapan konseling sangat penting diketahui oleh konselor, karena tahapan-tahapan ini harus dilalui untuk sampai pada pencapaian keberhasilan dan kesuksesan konseling. Dibalik itu semua peran konselor dan klien juga dibutuhkan untuk memiliki hubungan timbal balik yang baik agar mampu merumuskan solusi yang tepat secara bersama.

B. Penguatan Positif

1. Konsep Dasar Manusia (Behavioristik)

Penguatan positif adalah salah satu teknik yang ada dalam pendekatan behavioristik (tingkah laku). Behavioristik adalah suatu pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia. Dalil dasarnya adalah bahwa tingkah laku itu tertib dan eksperimen yang dikendalikan dengan cermat akan menyingkapkan hukum-hukum yang mengendalikan tingkah laku. Pendekatan behavioristik tidak menguraikan asumsi-asumsi filosofis tentang manusia secara langsung. Setiap

orang dipandang memiliki kecenderungan-kecenderungan positif dan negatif yang sama.¹⁷

Adapun pendiri pendekatan behavioristik adalah John. B. Watson, seorang behavioris radikal yang pernah menyatakan bahwa ia bisa mengambil sejumlah bayi yang sehat dan menjadikan bayi-bayi itu apa saja yang diinginkan misalnya bayi itu dapat dijadikannya seorang dokter, ahli hukum, seniman, perampok, pencopet, dan ini terjadi melalui bentuk lingkungannya.¹⁸ Perkembangan pendekatan behavioristik ini ditandai oleh suatu pertumbuhan yang fenomenal sejak akhir tahun 1950-an.¹⁹ Dan pendekatannya digunakan pada awal 1960-an atas reaksi terhadap psikoanalisis yang dianggap tidak banyak membantu mengatasi masalah klien.²⁰

Aspek penting dari pendekatan behavioristik adalah perilaku dapat didefinisikan secara operasional, diamati, dan diukur. Para ahli behavioristik memandang bahwa gangguan tingkah laku adalah akibat dari proses belajar yang salah. Oleh karena itu, perilaku tersebut dapat diubah dengan mengubah lingkungan lebih positif sehingga perilaku menjadi positif pula. Perubahan tingkah laku inilah yang memberikan kemungkinan dilakukannya evaluasi atas kemajuan klien secara lebih jelas.²¹ Perubahan perilaku yang dialami individu

¹⁷ Gerald Corey, *Op. Cit.*, h. 195

¹⁸ *Ibid.*, h. 196

¹⁹ *Ibid.*, h. 195

²⁰ Namora Lumogga Lubis, *Op. Cit.*, h. 167

²¹ *Ibid.*, h. 167-168

perlu adanya suatu penguatan yang positif agar perilaku tersebut menjadi suatu pembiasaan dan menetap di dalam diri klien atau individu.

Skinner yang dikutip oleh Yusuf Syamsu berpendapat bahwa manusia bagaikan sebuah mesin yang memiliki sistem kerja yang kompleks dalam cara yang sangat teratur, dan kompleksitasnya itu sangat luar biasa. Namun di sisi lain, dia juga memiliki keyakinan bahwa individu memiliki kemampuan menseleksi, mempersepsi, mendikriminasi, mengevaluasi (baik atau buruk), megubah, dan bertanggung jawab terhadap tingkah lakunya.²²

Sama dengan pendapat di atas Skinner yang dikutip oleh Hartono dan Boy Soedarmadji, bahwa semua perilaku manusia dapat diubah. Perubahan yang dimaksud adalah dengan melakukan pengkondisian terhadap manusia dengan memberikan penguatan terhadap perilaku yang disukai. Pertumbuhan psikologis yang dimiliki oleh seseorang, bukan proses alami yang muncul dalam diri individu. Karena perkembangan psikologis seseorang sangat ditentukan oleh lingkungan di mana ia berada, maka hal tersebut bisa diubah.²³

Selanjutnya Skinner berpendapat bahwa pada dasarnya manusia makhluk yang reaktif. Seseorang akan bertindak jika lingkungan memberikan penghargaan yang positif. Semakin positif penguatan (*reinforcement*) yang diterima, maka akan semakin tajam perilaku seseorang.²⁴

²² Yusuf Syamsu, *Op. Cit.*, h. 200

²³ Hartono dan Boy Soetarmadji, *Op. Cit.*, h. 122

²⁴ *Ibid.*, 123

Adapun perilaku bermasalah manusia dalam pendekatan behavioristik adalah perilaku yang tidak sesuai atau tidak tepat dengan yang diharapkan oleh lingkungan. Penetapan perilaku bermasalah mengacu pada perbedaannya dengan perilaku normal yang menekankan aspek penyesuaian diri dengan lingkungan. Perilaku yang salah ini dapat ditandai dengan munculnya konflik antara individu dengan lingkungannya. Hal inilah dapat mengakibatkan ketidakpuasan dan kesulitan dalam diri individu.²⁵

Kontribusi terbesar dari konseling ini yaitu bagaimana memodifikasi perilaku melalui rekayasa lingkungan sehingga terjadi proses belajar untuk perubahan perilaku. Menurut Skinner yang dikutip oleh Willis, bahwa Skinner punya pandangan mengenai perilaku:²⁶

- a. Respon tidak perlu selalu ditimbulkan oleh stimulus, akan tetapi lebih kuat oleh pengaruh *reinforcement* (penguatan)
- b. Lebih menekankan pada studi subjek individual ketimbang generalisasi kecenderungan kelompok
- c. Menekankan pada penciptaan situasi tertentu terhadap terbentuknya perilaku ketimbang motivasi didalam diri.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan, bahwa perilaku manusia dapat berubah sesuai dengan kondisi lingkungannya. Jika kondisi lingkungannya positif maka perilaku manusia akan positif begitu pula sebaliknya. Untuk merubah perilaku

²⁵ Nomura Lumongga Lubis, *Op. Cit.*, h. 169

²⁶ Sofyan S. Willis, *Op. Cit.*, h. 69

manusia perlu adanya penguatan positif karena ketika seseorang diberi penguatan maka lambat laun akan muncul tingkah laku yang positif hingga perilaku akan menetap pada diri individu tersebut.

Pada pelaksanaan konseling behavioristik, ada beberapa teknik-teknik yang dapat digunakan dalam menangani masalah klien. Adapun teknik-teknik ini menurut Corey adalah desensitisasi sistematis, imposif dan pembanjiran, latihan asertif, aversi, dan pengondisian operan yang terdiri dari penguatan positif, pembentukan respons, penguatan intermiten, penghapusan, pencontohan, dan *token economy*.²⁷

Untuk meningkatkan kemandirian belajar kepada anak panti asuhan Fathur-Rahman Al-Barokah, peneliti mengambil salah satu teknik di atas yaitu teknik penguatan positif yang terkandung dalam pengondisian operan. Adapun uraian penguatan positif akan dibahas sebagai berikut.

2. Pengertian Penguatan Positif

Di dalam pendekatan behavioristik ada banyak teknik-teknik yang digunakan untuk menangani masalah klien. Salah satunya teori pengondisian operan dari B. F Skinner, yang merupakan suatu aliran utama lainnya dari pendekatan yang berlandaskan teori belajar. Operan merupakan tingkah laku yang paling berarti dalam kehidupan sehari-hari, seperti membaca, berbicara, berpakaian, makan dengan alat-alat makan, bermain, dan sebagainya. Menurut Skinner, jika suatu tingkah laku tersebut diganjar, maka probabilitas kemunculan kembali tingkah

²⁷ Gerald Corey, *Op. Cit.*, h. 208-218

laku tersebut di masa mendatang akan tinggi. Prinsip perkuatan yang menerangkan pembentukan, pemeliharaan, atau penghapusan pola-pola tingkah laku, merupakan inti dari pengondisian operan.²⁸

Prinsip utama teori *operant conditioning* (pengondisian operan) adalah pembelajaran sejati bergantung pada perilaku mana yang disertai dengan *reinforcement* (penguatan). Perilaku yang diberi *reward* meningkat frekuensinya, sementara itu perilaku yang tidak diberi *reward* itu menurun frekuensinya, dan perilaku yang dihukum secara aktif biasanya juga menurun frekuensinya. *Operant conditioning* mengusulkan tiga istilah kunci yang membantu dalam mengategorisasikan intervensi-intervensi terapan yaitu: *reinforcement* positif, *reinforcement* negatif, dan hukuman.²⁹

Reinforcement positif (penguatan positif) adalah apapun yang memperkuat dan kemungkinan bahwa suatu perilaku akan terjadi lagi. Sinonim yang sering digunakan untuk *reinforcement* positif adalah *reward*. Contoh-contoh penguatan positif adalah makanan atau snack kesukaan, kegiatan yang lebih disukai, stiker, uang, perhatian, pujian sosial, atau suguhan lainnya hampir segala sesuatu yang membuat orang mau bekerja untuk mendapatkannya. Awal dua poin esensial tentang menerapkan *reinforcement* (penguatan) positif yang dapat diuraikan dibawah ini:³⁰

²⁸ *Ibid.*, h. 218-219

²⁹ Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Konselor*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), h. 373

³⁰ *Ibid.*, h. 374-375

- a. Perilaku target harus dibingkai dengan cara yang menunjukkan bahwa suatu perilaku yang diinginkan akan ditingkatkan.
- b. Poin esensial kedua yang berkaitan dengan *reinforcement* (penguatan) positif adalah *reward* hanya diberikan setelah perilaku. Jika klien mendapatkan *reward* sebelum memperlihatkan perilaku atau tidak melakukan perilaku yang diharuskan pada tingkat yang telah disepakati, maka *contingency* yang mengaitkan perilaku dan *reward* tidak akan terjadi. *Reward* berfungsi sebagai motivator perilaku yang diharapkan, dan *reward* harus mengikuti terjadinya perilaku agar pembelajaran awal terjadi dan untuk memperkuat hubungan yang sebelumnya telah dipelajari.

Adapun menurut Soetarlinah Sukadji sebagaimana yang dikutip oleh Edi Purwanta menyatakan *reinforcement* positif (penguatan positif) merupakan suatu stimulus (benda atau kejadian) itu dihadirkan atau yang terjadi sebagai akibat/konsekuensi suatu perilaku, sehingga keseringan munculnya perilaku tersebut meningkat atau terpelihara.³¹

Sejalan dengan pendapat di atas Edi Purwanta juga menyatakan bahwa penguatan positif adalah sesuatu dapat berupa benda, atau peristiwa yang dihadirkan dengan segera sebagai akibat dari suatu perilaku, dan denganya perilaku tersebut meningkat frekuensi kemunculannya.³²

³¹ Edi Purwanta, *Modifikasi Perilaku Alternatif Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), h. 33

³² *Ibid*

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa pemberian penguatan positif adalah penguatan yang akan diberikan setelah perilaku yang diinginkan terjadi, lalu diberikan ganjaran seperti pujian, hadiah, uang, makanan, atau hal-hal yang disukai klien yang dapat meningkatkan perilaku positifnya.

3. Prinsip-prinsip Penguatan Positif

Prinsip umum dalam pemberian penguatan adalah kesegeraan. Maksudnya, bila perilaku yang telah diinginkan telah muncul maka akan dipelihara atau ditingkatkan dengan segera memberikan ganjaran atau penguatan positif. Martin dan Pear yang dikutip oleh Edi Purwanta menguraikan bahwa dalam memberikan penguatan positif memiliki prinsip-prinsip prosedur yaitu:³³

- a. Menyeleksi perilaku yang akan ditingkatkan. Perilaku yang diseleksi seharusnya perilaku yang khusus, misalnya “tersenyum” dari pada perilaku yang umum “bersosialisasi”.
- b. Menyeleksi penguatan. Hal-hal yang diperhatikan dalam memilih atau menyeleksi penguatan adalah
 - 1) Jika memungkinkan penguat yang dipilih hendaknya penguat yang kuat dengan rambu-rambu yang telah tersedia, dapat disajikan dengan segera mengikuti perilaku yang diinginkan, dapat digunakan lagi tanpa menyebabkan kejenuhan segera, tidak membutuhkan hubungan waktu yang besar untuk membuat penguatan.

³³ *Ibid.*, h. 35-36

- 2) Menggunakan beberapa penguat secara *feasible*, dan kapan penguat digunakan sesuai prosedur yang ditetapkan.
- c. Menggunakan penguatan positif
- 1) Menceritakan kepada individu tentang rencana sebelum latihan dimulai
 - 2) Memberi penguatan dengan segera mengikuti perilaku yang diinginkan
 - 3) Menjelaskan perilaku yang diinginkan pada individu ketika penguatan sedang diberikan
 - 4) Menggunakan banyak pujian dan kontak fisik.

Dari beberapa uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa prinsip-prinsip penguatan positif adalah dengan meyeleksi perilaku terlebih dulu untuk diberi penguatan, dalam hal ini perilaku yang akan diberi penguatan oleh peneliti adalah kemandirian belajar anak panti asuhan Fathurrahman al-Barokah, kemudian peneliti akan menyeleksi penguatan yang cocok untuk digunakan dan setelah itu memberikan penguatan positif ketika perilaku yang diinginkan telah muncul supaya perilaku dapat diulang dan menetap atau meningkat.

4. Syarat Penguatan Positif yang Efektif

Menurut Edi Purwanta, penguatan positif dapat efektif penerapannya apabila mempertimbangkan syarat-syaratnya. Adapun syarat-syarat penguatan positif ialah menyajikan penguatan seketika, memilih penguatan yang tepat, mengatur kondisi situasional, menentukan kuantitas penguatan, memilih kualitas atau

kebaruan penguat, memberikan sampel penguat, menanggulangi pengaruh saingan dalam dalam memberikan penguat, mengatur jadwal penguat, dan menanggulangi efek kontrol kontra.³⁴ Adapun uraiannya sebagai berikut:

- a. Menyajikan penguatan seketika. Menyajikan penguatan seketika setelah tindakan atau perilaku berlangsung, lebih efektif dari pada penyajian tertunda. Alasannya adalah perilaku tersebut belum diselipi perilaku lain pada saat mendapatkan penguat. Akibatnya efek penguat akan lebih jelas dan tidak terbagi dengan perilaku lain.
- b. Memilih penguat yang tepat. Tidak semua imbalan dapat menjadi penguat positif. Untuk menentukan penguat yang efektif bagi subjek-subjek tertentu, pencarian harus dimulai dari penguat yang paling wajar bagi subjek dan situasinya, dan bila belum ditemukan, baru lambat laun berpindah ke penguat yang artifisial. Penguat yang berbentuk ucapan (seperti pujian, penghargaan) wajar diberikan dalam berbagai situasi. Tetapi penguat ini tidak selalu efektif pada setiap situasi dan setiap orang. Ada banyak alternatif pilihan yang dapat dijadikan penguat yaitu makanan, benda-benda konkret, benda yang dapat ditukar sebagai penguat, aktivitas, dan tindakan bersifat sosial.³⁵ Berikut akan dijabarkan dibawah ini:

³⁴ *Ibid.*, h. 36-60

³⁵ *Ibid.*, h. 39-49

- 1) Makanan. Pada umumnya dapat mengukuhkan dan memelihara perilaku yang diikutinya bila seseorang dalam keadaan lapar. Namun ada problema tentang penggunaan penguatan makanan yaitu adanya kemungkinan kekenyangan, yang menyebabkan pengukuh ini tidak efektif lagi serta kemungkinan terganggu aktivitas lainnya yang sedang berlangsung karena pemberian makanan. Makanan juga dapat dasangkan dengan pujian supaya menjadi pengukuh bersyarat.
- 2) Benda-benda konkret. Hal yang wajar bila seseorang melakukan suatu tindakan terlebih dahulu kemudian ia mendapatkan suatu benda. Anak yang senang memiliki koleksi mainan baru, atau orang dewasa senang bila dapat memiliki alat rumah tangga, kendaraan dan sebagainya. Karena itu, benda-benda dapat digunakan sebagai penguat positif. Berbagai masalah timbul dan keberatan dengan penggunaan benda sebagai penguat, yang dikemukakan oleh Soetarlinah Soekadji dalam Edi Purwanta ialah:
 - a) Ada keberatan memberikan pengukuh bagi sesuatu yang sudah merupakan tugas/kewajiban seseorang sehari-hari
 - b) Ada pendapat bahwa sebaiknya melakukan sesuatu demi imbalan instrinsik, bukan imbalan ekstrinsik
 - c) Program penguatan mengajar orang menjadi tamak dan kikir, tidak mau bertindak bila tidak ada upahnya

- d) Penerimaan pengukuhan dengan benda, akan mempraktikan cara ini untuk memanipulasi orang lain
 - e) Memberi imbalan pada individu biar baik, mengakibatkan individu malahan jadi jelek.
- 3) Benda yang dapat ditukarkan sebagai penguat. Kepingan, materai, bungkus barang, karet tutup botol, simbol-simbol, tanda-tanda dan sebagainya, dapat digunakan sebagai penguat positif bila dinyatakan lalu ditukarkan dengan benda “idaman”.
- 4) Akvitas atau acara. Kegiatan yang menyenangkan dapat dipakai sebagai penguat positif. Bila suatu acara kegiatan diatur/dijanjikan sesudah melakukan perilaku tertentu menimbulkan perilaku yang berulang, maka acara tersebut dapat merupakan penguat. Pada umumnya penggunaan penguat yang berbentuk aktivitas atau acara, lebih disetujui dari pada yang berbentuk benda. Penguat semacam ini lebih murah, dan lebih dapat dialihkan ke perilaku yang lain.
- 5) Tindakan bersifat sosial, ialah aktivitas yang dihadirkan oleh orang lain dalam konteks sosial. Tindakan ini dapat berbentuk verbal maupun non-verbal. Contoh: memberi perhatian, tersenyum, pernyataan-pernyataan, komentar, pujian. Menurut penelitian, ungkapan atau pujian yang paling efektif sebagai penguat sosial adalah yang bersifat spesifik bagi perilaku yang dipuji. Ada beberapa keunggulan penguatan sosial dibandingkan penguatan lainnya:

- a) Dapat diberikan seketika setiap perilaku sasaran dilaksanakan
 - b) Penyajian mudah dan praktis
 - c) Hampir sama sekali tidak menggunakan biaya kecuali mengingat mengatakannya atau memberi isyarat bahwa penguat akan diberikan
 - d) Luwes
 - e) Tidak menyebabkan cepat jenuh
- c. Mengatur kondisi situasional. Pemilihan situasi yang tepat mempunyai dampak positif terhadap terbentuknya dan meningkatnya perilaku yang diharapkan. Tidak semua perilaku diulang setiap waktu. Banyak perilaku yang telah dibentuk, dipelihara, atau ditingkatkannya hanya cocok dilaksanakan pada kondisi situasional (waktu, keadaan, dan tempat) tertentu.
- d. Menentukan kuantitas penguat. Kuantitas penguat ialah banyaknya penguat yang akan diberikan setiap kali perilaku yang dikuatkan muncul. Keputusan tentang kuantitas penguat tergantung pada beberapa pertimbangan. Pertimbangan tersebut antara lain macam penguat, dan pertimbangan usaha yang harus dikeluarkan untuk mendapatkan satu penguatan.
- e. Memilih kualitas atau kebaruan penguat. Kebanyakan orang akan memilih sesuatu yang baru dan berkualitas tinggi. Sesuatu yang baru cenderung menghilangkan kebosanan atau kejenuhan, sehingga dapat menjadi

penguat yang kuat. Sebaliknya sesuatu yang baru dapat juga menimbulkan keragu-raguan atau ketakutan sehingga tidak efektif sebagai penguat

- f. Memberikan sampel penguat. Penguat yang baru atau belum dikenal, dapat tidak efektif karena dapat menimbulkan keragu-raguan atau ketakutan. Karena itu kadang-kadang perlu diperkenalkan dulu dengan memberikan contoh. Bila subjek telah merasakan nikmatnya penguat, stimulus itu dapat mulai dicobakan sebagai penguat.
- g. Menangani persaingan asosiasi. Banyak penguat maupun hukuman menimpa perilaku-perilaku seseorang yang berupa reaksi-reaksi dari lingkungan maupun diri sendiri terhadap perilaku. Beberapa reaksi lebih kuat dari pada reaksi lain, saling bersaing sehingga menimbulkan konflik. Pada umumnya reaksi-reaksi yang memberikan dukungan pada terpenuhinya kebutuhan hidup lebih kuat dari pada yang memberi pengaruh lain.
- h. Mengatur jadwal penguatan. Jadwal pemberian penguatan ialah aturan yang dianut pemberi penguat dalam menentukan di antara sekian kali suatu perilaku timbul, kapan atau yang mana yang akan mendapat penguat. Macam-macam jadwal penguatan adalah jadwal penguatan terus menerus yaitu penguatan yang diberikan terus menerus setiap perilaku sasaran timbul, dan jadwal penguatan berselang atau jadwal penguatan berselang atau jadwal penguatan sebagian yaitu penguatan yang diberikan

tidak terus menerus setiap kali perilaku sasaran timbul. Jadi hanya sebagian saja yang mendapat penguat.

- i. Menangani efek kontrol kontra. Kontrol kontra ialah kontrol atau pengaruh yang sadar atau tidak sadar dilakukannya oleh subjek terhadap orang yang memberi penguatan. Kontrol kontra ini dapat dilakukan secara sadar oleh orang-orang yang memahami prinsip-prinsip psikologi belajar, oleh orang-orang yang dari pengalaman merasakan bahwa ada cara untuk melakukan kontrol kontra.³⁶

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa keefektifan dalam pemberian penguatan positif yaitu dengan mempertimbangkan syarat-syarat dalam pemberian atau penggunaan penguatan positif. Mempertimbangkan syarat-syarat ini sangat penting bagi konselor dalam memberikan penguatan karena jika konselor tidak mengetahui atau tidak mempertimbangkan pemberian penguatan secara benar, maka pemberian penguatan positif tidak efektif atau malah tidak berhasil.

5. Langkah-Langkah Pemberian Penguatan Positif

Menurut Gantina Komalasari dkk, langkah-langkah penerapan *reinforcement* positif adalah sebagai berikut:

- a. Mengumpulkan informasi tentang permasalahan melalui analisis ABC
 - *Antecedent* (pencetus perilaku)
 - *Behavior* (perilaku yang dipermasalahkan; frekuensi, intensitas, dan durasi)
 - *Consequence* (akibat yang diperoleh dari perilaku)

³⁶ *Ibid.*, h. 60

- b. Memilih perilaku target yang ingin ditingkatkan
- c. Menetapkan data awal (*baseline*) perilaku awal
- d. Menetapkan jadwal pemberian *reinforcement*
- e. Penerapan *reinforcement*.³⁷

6. Kelebihan dan Kelemahan Penguatan Positif

Kelebihan dari teknik penguatan positif yaitu untuk meningkatkan dan memelihara perilaku. Prosedur ini lebih unggul lagi bila dirancang secara tuntas, sehingga penguat yang digunakan dapat beralih ke penguat sosial, yang kemudian ke penguat intrinsik. Subjek yang mendapatkan penguat positif cenderung menggeneralisasikan kepada dirinya, sehingga merasa dirinya berharga. Hubungan antara penerima dan pemberi penguat pun menjadi baik, karena pemberi penguat diasosiasikan dengan sesuatu yang menyenangkan. Cara mendisiplinkan anak dengan penguatan positif ini dapat dirasakan sebagai disiplin yang menggunakan kasih sayang (*tender loving care*).³⁸ Jadi ketika seseorang yang mendapat ganjaran atau *reward* akan ada rasa kesenangan yang membuat dirinya untuk mempertahankan perilaku positif yang muncul.

Selain mempunyai kelebihan, penguatan positif juga memiliki kelemahan. Adapun kelemahannya menurut Abdurrahman Saleh Abdullah adalah pemberian ganjaran yang berlebihan akan membuat seseorang menganggap kemampuannya lebih tinggi dari orang lain dan cenderung akan merendahkan orang lain.³⁹ Jadi, jika berlebihan dalam pemberian ganjaran akan membuat individu merasa lebih

³⁷ Gantina Komalasari dkk, *Op. Cit.*, h. 164

³⁸ *Ibid.*, h. 61

³⁹ Abdurrahman Saleh Abdullah, *Teori-Teori Pendidikan Berdasarkan Alqur'an*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2005), h. 223

dari yang lain. Pemilihan penguatan pun juga harus tepat karena jikalau salah dalam pemberian penguatan membuat individu merasa bosan atau jenuh.

C. Kemandirian Belajar

1. Pengertian Kemandirian Belajar

Kata mandiri diambil dari dua istilah yang pengertiannya sering disejajarkan silih berganti, yaitu *autonomy* dan *independence*, karena perbedaan sangat tipis dari kedua istilah tersebut. *Independence* dalam arti kemerdekaan atau kebebasan secara umum menunjuk kepada kemampuan individu melakukan sendiri aktivitas hidup, tidak menggantungkan diri kepada orang lain.⁴⁰ Jadi kemandirian, merupakan sikap yang dimiliki individu supaya mereka tidak selalu bergantung kepada orang lain dan melakukan aktivitas sendiri.

Adapun kemandirian belajar dapat mengacu pada beberapa pendapat populer yang menjelaskan bahwa kemandirian belajar sebagai kemampuan diri mengambil tanggung jawab belajarnya. Kemandirian belajar juga diartikan sebagai relasi psikologis belajar dengan proses dan materi pembelajaran. Kemandirian belajar juga didefinisikan sebagai suatu situasi dimana pembelajar bertanggung jawab penuh mengambil keputusan dan mengarahkannya dalam pembelajaran.⁴¹

Menurut Mujiman dalam Eti Nurhayati, kemandirian belajar adalah kegiatan belajar aktif yang didorong oleh niat atau motif untuk menguasai suatu

⁴⁰ Eti Nurhayati, *Op. Cit.*, h. 54

⁴¹ *Ibid.*, h. 57-58

kompetensi guna mengatasi suatu masalah, dibangun dengan bekal pengetahuan atau kompetensi yang dimiliki, baik dalam menetapkan waktu belajar, tempat belajar, irama belajar, tempo belajar, cara belajar, maupun evaluasi belajar yang dilakukan oleh pembelajar sendiri. Dalam pengertian ini, kemandirian belajar sebagai usaha pembelajar untuk melakukan kegiatan belajar yang didasari oleh niatnya untuk menguasai suatu kompetensi tertentu.

Adapun menurut Moore dan Keegan berpendapat, kemandirian belajar dapat dilihat dalam hal:⁴²

- a. Menentukan tujuan belajar
- b. Menentukan cara belajar
- c. Evaluasi hasil belajar

Dari beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa kemandirian belajar merupakan belajar dengan kemauan atau inisiatif sendiri, kemampuan diri bertanggung jawab mengarahkan dan menyelesaikan masalah belajarnya sendiri. Kemandirian belajar bukan berarti belajar sendiri tanpa bantuan orang lain namun belajar tanpa mengandalkan bantuan orang lain, maka dari itu perlu pengevaluasi kemampuan diri dalam belajar. Ketika seorang telah mampu belajar tanpa bergantung pada bantuan orang lain, mempunyai kemauan sendiri, dan terampil dalam belajarnya, maka ia telah mempunyai kemandirian belajar dan telah bertanggung jawab akan kewajibannya.

⁴² Eti Nurhayati, *Op. Cit.*, h. 61

Pembelajar yang memiliki kemandirian dalam menentukan tujuan dan cara belajar menjadi ciri penting yang membedakan dengan pembelajar yang tidak mandiri. Karena perbedaan ini pulalah hasil belajar yang diperoleh dapat dievaluasi sendiri untuk bahan pembelajaran lebih lanjut. Enam tahapan mencapai kemandirian belajar:⁴³

- a. *Preplanning* (aktivitas sebelum proses pembelajaran)
- b. Menciptakan lingkungan belajar yang positif
- c. Mengembangkan rencana pembelajaran
- d. Mengidentifikasi aktivitas pembelajaran yang sesuai
- e. Melaksanakan kegiatan pembelajaran dan monitoring
- f. Mengevaluasi hasil pembelajaran

2. Karakteristik Kemandirian Belajar

Karakteristik kemandirian belajar menurut Abdullah dalam Eti Nurhayati yaitu:⁴⁴

- a. Kemandirian belajar memandang pembelajar sebagai manajer dan pemilik tanggung jawab proses pembelajaran mereka sendiri dengan mengintegrasikan *self management*, seperti mengatur jadwal, menentukan cara memilih sumber, dan melaksanakan pembelajaran dengan *self-monitoring* seperti memantau, mengevaluasi, dan mengatur strategi pembelajaran.

⁴³ *Ibid.*, h. 63

⁴⁴ *Ibid.*, h. 69

- b. Kemauan dan motivasi berperan penting dalam memulai, memelihara dan melaksanakan proses pembelajaran. Motivasi ini dapat memandu dalam mengambil keputusan, menopang menyelesaikan suatu tugas sedemikian rupa sehingga tujuan belajar tercapai.
- c. Kendali belajar bergeser dari para guru kepada pembelajar. Pembelajar mempunyai banyak kebebasan untuk memutuskan tujuan apa yang hendak dicapai dan bermanfaat baginya.
- d. Dalam belajar yang dilakukan secara mandiri memungkinkan mentransfer pengetahuan konseptual ke situasi baru, menghilangkan pemisah antara pengetahuan disekolah dengan realitas kehidupan.

Secara psikososial kemandirian terdiri dari tiga aspek pokok yaitu:⁴⁵

- a. Mandiri emosi adalah aspek kemandirian yang berhubungan dengan perubahan kedekatan atau keterikatan hubungan emosional individu, terutama sekali dengan orang tua atau orang dewasa lainnya yang banyak melakukan interaksi dengannya
- b. Mandiri bertindak yaitu kemampuan untuk membuat keputusan secara bebas dan menindaklanjutinya
- c. Mandiri berpikir adalah kebebasan untuk memaknai seperangkat prinsip baik buruk, benar-salah, apa yang berguna dan sia-sia bagi dirinya.

⁴⁵ Eti Nurhayati, *Psikologi Pendidikan Inovatif*, PustakaPelajar, Yogyakarta, 2011, h. 133

Sejalan dengan pendapat di atas menurut Hiemstra yang juga dikutip oleh Eti Nurhayati, karakteristik kemandirian belajar adalah:⁴⁶

- a. Setiap pembelajar berusaha meningkatkan tanggung jawab untuk mengambil berbagai keputusan dalam usaha belajarnya.
- b. Kemandirian belajar dipandang sebagai suatu sifat yang sudah ada pada setiap orang dan situasi pembelajaran.
- c. Kemandirian belajar bukan berarti memisahkan diri dengan orang lain dalam pembelajaran.
- d. Dengan kemandirian belajar, pembelajar dapat mentransfer hasil belajarnya, berupa pengetahuan dan keterampilan ke dalam situasi yang lain.
- e. Pembelajar dapat melibatkan berbagai sumber daya dan aktivitas, seperti membaca sendiri, belajar kelompok dan sebagainya.
- f. Peran efektif pembimbing masih dimungkinkan, seperti mengevaluasi hasil, dialog dengan pembelajar, dan memberi gagasan-gagasan kreatif.

Kemandirian belajar pada hakikatnya lebih menekankan cara individu untuk belajar tanpa bergantung dengan orang lain, belajar dengan inisiatif sendiri serta dapat mengambil keputusan sendiri dalam proses kegiatan belajar. Berdasarkan uraian di atas dapat diambil kesimpulan, karakteristik kemandirian belajar akan terlihat jika seorang pembelajar telah memiliki perubahan belajarnya secara

⁴⁶ *Ibid.*, h. 146

mandiri. Karakteristik kemandirian belajar yaitu dapat bertanggung jawab dalam proses belajar, memiliki kemauan dan motivasi yang tinggi dalam belajar, memiliki kebebasan dalam menentukan tujuan dalam belajar, dan dapat belajar secara mandiri.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kemandirian belajar

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kemandirian belajar bagi remaja, hal ini dikarenakan perkembangannya juga dipengaruhi rangsangan yang datang dari lingkungannya. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kemandirian remaja yang dikemukakan oleh Ali dan Asrori yaitu sebagai berikut:⁴⁷

- a. Gen atau keturunan orangtua. Orangtua yang memiliki sifat kemandirian tinggi seringkali menurunkan anak yang memiliki kemandirian juga. Namun faktor keturunan ini masih menjadi perdebatan karena ada yang berpendapat bahwa kemandirian yang muncul pada anak bukan sifat yang diturunkan orangtuanya melainkan sifat orangtua muncul berdasarkan cara orangtua mendidik anaknya.
- b. Pola asuh orang tua. Cara orangtua mendidik anaknya akan mempengaruhi perkembangan kemandirian anak remajanya. Orangtua yang menciptakan suasana aman dalam interaksi keluarganya akan dapat mendorong kelancaran perkembangan anak.

⁴⁷Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Op. Cit.*, h. 118-119

- c. Sistem pendidikan di sekolah. Proses pendidikan yang banyak menekankan pentingnya pemberian sanksi atau hukuman (*punishment*) juga dapat menghambat perkembangan kemandirian remaja. Sebaliknya, proses pendidikan yang lebih menekankan pentingnya penghargaan terhadap potensi anak, pemberian *reward*, dan penciptaan kompetisi positif akan memperlancar perkembangan kemandirian remaja.
- d. Sistem kehidupan di masyarakat. Lingkungan masyarakat yang aman, menghargai ekspresi potensi remaja dalam bentuk berbagai kegiatan, dan tidak terlalu hierarkis akan merangsang dan mendorong perkembangan kemandirian remaja, begitu juga sebaliknya jika masyarakat terlalu menekankan pentingnya hierarki struktur sosial, serta kurang menghargai manifestasi potensi remaja dalam kegiatan produktif dapat menghambat kelancaran perkembangan kemandirian remaja.

Berdasarkan uraian di atas, bahwa faktor yang sangat mempengaruhi kemandirian remaja adalah faktor yang ada dalam diri individu itu sendiri. Jika dikaitkan dengan belajar maka faktor dalam diri ini yaitu seperti kurangnya kemampuan dalam belajar akan mempengaruhi minat belajar hingga menyebabkan ia malas untuk belajar. Selain itu pola asuh yang kurang kepada anak sejak dini seperti orang tua tidak membiasakan untuk belajar atau mengulang pelajaran bersama dengan anak setelah pulang sekolah. Lalu faktor lingkungan bagi remaja, hal ini juga dapat mempengaruhi kemandirian

belajarnya, seperti tempat tinggal yang kurang nyaman untuk belajar, pergaulan sebaya, dan kondisi kehidupan individu serta upaya pembimbing dalam mengajarkan kepada individu tersebut.

4. Dampak Kemandirian Belajar

Adapun kemandirian belajar sangat penting pada proses belajar bagi setiap individu, apabila kemandirian belajar individu rendah maka akan berdampak pada prestasi belajar yang menurun, kurangnya tanggung jawab dan akan ketergantungan terhadap orang lain dalam mengambil keputusan dalam belajar maupun dalam mengerjakan tugas-tugas yang telah diberikan bagi sekolahnya.⁴⁸

Kemampuan individu dalam belajar yang didasarkan pada rasa tanggung jawab, percaya diri, inisiatif, dan motivasi sendiri dengan tanpa bantuan orang lain yang relevan untuk menguasai kompetensi tertentu, baik dalam aspek pengetahuan, keterampilan, maupun sikap yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah belajar. Menurut Davis dalam Eti Nurhayati kemandirian belajar mencakup tiga aspek yaitu kemandirian dalam aspek pengetahuan, sikap dan keterampilan.⁴⁹

Individu dengan kemandirian belajar dalam aspek pengetahuan akan mengetahui dan memahami dasar-dasar keterampilan tertentu yang penting bagi kehidupan dan pembelajarannya, dalam pengetahuan akan tahu dan paham

⁴⁸ Dedi Syahputra, *Pengaruh Kemandirian Belajar Dan Bimbingan Belajar Terhadap Kemampuan Memahami Jurnal Penyesuaian Pada Siswa Sma Melati Perbaungan*, Jurnal Pascasarjana Akuntansi Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, vol. II, No. 02, 2017. Diakses Pada Tanggal 07 April 2019 Pukul 11:34

⁴⁹ Eti Nurhayati, *Op. Cit.*, h. 74

pentingnya menjalin hubungan antar sesama yang berguna untuk mengembangkan kemampuannya, dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, dapat bersosialisasi, dan dapat mengambil manfaat dari hubungan sosial untuk pengembangan dirinya. Dengan kemandirian belajar yang memadai tahu nilai kemandirian, seperti prinsip-prinsipnya, urgensi dan implikasi dari kemandirian terhadap kemajuan belajar dan kehidupannya secara luas.⁵⁰

Kemandirian belajar dalam aspek keterampilan dapat dilihat ketika individu terampil melakukan prosedur-prosedur yang harus dilalui untuk menyelesaikan tugas belajar. Kemandirian individu juga akan terlihat dalam aspek sikap, seperti mereka mampu bersikap mandiri dan professional dalam berkomitmen, pantang menyerah sebelum berusaha, percaya diri terhadap kemampuan sendiri, memiliki keyakinan bahwa usaha yang maksimal akan dapat mencapai tujuan dan cita-citanya serta mereka tahu kapan saatnya memerlukan bantuan dan kapan saatnya membantu orang lain.⁵¹

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dampak kemandirian belajar adalah ketika kemandirian belajar dilihat dari aspek pengetahuan maka berdampak pada ketahuan dan paham strategi dalam belajar, menjalin hubungan antar sesama untuk mengembangkan kemampuannya dan dapat mengembangkan dirinya terhadap pengetahuan belajar. Kemandirian belajar dari aspek keterampilan akan berdampak pada individu untuk terampil dalam menyelesaikan

⁵⁰ *Ibid*

⁵¹ *Ibid.*, h. 75

tugas yang diberikan. Kemandirian dari sikap akan berdampak pada sikap yang tumbuh dengan pantang menyerah dan selalu berusaha serta memiliki motivasi yang tinggi dalam setiap kali ingin belajar.