

**TRANSFORMASI DIRI: MENGUBAH SELF-CONCEPT NEGATIF SISWA
DENGAN SENTUHAN PERSON-CENTERED COUNSELING**

Ahmad Arif Prasetyo¹, Wahyu Nanda Eka Saputra²

Program Studi Magister Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Ahmad Dahlan^{1,2}

Email : 2407056001@webmail.uad.ac.id¹ , wahyu.kons@gmail.com²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui teknik Person Centered Counseling dalam mengubah self Concept Negatif siswa. Setiap individu memiliki perbedaan dalam menerima dirinya sendiri maupun menerima apa pendapat orang lain terhadap dirinya sendiri., maka konsep diri yang akan muncul pasti akan berbeda dan karakteristik dari konsep diri tersebut tidaklah sama. Beberapa ahli menyatakan terdapat beberapa jenis konsep diri, yakni konsep diri positif dan konsep diri negative. Metode penelitian ini menggunakan kajian literatur dari penelitian terdahulu. Terdapat 6 artikel yang di analisis dalam penelitian ini. Artikel tersebut terbit dari tahun 2019 sampai 2024 dengan pengindeks sinta. Hasil penelitian terhadap konseling Person centered dapat digunakan dalam meningkatkan konsep diri positif siswa, hal ini dibuktikan dengan adanya perubahan subjek setelah pelaksanaan konseling (kajian literatur terdahulu). Hasil penelitian konseling Person Centered Counseling dapat digunakan dalam meningkatkan konsep diri positif siswa atau mengubah konsep diri negatif menjadi positif. Hal ini terbukti dengan adanya perubahan subjek setelah pelaksanaan konseling (kajian literatur terdahulu). Simpulan penelitian ini adalah Person Centered Coaunseling yang dapat digunakan dalam meningkatkan konsep diri positif siswa atau mengubah dari konsep diri negatif menjadi positif

Kata Kunci: *Person Centered, Konsep Diri*

ABSTRACT

The objective of this research is to determine whether Person-Centered Counseling can change students' negative self-concept. Each individual has a different way of accepting themselves and accepting others' opinions about themselves; therefore, the resulting self-concept will be different, and the characteristics of that self-concept will not be the same. Several experts have stated that there are types of self-concept, such as high, medium, and low, as well as positive and negative self-concepts. This research uses a literature review of previous studies. The research subjects are the results of several previous studies that are relevant to the variables discussed in this research. The results of research on Person-Centered Counseling can be used to improve students' positive self-concept, as evidenced by changes in subjects after counseling (previous literature review). The results of research on Person-Centered Counseling can be used to improve students' positive self-concept. This is evidenced by changes in subjects after counseling (previous literature review). The conclusion of this research is that Person-Centered Counseling can be used to improve students' positive self-concept or change it from negative to positive

Keywords: *Person Centered, Self Concept*

PENDAHULUAN

Konsep diri merupakan aspek krusial dalam diri individu, yang didefinisikan sebagai persepsi dan perasaan seseorang mengenai dirinya secara utuh dengan karakteristik unik yang membedakannya dari orang lain. Konsep diri ini tidak bersifat bawaan (Putri et al., 2024; Ummah, 2019), melainkan berkembang, terutama pada masa remaja ketika individu mulai

membangun jati diri, memiliki kehendak bebas untuk memilih prinsip, dan mengembangkan kapasitasnya (Syahraeni, 2019). Bagi siswa SMP yang memasuki masa remaja awal, konsep diri menjadi sangat penting dan dapat memengaruhi prestasi mereka (Dewi et al, 2024; Febrianti & Sarajar, 2024). Proses pembentukan konsep diri diawali dengan pemahaman dan pengenalan diri, yang melibatkan pandangan, penilaian, dan perasaan positif terhadap aspek fisik, psikis, maupun sosial. Dalam layanan Bimbingan dan Konseling pribadi, pengembangan konsep diri termasuk dalam pemahaman sifat dan kemampuan diri, bakat minat, serta kemampuan memecahkan masalah (Yusuf, 2009). Karena setiap individu berbeda dalam menerima dirinya dan pandangan orang lain, konsep diri yang terbentuk pun bervariasi, yang oleh beberapa ahli dikategorikan sebagai konsep diri tinggi, sedang, dan rendah, atau konsep diri positif dan negatif (Fatimah & Emilia, 2024; Jhoni, 2019). Konsep diri positif ditandai dengan persepsi positif terhadap kemampuan diri dan keyakinan mencapai tujuan, sementara konsep diri negatif melibatkan perasaan tidak berharga dan keraguan akan kemampuan diri (Gumiandari, 2024).

Dalam layanan bimbingan dan konseling, berbagai model pendekatan dapat dimanfaatkan untuk membantu siswa meningkatkan konsep diri positif. Salah satu pendekatan yang relevan adalah konseling *person-centered* atau konseling non-direktif, yang didasarkan pada penelitian Rogers dan dirancang untuk meningkatkan keterbukaan, pertumbuhan, serta perubahan dalam pemahaman proses konseling (Ningsih, 2019). Peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) menjadi sangat penting dalam mengubah konsep diri negatif atau meningkatkan konsep diri siswa di sekolah, salah satunya melalui penerapan pendekatan *person-centered counseling* (Purnomosidi, 2017). Dengan pendekatan yang tepat, siswa dapat dibantu untuk mengembangkan persepsi diri yang lebih sehat dan konstruktif.

Pada sebuah penelitian Peningkatan Konsep Diri Menggunakan Pendekatan Person centered kelemahan proses konseling dengan pendekatan person centered yang di alami peneliti yaitu konseling ini terpusat pada konseli (Nurul et al, 2024). Dalam hal ini, konseli lah yang memiliki peran aktif di dalam proses konseling. Oleh karena itu, peneliti sedikit sulit untuk mengajak konseli berperan aktif pada saat mengklarifikasi masalah, hal ini kurang tersampaikan dengan baik sehingga, konseli hanya menjawab dengan singkat dan peneliti kurang mendapatkan informasi tentang masalah konseli. (Marlia et al., 2018). Menurut Rogers bahwa pada pendekatan Person Centered yang terpenting adalah hubungan antara konselor dan konseli. Dilihat dari pendapat Rogers tujuan dasarnya terapi ini adalah menciptakan suasana yang kondusif untuk membantu klien untuk menjadi seorang pribadi yang berfungsi penuh. Guna mencapai tujuan ini terapis harus berusaha agar memahami hal-hal yang ada dibalik topeng yang digunakan. (Marlia et al., 2018)

Dalam penelitian mengenai konsep diri, pendekatan person-centered telah menjadi sorotan utama karena fokusnya pada pemahaman individu sebagai pusat pengalaman mereka sendiri. Rogers menjelaskan bahwa “tujuan terapi bukan sekedar pemecahan masalah, tetapi untuk membantu klien untuk masuk ke dalam proses bertumbuh, belajar dari masalah yang dihadapinya saat ini dan akan membuatnya mampu menghadapi masalah-masalah yang akan datang (Marlia et al., 2018). Permasalahan yang akan datang seperti yang banyak terjadi saat ini disekolah adalah Bullying, semakin tinggi konsep diri siswa maka akan semakin rendah perilaku bullying (Saifullah, 2015). Dalam penelitian – penelitian sebelumnya bahwa pendekatan person-centered telah terbukti efektif dalam mengatasi masalah psikologis, meningkatkan kesejahteraan, dan memfasilitasi pertumbuhan pribadi termasuk konsep diri seseorang (Jannah & Karneli, 2024). Walaupun tidak ada teknik khusus dalam pendekatan ini tetapi dengan kepercayaan dan menjalin hubungan yang baik dengan konseli konsep diri negatif seseorang dapat dirubah kearah konsep diri positif dengan pendekatan ini.

Meskipun banyak penelitian telah dilakukan tentang konsep diri dengan pendekatan person centered, masih terdapat kebutuhan untuk memahami bagaimana pengalaman dalam

Copyright (c) 2025 LEARNING : Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran

terapi person-centered mempengaruhi perkembangan identitas individu. Konseli diharapkan dapat mengatasi permasalahan konsep dirinya dengan bantuan konselor menggunakan pendekatan person centered (Ningsih, 2019). Dalam penelitian tentang konsep diri dengan pendekatan person-centered, kita dapat mempertanyakan bagaimana pengalaman individu memengaruhi pemahaman mereka tentang diri sendiri. Pertanyaan yang bisa diajukan antara lain: "Bagaimana interaksi dan hubungan interpersonal yang dialami seseorang berkontribusi terhadap pembentukan konsep diri mereka?" atau "Apa peran empati dan penerimaan dalam proses pengembangan konsep diri dalam konteks person-centered?" Pertanyaan ini dapat membantu menggali lebih dalam tentang pentingnya perspektif individu dalam memahami konsep diri dan bagaimana pendekatan ini dapat diterapkan dalam praktik psikologis

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode studi literatur sebagai pendekatan utama. Metode ini bertujuan untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan mensintesis informasi dari berbagai sumber ilmiah yang relevan guna menjawab pertanyaan penelitian mengenai peran layanan bimbingan dan konseling, khususnya melalui pendekatan *person-centered counseling*, dalam mengubah konsep diri negatif siswa menjadi positif. Pilihan metode ini didasarkan pada kebutuhan untuk membangun pemahaman komprehensif berdasarkan temuan-temuan penelitian yang telah ada sebelumnya.

Prosedur pelaksanaan penelitian ini diawali dengan perumusan masalah secara terperinci, yang menjadi dasar untuk menentukan fokus dan batasan pencarian literatur. Langkah selanjutnya adalah pencarian literatur yang sistematis, dengan memprioritaskan jurnal-jurnal ilmiah yang membahas secara spesifik topik bimbingan dan konseling, konsep diri, serta teori dan aplikasi *client-centered* atau *person-centered counseling*. Sumber-sumber yang diperoleh kemudian diseleksi berdasarkan kriteria relevansi dengan tujuan penelitian untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan benar-benar mendukung analisis yang akan dilakukan.

Setelah literatur yang relevan terkumpul, dilakukan evaluasi data untuk mengekstraksi informasi penting dan temuan-temuan kunci dari setiap sumber. Tahap berikutnya adalah analisis dan interpretasi, di mana data yang telah dievaluasi tersebut dirangkum, dibandingkan, dan disintesis secara kritis menggunakan elaborasi bahasa peneliti sendiri. Hasil dari proses telaah mendalam terhadap berbagai literatur ini kemudian digunakan untuk mengidentifikasi bagaimana layanan bimbingan dan konseling, dengan memanfaatkan pendekatan *person-centered counseling*, dapat secara efektif berkontribusi pada pengembangan konsep diri yang lebih positif pada siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pendekatan person centered terbukti efektif dalam membantu individu yang mengalami permasalahan pribadi, khususnya terkait konsep diri. Ningsih (2019) menemukan bahwa pendekatan ini sangat cocok digunakan untuk individu yang menghadapi masalah konsep diri, karena mampu memberikan ruang bagi klien untuk mengeksplorasi dan memahami dirinya secara lebih mendalam. Dengan adanya ruang refleksi tersebut, individu dapat mengenali perasaan, pikiran, serta pengalaman yang memengaruhi konsep dirinya. Proses konseling yang bersifat empatik dan non-direktif ini memungkinkan klien merasa diterima tanpa penilaian, sehingga mereka lebih terbuka dalam mengungkapkan permasalahan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan konsep diri yang signifikan setelah konseling dilakukan. Oleh karena itu, pendekatan person centered sangat direkomendasikan bagi konselor yang menangani klien dengan isu konsep diri.

Penelitian lain oleh Marlia et al. (2018) menunjukkan bahwa pendekatan client centered dapat meningkatkan konsep diri siswa SMA. Hasilnya, setelah pelaksanaan konseling, subjek penelitian mampu mengenali kelebihan dan kelemahan diri secara lebih objektif. Selain itu, siswa juga belajar untuk berpikir lebih positif dan menghilangkan pikiran negatif sebelum melakukan suatu tindakan. Perubahan ini membuat siswa menjadi lebih percaya diri dan yakin terhadap kemampuan yang dimiliki. Pendekatan client centered memberikan ruang yang aman bagi siswa untuk mengekspresikan diri tanpa rasa takut dihakimi. Dengan demikian, pendekatan ini dinyatakan efektif untuk meningkatkan konsep diri pada siswa, khususnya di lingkungan sekolah.

Harahap et al. (2024) meneliti pengaruh pendekatan client centered terhadap konsep diri siswa SMP dan menemukan bahwa sebelum treatment, sebagian besar siswa berada pada kategori konsep diri rendah. Setelah konseling kelompok dengan pendekatan client centered, terjadi peningkatan signifikan pada kelompok eksperimen, sementara kelompok kontrol tidak mengalami perubahan. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan client centered mampu memberikan dampak positif yang nyata dalam meningkatkan konsep diri siswa. Konseling kelompok yang diterapkan mendorong siswa untuk saling mendukung dan berbagi pengalaman, sehingga proses perubahan menjadi lebih efektif. Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya penerapan teknik konseling client centered dalam konteks pendidikan. Dengan demikian, pendekatan ini sangat relevan untuk digunakan dalam upaya meningkatkan konsep diri siswa di sekolah.

Gunawan et al. (2021) juga membuktikan bahwa layanan konseling individual dengan pendekatan person centered efektif dalam mengatasi masalah konsep diri anak dari orang tua yang bercerai. Penelitian ini menunjukkan adanya perubahan positif pada subjek setelah pelaksanaan konseling, seperti meningkatnya rasa percaya diri dan penerimaan diri. Anak-anak yang sebelumnya merasa rendah diri akibat perceraian orang tua menjadi lebih mampu beradaptasi dengan kondisi keluarga baru. Konseling individual memberikan ruang privat bagi anak untuk mengungkapkan perasaan dan kekhawatiran yang dialami. Pendekatan person centered membantu anak merasa didengar dan dipahami tanpa tekanan. Oleh karena itu, pendekatan ini direkomendasikan untuk menangani masalah konsep diri pada anak-anak yang mengalami perceraian orang tua.

Hasni (2021) menyoroti pentingnya hubungan terapeutik dalam pendekatan client centered therapy. Dalam praktiknya, masalah klien diupayakan penyelesaiannya dengan memaksimalkan kekuatan yang dimiliki klien sendiri, sehingga klien merasa lebih berdaya. Konseling dianggap sebagai inti dari layanan bimbingan yang menyeluruh, karena mampu menyentuh aspek emosional dan psikologis klien secara mendalam. Konselor harus mampu menciptakan hubungan yang hangat, empatik, dan penuh penerimaan agar proses konseling berjalan efektif. Pengalaman dan pemahaman mendalam mengenai teknik client centered menjadi kunci keberhasilan layanan ini. Dengan demikian, pendekatan ini sangat penting untuk dikuasai oleh para konselor dalam membantu klien mengatasi permasalahan pribadi.

Sementara itu, Imaniar et al. (2024) mengembangkan program Rahajeng.Id yang mengintegrasikan nilai-nilai Tri Hita Karana dalam konseling person centered untuk membentuk pribadi unggul pada siswa sekolah dasar. Program ini dirancang dalam bentuk petualangan interaktif yang menarik bagi anak-anak, sehingga mereka lebih antusias dalam mengikuti proses konseling. Melalui aktivitas tersebut, anak-anak diarahkan untuk mengenal diri, membangun karakter positif, serta mengatasi kecanduan game yang marak terjadi di kalangan siswa SD. Nilai-nilai Tri Hita Karana yang diterapkan membantu anak memahami pentingnya keseimbangan hubungan dengan Tuhan, sesama, dan lingkungan. Program ini juga dilengkapi dengan analisis SWOT untuk mengoptimalkan kekuatan dan peluang yang ada.

Pembahasan

Konsep diri merupakan gambaran individu tentang dirinya, apa yang individu ketahui tentang dirinya, bagaimana individu memandang dan menilai dirinya. Menurut Rogers konsep diri menunjuk pada cara seseorang untuk memandang dan merasakan dirinya, sehingga konsep diri merupakan penentu dalam melakukan respon terhadap lingkungan sekitarnya (Marlia et al., 2018). Terdapat beberapa ahli mengatakan jenis-jenis konsep diri adalah tinggi, sedang dan rendah serta ada yang mengatakan konsep diri positif dan konsep diri negative (Jhoni, 2019)

Person centered therapy didasarkan pada penelitian yang dilakukan oleh Rogers yang didesain untuk meningkatkan keterbukaan, pertumbuhan, dan perubahan dalam memahami proses konseling (Ningsih, 2019). Pendekatan ini sangat praktis di gunakan dalam dunia pendidikan khususnya untuk mengubah konsep diri negatif seseorang menjadi positif. Ketika konselor menunjukkan sikap positif, non-judgmental, penuh hormat, peduli, dan menerima terhadap klien mereka, perubahan terapeutik lebih mungkin terjadi.

Setelah melihat gambaran permasalahan yang ada pada pendahuluan artikel ini. Pada bagian ini akan membahas mengenai permasalahan yang terjadi pada siswa serta membahas beberapa penelitian yang telah membuktikan bahwa person centered tepat apabila digunakan dalam upaya mengubah konsep diri negatif seseorang sehingga memiliki konsep diri positif. Seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Dian Retno Ningsih IAIN Sunan Kalijogo Malang Tahun 2019 pada penelitian yang berjudul model pendekatan person centered dalam upaya meningkatkan konsep diri remaja (Ningsih, 2019). Dari hasil penelitian yang dilakukan menunjukan bahwa pendekatan person centered dapat dikatakan cocok untuk digunakan kepada individu yang memiliki permasalahan pribadi seperti konsep diri. Pertemuan konseling dilakukan 2-3 kali pertemuan. Sebelum dilakukan konseling dengan pendekatan person centered ketiga subjek memiliki ciri-ciri konsep diri positif rendah tetapi setelah dilakukan treatment dengan menggunakan konseling client centered ketiga subjek mengalami peningkatan konsep diri positif.

Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Lilis Marlia, Muswardi Rosra dan Shinta Mayasari tahun 2018 pada FKIP Universitas Lampung yang berjudul Peningkatan Konsep Diri Menggunakan Pendekatan Person Centered (Marlia et al., 2018). Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 15 Bandar Lampung. Kemudian setelah dilakukan konseling Person Centered sebanyak empat kali pertemuan terjadi peningkatan konsep diri Siswa. Kelemahan proses konseling dengan pendekatan client centered yang di alami peneliti yaitu konseling person centered ini terpusat pada konseli. Dalam hal ini, konseli lah yang memiliki peran aktif di dalam proses konseling.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Sri Hariati Harahap, Alfin Siregar, Ali Daud Hasibuan pada Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan tahun 2024 yang berjudul Pengaruh Pendekatan person centered terhadap Konsep Diri Siswa di Sekolah SMP Islam Al-Ulum Terpadu Medan (Harahap et al., 2024). Penelitian ini dilakukan di SMP Islam Al-Ulum Terpadu Medan dengan metode quasi eksperimen dengan desain dua kelompok. Dalam penelitian ini terdapat kelompok eksperimen dan kelompok yang dipilih secara acak. Langkah pertama, peneliti memberikan pretest kepada siswa SMP Islam Al-Ulum Terpadu Medan. Pemberian pretest dilakukan dengan cara pemberian angket kepada 11u akelas yang berbeda yaitu siswa kelas IX-B dan IXD untuk mengukur tingkat pengetahuan client centered. Setelah mendapatkan hasil data pretest, maka dilakukan treatment atau konseling sebanyak 4 kali. Berdasarkan hasil penelitian dan setelah di olah data mengenai pendekatan person centered

untuk meningkatkan konsep diri siswa melalui konseling kelompok di SMP Islam Al Ulum Terpadu Medan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Gusliadi Gunawan, Gantina Komalasari dan Herdi Herdi pada penerapan konseling individu (Gunawan et al., 2021). Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan konsep diri terhadap siswa yang diberi layanan konseling individual dengan pendekatan person centered dalam mengatasi konsep diri anak dari orang tua bercerai. Hal ini dibuktikan dengan adanya perubahan kedua subjek setelah pelaksanaan konseling. Dapat disimpulkan bahwa konseling individual dengan pendekatan person centered efektif digunakan dalam mengatasi konsep diri anak dari orang tua bercerai.

Hasil studi lainnya dari Erna Hasni tahun 2021 (Hasni, 2021). 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.

Hasil yang berbeda ditemukan Suhur et al (2023) dalam penggunaannya, anak SD akan diarahkan pada sebuah petualangan yang memuat jenis-jenis pertanyaan dan keadaan yang sejalan dengan karakter Tri Hita Karana yang sesuai dengan konsep person centered dalam membentuk pribadi unggul. Untuk mencapai tujuan dalam Rahajeng.Id, maka telah dilakukan analisis SWOT guna mengoptimalkan kekuatan dan peluang yang dimiliki. Diharapkan dengan adanya Rahajeng.Id mampu mengatasi kecanduan game dan membantu membentuk karakter anak SD sehingga mencapai pribadi unggul sehingga siswa pada tingkat SD memiliki konsep diri yang positif.

Penelitian yang berbeda tentang pendekatan person centered yang dilakukan untuk meningkatkan identitas diri pada waria yang dilakukan oleh Nadia Permawati dkk (Permawati et al., 2023) bahwa hasil menunjukkan ada peningkatan tentang identitas diri terhadap waria. Identitas diri merupakan proses dari pembentukan karakter dan konsep diri pada seseorang (Hibatullah, 2023). Penerapan Teknik client centered yang dilakukan terhadap klien "LF", klien "M" dan klien "AS" dimana klien tersebut adalah seorang waria menunjukkan hasil dimana peneliti sebagai konselor telah mampu merefleksikan ekspresi perasaan yang klien sampaikan, sehingga peneliti dapat mengetahui tingkat pemahaman identitas diri yang mereka miliki. Sehingga pendekatan person centered dapat meningkatkan pemahaman diri pada waria.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pada penelitian – penelitian sebelumnya yang telah dilakukan bahwa dalam pendekatan person centered counseling dapat mengubah konsep diri negatif menjadi konsep diri positif walaupun membutuhkan waktu untuk mencapai tujuannya oleh karena itu konseling dilakukan secara berulang. Sesuai dengan pendapat Rogers bahwa konseling berhasil apabila konseli mampu mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri karena tugas konselor hanya membantu mengenali permasalahan-permasalahan sehingga membuka jalan bagi konseli, konselor bukanlah seseorang yang akan menyelesaikan masalah konseli.

KESIMPULAN

Hasil analisis literature review menunjukkan bahwa konsep diri siswa yang negatif dapat diubah menjadi konsep diri positif dengan menggunakan pendekatan person centered. Pendekatan ini menempatkan siswa sebagai pusat proses konseling, sehingga mereka diberi kesempatan untuk mengeksplorasi dan memahami diri mereka sendiri secara mendalam. Berbagai penelitian yang membahas permasalahan konsep diri pada siswa menunjukkan hasil yang konsisten bahwa pendekatan ini efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri dan penerimaan diri. Dengan memberikan ruang bagi siswa untuk mengungkapkan perasaan dan pikiran tanpa takut dihakimi, pendekatan person centered membantu mereka mengatasi pikiran

negatif yang selama ini membatasi diri. Perubahan konsep diri ini tidak terjadi secara instan, melainkan melalui proses yang berkelanjutan dan didukung oleh suasana konseling yang empatik dan suportif. Oleh karena itu, pendekatan ini sangat relevan dan penting dalam konteks pendidikan untuk membentuk pribadi siswa yang lebih positif dan percaya diri.

Pendekatan person centered sepenuhnya merupakan hasil dari kerja keras konseli itu sendiri, di mana peran konselor adalah sebagai fasilitator yang membantu konseli mengenali dan memahami permasalahan yang dialaminya. Konselor tidak memberikan solusi secara langsung, melainkan menciptakan suasana yang aman dan penuh penerimaan agar konseli merasa nyaman untuk membuka diri. Dengan demikian, konseli dapat menemukan jawaban dan kekuatan dari dalam dirinya sendiri untuk menghadapi tantangan yang ada. Peran aktif konseli dalam proses ini sangat menentukan keberhasilan perubahan konsep diri yang diinginkan. Selain itu, konselor juga bertugas memberikan dukungan emosional dan motivasi agar konseli tetap termotivasi dalam proses perubahan. Pendekatan ini menekankan pentingnya hubungan terapeutik yang hangat dan saling percaya antara konselor dan konseli sebagai kunci utama keberhasilan konseling.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, R., Dalimunthe, R. Z., Nurhafsari, U., & Harmen, H. (2024, April). BMB3 Strategy Counseling Teaching Materials to Improve Student's Metacognition Skills. In *Proceedings of the 2nd Annual International Conference: Reimagining Guidance and Counselling in the VUCA Era (AICGC 2023)* (p. 108). Springer Nature.
- Febrianti, F., & Dewita K., S. (2024). Konsep diri dan kematangan karier siswa kelas XII SMA di Kabupaten Semarang. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 628–635. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.6463>
- Gumiandari, S. (2024). Pengaruh konsep diri positif dan negatif terhadap rasa percaya diri siswa SMA Plus Pagelaran Cisolak Subang. *Jurnal*, 3(1), 137–154.
- Gunawan, G., Komalasari, G., & Herdi, H. (2021). Implementasi konseling individual dengan pendekatan person centered dalam menangani masalah konsep diri anak dari orang tua yang bercerai. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 9(4), 343. <https://doi.org/10.29210/170400>
- Harahap, S. H., Siregar, A., & Hasibuan, A. D. (2024). Pengaruh pendekatan client centered terhadap konsep diri siswa di sekolah SMP Islam Al-Ulum Terpadu Medan. *Sosial Simbiosis: Jurnal Integrasi Ilmu Sosial dan Politik*, 1(4), 1–22.
- Hasni, E. (2021). Pendekatan client-centered penggunaan konseling client centered dalam meningkatkan konsep diri positif siswa (studi kasus siswa kelas X, berikut: 1) kepada guru bimbingan, 7–9.
- Hibatullah A., D. (2023). Cendikia pendidikan. *Cendekia Pendidikan*, 1(1), 1–13. <https://doi.org/10.9644/scp.v1i1.332>
- Jannah, M., & Karneli, Y. (2024). Teknik konseling kelompok dengan pendekatan person centered therapy untuk meningkatkan kualitas hidup korban kekerasan seksual. *Jurnal*, 5(2), 341–356.
- Jhoni P, U. (2019). Konsep diri pada pasien luka kaki diabetik. In Oksana (pp. 1–50).
- Marlia, L., Rosra, M., & Mayasari, S. (2018). Peningkatan konsep diri menggunakan pendekatan client centered. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 6(1), 1–16. <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/ALIB/article/view/14909>
- Ningsih, D. R. (2019). Model pendekatan person centered dalam upaya meningkatkan konsep diri remaja. *Al-Isyrof: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(1), 1–20. <https://ejournal.iaiskjmalang.ac.id/index.php/isrof/issue/view/61>

- Fatimah N, A., & Emilia A., S. (2024). Meningkatkan self-awareness siswa SMP melalui bimbingan konseling islami dengan metode client-centered. *Jurnal Pendidikan Berkarakter*2, 2(1), 254–261. <https://doi.org/10.51903/pendekar.v2i1.595>
- Permatawati, N., Suryati, S., & Noviza, N. (2023). Pendekatan teknik client centered untuk meningkatkan pemahaman identitas diri pada waria. *Social Science and Contemporary Issues Journal*, 1(3), 571–577. <https://doi.org/10.59388/sscij.v1i3.363>
- Putri, O. D., Zurweni, Z., & Hamidah, A. (2024). Pengaruh lingkungan belajar terhadap konsep diri akademik siswa: Model rekonstruksi dalam pembelajaran fisika. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(1), 602–610. <https://www.jipp.unram.ac.id/index.php/jipp/article/view/1901>
- Purnomosidi, A. (2017). Konsep perlindungan hak konstitusional penyandang disabilitas di Indonesia. *Refleksi Hukum: Jurnal Ilmu Hukum*, 1(2), 161–174.
- Saifullah, F. (2015). Hubungan antara konsep diri dengan bullying. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(3), 289–301. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v3i3.3786>
- Suhur, M. K., Imaniar, F. A., Widyaningrum, F. R., Ramadhani, N., & ‘Ilm, A. M. (2023). *Pengembangan Aplikasi Rahajeng.Id Berbasis Tri Hita Karana untuk Membentuk Karakter Pribadi Unggul pada Siswa Sekolah Dasar*. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 13(2), 115-128. <https://doi.org/10.21831/jpk.v13i2.2023>
- Syakraeni, A. (2019). Pembentukan konsep diri remaja. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 6, 67–80.
- Ummah, M. S. (2019). Urban growth and access to opportunities: A challenge for Latin America. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. <http://sciotea.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y>
- Yusuf, S. (2009). *Program bimbingan dan konseling di sekolah*. Bandung: Rizqi Press.