

Upaya Menurunkan Perilaku Antisosial Dengan Pendekatan Client Centered

Ashiela Zahra Bintan Awaliyan¹, Muya Barida²

¹Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta

ashiela1800001179@webmail.uad.ac.id ; muya.barida@bk.uad.ac.id

Abstrak

Dalam artikel ini berfokus kepada pengentasan masalah perilaku antisosial dengan pendekatan *client centered*. Artikel ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kondisi orang yang memiliki perilaku antisosial. Mengetahui bagaimana penerapan pendekatan *client centered* dalam mengatasi siswa yang memiliki perilaku antisosial. Mengkaji bagaimana pendekatan *client centered* untuk menurunkan perilaku antisosial. Menganalisis keefektifan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* untuk menurunkan perilaku antisosial. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, proses konseling ini yaitu, konselor membantu konseli untuk mengentaskan masalah yang di hadapi atau perilaku yang menyimpang dengan menggunakan *client centered* sehingga konseli dapat memperbaiki perilakunya.

Kata kunci: perilaku antisosial, konseling kelompok, *client centered*

1. Pendahuluan

Kenyamanan dan keamanan dalam hidup merupakan impian semua manusia. Manusia adalah makhluk sosial, yang berarti manusia memiliki hubungan timbal balik untuk memenuhi kebutuhan hidup dan menjalankan aktifitas hidupnya. Manusia saling membutuhkan satu sama lain, manusia tidak bisa hidup sendiri. Dengan kesadaran penuh akan kodrat ini maka seharusnya kita berperilaku penuh empati dengan sesama, perilaku kita sebaiknya tidak boleh acuh terhadap sekitar. Namun ada juga manusia yang enggan bersosialisasi, lebih memilih untuk menutup diri dan takut untuk bersosialisasi dengan sekitar atau yang biasa disebut dengan antisosial.

Antisosial termasuk gangguan kepribadian yang ditandai dari sifat yang acuh akan perasaan maupun konsekuensi dari tindakannya. Perilaku antisosial sebenarnya tidak diinginkan sebagai akibat dari gangguan kepribadian seseorang, biasanya perilaku antisosial ada karena penderita memiliki pengalaman yang pahit yang membuatnya tidak ingin bersosialisasi lagi, yang membuat ia takut bahkan trauma untuk bersosialisasi. Ada yang takut karena tidak dapat diterima oleh masyarakat sekitar, ada juga yang memiliki trauma dalam bersosialisasi, ada juga yang tidak dapat menerima diri sendiri sehingga menjadi antisosial.

Antisosial adalah salah satu gangguan kepribadian. Dalam ilmu psikologi disebut dengan antisocial personality disorder (Gangguan kepribadian antisosial). Individu – individu dengan gangguan kepribadian, antisosial cenderung memiliki riwayat panjang untuk pelanggaran hak-hak orang lain. Mereka sering dideskripsikan sebagai individu yang agresif karena mengambil apa saja yang diinginkan, tanpa peduli perasaan orang lain (Putriana, 2021).

Dengan kata lain antisosial merupakan suatu penyimpangan tingkah laku yang dilakukan oleh individu, dengan melanggar norma-norma sosial. Biasanya orang-orang yang mengalami ini akan berbuat sesuka hatinya (egois) tanpa memikirkan perasaan orang lain. Bahkan antisosial dapat dicirikan dengan beberapa tanda yaitu memiliki riwayat dalam hal kriminal, acuh terhadap sekitar, pikiran yang tidak rasional, mudah menjebak orang lain, enggan untuk bersosialisasi. Adapun ciri yang lebih parah yaitu ketidak adaan rasa penyesalan terhadap perbuatan yang dilakukan karena kurangnya kontrol empati dan perasaan terhadap orang lain.

Konselor sebagai sebuah profesi dalam kegiatan professional menggunakan cara tertentu yang berbeda dengan profesi lainnya yang mempunyai tujuan yang sama, yaitu membantu menyelesaikan masalah yang di alami oleh konseli. Keberadaan ini dapat di tunjukkan pada ragam tindakan yang di lakukan konselor, yaitu konselor membantu konseli dalam bentuk layanan konseling. Proses layanan yang di berikan konselor disebut konseling, yang memiliki bermacam-macam model dalam mendekati konseli beserta masalahnya. Mendekati atau yang disebut dengan “Pendekatan” munujuk pada aspek pribadi konseli yang ingin dibantu dan diberdayakan oleh konselor untuk mnegatasi masalah yang mereka hadapi.

Dalam artikel ini akan membahas tentang upaya menurunkan perilaku antisosial dengan pendekatan client centered dalam konseling kelompok. Client centered merupakan bentuk terapi humanistik yang dikembangkan oleh Carl Rogers pada pertengahan abad ke-20. Tujuan dari terapi ini adalah untuk membantu klien mengenali dan memahami perasaan diri sesungguhnya.

Client centered theory sering juga dikenal sebagai teori nondirektif atau berpusat pada pribadi. Model pendekatan dalam konseling client centered ini merupakan hasil pemikiran dari Carl Rogers. Rogers adalah seorang empirisme yang mendasarkan teori-teorinya pada data mentah, ia percaya pentingnya pengamatan subyektif, Rogers percaya bahwa pemikiran yang teliti dan validasi penelitian di perlukan untuk menolak kecurangan diri (self-deception). Yang regeriannya tidak hanya berisi pertanyaan-pertanyaan teori tentang kepribadian dan psikoterapi, tetapi juga suatu pendekatan, suatu orientasi atau pandangan tentang kehidupan.

Rogers (dalam rosada, 2016) mengemukakan bahwa dalam konteks konseling, Rogers menemukan dan mengembangkan teknik konseling yang dikenal sebagai Client-centered Therapy, yakni teknik terapi yang berpusat pada klien. Dibandingkan teknik terapi yang ada masa itu, teknik ini adalah pembaharuan karena mengasumsikan posisi yang sejajar antara konselor dan pasien atau klien. Hubungan konselor-klien diwarnai kehangatan, saling percaya, dan klien diberikan perlakuan sebagai orang dewasa yang dapat mengambil keputusan sendiri dan bertanggungjawab atas keputusannya. Tugas konselor adalah membantu klien mengenali masalahnya dirinya sendiri sehingga akhirnya dapat menemukan solusi bagi dirinya sendiri.

Intinya dari konseling client centered atau konseling yang berpusat pada klien adalah tentang diri dan konsep menjadi diri sendiri atau pertumbuhan perwujudan diri. Dalam pendekatan ini juga konselor mengharapkan agar konseli dapat menerima diri sendiri sehingga dapat mengentaskan masalah yang ia alami.

Dalam artikel ini penulis akan membahas tentang Upaya menurunkan perilaku antisosial dengan pendekatan client centered, dikarenakan jaman sekarang banyak orang yang memiliki perilaku antisosial, perilaku antisosial yang meresahkan karena sifatnya yang secara langsung atau tidak langsung sangat – sangat mengganggu ketentraman hidup dalam bermasyarakat. Contoh perilaku antisosial antara lain : penyalahgunaan dan menjual narkoba, penggunaan knalpot racing dan digeber – geberkan sehingga membuat kebisingan di lingkungan sekitar, membuat onar di lingkungan sekitar, tingkah laku yang kasar, mabuk – mabukan. Penulis memilih pendekatan client centered untuk konseling kelompok karena penulis merasa bahwa pendekatan ini cocok untuk mengentaskan permasalahan antisosial.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif dapat di gunakan dalam layanan konseling kelompok dengan teknik Client centered. Kajian Literatur dalam penelitian ini dari jurnal internasional dan jurnbal nasional yang berhubungan dengan meningkatkan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik client centered. Analisis data yang di gunakan dalam penelitian ini yaitu analisis dengan data verbal, dengan cara peneliti menggunakan dan mengkaji teori teori yang didapatkan secara mendalam dari beberapa jurnal yang peneliti dapatkan. Dari hasil jurnal peneliti mengkaji bahwa perilaku antisosial sangat tidak baik. Dari jurnal peneliti dapaat menyimpulkan bahwa perilaku anti sosial dapat di entaskan dengan menggunakan pendekatan client centered, walaupun hasilnya kurang maksimal, namun dari pendekatan ini penderita dapat merubah pola piker dan perilaku menyimpang yang dia miliki. Dengan pendekatan ini konselor membantu konseli untuk mengentaskan masalah yang di hadapinya.

3. Hasil dan Pembahasan

Carl R. Rogers mengembangkan konseling client centered sebagai reaksi terhadap apa yang di sebutnya keterbatasan- keterbatasan mendasar dari psikoanalisis. Fungsi utama konselor sebagai penunjang pertumbuhan pribadi konselinya dengan jalan membantu konseli itu dalam menemukan kesanggupan- kesanggupan untuk memecahkan masalahnya. Pendekatan client-centered menaruh kepercayaan yang besar pada keaanggupan konseli untuk mengikuti jalan konseli untuk menemukan arahnya sendiri.

Menurut Prayitno dan Eman Amti bahwa pendekatan client centered adalah konseli yang di beri kesempatan mengemukakan persoalan, perasaan dan pikiran-pikirannya secara bebas. Pendekatan ini juga mengatakan bahwa seseorang yang mempunyai masalah pada dasarnya tetap memiliki potensi dan mampu mengatasi masalahnya sendiri.

Sedangkan menurut Sofyan Willis pendekatan client – centered sering juga di sebut psikoterapi non-directive yaitu suatu metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dan konseli, agar tercapai gambaran yang serasi antara ideal self (diri yang ideal) dengan actual self (diri konseli sesuai kenyataan yang sebenarnya).

Jadi pendekatan client-centered adalah konseling yang berpusat pada diri konseli, yang mana seorang konselor hanya memberikan konseling serta mengawasi konseli pada saat terlaksanakannya pemberian terapi tersebut agar konseli dapat berkembang atau keluar dari masalah yang di hadapi atau disebut juga dengan konselor hanya sebagai fasilitator. Pendekatan client- centered dikembangkan oleh Carl Rogers pada awal tahun 1940-an. Pada awalnya, konseling yang di kembangkan pada saat itu menggunakan nama konseling nondirektif (nondirective counseling) yang dikembangkan oleh para ahli psikologi perilaku dan psikologi analitis. Rogers berusaha untuik membantah bahwa konselor adalah orang yang tahu segalanya. Menurut dirinya bahwa konseli adalah orang yang mampu mengarahkan dirinya sendiri. Pada tahun 1942, setelah berpraktek konseling individual, Rogers kemudian mengembangkan suatu yang sistematis mengenai kepribadian manusia. Selanjutnya teori yang telah dikembangkannya diaplikasikannya dalam prakltek sehari- hari. Teori ini kemudia ia berinama pendekatan atau yang biasa disebut dengan konseling yang berpusat pada konseli (client centered).

Karena setiap individu memiliki kemampuan dalam menyelesaikan masalah yang di hadapi, memiliki kemampuan untuk mengerti diri, serta mampu menangani masalah masalah psikis asalkan konselor menciptakan kondisi yang dapat memepermudah perkembangan individu untuk akualisasi diri. Jika konselor memberikan arahan yang baik untuk konseli, dan konseli mau atau ada keinginan untuk berubah, maka proses konseling dapat berjalan dengan baik. Manusia yang sadar dan rasional tidak lagi dikontrol oleh masa anak-anak mereka. Masa lampau memang dapat mempengaruhi cara bagaimana seseorang untuk memandang masa sekarang dan juga akan mempengaruhi kepribadiannya, namun ia tetap berfokus pada yang terjadi pada masa sekarang bukan poada masa lalunya. Pendekatan client centered merupakan upaya bantuan yang penyelesaian masalahnya berpusat pada konseli. Konseli di beri kesempatan untuk mengungkapkan apa yang menjadi permasalahannya, pemikiran- pemikiran yang ada pada dirinya dikeluarkan secara bebas.

Berdasarkan urain diatas dapat dilihat bahwa pendekatan client- centered merupakan salah satu teknik bimbingan dan konseling yang menekankan pada aktivitas konseli dan bertanggung jawab dalam emmecahkan permasalahan yang merrka hadapi, sedangkan konselor hanya berperan sebagai partnet dalam membantu dan merefleksikan sikap dan peran-perannya untuk mencari serta menemukan cara yang terbaik dalam memecahkan permasalahan konseli.

Ciri- Ciri Pendekatan Client Centered: Rogers tidak menemukan teori client centered sebagai pendekatan yang tetap dan tuntas. Rogers mengharapkan orang lain akan memandang teorinya sebagai sekumpulan prinsip percobaan yang berkaitan dengan perkembangan proses konseling. Pendekatan client centered difokuskan pada tanggung jawab dan kesanggupan konseli untuk menemukan cara- cara dalam menghadapi kenyataan secara lebih penuh. Konseli, sebagai orang yang paling mengetahui dirinya sendiri, adalah orang yang harus menemukan tingkah laku yang lebih pantas bagi dirinya. Pendekatan client centered menekankan dunia fenomena konseli. Dengan empati yang baik dan dengan usaha yang memahami kerangka acuan internal konseli, konselor memberikn perhatian terutama pada persepsi diri konseli dan persepsinya terhadap dunia.

Proses Dan Langkah- langkah Dalam Konseling Client Centered:

Proses Client centered mengikuti langkah- langkah sebagai berikut ini:

- a. Konseli datang kepada konselor atas kemauan konseli sendiri
- b. Situasi konseling sejak awal harus menjadi tanggung jawab konseli, untuk itu konselor menyadarkan konseli
- c. Konselor memberanikan konseli agar ia mampu mengemukakan persaananya. Konselor harus bersikap ramah, bersahabat dan menerima konseli sebagaimana adanya
- d. Konselor menerima perasaan konseli serta memahaminya
- e. Konselor berusaha agar konseli dapat memahami dan menerima keadaan dirinya
- f. Konseli menemukan pilihan sikap dan tindakan yang akan diambil (perencanaan)
- g. Konseli merealisasikan pilihannya itu

Perilaku Antisosial: Menurut Hare dari University of British Columbia di Vancouver, Canada dalam bukunya “Without Conscience: The disturbing world of the Psychopaths among us” (1993) menyatakan beberapa sikap yang menandai seorang antisosial diantaranya adalah pandai bicara sepintas menarik, implusif, sangat percaya diri, suka bohong, kasar dan kurang perhatian terhadap orang lain,tidak mau bertanggung jawab dan kendali perilakunya buruk, tidak mau bertanggung jawab atas perilakunya sendiri. Sedangkan dalam Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan jiwa (PPDGJ), gangguan kepribadian antisosial (antisocial personality disorder) adalah sebagai gangguan kepribadian disosial, dan gangguan ini biasanya timbul karena perbedaan yang besar antara perilaku dan norma sosial yang berlaku, di antaranya bersikap tidak peduli dengan perasaan orang lain, sikap yang amat tidak bertanggung jawab dan menetap, tidak peduli terhadap norma, peraturan dan kewajiban sosial, tidak mampu untuk mempertahankan hubungan agar berlangsung lama meskipun tidak ada kesulitan untuk mengembangkannya, mudah menjadi frustrasi dan bertindak agresif, termasuk tindak kekerasan, tidak mampu untuk menerima kesalahan dan belajar dari pengalannya, terutama dari hukuman, sangat- sangat cenderung untuk menyalahkan orang lain, atau

menawarkan rasionalisasi yang dapat di terima, untuk perilaku yang telah membawa pasien dalam konflik sosial.

Sedangkan menurut James Gangguan kepribadian antisosial (*antisocial personality disorder*) adalah kondisi mental kronis dimana cara berfikir seseorang, cara mengamati situasi, dan cara berhubungan dengan orang lain tidak berfungsi normal dan bahkan destruktif. Pribadi yang menderita disorder secara konsisten melanggar norma sosial melalui aktifitas ilegal, sedangkan style antisosial akan meletakkan sistem nilai dirinya diatas nilai kelompoknya. Jika pasien gangguan ini menggunakan berbagai bentuk kebohongannya untuk mencapai tujuannya, style pribadi antisosial sangat licin, cenderung menyiasati dan memutar fakta demi keuntungannya tanoa harus nyata nyata berbohong. Jika pasien gfgangguan terlalu implusif untuk mempertimbangkan konsekuensi tindakannya, style pribadi antisosial terlalu mengasihi diri sendiri, tetapi tahu kapan dirinya harus menunda melakukann sesuatu demi kepuasan dirinya, karena jika tidka hal itu dapat melanggar norma sosial atau akan melukai diri sendiri atau orang lain. Jika pasien gangguan mudah marah, agresif sampai berkelahi atau menyerang berulang-ulang, style pribadi antisosial bertindak asertif dalam menciptakan kesan kehadirannya secara fisik. Jika pasien gangguan secara sembrono mengabaikan keselamatan dirinya dan orang lain, style antosisal melihat dirinya sendiri sebagai orang yang lebih resistant terhadap resiko, tidak sembrono. Jika pasien gangguan secara konsisten tidak bertanggung jawb terhadap pekerjaan dan kewajiban keuangannya, style pribadi antisosial lebih suka merdeka dan menghabiskan uang untuk bersenang- senang sekarang dari pada menabung dengan bijak sana untuk masa depan. Akhirnya jika pasien ganggua tidak memiliki nurani atau kesadaran dan merasionalisasi eksploitasi terhadap orang lain, style pribadi antisosial secara agresif/ implusif melayani dirinya sendiri tetapi dalam batas moral, sosial dan hukum (Millon & Davis, 2000; Rahmawati 2015).

Corey (dalam Komalasari, dkk, 2011) menyatakan bahwa konselor harus memperlihatkan berbagai keterampilan interpersonal yang dibutuhkan dalam proses konseling. Keterampilan tersebut adalah: (1) Mendengar aktif (*active listening*), yaitu memperhatikan perkataan konseli, sensitif terhadap kata atau kalimat yang diucapkan, intonasi, dan bahasa tubuh konseli, (2) Mengulang kembali (*restating/paraphrasing*), yaitu mengulang perkataan konseli dengan kalimat yang berbeda, (3) Memperjelas (*clarifying*), yaitu merespon pernyataan

atau pesan klien yang membingungkan dan tidak jelas dengan memfokuskan pada isu-isu utama dan membantu individu tersebut untuk menemukan dan memperjelas perasaan-perasaannya yang bertolak belakang, (4) Menyimpulkan (*summarizing*), yaitu keterampilan konselor untuk menganalisis seluruh elemen-elemen penting yang muncul dalam seluruh atau bagian sesi konseling, (5) Bertanya (*questioning*), bertujuan untuk menggali informasi yang lebih dalam dari konseli. Dalam bertanya terdapat dua jenis pertanyaan, yaitu pertanyaan terbuka dan pertanyaan tertutup, (6) Menginterpretasi (*interpreting*), yaitu kemampuan konselor dalam menginterpretasikan pikiran, perasaan, atau tingkah laku klien yang bertujuan untuk memberikan perspektif alternatif dan baru, (7) Mengkonfrontasi (*confronting*), merupakan cara yang kuat untuk menantang konseli untuk melihat dirinya secara jujur, (8) Merefleksikan perasaan (*reflecting feelings*), adalah kemampuan untuk merespon terhadap esensi perkataan konseli, (9) Memberikan dukungan (*supporting*), yaitu upaya memberikan penguatan kepada klien, terutama ketika ia berhasil membuka informasi-informasi personal, (10) Berempati (*empathizing*), yaitu kemampuan konselor untuk sensitif terhadap hal-hal subjektif klien, (11) Memfasilitasi (*facilitating*), bertujuan memberdayakan klien untuk mencapai tujuan-tujuannya, (12) Memulai (*initiating*), merupakan keterampilan konselor untuk memulai kegiatan dalam proses konseling, seperti diskusi, menentukan tujuan, mencari alternatif solusi, dan sebagainya, (13) Menentukan tujuan (*setting goals*), yaitu keterampilan konselor untuk menentukan tujuan konseling, (14) Mengevaluasi (*evaluating*), yaitu keterampilan konselor untuk mengevaluasi keseluruhan proses konseling, (15) Memberikan umpan balik (*giving feedback*), merupakan keterampilan konselor untuk memberikan umpan balik yang spesifik, deskriptif, dan jujur atas dasar observasi dan reaksi terhadap tingkah laku klien, (16) Menjaga (*protecting*), yaitu upaya konselor untuk menjaga klien dari kemungkinan-kemungkinan resiko-resiko psikologis dan fisik yang tidak perlu, (17) Mendekatkan diri (*disclosing self*), adalah kemampuan konselor membuka informasi-informasi personal dengan tujuan membuat klien menjadi lebih terbuka, (18) Mencontoh model (*modeling*), merupakan upaya konselor dalam menampilkan nilai-nilai kejujuran, penghargaan, keterbukaan, mau mengambil resiko, dan asertif yang nantinya dapat mejadi contoh bagi klien, (19) Mengakhiri (*terminating*), yaitu keterampilan konselor untuk menentukan waktu dan cara mengakhiri kegiatan konseling.

4. Kesimpulan

Kepribadian antisosial (antisocial personality disorder) adalah kondisi mental kronis dimana cara berfikir seseorang, cara mengamati situasi, dan cara berhubungan dengan orang lain tidak berfungsi normal dan bahkan destruktif. Konseling kelompok merupakan proses kegiatan layanan bantuan yang diberikan kepada konseli yang mengalami masalah. Pendekatan client- centered merupakan salah satu teknik bimbingan dan konseling yang menekankan pada aktivitas konseli dan bertanggung jawab dalam memecahkan permasalahan yang mereka hadapi, sedangkan konselor hanya berperan sebagai partner dalam membantu dan merefleksikan sikap dan peran-perannya untuk mencari serta menemukan cara yang terbaik dalam memecahkan permasalahan konseli.

Daftar Referensi

- Rosada, U. D. (2016). Model Pendekatan Konseling Client Centered Dan Penerapannya Dalam Praktik. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 14-25.
- Sari, A. K., Neviyarni, N., Karneli, Y., & Netrawati, N. (2020). FOSTERING PROSOCIAL BEHAVIOURS OF EARLY CHILDHOOD THROUGH GROUP GUIDANCE WITH A CLIENT CENTERED THERAPY APPROACH. *Journal of Early Childhood Education (JECE)*, 2(2), 170-182.
- Putriana, H., & Mz, I. (2021). Perilaku Antisosial Dalam Pandangan Islam. *Jurnal Studia Insania*, 8(2), 69-79.
- Murniasih, S., Wibowo, M. E., & Murtadho, A. (2020). MENURUNKAN PERILAKU ANTISOSIAL SISWA MELALUI KONSELING KELOMPOK BERPUSAT PADA KLIEN YANG BERORIENTASI RELIGIUS. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2).
- Rogers, C. (2012). *Client Centered Therapy (New Ed)*. Hachette UK.

PROSIDING

Seminar Nasional “Bimbingan dan Konseling Islami”
Kamis, 12 Agustus 2021

ENDANG, L. (2021). *PENGGUNAAN KONSELING CLIENT-CENTERED UNTUK MENURUNKAN PERMASALAHAN KONSELI* (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung)