

**LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL PENDEKATAN *CLIENT CENTERED*  
BERBASIS DALAM JARINGAN (DARING) UNTUK MENGEMBANGKAN  
CITRA DIRI (*SELF IMAGE*) SISWA**

**Adinda Zathnani Hikmah<sup>1</sup>, R.Ika Mustika<sup>2</sup>, Ecep Supriatna<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>zhikmahadinda@gmail.com, <sup>2</sup>mestikasaja@ikipsiliwangi.ac.id, <sup>3</sup>ecep83supriatna@gmail.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
IKIP SILIWANGI

**Abstract**

*Self image is a person's self concept which includes the physical and intelligence that is displayed to the people around him. One of the characteristics of high school students' puberty is that they want to show their existence, one of which is by displaying a self-image, but in reality the self-image that is displayed is negative, such as low self-esteem, shyness and closing off. The role of BK teachers is to develop students' self-image by using individual counseling services with a client centered approach. This study aims to describe group guidance services with a client centered approach that can develop students' self-image. The research method used is descriptive qualitative. Data collection was done by interview and documentation. Data analysis used the Miles and Huberman analysis technique which consisted of three activities, namely data reduction, data presentation and data verification. The research results obtained include (1) the counseling service process begins by analyzing student problems, preparing RPL and setting a counseling schedule (2) Individual counseling services are carried out through zoom meetings and attended by one student, BK teacher and researcher (3) student responses are very good and feel helped by doing client centered approach counseling.*

*Keywords: Self Image, Individual Service, Client Centered*

**Abstrak**

Citra diri merupakan konsep diri seseorang yang meliputi fisik dan kepandaian yang ditampilkan kepada orang-orang sekitarnya. Salah satu ciri masa pubertas siswa SMA adalah ingin menunjukkan eksistensinya salah satunya dengan menampilkan citra diri, tetapi pada kenyataannya citra diri yang ditampilkan negatif seperti rendah diri, pemalu dan menutup diri. Peran guru BK untuk mengembangkan citra diri siswa dengan menggunakan layanan konseling individual pendekatan *client centered*. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *client centered* dapat mengembangkan citra diri siswa. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif. Pengambilan data dilakukan dengan wawancara dan dokumentasi. Analisis data menggunakan teknik analisis Miles and Huberman yang terdiri dari tiga aktifitas yaitu reduksi data, penyajian data dan verifikasi data. Hasil penelitian yang didapatkan antara lain (1) proses layanan konseling dimulai dengan menganalisis permasalahan siswa, penyusunan RPL dan penetapan jadwal konseling (2) Layanan konseling individual dilakukan melalui *zoom meeting* dan dihadiri satu siswa, guru BK

dan peneliti (3) respon siswa sangat baik dan merasa terbantu dengan melakukan konseling pendekatan *client centered*.

**Kata Kunci:** Citra Diri, Layanan Individual, *Client Centered*

---

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa adoleson yang mana pematangan fungsi-fungsi psikis serta pisik yang berlangsung secara tertata mulai terbentuk, yang diketahui selaku masa terakhir dari pertumbuhan masa anak-anak mengarah masa remaja. Pada masa ini anak muda mulai menerapkan intropeksi serta merenungkan dirinya sendiri. Akhir perenungan mereka menemukannya. Dalam keadaan ini remaja mampu menyeimbangkan perilaku dari luar serta dalam dirinya. Sehingga remaja mulai menyenangkan, serta menghargai suatu yang bertabiat historis, serta tradisi dalam kehidupannya.

Batubara (2010) mengatakan “Periode *late adolescent* terjalin mulai 18 tahun, yang ditandai dengan tercapainya maturitas wujud serta terdapatnya perubahan-perubahan menjadi pribadi yang kuat, mampu mengekspresikan perasaan, dapat menghargai orang lain, paham dengan minatnya, bangga dengan hasil yang dicapai, selera humor lebih tumbuh, emosi lebih normal, lebih mencemati masa depan ataupun kedudukan yang diimpikan serta lebih sungguh sungguh dalam berhubungan dengan lawan kategori dan juga mulai bisa menerima tradisi serta kerutinan daerah.” Sejalan dengan Hurlock (2003) bahwa remaja tidak mudah membuat kondisi fisiknya apabila semenjak anak anak, mereka sudah menagtakan konsep mereka tentang penampilan diri pada waktu berusia nantinya.

Hurlock dalam Marhamah (2014) citra diri diungkapkan dengan menghargai diri dengan melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuan dan menerima pujian yang sesuai dengan kondisi. Penilaian yang realistis dilakukan dengan menyadari secara menyeluruh apa kelebihan serta kekurangan yang terdapat dalam dirinya. Seseorang yang memiliki keyakinan akan bertindak sesuai dengan yang diyakini tidak terpengaruh pendapat dan pandangan orang lain sekaligus ada kebebasan untuk mengambil keputusan apapun sesuai dengan yang diinginkan.

Citra diri (*Self Image*) adalah gambaran mengenai Setahun berlalu diberlakukanya Belajar Dari Rumah (BDR) ternyata memberikan dampak yang besar dalam dunia pendidikan. Siswa-siswa telah beradaptasi dengan pembelajaran dalam jaringan (daring) dan guru-guru dipaksa untuk lebih kreatif dalam penyajian materi pelajaran agar dapat menarik siswa untuk memperhatikan penjelasan. Pada pembelajaran Bimbingan dan Konseling (BK) yang mana berbeda dengan mata pelajaran lainnya karena tidak ada jadwal pasti untuk mengisi di kelas membuat guru BK mencari inovasi layanan bimbingan dan konseling yang dapat mengakomodir kebutuhan siswa.

Seperti yang kita ketahui bahwa masa SMA/SMK di tempati oleh para remaja yang sudah memasuki remaja madya, karena rata-rata usianya adalah 15-18 tahun. Pada

fase remaja madya ini seorang anak biasanya harus sudah mulai memikirkan penampilan dirinya dan bagaimana self image yang akan ia tampilkan sehingga membentuk kepribadian berperilaku individu tersebut. Pada kenyataan di SMA NEGERI 6 GARUT ini bahwa ternyata tidak semua anak memiliki self image yang baik seperti tidak control dengan perilaku yang di tampilkan, tidak bertanggung jawab atas perilaku yang ia lakukan, egois tidak mau kalah dengan teman sebaya dan bertindak tanpa berpikir. Hal ini mempengaruhi perkembangan sosialnya.

Layanan konseling individual menurut Prayitno (2004) adalah layanan yang diselenggarakan oleh seseorang pembimbing atau koselor dalam rangka pengentasan permasalahan individu. Konseling perorangan berlangsung scara tatap muka antara konselor serta klien (siswa), mangulas bermacam permasalahan yang dirasakan oleh klien. Pembahasan masalah dalam konseling perorangan bersifat holistic dan mendalam serta menyentuh hal-hal penting tentang diri klien (sangat mungkin menyentuh rahasia pribadi klien), tetapi juga bersifat spesifik menuju kearah pemecahan masalah. Melalui konseling perorangan klien dapat memahami kondisi dirinya sendiri, lingkunganya, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan dirinya, serta kemungkinan upaya untuk mengatasi masalahnya.

Guru BK selama satu tahun pandemi tetap melaksanakan konseling secara rutin dengan menerapkan prinsip pembelajaran jarak jauh melalui tahapan desain dan pengembangan sistem, interaktif, pembelajaran aktif, saling bertatap muka (melalui media) dan komunikasi yang efektif (Sari, 2020:459). Layanan bimbingan yang dilakukan guru BK meliputi empat komponen bidang layanan (Shofaria, 2020: 57) yaitu pribadi, sosial, belajar dan karir. Guru Bimbingan konseling (BK) berperan untuk mengatasi hambatan selama pembelajaran daring, pengembangan karakter dan *life skill* selama BDR berlangsung. Salah satu guru BK di SMA Negeri 6 Garut menjelaskan tentang keluhan-keluhan guru terhadap siswanya tentang sulitnya menagih tugas, tidak memperhatikan saat penjelasan dan naik turunnya nilai ulangan yang tidak stabil. Hal ini memberikan dorongan kepada guru BK untuk melakukan kegiatan layanan konseling permasalahan siswa yang dikeluhkan oleh guru mata pelajaran. Guru BK dapat melaksanakan layanan konseling individual untuk mengatasi permasalahan ini.

Layanan ini memiliki kekurangan dan kelebihan saat ditetapkan sehingga guru BK akan mencari jenis mana yang sesuai dengan kondisi saat pembelajaran daring. Layanan konseling individual dengan cara guru BK akan memberikan arahan yang dapat digunakan siswa untuk mencari solusi dari permasalahan yang dihadapi. Guru BK yang menyadari akan perkembangan ini maka dapat menerapkan pendekatan *client centered* dalam proses konseling. Roger dalam Kristiani (2017) mngatakan “Pendekatan *client centered* adalah pendekatan yang menitik beratkan pada proses penemuan solusi oleh klien sendiri, mereka diberikan kebebasan untuk mencari solusi dari permasalahan yang dialami sehingga pada pendekatan ini sekaligus dapat mengenal diri sendiri secara menyeluruh.”

Konselor dalam layanan ini adalah guru BK yang berperan hanya sebagai memberi pandangan dan masukan sebab dan akibat dari permasalahan yang sedang dialami. Siswa diberikan kekuasaan untuk pengambilan keputusan solusi yang harus diambil sesuai dengan keyakinan mereka tanpa ada intervensi. Proses berpikir dalam pengambilan keputusan dapat memberikan gambaran secara menyeluruh tentang diri mereka sebagai bagian dari citra diri (*self image*). Achmad (dalam Wiyarsih, 2015) mendefinisikan citra sebagai bentuk penghargaan dari pihak lain yang dapat digunakan sebagai motivasi diri. Citra diri atau disebut dengan *self image* merupakan gambaran diri yang meliputi konsep diri sekaligus cita-cita seseorang untuk dirinya sendiri dari *real self* menuju *ideal self*.

Mnurut Marhamah (2014) Citra diri atau *self image* akan dikembangkan melalui proses konseling individual. Citra diri sendiri terbagi menjadi dua yaitu citra diri positif serta citra diri negatif. Seseorang yang memiliki citra diri positif mempunyai kepercayaan diri, menghargai diri sendiri serta mampu menerima diri apa adanya. Pada hubungan sosial seorang yang mempunyai citra diri positif dapat bergaul dengan semua orang dan mampu mengoptimalkan potensi diri, semntara sikap seseorang dengan citra negatif cenderung rendah diri, sombong, pemalu dan ragu. Pada pergaulan mereka cenderung tidak mampu bersosialisasi dengan baik.

Hurlock dalam Marhamah (2014) citra diri diungkapkan dengan menghargai diri dengan melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuan dan menerima pujian yang sesuai dengan kondisi. Penilaian yang realistis dilakukan dengan menyadari secara menyeluruh apa kelebihan serta kekurangan yang ada dalam dirinya. Seseorang yang memiliki keyakinan akan bertindak sesuai dengan yang diyakini tidak terpengaruh pendapat dan pandangan orang lain sekaligus ada kebebasan untuk mengambil keputusan apapun sesuai dengan yang diinginkan.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang didefinisikan sebagai penelitian yang berlandaskan filsafat positivisme dengan meneliti kondisi objek yang alamiah dimana peneliti berperan sebagai instrumen kunci (Sugiyono, 2015). Penelitian kualitatif bertujuan untuk mengumpulkan data, memperoleh makna yang lebih mendalam mengenai penembangan citra diri dengan pendekatan *client centered*. Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan mendeskripsikan proses layanan bimbingan dan konseling individual pendekatan *client centered* yang dilaksanakan guru BK secara daring untuk melihat pengembangan citra diri siswa.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI jurusan Ilmu Pengetahuan Sosial (IPS) di SMA Negeri 6 Garut, Jawa Barat. Peneliti hanya menggunakan satu kelas saja dari 5 rombongan belajar yang tersedia di sekolah tersebut. Penelitian dilakukan di sekolah ini karena selama pandemi secara konsisten melakukan pembelajaran daring dengan beberapa *platform* seperti *zoom meeting*, *whatsapp grup* dan *geogle meeting*.

Sugiyono (2015) mengungkapkan bahwa “Pengumpulan data dalam penelitian kualitatif dilakukan secara *natural setting* yang mana diartikan kondisi alamiah. Sumber data primer serta teknik pengumpulan data lebih banyak pada pengamatan selama proses pembelajaran berlangsung, wawancara mendalam dan dokumentasi.” Prosedur pengolahan data menggunakan teknik analisis data yang digunakan peneliti merupakan teknik analisis Miles and Huberman. Miles and Huberman. Sugiyono (2015) menambahkan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Terdapat tiga aktivitas dalam analisis data yaitu: reduksi data, penyajian data serta verifikasi data.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### **Implementasi Layanan Konseling Individual Dengan Pendekatan *Client Centered* Berbasis Dalam Jaringan (Daring) Untuk Mengembangkan (*Self Image*) Dalam Diri Siswa Kelas XI.**

Layanan individual yang dilakukan guru ternyata efektif karena memberikan kesempatan kepada siswa untuk bercerita secara terbuka tanpa takut ada siswa lain yang mengetahuinya. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh AS salah satu siswa yang memperoleh layanan konseling individual dengan pendekatan *client centered*.

*“Sangat efektif karena saya melakukan kegiatan ini secara individual sehingga saya berani mengatakan apapun yang saya rasakan dan tidak bertatap muka secara langsung”*

*(Siswa AS, 2021)*

Helen (2005) mendefinisikan konseling individual sebagai layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan secara langsung tatap muka (secara perorangan) antara konseli dengan guru pembimbing, hal ini dilakukan dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang dialami konseli. Pada kondisi ini, proses layanan dilakukan secara daring sehingga tidak bertatap muka secara langsung. Menurut guru BK SMA Negeri 6 Garut, proses layanan dengan daring kurang efektif karena tidak terjadi *eye contact* sehingga akan lebih baik jika dilakukan secara langsung.

*“Bisa saja dengan cara *video call* atau WA japri, tetapi lebih optimal apabila dapat dilaksanakan secara langsung karena ada *eye contact*, usapan sehingga hubungan emosional lebih terjalin”*

*(Guru BK, 2021)*

Perbedaan pendapat yang dikemukakan guru dan siswa ini tidak perlu dipermasalahkan karena proses layanan tetap berjalan dengan baik tanpa hambatan. Siswa yang memang pada awalnya memiliki kepercayaan diri yang rendah lebih menyukai untuk tidak bertatap langsung dengan lawan bicaranya sehingga akan lebih nyaman melakukan konseling dengan menggunakan media.

Hal ini sesuai dengan pengakuan NR salah satu siswa yang diberikan konseling tentang citra diri terhadap diri sendiri.

“Saya tidak menarik karena muka saya jelek. Saya sering menunduk ketika berjalan jadi jarang menyapa orang”

(Siswa NR, 2021)

Mengetahui pengakuan dari NR maka guru BK memberikan beberapa pemahaman tentang citra diri selama proses layanan berlangsung. Citra diri atau disebut dengan *self image* merupakan gambaran diri yang meliputi konsep diri sekaligus cita-cita seseorang untuk dirinya sendiri dari *real self* menuju *ideal self*. Citra diri digolongkan menjadi dua (Wiyarsih, 2015) yaitu citra diri positif, seseorang yang memiliki citra diri positif akan memiliki sikap percaya diri yang tinggi, menghargai diri sendiri dan mampu menerima diri apa adanya. Pada hubungan sosial seseorang yang memiliki citra diri positif dapat bergaul dengan semua orang dan mampu mengoptimalkan potensi diri. Citra diri negatif, seseorang yang memiliki citra negatif memiliki sikap rendah diri, sombong, pemalu dan ragu. Pada pergaulan mereka cenderung tidak mampu bersosialisasi dengan baik (Wiyarsih, 2015). Kedua siswa sedang mengalami citra diri negatif yang mengakibatkan hilangnya kepercayaan diri.

Layanan konseling dengan pendekatan *client centered* menurut guru BK terdapat tiga aspek utama yaitu kesepakatan, pemberian penguatan dan solusi. Teknik yang digunakan dalam pendekatan *client centered* menurut Rogers (Diniaty, 2009) antara lain kontak psikologis, *minimum state of anxiety*, *counselor genuines*, *uncondition positive regard and respect*, *emphatic understanding*, *concretness*, *immediacy*, and *confrontation*. Konselor pada penelitian ini adalah guru BK melakukan teknik ini untuk mencapai tujuan konseling yaitu tujuan perbaikan.

### **Respon Siswa Terhadap Layanan Konseling Individual Dengan Pendekatan *Client Centered* Berbasis Dalam Jaringan (Daring) Untuk Mengembangkan Citra Diri (*Self Image*) dalam diri siswa di kelas XI.**

Guru Bk menjelaskan bahwa siswa-siswa merespon baik dengan diadakannya proses layanan konseling individual karena dapat membantu mereka dalam mengatasi masalah yang dihadapi tetapi kurang efektif.

“Kurang efektif karena tidak semua siswa mempunyai respon yang baik”

(Guru BK, 2021)

Hal ini terjadi pada awal layanan karena siswa merasa malu untuk menceritakan permasalahan yang dialami. Guru BK harus memberikan rasa nyaman terlebih dahulu agar siswa mau bercerita.

“Guru BK yang bertanya tentang rasa percaya diri lalu saya diajak berbicara untuk secara khusus, mungkin karena guru BK melihat saya yang berbeda dengan yang lain”

(Siswa AS, 2021)

Sofyan (2007) menjelaskan proses konseling individual yang terbagi dalam tiga tahap yaitu tahap awal, inti dan akhir konseling. Pada tahap awal klien menemui konselor hingga berjalan proses konseling sampai konselor dan klien menemukan definisi masalah klien atas dasar isu masalah klien. Adapun proses konseling tahap awal seperti membangun hubungan konseling yang melibatkan klien, memperjelas dan mendefinisikan masalah, membuat penafsiran dan penjajakan dan menegosiasikan perjanjian sebelum proses konseling memasuki tahap kerja.

Guru BK membangun hubungan dimulai dengan memberikan rasa nyaman sebelum memulai proses konseling. Kegiatan ini harus dilakukan meskipun secara daring. Efektifitas dari menjalin hubungan pada tahap awal terlihat dari Respon yang ditunjukkan kedua siswa seperti pada petikan wawancara berikut.

“Sangat efektif karena saya melakukan kegiatan ini secara individual sehingga saya berani mengatakan apapun yang saya rasakan dan tidak bertatap muka secara langsung”

(Siswa AS, 2021)

“Saya menyukainya karena saya tidak bertatap muka secara langsung (karena malu saat berbicara secara langsung). Selama *zoom meeting* juga hanya dengan guru BK jadi bebas cerita apa saja.”

(Siswa, NR, 2021)

Berdasarkan pengakuan dari kedua siswa, rasa nyaman bercerita didapatkan dari penggunaan *platform digital* selama konseling sehingga membuat mereka lebih percaya diri saat bercerita. Layanan bimbingan dan konseling daring sering disebut dengan *cyber counseling* karena memanfaatkan perkembangan teknologi dan informasi. Guru BK selama satu tahun pandemi tetap melaksanakan konseling secara rutin dengan menerapkan prinsip pembelajaran jarak jauh melalui tahapan desain dan pengembangan sistem, interaktif, pembelajaran aktif, saling bertatap muka (melalui media) dan komunikasi yang efektif (Sari, 2020).

### **Kesulitan Yang Dihadapi Siswa Saat Pemberian Layanan Konseling Individual Dengan Pendekatan *Client Centered* Berbasis Dalam Jaringan (Daring) Untuk Mengembangkan Citra Diri (*Self Image*) dalam diri siswa di kelas XI.**

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti terhadap siswa yang memiliki permasalahan terhadap dirinya yaitu citra diri negative tentu saja peneliti menemukan kesulitan kesulitan siswa pada saat melaksanakan proses konseling yaitu setiap informasi akan diberi kode AS (untuk siswa pertama) NR (untuk siswa kedua) yang akan dideskripsikan sebagai berikut:

Mengenai proses konseling yang sudah dilakukan bagaimana perasaan siswa, AS mengemukakan bahwa:

*“Yaa awalnya saya tidak mau cerita tidak mau terbuka karena takut dan malu”*

Sedangkan NR mengemukakan bahwa:

*“ Bingung harus menjelaskan apa, harus memulai dari mana, agak sulit mengungkapkan perasaan yang dialami”*

Kesulitan apa saja yang dihadapi siswa dalam proses konseling yang telah dilakukan, AS mengemukakan bahwa;

*“ Kebanyakan sih bingung, banyak ditanya terus bingung harus jawab apa yang dipikirkan ceritain atau tidak jujur atau tidak seperti itu”*

Sedangkan yang di alami NR, ia mengungkapkan:

*“kebanyakan bingung juga harus jawab apa, takutnya jadi serba salah kebanyakan mikir jadinya”.*

Lalu apalagi yang menjadi kesulitan dalam proses konseling tersebut, AS mengemukakan bahwa:

*“kadang kurang memahami perasaan yang sedang dialami tetapi sulit untuk dijelaskan kepada guru BK nya”.*

Sedangkan NR mengemukakan mengenai kesulitan yang dihadapi bahwa:

*“Banyak yang saya rasakan tetapi sulit untuk diutarakan, dari situ guru BK terus bertanya sehingga sedikit demi sedikit menjadi lebih terbuka lagi”*

Dari kesulitan tersebut bagaimana proses terakhir dalam konseling yang telah dilakukan, AR mengemukakan bahwa:

*“Agak sulit untuk memutuskan kembali harus bagaimana kedepannya dengan apa yang sedang saya rasakan”*

Sedangkan NR dengan pertanyaan yang sama mengemukakan bahwa:

*“Pada bagian terakhir saya harus memutuskan pilihan yang terbaik untuk diri saya ke depan tetapi sulit juga untuk menyadarinya dan mau melakukannya”*

Dari hasil wawancara terhadap siswa AR (siswa pertama) dan NR (siswa kedua) mengenai kesulitan yang dihadapi siswa tersebut dalam pelayanan konseling yang telah diberikan guru BK pada saat proses konseling ada beberapa hal yang menjadi kesulitan siswa tersebut yaitu, kebingungan harus mengemukakan apa, perasaan takut dan malu untuk bercerita, sulit hal yang menjadi kesulitan siswa tersebut yaitu,

kebingungan harus mengemukakan apa, perasaan takut dan malu untuk bercerita, sulit mengemukakan perasaan yang sedang dialami, lalu sulit menemukan solusi dan keputusan yang harus dilakukan untuk kedepannya dan mampu bertanggung jawab atas apa yang telah dilakukan serta perilakuyang akan dilakukan kedepan menjadi lebih baik.

### **Kendala Yang Dihadapi Guru BK Saat Melaksanakan Layanan Konseling Individual Dengan Pendekatan *Client Centered* Berbasis Dalam Jaringan (Daring) Untuk Mengembangkan Citra Diri (*Self Image*) dalam diri siswa di kelas XI**

Kendala saat melaksanakan layanan konseling menurut guru BK seperti yang diungkapkan dalam wawancara adalah

“Kendalanya kesiapan kita, maksudnya dalam hal ini, keterampilan kita dalam menggunakan *platform* digital seperti *zoom meeting* dan *whatsapp*”

(Guru BK, 2021)

Kompetensi penguasaan teknologi pada masa sekarang ini wajib ditingkatkan untuk proses konseling. Faktor lain yang berpengaruh adalah pemenuhan gawai yang mumpuni, pulsa internet juga sangat berpengaruh dalam konseling daring dilakukan. Pembelajaran daring yang diinstruksikan pemerintah serta diresmikan dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling. Pada layanan bimbingan dan konseling selama daring tidak membagikan modul ataupun tugas yang memberatkan siswa seperti mata pelajaran lainnya. Guru Bimbingan konseling (BK) berperan untuk mengatasi hambatan selama pembelajaran daring, pengembangan karakter dan *life skill* selama BDR berlangsung.

Proses pembelajaran daring menggunakan beberapa *platform* sesuai dengan sarana yang dimiliki guru dan siswa. Pemberian layanan bimbingan dan konseling melalui media digital juga harus menerapkan etika Putri (2020) yang mencakup beberapa hal sebagai berikut:

1. Pembahasan mengenai informasi kelebihan dan kekurangan dalam layanan bimbingan dan konseling daring.
2. Penggunaan bantuan teknologi dalam layanan bimbingan dan konseling daring.
3. Ketepatan bantuan layanan bimbingan dan konseling daring.
4. Akses terhadap aplikasi gawai untuk layanan bimbingan dan konseling daring.
5. Aspek hukum dan aturan dalam layanan bimbingan dan konseling daring.

## SIMPULAN

Proses layanan konseling individual dengan pendekatan *client centered* di kelas XI SMA Negeri 6 Garut dilaksanakan dengan menggunakan *platform zoom meeting* dengan durasi 45 menit. Layanan hanya dihadiri satu siswa, guru BK dan peneliti sebagai pengamat. Layanan dimulai dengan memberikan penjelasan kegiatan yang akan dilakukan, melakukan kesepakatan antara konselor dan konseli, mendengarkan penjelasan dari konseli, memberikan arahan oleh konselor dan evaluasi hasil yang diperoleh setelah proses layanan berakhir.

Layanan Konseling Individual dengan pendekatan *client centered* dapat mengembangkan citra diri siswa dilihat dari terjadinya perubahan pandangan dari siswa pertama dan kedua setelah melakukan layanan pendekatan *client centered*. Siswa merasa kepercayaan diri bertambah dan memiliki pemahaman baru bahwa penampilan fisik bukan menjadi satu-satunya hal yang perlu diperhatikan, masih ada kepribadian dan kependaian yang merupakan bagian dari citra diri yang seharusnya lebih diperhatikan.

Respon siswa selama pelaksanaan layanan konseling individual dengan pendekatan *client centered* adalah baik. Menurut kedua siswa layanan dengan pendekatan ini sangat efektif karena kegiatan dilakukan secara individual sehingga siswa lebih berani mengungkapkan isi hati sekaligus lebih berani karena tidak bertatap langsung. Dari sisi guru BK, pendekatan ini efektif karena bersifat individual, meskipun guru lebih menyukai layanan secara langsung karena dapat melakukan *eye contact*. Kendala saat melakukan konseling melalui daring adalah kesiapan guru BK dalam penguasaan teknologi, gawai yang mumpuni dan pulsa internet.

## REFERENSI

- Anggito, A. & Setiawan, J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: Jejak Publisher.
- Diniaty, A. (2009). *Teori-Teori Konseling*. Pekanbaru: Daulat Riau.
- Dra. Masruroh, Siti. 2011/2012. *Upaya Peningkatan Kedisiplinan Masuk Kegiatan Belajar Mengajar Melalui Layanan Konseling Individu Pada Siswa Kelas VII H SMP Negeri 4 Surakarta Semester Satu*.
- Fitriadi, I. (2011). *Citra Diri Pengamen Pedesaan. Skripsi*. Surakarta: UNS.
- Hamali, Syaiful. "Karakteristik Keberagaman Remaja Dalam Perspektif Psikologi." *Al-Adyan: jurnal Studi Lintas Agama* 11.1 (2016): 81-98.
- Harahap, Darwin. "Teori Carl Rogers dalam Membentuk Pribadi dan Sosial yang Sehat." *Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 2.2 (2020): 321-334.
- Helen. (2005). *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Quantum Teaching.
- Jersild, T. (1961). *The Growing Self: The Psychology Adolescence*. Pretince Hall Inc: Englewood Cliffs.

- Kristiani. (2017). Analisis Pengaruh Konseling Individu Dengan Pendekatan *Client Centered* Terhadap Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas X SMK Bina Latih Karya (SMK-BLK) Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018. *Skripsi*. Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Marhamah, Q. & Oktarianti. (2014). Gambaran Citra Diri Siswa-Siswi Di SMPN 3 Soreang Pada Masa Pubertas. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 11(2), 123-130.
- Prayitno., Amti, E. (1994). *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. (2005). *Konseling Perorangan*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Putra, M. & Shofaria, N. (2020). Inovasi Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Pada Pembelajaran Dalam Jaringan Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Bikotetik*, 4(2), 55-61.
- Putri, V. (2020). Layanan Bimbingan Dan Koseling Daring Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Coution*, 1(2), 7-16.
- Salam, T. & Aulia, V. (2018). Meningkatkan Konsep Diri Siswa Melalui Konseling Client Centered. *Fokus*, 1(5), 200-206.
- Sari, G. (2020). Guru Bimbingan Konseling Dalam Fungsi Pada Kegiatan Pembelajaran Jarak Jauh Dari Rumah. *Jurnal IKA*, 8(2), 452-461.
- Sugiyono. 2015 *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Tanti, Nurjulia Sulistia. *Peran Guru BK Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa Di Masa Pandemi Covid-19 Di MAN 1 Medan*. Diss. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2021.
- Warda, Ifahtul. *PENGARUH FUNGSI MAKE-UP SEBAGAI CAMOUFLAGE DAN SEDUCTION TERHADAP CITRA DIRI PADA REMAJA PUTRI*. Diss. Universitas Muhammadiyah Malang, 2020.
- Wiyarsih,, Maryatun & Santoso, J. (2015). Citra Diri Pustakawan di Era Persaingan Bebas. *Jurnal Pustakawan Online*, 2(1), 11-17.