

## **BAB II**

### **KAJIAN KONSEPTUAL**

#### **2.1. Konsep yang Mendasari Penelitian**

##### **2.1.1 Tinjauan Tentang Anak**

Anak adalah individu yang berusia antara 0 hingga 12 tahun, di mana mereka mengalami pertumbuhan fisik yang pesat dan perkembangan kognitif yang signifikan. Anak-anak belajar melalui pengalaman dan interaksi dengan lingkungan mereka (Santrock, 2020). Konvensi internasional tentang hak-hak anak yang telah diimplementasikan oleh banyak negara, termasuk Indonesia anak dijelaskan sebagai setiap individu yang usianya berada di bawah 18 tahun.

Pengertian diatas juga bersifat fleksibel karena dalam situasi tertentu, undang-undang nasional suatu negara dapat menentukan usia kedewasaan yang berbeda, selama hal tersebut mengacu pada prinsip kepentingan terbaik bagi anak. Oleh karena itu, apabila ditinjau dari sudut pandang hukum nasional maupun internasional, dapat disimpulkan bahwa anak adalah seorang individu, baik laki-laki maupun perempuan, yang belum menunjukkan ciri-ciri kedewasaan secara fisik maupun psikologis, dan masih berada dalam tahapan awal kehidupan. Status anak ini ditentukan secara tegas oleh hukum, yaitu mereka yang belum menginjak usia 18 tahun, sehingga segala bentuk perlindungan, pemenuhan hak, dan tanggung jawab terhadap anak harus diberikan secara penuh hingga ia melewati batas usia tersebut.

Menurut undang-undang Nomor 35 tahun 2014 pasal 1 (satu) ayat 1 (satu), istilah anak diartikan sebagai individu yang belum mencapai usia 18 (delapan belas)

tahun, yang mencakup pula janin atau bayi yang masih berada dalam kandungan ibunya. Artinya, setiap manusia sejak dalam kandungan hingga usianya belum menyentuh angka 18 tahun secara hukum masih dianggap sebagai anak. Dalam hal ini, anak dipandang sebagai hasil dari hubungan perkawinan yang sah antara seorang laki-laki dan seorang perempuan, yang masih berada dalam proses pertumbuhan fisik, emosional, sosial, dan intelektual menuju kedewasaan.

Secara umum, masyarakat awam memandang anak sebagai individu yang lahir dari pasangan suami istri, hasil perkawinan antara laki-laki dan perempuan, yang nantinya akan melanjutkan generasi selanjutnya. Penjelasan lain yang sering didengar adalah bahwa anak adalah seseorang yang belum sepenuhnya berkembang baik secara fisik maupun mental, dengan tubuh yang kecil serta pola pikir dan perilaku Anak dianggap sebagai penerus bangsa yang berhak atas kehidupan yang baik, kesempatan untuk tumbuh dan berkembang, serta berpartisipasi dalam kehidupan berbangsa dan bernegara. Mereka juga berhak mendapatkan perlindungan dari kekerasan, diskriminasi, serta menikmati hak dan kebebasan mereka.

#### **2.1.1.1 Hak dan Perlindungan Anak**

Hak anak merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari hak asasi manusia yang bersifat universal dan wajib dijaga keberadaannya. Pemenuhan, perlindungan, serta penghormatan terhadap hak anak menjadi tanggung jawab utama orang tua sebagai lingkungan terdekat dan pertama yang berinteraksi langsung dengan anak sejak masa awal kehidupannya. Hak-hak tersebut telah melekat pada diri anak sejak dalam kandungan dan terus berlanjut hingga ia memasuki usia dewasa, sehingga

tidak dapat dipisahkan dari perkembangan individu secara menyeluruh. Namun demikian, tanggung jawab terhadap pemenuhan hak anak tidak hanya terletak pada orang tua semata.

Peran keluarga besar, masyarakat luas, negara, serta pemerintah pusat dan daerah juga sangat penting dalam memastikan terpenuhinya seluruh hak anak secara adil dan menyeluruh. Dalam konteks internasional, Konvensi Hak Anak yang telah disusun oleh Perserikatan Bangsa-Bangsa terdiri atas 54 pasal, dengan rincian pasal 1 sampai 42 yang memuat hak-hak anak secara substansial, sedangkan pasal 43 hingga 54 berisi ketentuan mengenai kerja sama antar pemangku kepentingan, baik dari kalangan dewasa maupun pemerintah, guna menjamin bahwa hak anak tidak hanya diakui secara hukum tetapi juga dilaksanakan dalam praktik nyata (UNICEF dalam Elya Susilowati, 2020).

Untuk mempermudah pemahaman dan implementasi pasal-pasal dalam konvensi tersebut, *International Federation of Social Workers (IFSW)* melalui dokumen *Social Work and the Right of the Child: A Professional Training Manual on The UN Convention (2002)*, telah mengelompokkan isi Konvensi Hak Anak ke dalam delapan kluster. Setiap kluster mencakup pasal-pasal yang saling berkaitan dan berfungsi sebagai kerangka kerja yang terintegrasi. Lebih lanjut, *IFSW (2002:10)* mengelompokkan hak-hak anak ke dalam empat kategori utama sebagai bentuk penyederhanaan konsep, agar lebih mudah diakses dan diterapkan oleh para praktisi maupun pembuat kebijakan. :

1. Hak Atas Pemenuhan (*Provision Rights*)

Hak ini mencakup segala kebutuhan dasar yang harus disediakan agar anak dapat bertahan hidup, tumbuh, dan berkembang secara optimal. Ini termasuk hak atas makanan bergizi, air bersih, tempat tinggal yang layak, layanan kesehatan yang memadai, pendidikan berkualitas, serta kesempatan untuk bermain dan beristirahat. Selain itu, hak ini juga menjamin bahwa anak hidup dalam lingkungan yang mendukung kesejahteraannya, termasuk dukungan dari keluarga atau pengasuh yang memadai. Negara memiliki kewajiban untuk memastikan tersedianya layanan sosial dan bantuan yang diperlukan apabila orang tua atau pengasuh tidak mampu memenuhi hak-hak ini. Dengan kata lain, hak atas pemenuhan meletakkan tanggung jawab pada negara untuk menyediakan infrastruktur, regulasi, dan program yang mendukung perkembangan anak secara menyeluruh.

2. Hak Atas Perlindungan (*Protection Rights*)

Kategori ini mencakup hak-hak anak untuk terbebas dari berbagai bentuk ancaman dan tindakan yang dapat membahayakan keselamatan serta kesejahteraan fisik, psikologis, dan sosial mereka. Setiap anak memiliki hak yang tidak dapat diganggu gugat untuk dilindungi dari tindakan kekerasan, baik secara fisik maupun psikis, serta dari pelecehan seksual, eksploitasi ekonomi seperti pekerja anak, perdagangan manusia, pengabaian kebutuhan dasar, diskriminasi dalam berbagai bentuk, hingga perekrutan dan keterlibatan dalam konflik bersenjata yang membahayakan jiwa dan masa depannya. tanggung jawab atas perlindungan ini bukan hanya menjadi beban

keluarga inti, tetapi juga merupakan kewajiban kolektif dari negara, masyarakat, lembaga pendidikan, media, dan institusi sosial lainnya, termasuk pekerja sosial sebagai pihak yang memiliki peran strategis dalam upaya pencegahan dan penanganan kasus pelanggaran hak anak. Negara wajib menyediakan regulasi hukum yang kuat, layanan rehabilitasi dan pemulihan yang sensitif terhadap kebutuhan anak, serta sistem pengawasan yang berkelanjutan guna menjamin bahwa setiap anak tumbuh dalam lingkungan yang aman, bebas dari ancaman, serta tetap terjaga martabat dan integritas kemanusiaannya.

3. Hak Atas Partisipasi (*Participation Rights*)

Hak partisipasi menekankan bahwa anak adalah subjek hukum dan anggota masyarakat yang memiliki pendapat serta suara yang patut dihargai. Anak memiliki hak untuk menyatakan pandangan dalam semua hal yang memengaruhi kehidupannya, baik dalam keluarga, sekolah, komunitas, maupun dalam proses hukum atau administratif. Pandangan anak harus dipertimbangkan sesuai dengan tingkat usia dan kematangannya. Lebih jauh, hak ini menegaskan pentingnya pemberdayaan anak untuk terlibat secara aktif dalam kehidupan sosial. Bagi anak dengan disabilitas, partisipasi juga berarti inklusi dalam kegiatan komunitas dan kesempatan untuk menyampaikan pendapat melalui cara yang sesuai, seperti menggunakan alat bantu komunikasi. Hak ini mendorong pekerja sosial dan pengambil kebijakan untuk menciptakan ruang dialog yang ramah dan aman bagi anak-anak.

#### 4. Hak atas Informasi dan Promosi (*Promotion Rights*)

Hak ini berkaitan dengan pentingnya penyebarluasan dan pemahaman hak-hak anak kepada semua lapisan masyarakat. Sebuah hak tidak akan bermakna bila tidak diketahui oleh pihak yang memilikinya maupun oleh pihak yang berkewajiban memenuhinya. Oleh karena itu, negara berkewajiban untuk mempromosikan isi Konvensi Hak Anak secara luas, baik kepada anak-anak maupun kepada orang dewasa seperti orang tua, guru, tenaga kesehatan, aparat hukum, dan pekerja sosial.

Promosi ini dapat dilakukan melalui pendidikan formal, kampanye media, pelatihan profesional, hingga penyebaran materi edukatif yang ramah anak. Penyuluhan hak anak juga penting untuk memastikan bahwa anak dapat memahami apa saja hak-haknya, bagaimana melindungi dirinya, serta ke mana harus melapor jika hak-haknya dilanggar.

##### **2.1.1.2 Kebutuhan Anak**

Menurut Drescher (1988), terdapat tujuh jenis kebutuhan utama yang menjadi pondasi penting bagi proses tumbuh kembang anak secara optimal. Salah satu di antaranya adalah kebutuhan untuk merasa berarti. Kebutuhan ini mencerminkan dorongan mendasar seorang anak untuk merasa memiliki identitas diri, merasa dihargai, serta menyadari keberadaannya bermakna bagi orang lain dan lingkungannya.

##### 1. Kebutuhan untuk berarti

Perasaan memiliki nilai dan harga diri tersebut mulai berkembang sejak masa usia dini dan sangat dipengaruhi oleh cara orang tua memperlakukan anak,

khususnya sosok orang tua dengan jenis kelamin yang sama. Misalnya, seorang anak laki-laki cenderung membentuk rasa percaya diri dan kompetensinya melalui pengalaman yang didapat dari hubungan positif dengan ayahnya, seperti melalui pemberian dukungan, motivasi, dan keteladanan sikap. Sebaliknya, anak perempuan cenderung mendapatkan rasa percaya diri dan kemampuan melalui pengakuan, dorongan, serta ketekunan ibunya dalam membimbing dan mempercayai potensi yang dimilikinya. Ketika seorang anak perempuan menerima dukungan yang konsisten dari ibunya, ia akan lebih mudah menyadari bahwa dirinya mampu menghadapi tantangan dan melakukan sesuatu dengan baik. Perasaan positif tersebut turut membangun keyakinan bahwa setiap usaha yang dilakukan memiliki arti dan tidak berakhir sia-sia, sehingga mendorong anak untuk terus tumbuh dengan persepsi diri yang sehat dan kuat.

## 2. Kebutuhan untuk rasa aman

Rasa aman antara ayah dan ibu adalah pondasi utama dalam keluarga. Cinta yang mereka miliki satu sama lain menciptakan suasana harmonis yang menjadi contoh penting bagi anak-anak. Orang tua yang kaya cinta dan memberikan perhatian secara terus-menerus kepada anak akan membantu membangun kepercayaan diri dan rasa nyaman pada diri mereka. Kebersamaan keluarga melalui momen-momen sederhana, seperti makan bersama atau bermain, mempererat hubungan emosional. Kebiasaan rutin yang teratur serta penerapan disiplin yang tepat juga memberikan struktur dan rasa tanggung jawab.

3. Kebutuhan untuk diterima

Ketika orang tua terlalu sering melontarkan kritik kepada anak, hal tersebut dapat menimbulkan dampak psikologis negatif, seperti timbulnya perasaan tidak mampu, tidak diterima, serta kegagalan dalam diri anak. Kritik yang berlebihan memberi pesan bahwa anak tidak cukup baik, sehingga mereka mulai meragukan nilai dan keberhargaan dirinya. Demikian pula, kebiasaan membanding-bandingkan anak dengan individu lain, baik saudara kandung maupun teman sebaya, mencerminkan sikap orangtuanya yang belum sepenuhnya menerima anak sebagaimana adanya. Sikap semacam ini perlahan-lahan dapat merusak pondasi rasa percaya diri anak, karena mereka merasa tidak memiliki tempat yang aman untuk menjadi diri sendiri.

4. Kebutuhan untuk mencintai dan dicintai

Cinta adalah sebuah respon yang dipelajari dan terus berkembang melalui pengalaman hidup. Hubungan cinta antara orang tua tidak hanya menciptakan kehangatan dalam keluarga, tetapi juga membentuk kemampuan anak untuk mencintai orang lain di masa depan. Dalam praktiknya, cinta tidak cukup hanya dirasakan, melainkan juga harus diucapkan dan diwujudkan melalui tindakan nyata. Fondasi cinta meliputi rasa percaya yang mendalam dan kemauan untuk mendengarkan satu sama lain. Lebih dari itu, cinta berarti berbagi pengalaman yang mempererat hubungan, membangun koneksi yang terbuka dan nyaman. Cinta sejati juga mengajarkan bahwa manusia jauh lebih berharga daripada sekadar benda atau materi, sehingga menjunjung nilai-nilai kemanusiaan dalam setiap interaksi.

5. Kebutuhan untuk di puji

Memberikan pujian kepada anak adalah langkah penting dalam mendukung perkembangan mereka, namun penting untuk melakukannya dengan cara yang tepat. Fokuslah pada prestasi dan usaha anak, bukan pada kepribadiannya, untuk mendorong rasa percaya diri berdasarkan kemampuan yang nyata. Berikan penghargaan atas apa yang telah mereka kerjakan atau capai, daripada mengkritisi apa yang belum mampu mereka lakukan. Anak membutuhkan pengakuan dari orang-orang yang berarti dalam hidupnya, seperti orang tua, guru, atau pengasuh, sehingga pujian yang tulus dari mereka akan memiliki dampak yang lebih besar.

6. Kebutuhan akan disiplin

Istilah *discipline* dan *disciple* sebenarnya berasal dari akar kata dalam bahasa Latin yang memiliki arti murid atau pengikut. Makna dasar dari kata tersebut berkaitan erat dengan proses pembelajaran, yaitu mencakup kegiatan mengajar, mendidik, serta melatih seseorang dalam rangka membentuk karakter dan perilaku. Dalam konteks pengasuhan dan pendidikan anak, disiplin tidak hanya dipahami sebagai bentuk kontrol atau pengekangan, melainkan lebih luas sebagai suatu proses pembentukan kepribadian anak secara menyeluruh. Disiplin bertujuan untuk menanamkan nilai-nilai positif dan membimbing anak agar dapat mengembangkan sikap, perilaku, serta tanggung jawab sosial yang baik.

## 7. Kebutuhan untuk kehadiran Tuhan

Orang dewasa seringkali mudah mengabaikan kebutuhan dan kekhawatiran spiritual anak-anak. Padahal, penting bagi anak-anak untuk memahami hubungan mereka dengan Tuhan, dan konsep tentang Tuhan sebaiknya ditanamkan sejak dini. Horace Bushnell dalam Drescher (1988) menyatakan bahwa rumah dan agama memiliki keterkaitan yang erat rumah adalah tempat berseminya nilai-nilai agama, sedangkan agama merupakan elemen suci dalam rumah tangga. Sebuah rumah tanpa atap sama seperti keluarga tanpa agama.

### 2.1.1.3 Perkembangan Anak

*Resiliensi*, menurut Masten (2021), adalah hasil positif atau keberhasilan perkembangan yang muncul meskipun individu menghadapi ancaman serius terhadap adaptasi dan pertumbuhan. Dua syarat utama dalam mendefinisikan *resiliensi* adalah adanya paparan terhadap risiko yang signifikan, serta hasil perkembangan yang dinilai baik. Anak tidak dapat disebut tangguh jika tidak pernah mengalami kondisi berisiko begitu pula, *resiliensi* hanya bisa dikenali ketika hasil perkembangan yang muncul tetap positif di tengah ancaman tersebut.

*Resiliensi* merupakan fenomena yang umum (*common phenomenon*) dan muncul dari sistem adaptasi dasar yang sehat, seperti keterikatan keluarga yang kuat, kecerdasan kognitif, kemampuan regulasi emosi, dan motivasi untuk belajar. Sistem-sistem ini bekerja secara otomatis dalam kondisi lingkungan yang mendukung, dan cenderung terganggu ketika individu hidup dalam lingkungan yang bermasalah, seperti keluarga disfungsi, komunitas yang penuh kekerasan,

atau kemiskinan ekstrem. Oleh karena itu, ancaman terbesar terhadap perkembangan manusia adalah kondisi-kondisi yang merusak sistem adaptasi dasar ini.

Faktor-faktor seperti kualitas pengasuhan, kecerdasan, hubungan dengan orang dewasa yang peduli, serta persepsi positif terhadap diri sendiri berperan besar dalam memunculkan *resiliensi*. Keberadaan satu atau lebih dari faktor-faktor ini secara konsisten terkait dengan kemampuan anak-anak untuk menavigasi tantangan besar dalam hidup mereka. Masten (2021) juga menyoroti bahwa perubahan paradigma dari melihat anak sebagai korban menuju melihat anak sebagai aktif dan kompeten mengubah cara kita memahami intervensi sosial. Intervensi yang berhasil tidak hanya mengurangi risiko atau memperbaiki masalah, tetapi juga secara aktif membangun aset dan memperkuat sistem adaptasi yang sudah ada dalam diri anak dan lingkungan sekitarnya.

Pendekatan ini mencerminkan visi dari psikologi positif, yang memandang pentingnya mengembangkan potensi dan kekuatan, bukan hanya memperbaiki kelemahan. Masten (2021) menguraikan dua pendekatan utama dalam studi resiliensi:

1. Pendekatan Berbasis Variabel (*Variable Focused Approach*)

Fokus pada identifikasi faktor-faktor protektif dan risiko menggunakan teknik statistik. Misalnya, seberapa besar peran kecerdasan, pengasuhan, atau status sosial ekonomi dalam memengaruhi hasil perkembangan anak. Model ini sering digunakan dalam penelitian kuantitatif berskala besar.

## 2. Pendekatan Berbasis Individu (*Person Focused Approach*)

Fokus pada perbandingan antara anak-anak berisiko tinggi yang berkembang baik (*resilient*) dan yang tidak. Pendekatan ini memungkinkan pemahaman tentang pola kehidupan anak secara holistik, dan memberikan wawasan tentang bagaimana pola asuh, hubungan sosial, dan kepribadian membentuk kemampuan bertahan anak dari waktu ke waktu.

Menurut Havighurst (dalam Ajhuri, 2019:60), dalam pendekatan psikososial, setiap tahap kehidupan individu memiliki tuntutan tersendiri yang harus dipenuhi melalui penyelesaian tugas-tugas perkembangan tertentu. Tugas perkembangan ini berkaitan dengan kemampuan, sikap, maupun perilaku yang idealnya dicapai seseorang sesuai dengan usia atau fase perkembangan yang sedang dijalani. Selanjutnya, Hurlock dan Drescher (dalam Ajhuri, 2019:61) menyebut tugas-tugas tersebut sebagai bentuk *social expectations*, yaitu ekspektasi sosial yang muncul dari budaya tempat individu hidup.

Ajhuri (2019:62) menjelaskan bahwa sepanjang rentang kehidupan manusia, setiap fase perkembangan memiliki tugas-tugas khusus yang perlu diselesaikan agar individu dapat berfungsi secara optimal, baik secara fisik, emosional, sosial, maupun moral. Tugas-tugas ini mencerminkan tahapan kemampuan dan penyesuaian diri yang perlu dicapai seiring pertumbuhan usia.

### 1. Fase Bayi hingga Kanak-Kanak (0–6 tahun)

Pada tahap awal kehidupan ini, anak mulai mengembangkan kemampuan dasar yang sangat penting bagi pertumbuhan selanjutnya. Proses belajar berjalan biasanya terjadi antara usia 9 hingga 15 bulan, seiring dengan

kematangan sistem otot, tulang, dan saraf. Anak juga mulai mengenal dan belajar mengonsumsi makanan padat, serta mengembangkan kemampuan berbicara. Selain itu, pada fase ini anak belajar mengontrol buang air besar dan kecil, mengenali perbedaan gender, dan mencapai kestabilan fungsi tubuh secara fisiologis. Mereka mulai membentuk pemahaman dasar tentang dunia sosial dan alam sekitar, menjalin ikatan emosional dengan anggota keluarga dan orang lain, serta mulai memahami konsep baik dan buruk melalui perkembangan hati nurani.

2. Masa Sekolah Dasar (6–12 tahun)

Selama fase ini, anak mengembangkan kemampuan fisik yang dibutuhkan untuk berpartisipasi dalam permainan dan aktivitas motorik lainnya. Mereka mulai membentuk sikap positif terhadap diri sebagai makhluk biologis, belajar menjalin hubungan sosial dengan teman sebaya, dan menyesuaikan perilaku sesuai peran gender. Anak juga menguasai keterampilan dasar seperti membaca, menulis, dan berhitung, serta mulai mengembangkan pemahaman terhadap konsep kehidupan sehari-hari. Perkembangan moral juga semakin kuat melalui penguatan hati nurani.

3. Masa Remaja (12–21 tahun untuk perempuan, 13–22 tahun untuk laki-laki)

Tahap remaja ditandai dengan usaha menerima kondisi fisik dan berbagai perubahan yang menyertainya. Remaja belajar melepaskan ketergantungan emosional dari orangtua atau figur otoritas lain, sekaligus memperluas kemampuan sosial dan komunikasi dalam konteks individu maupun kelompok. Mereka mencari tokoh panutan sebagai acuan pembentukan

identitas diri, serta mulai membangun kepercayaan terhadap potensi dan kemampuan pribadinya.

4. Dewasa Awal (sekitar usia 20-an hingga awal 30-an)

Pada masa dewasa awal, individu mulai menghadapi tanggung jawab sosial dan pribadi yang lebih kompleks, seperti menemukan pasangan hidup, membangun kehidupan rumah tangga, serta mengasuh anak. Mereka juga mulai meniti karier, mengelola rumah tangga, berpartisipasi sebagai warga negara yang aktif, dan terlibat dalam kegiatan sosial atau komunitas.

5. Dewasa Madya (40–60 tahun)

Fase setengah baya menuntut individu untuk mempertahankan kestabilan ekonomi dan tanggung jawab sosial. Mereka membimbing anak-anak remaja agar menjadi pribadi dewasa yang mandiri dan bertanggung jawab. Hubungan dengan pasangan semakin dikuatkan secara emosional, dan waktu luang dikelola melalui aktivitas yang bermakna. Individu juga mulai menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan fisik serta menerima realitas bertambahnya usia.

6. Usia Lanjut (60 tahun ke atas)

Pada tahap akhir kehidupan ini, individu menghadapi proses penyesuaian terhadap penurunan kondisi fisik dan kesehatan, serta adaptasi terhadap masa pensiun yang disertai pengurangan pendapatan. Kehilangan pasangan hidup menjadi salah satu tantangan emosional yang mungkin dihadapi. Oleh karena itu, menjalin hubungan dengan kelompok sebaya, mengikuti kegiatan sosial, dan tetap aktif secara fisik dan sosial menjadi penting. Mereka dituntut untuk

mampu menyusun pola hidup yang bermakna dan fleksibel, meskipun dalam keterbatasan usia.

### **2.1.2 Tinjauan Tentang Konseling**

Definisi awal yang dirumuskan oleh Komisi Definisi Divisi Psikologi Konseling dalam Asosiasi Psikologi Amerika pada tahun 1956 menggambarkan konseling sebagai sebuah proses yang bertujuan untuk membantu individu dalam mengatasi berbagai hambatan yang menghalangi mereka dalam mencapai pertumbuhan pribadi serta memaksimalkan potensi perkembangan optimal dari sumber daya yang dimiliki secara individu. (Thompson, Radolp & Handerson, 2010. Dalam Buku Ainur Rofiq, 2017).

Menurut Bimo Walgito Dalam Suhertina, (2014 : 11) Bahwa konseling merupakan bantuan yang diberikan kepada individu untuk memecahkan masalah kehidupannya dengan cara wawancara dan dengan cara yang sesuai dengan keadaan yang dihadapi individu untuk mencapai kesejahteraan hidupnya. Konseling adalah proses kolaboratif dan interaktif antara seorang konselor dan individu atau kelompok yang berupaya membantu individu mencapai potensi penuh mereka dalam hal pengembangan pribadi, sosial, pendidikan, dan karir. Pola keseluruhan dalam bimbingan dan konseling mencakup sejumlah gagasan dan strategi mendasar.

Konseling merupakan kegiatan yang dilakukan oleh seorang konselor untuk memberikan bantuan kepada individu yang membutuhkan (konseling) secara terstruktur, objektif, logis, dan berkelanjutan. Tujuannya adalah membantu klien mengembangkan diri hingga mencapai kemandirian. Setiap klien memiliki hak dan

kesempatan yang setara untuk menerima layanan ini sesuai dengan kebutuhannya. Di sisi lain, konselor dituntut untuk bekerja secara profesional dengan mematuhi prinsip-prinsip serta asas-asas yang berlaku dalam bimbingan dan konseling.

Menurut Moh Surya Dalam Suhertina, (2014:12), konseling adalah usaha untuk memberikan dukungan kepada konseli agar ia dapat mengembangkan konsep diri dan rasa percaya diri, yang kemudian digunakan untuk memperbaiki perilakunya di masa depan. Proses ini bertujuan membantu konseli membentuk konsep yang tepat mengenai: 1) dirinya sendiri, 2) orang lain, 3) pandangan orang lain tentang dirinya, 4) tujuan yang ingin dicapai, 5) kepercayaan diri.

#### **2.1.2.1 Teori dalam Konseling**

Praktik konseling dibutuhkan teori. Teori tersebut digunakan sebagai model pendekatan atau kerangka kerja untuk mengembangkan hipotesis tentang masalah konseling dan rencana perlakuan. Di samping itu, teori juga dapat digunakan sebagai suatu standar untuk mengukur kemajuan atau hasil-hasil perilaku konseling setelah diberikan bantuan. Dengan menggunakan teori guna mengkonseptualisasikan masalah klien dan untuk mengembangkan rencana program perlakuan, konselor telah bekerja secara profesional.

Teori *Cognitive Behaviour* menurut Payne (2016) berpendapat bahwa pola pikir manusia terbentuk melalui rangkaian proses stimulus, kognisi, dan respon yang saling terhubung, membentuk suatu jaringan dalam otak. Proses kognitif ini menjadi faktor penting dalam menjelaskan bagaimana seseorang berpikir, merasa, dan bertindak. Selain itu, teori ini meyakini bahwa manusia memiliki kemampuan untuk menyerap pemikiran rasional dan irasional.

*Cognitive Behavioural Practice (CBP)* merupakan salah satu pendekatan dalam pekerjaan sosial yang mengintegrasikan prinsip-prinsip dari teori perilaku (*behaviourism*) dan teori kognitif (*cognitive psychology*). Pendekatan ini berangkat dari asumsi bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh cara berpikirnya. Oleh karena itu, jika seseorang dapat mengubah cara berpikirnya, maka ia juga dapat mengubah perilakunya. Dalam praktiknya, *CBP* bertujuan untuk membantu klien memahami hubungan antara pikiran, emosi, dan tindakan mereka. Ketika klien mampu menyadari bahwa pikiran negatif atau irasional dapat memengaruhi tindakan mereka secara negatif, maka mereka dapat mulai membangun strategi baru untuk mengelola situasi hidup mereka secara lebih sehat.

Menurut Payne (2016) Pendekatan pekerjaan sosial kognitif-perilaku mendorong pekerja sosial untuk menganalisis bersama klien bagaimana pola pikir mereka memengaruhi respons emosional dan perilaku. Ini adalah pendekatan praktis yang didasarkan pada pengetahuan psikologis saat ini. Payne (2016) Tujuan utama *CBP* adalah untuk membawa perubahan perilaku melalui restrukturisasi kognitif yaitu dengan membantu klien mengenali, mengevaluasi, dan mengganti pikiran negatif dengan pikiran yang lebih realistis dan konstruktif. *CBP* sangat fokus pada pencapaian tujuan tertentu yang telah disepakati bersama antara klien dan pekerja sosial.

Orientasi *CBP* bersifat solutif dan terfokus pada masa kini (*here and now*), artinya *CBP* tidak terlalu menekankan pada penyelidikan masa lalu klien, tetapi lebih fokus pada bagaimana masalah saat ini bisa diatasi melalui perubahan pola

pikir dan tindakan. Dalam pendekatan ini, klien dipandang sebagai agen aktif dalam proses perubahan, dan bukan hanya sebagai penerima bantuan.

### **2.1.2.2 Asas-Asas Bimbingan Konseling**

Prinsip dalam layanan bimbingan dan konseling berfungsi sebagai pedoman sekaligus dasar pelaksana layanan, yang merupakan gabungan antara teori dan praktik di lapangan. Dalam pelaksanaannya, konselor perlu memahami dan memperhatikan prinsip-prinsip tersebut secara mendalam agar dapat menghindari kesalahan serta ketidaksesuaian dalam memberikan layanan. Dengan demikian, tujuan layanan bimbingan dan konseling dapat tercapai secara efektif dan tepat sasaran. Dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling, terdapat prinsip-prinsip yang dikenal sebagai asas-asas bimbingan dan konseling.

Prinsip-prinsip ini merupakan pedoman yang harus diterapkan dalam penyelenggaraan layanan tersebut. Menurut Prayitno Dalam Suhertina (2014), terdapat 12 asas yang harus diimplementasikan dalam kegiatan bimbingan dan konseling, yaitu asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kekinian, kemandirian, kegiatan, kedinamisan, keterpaduan, kenormatifan, keahlian, alih tangan, dan tut wuri handayani.

#### **1. Azas Kerahasiaan**

Azas ini memiliki pengertian tentang segala hal yang diungkapkan oleh klien kepada konselor harus dijaga kerahasiaannya dan tidak boleh disampaikan kepada pihak lain. Prinsip kerahasiaan ini merupakan landasan utama dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling. Ketika prinsip ini diterapkan dengan baik, konselor akan memperoleh kepercayaan dari berbagai pihak, terutama

dari klien. Kepercayaan ini mendorong klien untuk memanfaatkan layanan bimbingan dan konseling secara optimal.

## 2. Azas Kesukarelaan

Proses bimbingan dan konseling seharusnya berlangsung atas dasar kesukarelaan dari kedua belah pihak, baik konselor maupun individu yang dibimbing. Klien diharapkan dengan senang hati dan rela menyampaikan permasalahan yang dihadapinya, sementara konselor juga perlu menjalankan tugasnya dengan tulus tanpa paksaan. Apabila individu datang atas permintaan atau arahan dari pihak lain, konselor bertanggung jawab untuk mendorong dan menumbuhkan sikap sukarela pada klien tersebut.

## 3. Azas Keterbukaan

Dalam proses bimbingan dan konseling, suasana keterbukaan sangat diperlukan, baik dari pihak konselor maupun individu yang dibimbing. Keterbukaan ini tidak hanya berarti kesediaan untuk menerima saran dari luar, tetapi yang lebih penting adalah kemauan masing-masing pihak untuk membuka diri. Keterbukaan ini memiliki dua arah. Pertama, dari pihak klien, diharapkan mereka mau membuka diri sehingga konselor dapat memahami keadaan klien secara lebih mendalam. Selain itu, klien juga diharapkan bersedia menerima saran dan masukan yang diberikan. Kedua, dari pihak konselor, keterbukaan diwujudkan melalui kesediaan menjawab pertanyaan dari klien, termasuk pertanyaan yang mungkin menyangkut diri pribadi konselor, jika hal tersebut dibutuhkan oleh klien.

#### 4. Azas Kekinian

Masalah klien yang ditangani langsung melalui bimbingan dan konseling adalah masalah-masalah yang sedang dihadapi saat ini, bukan yang sudah berlalu maupun yang mungkin terjadi di masa depan. Jika terdapat hal-hal terkait masa lalu atau masa depan yang perlu dibahas, hal tersebut hanya digunakan sebagai konteks untuk memahami masalah saat ini. Fokus utamanya adalah mencari solusi atas masalah yang sedang dihadapi dan tindakan apa yang perlu dilakukan saat ini untuk mengatasinya. Dalam upaya pencegahan, pertanyaan utama yang harus dijawab adalah apa yang perlu dilakukan sekarang agar potensi masalah di masa depan dapat dihindari.

#### 5. Azas Kemandirian

Kemandirian merupakan tujuan utama dari kegiatan bimbingan dan konseling. Dalam memberikan layanan, petugas sebaiknya selalu berupaya menumbuhkan rasa kemandirian pada individu yang dibimbing, sehingga mereka tidak bergantung pada pihak lain, termasuk konselor.

#### 6. Azas Kegiatan

Bimbingan dan konseling tidak akan memberikan buah yang berarti bila individu yang dibimbing tidak melakukan sendiri kegiatan dalam mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling. Hasil-hasil usaha bimbingan dan konseling tidak tercipta dengan sendirinya tetapi harus diraih oleh individu yang bersangkutan. Konselor hendaknya dapat menimbulkan semangat klien sehingga ia mampu dan mau melaksanakan kegiatan yang diperlukan dalam penyelesaian masalahnya.

7. Azas Kedinamisan

Bimbingan dan konseling bertujuan untuk mendorong terjadinya perubahan pada individu yang dibimbing, yakni perubahan perilaku ke arah yang lebih positif. Perubahan ini tidak hanya berupa pengulangan hal-hal yang sama secara monoton, tetapi lebih mengarah pada pembaruan dan kemajuan yang berkelanjutan.

8. Azas Keterpaduan

Pelayanan bimbingan dan konseling berupaya untuk mengintegrasikan berbagai aspek dari individu yang mendapatkan bimbingan. Seperti yang kita ketahui, setiap individu memiliki berbagai elemen kepribadian yang jika tidak saling selaras dan terkoordinasi dengan baik, justru dapat menimbulkan permasalahan. Selain memastikan keterpaduan dalam diri individu yang dibimbing, penting juga untuk memperhatikan keselarasan antara isi dan proses layanan yang diberikan. Layanan yang satu tidak boleh saling bertentangan atau tidak sejalan dengan layanan lainnya.

9. Azas Kenormatifan

Bimbingan dan konseling harus sejalan dengan norma-norma yang berlaku, baik dari segi agama, adat, hukum negara, ilmu pengetahuan, maupun kebiasaan sehari-hari. Prinsip ini berlaku baik pada materi maupun pelaksanaan bimbingan dan konseling. Setiap konten layanan harus sesuai dengan norma yang ada, begitu juga dengan prosedur, teknik, dan alat yang digunakan, yang tidak boleh bertentangan dengan norma-norma tersebut.

#### 10. Azas Keahlian

Bimbingan dan konseling harus dilakukan secara terencana, terstruktur, dengan menggunakan teknik dan alat yang tepat. Oleh karena itu, petugas perlu menerima pelatihan yang cukup agar dapat mencapai hasil yang efektif dalam memberikan layanan. Prinsip keahlian ini akan memastikan keberhasilan usaha tersebut, yang pada gilirannya akan meningkatkan kepercayaan terhadap bimbingan dan konseling.

#### 11. Azas Alih Tangan

Bimbingan dan konseling, terdapat prinsip alih tangan. Prinsip ini diterapkan ketika seorang konselor telah berusaha maksimal untuk membantu individu, namun individu tersebut belum memperoleh bantuan yang diharapkan. Dalam hal ini, konselor dapat merujuk individu tersebut kepada petugas atau lembaga yang lebih ahli. Prinsip ini juga menunjukkan bahwa pelayanan bimbingan dan konseling hanya akan menangani masalah individu yang sesuai dengan kewenangan konselor sebagai petugas bimbingan dan konseling.

#### **2.1.2.3 Tujuan Bimbingan Konseling**

Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia Dalam Rifdah (2019) mengakui bahwa kebutuhan akan layanan bimbingan dan konseling memiliki tujuan dan ekspektasi tersendiri yang berbeda dengan tujuan dan ekspektasi pada umumnya. Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling pada dasarnya bertujuan untuk memberikan bimbingan kepada individu atau kelompok agar mereka dapat tumbuh menjadi pribadi yang mandiri. Menurut Prayitno dalam Suhertina (2014),

Bimbingan dan konseling mendukung individu untuk menjadi pribadi yang bermanfaat dalam hidupnya, dengan memiliki wawasan, pandangan, interpretasi, pilihan, penyesuaian, serta keterampilan yang sesuai dengan diri mereka dan lingkungan sekitarnya.

Dalam buku Abdullah Latuapo (2021:6) mengemukakan Pada dasarnya terdapat lima hal yang menjadi target dalam kegiatan bimbingan dan konseling, yaitu:

1. Untuk mengenali diri sendiri dan lingkungan.

Melalui upaya bimbingan, diharapkan peserta (konseli) dapat lebih memahami diri mereka sendiri serta lingkungan sekitar. Ini berarti mengenali kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Setelah mengenal diri sendiri, langkah selanjutnya adalah memahami lingkungan mereka, yang mencakup keluarga, sekolah, pekerjaan, masyarakat, dan lainnya. Dengan pemahaman tersebut, peserta (konseli) diharapkan dapat melihat hubungan antar faktor yang ada, mengevaluasi peluang yang tersedia, dan memprediksi apa yang bisa mereka capai sesuai dengan potensi diri mereka.

2. Untuk menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis.

Diharapkan siswa tidak hanya memahami potensi diri dan lingkungan yang berjalan dengan baik, tetapi juga menyadari kekurangan dan keterbatasan yang ada pada diri dan lingkungan mereka

3. Untuk dapat mengambil keputusan sendiri tentang berbagai hal.

Dengan tercapainya tujuan pertama dan kedua, peserta (konseli) diharapkan dapat mengambil keputusan secara mandiri mengenai tindakan yang akan

mereka lakukan, sesuai dengan kondisi diri mereka dan lingkungan sekitar. Contohnya, dalam memilih konsentrasi studi untuk jenjang sarjana yang akan diambil, atau memilih pekerjaan yang ingin dijalani. Seseorang yang dapat membuat keputusan sendiri tanpa adanya paksaan dari orang lain akan merasakan kepuasan pribadi.

4. Untuk dapat mengarahkan diri sendiri.

Sesuai dengan tujuan ketiga, kegiatan bimbingan bertujuan untuk mendorong peserta (konseli) agar dapat mengembangkan diri sesuai dengan minat, bakat, dan kemampuan yang dimiliki. Lebih dari itu, bimbingan juga bertujuan agar peserta (konseli) dapat mengarahkan hidup mereka sendiri berdasarkan pilihan yang mereka buat, sesuai dengan potensi yang ada dalam diri mereka.

5. Perwujudan diri sendiri.

Dengan mengenal diri sendiri dan lingkungan sekitar, serta kemampuan untuk membuat keputusan secara mandiri dan mengarahkan diri, diharapkan peserta (konseli) dapat mewujudkan potensi dirinya. Setiap tindakan yang dilakukan oleh peserta (konseli) akan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tekanan, hadiah, dan lainnya, yang mencerminkan siapa mereka sebenarnya. Oleh karena itu, kegiatan bimbingan bertujuan untuk melatih peserta (konseli) dalam bertindak berdasarkan keputusan pribadi agar dapat menunjukkan diri mereka yang sejati.

#### **2.1.2.4 Tahapan Konseling**

Konseling adalah suatu dialog yang dirancang secara terstruktur antara konselor dan klien. Dalam proses ini, seorang profesional yang terlatih bekerja

sama dengan klien untuk mengidentifikasi sumber permasalahan yang dihadapi. Bersama-sama, mereka mencari strategi yang dapat membantu klien menghadapi dan menyelesaikan permasalahannya, sehingga klien dapat memperoleh keterampilan baru serta pemahaman yang lebih baik tentang dirinya sendiri maupun orang lain. Berikut beberapa tahap konseling dari Buku Sofyan Willis (2021) :

1. Tahap Awal Konseling

- a. Membangun hubungan yang melibatkan klien

Dalam proses konseling, yang utama adalah bagaimana konselor membangun hubungan yang baik dengan klien (*rapport*) melalui komunikasi verbal dan nonverbal. Konseling bukan sekadar berfokus pada masalah klien, tetapi lebih kepada membangun hubungan yang mendukung. Hubungan konseling merupakan hubungan yang bersifat membantu, di mana konselor berupaya mendukung klien agar dapat tumbuh, berkembang, mencapai kesejahteraan, dan menjadi lebih mandiri. Hubungan konseling akan bermakna jika klien aktif dalam diskusi dengan konselor, yang disebut sebagai *working relationship* hubungan yang efektif, bermanfaat, dan memiliki nilai guna. Keberhasilan konseling sangat bergantung pada tahap ini. Oleh karena itu, penting bagi konselor untuk memiliki keterampilan empatik, kemampuan mendengarkan secara aktif, serta kepekaan dalam merespons ekspresi verbal dan nonverbal klien guna membangun hubungan konseling yang hangat, terbuka, dan saling percaya sejak awal pertemuan.

Ada tiga faktor utama yang menjadi kunci keberhasilan, pertama, keterbukaan konselor. Kedua, keterbukaan klien artinya dia dengan jujur mengungkapkan isi hati, perasaan, harapan dan sebagainya. Keterbukaan ditentukan oleh faktor konselor yakni dapat dipercayai klien karena dia tidak berpura-pura, akan tetapi jujur, asli, mengerti dan menghargai. Ketiga, konselor mampu melibatkan klien terus menerus dalam proses konseling. Karena dengan demikian, maka proses konseling akan lancar dan segera dapat mencapai tujuan konseling.

b. Memperjelas dan mendefinisikan masalah.

Ketika hubungan konseling telah terbentuk dengan baik dan klien sudah terlibat secara aktif, kerja sama antara konselor dan klien akan memungkinkan pembahasan mengenai kepedulian atau permasalahan yang dihadapi klien. Sering kali, klien mengalami kesulitan dalam mengungkapkan permasalahannya secara jelas, meskipun ia menyadari gejala yang dialaminya. Oleh karena itu, konselor berperan dalam membantu memperjelas serta merumuskan masalah yang dihadapi klien.

c. Membuat penafsiran dan penajakan

Konselor berupaya mengeksplorasi dan memperkirakan peluang dalam mengembangkan isu atau permasalahan, serta merancang bentuk dukungan yang dapat diberikan. Hal ini mencakup upaya untuk menggali potensi klien dan menetapkan berbagai alternatif yang tepat guna mengatasi permasalahan yang mungkin timbul. Menurut Salebeey (2011:1) gagasan untuk memfokuskan perhatian pada kekuatan anak telah menjadi prinsip umum dalam dunia pekerjaan

sosial profesional. Maka penting untuk ditegaskan bahwa perspektif kekuatan adalah pendekatan yang benar-benar berbeda dari praktik konvensional dalam pekerjaan sosial.

Menerapkan pendekatan ini berarti bahwa setiap langkah yang dilakukan oleh pekerja sosial bertujuan untuk mengenali, mengembangkan, dan memanfaatkan potensi serta sumber daya yang dimiliki klien guna membantu mereka meraih tujuan hidup, mewujudkan impian, dan membebaskan diri dari hambatan pribadi serta tekanan sosial.

d. Melakukan negosiasi kontrak

Kontrak dalam konseling merupakan kesepakatan antara konselor dan klien. Kesepakatan ini mencakup kontrak waktu, yaitu durasi pertemuan yang diinginkan klien serta kenyamanannya terhadap jadwal tersebut. Selain itu, terdapat kontrak tugas yang menjelaskan peran dan tanggung jawab masing-masing pihak, baik konselor maupun klien, serta kontrak kerja sama dalam proses konseling. Kontrak ini menetapkan berbagai aktivitas dalam konseling, termasuk keterlibatan kedua belah pihak. Dengan demikian, konseling dipahami sebagai proses yang saling mendukung, bukan semata-mata tugas konselor sebagai ahli. Selain itu, kontrak ini menegaskan tanggung jawab klien dan mendorong kerja sama aktif dalam proses konseling.

2. Tahap pertengahan (Tahap kerja)

a. Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu, dan kepedulian Klien lebih jauh

Melalui eksplorasi ini, konselor berupaya membantu klien dalam memperoleh sudut pandang serta pilihan baru terkait permasalahannya. Jika klien menunjukkan antusiasme, hal ini menandakan bahwa ia telah terlibat secara mendalam dan bersikap lebih terbuka. Dengan demikian, klien dapat melihat permasalahannya dari perspektif yang lebih objektif serta mempertimbangkan berbagai alternatif solusi.

b. Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara

Kreativitas konselor diperlukan dalam membantu klien menemukan berbagai alternatif guna menyusun rencana penyelesaian masalah serta mengembangkan diri. Hal ini dapat terwujud apabila, pertama, klien merasa nyaman dan terlibat dalam proses konseling, menunjukkan kebutuhan untuk mengembangkan potensinya, serta berupaya menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Kedua, konselor perlu bersikap kreatif dengan menggunakan berbagai keterampilan, serta menjaga sikap ramah, empati, jujur, dan tulus dalam memberikan bantuan.

Agar proses konseling berjalan sesuai kesepakatan, kontrak antara konselor dan klien harus dinegosiasikan dengan baik sehingga dapat memperlancar jalannya konseling. Oleh karena itu, baik konselor maupun klien perlu berkomitmen terhadap perjanjian yang telah dibuat dan senantiasa mengingatkannya. Pada tahap pertengahan konseling, terdapat beberapa strategi yang perlu diterapkan oleh konselor. Pertama, mengkomunikasikan nilai-nilai inti, seperti kejujuran dan keterbukaan, agar klien dapat mengeksplorasi masalahnya lebih dalam. Ketika situasi telah kondusif, klien akan merasa aman, nyaman, dan termotivasi untuk

menyelesaikan permasalahannya. Kedua, menantang klien agar dapat menyusun strategi serta rencana baru dengan memilih berbagai alternatif yang mendukung pengembangan dirinya.

### 3. Tahap Akhir Konseling

Pada tahap akhir konseling terdapat indikator ditandai dengan beberapa hal yaitu :

- a. Berkurangnya tingkat kecemasan klien, yang dapat diketahui melalui pertanyaan konselor mengenai kondisi emosional klien.
- b. Perubahan perilaku klien ke arah yang lebih positif, sehat, dan dinamis.
- c. Munculnya sikap yang lebih positif, ditandai dengan kemampuan klien untuk melakukan introspeksi serta mengurangi kebiasaan menyalahkan faktor eksternal, seperti orang tua, guru, teman, atau situasi yang kurang menguntungkan.

#### 2.1.3 Tinjauan Tentang Kemandirian Diri

Kemandirian berasal dari kata dasar "mandiri," yang memiliki arti mampu berdiri sendiri tanpa bergantung pada orang lain. Kemandirian menggambarkan sikap atau kondisi di mana seseorang dapat menjalani hidupnya tanpa mengandalkan bantuan orang lain. Dalam perilaku, kemandirian tercermin melalui kemampuan untuk membuat keputusan secara mandiri, tidak bergantung pada orang lain, serta melaksanakannya dengan penuh tanggung jawab.

Menurut Diana, dkk. dalam jurnal Alisza dan Izzati (2020) mengemukakan kemandirian adalah kemampuan seorang anak untuk membuat keputusan sendiri, bertanggung jawab atas konsekuensi dari pilihannya, memiliki rasa percaya diri,

mampu mengarahkan dan mengembangkan dirinya, dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta berani menghadapi risiko dari keputusan yang diambil. Namun, dalam kenyataannya, masih banyak anak yang belum mampu bertanggung jawab terhadap konsekuensi pilihannya, kurang percaya diri, atau belum dapat mengembangkan diri mereka. Hal ini menunjukkan bahwa mereka belum sepenuhnya dapat dikategorikan sebagai individu yang mandiri.

Menurut Patimah dalam jurnal Alisza dan Izzati (2020), kemandirian adalah salah satu indikator kedewasaan. Individu yang mandiri memiliki keinginan dan kemampuan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya secara legal, wajar, dan bertanggung jawab. Lebih lanjut, kemandirian memungkinkan anak untuk bertanggung jawab atas pilihan-pilihan yang telah dibuat, termasuk menghadapi dan menerima konsekuensi dari keputusan yang diambil.

#### **2.1.3.1 Aspek Kemandirian Diri**

Menurut Brawer dalam jurnal Zuroidah Ervien (2022) individu yang memiliki kemandirian (*autonomy*) menunjukkan perilaku yang didorong oleh kekuatan internal, mampu mengendalikan diri, bersikap kritis, serta mengambil keputusan secara bebas tanpa terpengaruh oleh orang lain. Menurut Saleebey (2011: 216) Secara biologis manusia dirancang untuk menjalin hubungan sosial (kemampuan sosial), menyelesaikan masalah (kemampuan berpikir tingkat tinggi), membentuk identitas diri (kemandirian), serta merancang masa depan dan memiliki harapan (orientasi tujuan hidup). Kemampuan-kemampuan ini merupakan potensi tumbuh kembang yang telah memungkinkan manusia bertahan hidup sepanjang sejarah.

Pandangan bahwa ketahanan adalah potensi bawaan yang dimiliki setiap individu menentang pandangan keliru bahwa ketahanan adalah sesuatu yang langka seolah-olah hanya dimiliki oleh segelintir anak yang luar biasa. Deci dan Ryan (2000) menjelaskan bahwa dalam kondisi Anak yang merasa bahwa pendapat dan keputusannya dihargai akan lebih mungkin menunjukkan ketekunan, kreativitas, dan rasa percaya diri dalam menyelesaikan tugas-tugas yang menantang. Sebaliknya, ketika anak terlalu sering berada dalam konteks yang menekan atau mengontrol misalnya melalui hukuman, ancaman, atau evaluasi yang bersifat otoriter cenderung mengembangkan regulasi yang bersifat eksternal atau introjeksi, yaitu perilaku yang dilakukan demi menghindari rasa bersalah atau untuk mendapatkan pengakuan, yang pada akhirnya tidak menghasilkan integrasi nilai yang mendalam dalam diri anak. anak mungkin terlihat bermotivasi, tetapi motivasi tersebut bersifat rapuh dan tidak stabil, serta tidak selalu berdampak positif pada kesejahteraan psikologis mereka.

Dalam jangka panjang, kontrol yang berlebihan dapat menyebabkan penurunan rasa percaya diri, munculnya perilaku defensif, serta berkurangnya kapasitas anak untuk mengembangkan identitas diri yang kuat. Robert Havighurst dalam Desmita (2009 : 186) mengklasifikasikan kemandirian menjadi empat jenis, yaitu:

1. Kemandirian emosi

Kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosinya sendiri tanpa bergantung pada orang lain dalam memenuhi kebutuhan emosionalnya.

2. Kemandirian ekonomi

Kemampuan untuk mengelola keuangan secara mandiri tanpa ketergantungan pada orang lain dalam memenuhi kebutuhan ekonominya.

3. Kemandirian intelektual

Kemampuan untuk menghadapi dan menyelesaikan berbagai masalah yang dihadapi secara mandiri.

4. Kemandirian sosial

Kemampuan untuk menjalin interaksi dengan orang lain tanpa tergantung pada tindakan atau pengaruh orang lain.

### 2.1.3.2 Tugas Kemandirian Anak

Dalam buku *Childhood and Society* Erikson (1963), terdapat beberapa konsep tentang tugas kemandirian anak yang dapat dikaitkan dengan perkembangan kemandirian melalui konseling. Beberapa poin utama yang relevan:

1. *Autonomi*

*Autonomi* berkembang ketika anak memperoleh keseimbangan antara hak istimewa dan kewajiban. Erikson menyebut bahwa jika anak terlalu dikontrol atau diajarkan disiplin terlalu dini, mereka dapat mengalami rasa malu dan ragu terhadap kemampuan mereka sendiri. Dalam pengasuhan tradisional, anak diajarkan untuk bertanggung jawab terhadap tugas-tugas kecil yang sesuai dengan kemampuan mereka. Misalnya, dalam budaya *Indian Papago*, anak yang masih kecil diberikan tugas menutup pintu, dan orang dewasa menunggu dengan sabar sampai ia berhasil. (Erickson 1963 : 251)

## 2. Industri

Dalam tahap ini, anak belajar untuk bekerja secara mandiri dan menemukan kepuasan dalam menyelesaikan tugas dengan baik. Mereka mulai memahami pentingnya kerja keras dan ketekunan. Di berbagai budaya, anak-anak belajar keterampilan tertentu dari orang dewasa atau teman sebaya, yang membantu mereka membangun kepercayaan diri dan kompetensi. (Erickson 1963 : 258)

## 3. Inisiatif

Anak-anak pada tahap ini mulai mengambil inisiatif dalam berbagai kegiatan dan eksplorasi. Jika lingkungan mereka terlalu membatasi atau memberikan hukuman berlebihan atas kesalahan mereka, mereka dapat mengembangkan rasa bersalah yang menghambat kemandirian. (Erickson 1963 : 255)

### **2.1.4 Relevansi Penelitian dengan Praktik Pekerjaan Sosial**

Menurut Zastrow (2017:4) Pekerja sosial adalah seorang profesional yang memiliki kompetensi untuk membantu individu, keluarga, kelompok, atau komunitas dalam meningkatkan kapasitas mereka untuk menyelesaikan masalah serta beradaptasi dengan berbagai tantangan kehidupan. Selain memberikan dukungan langsung kepada klien, pekerja sosial juga bertugas menghubungkan mereka dengan sumber daya yang dibutuhkan, memfasilitasi interaksi sosial yang sehat, serta memastikan agar institusi dan organisasi bertanggung jawab dalam memenuhi kebutuhan masyarakat. Lebih dari itu, pekerja sosial juga berperan aktif dalam memengaruhi kebijakan sosial agar lebih adil dan berpihak kepada kelompok rentan dan terpinggirkan.

Payne (2016) menyatakan bahwa konseling telah lama menjadi komponen penting dalam praktik pekerjaan sosial, terutama dalam bentuk kerja kasus (*casework*) dan praktik terapeutik. Pendekatan ini digunakan untuk membantu klien memahami dan mengatasi masalah pribadi atau emosional melalui komunikasi verbal yang mendalam dan terarah. Dalam konteks ini, konseling berfungsi sebagai pendekatan relasional yang memungkinkan pekerja sosial untuk menjangkau kebutuhan emosional dan psikologis klien yang tidak bisa dijawab hanya dengan intervensi administratif atau struktural semata.

Pengetahuan dan keterampilan konseling sering kali digunakan secara bersamaan dalam praktik pekerjaan sosial. Payne (2016) menjelaskan bahwa pekerjaan sosial dan konseling berbagi landasan teoretis yang sama, khususnya dalam penggunaan komunikasi verbal, empati, dan hubungan terapeutik.

#### **2.1.4.1. Keterampilan Konseling dalam Praktik Pekerjaan Sosial**

Dalam praktik pekerjaan sosial, keterampilan konseling bukan hanya tambahan, melainkan menjadi bagian yang sangat penting untuk menjalin hubungan yang bermakna dan efektif antara pekerja sosial dengan klien. Seden (2005) menyebut bahwa keterampilan konseling memungkinkan pekerja sosial untuk memberikan bantuan yang berpusat pada klien, didasarkan pada komunikasi yang empatik, dan fokus pada kekuatan relasional dalam proses perubahan.

##### **1. Mendengarkan Aktif (*Active Listening*)**

Mendengarkan aktif adalah keterampilan utama yang menjadi dasar dalam proses konseling. Dalam konteks pekerjaan sosial, mendengarkan aktif tidak sekadar mendengar isi pembicaraan klien, melainkan menangkap makna

tersembunyi, ekspresi emosi, dan intensi dari apa yang disampaikan. Menurut Seden (2005), mendengarkan aktif juga membantu menciptakan rasa dihargai dan dipahami oleh klien. Dengan keterampilan ini, pekerja sosial dapat menangkap kebutuhan dan perasaan klien yang mungkin tidak terucap secara eksplisit.

## 2. Empati

Seden (2005) menekankan bahwa empati adalah jembatan yang menghubungkan pekerja sosial dengan dunia emosional klien, dan menjadi dasar untuk menciptakan rasa aman serta keterbukaan dalam proses konseling. Penerimaan tanpa syarat berarti menerima klien apa adanya, tanpa menghakimi, tanpa prasangka, serta tetap menghormati nilai-nilai pribadi klien meskipun berbeda dari nilai pekerja sosial. Sikap ini sangat penting terutama ketika klien menghadapi konflik internal atau pengalaman traumatis yang membuat mereka merasa rentan dan terisolasi.

## 3. Refleksi, Klarifikasi, dan Pertanyaan Terarah

Refleksi dan klarifikasi adalah keterampilan yang membantu klien mendalami pemikiran dan perasaannya sendiri. Dalam praktiknya, pekerja sosial mengulang kembali apa yang dikatakan klien dengan cara yang lebih jelas, sehingga klien bisa melihat perspektifnya sendiri secara lebih objektif. Pertanyaan terbuka dan terarah juga menjadi teknik penting. Pertanyaan ini mendorong eksplorasi lebih lanjut, bukan hanya menggali informasi tetapi juga membimbing klien untuk berpikir kritis dan menemukan solusi dari dalam dirinya sendiri.

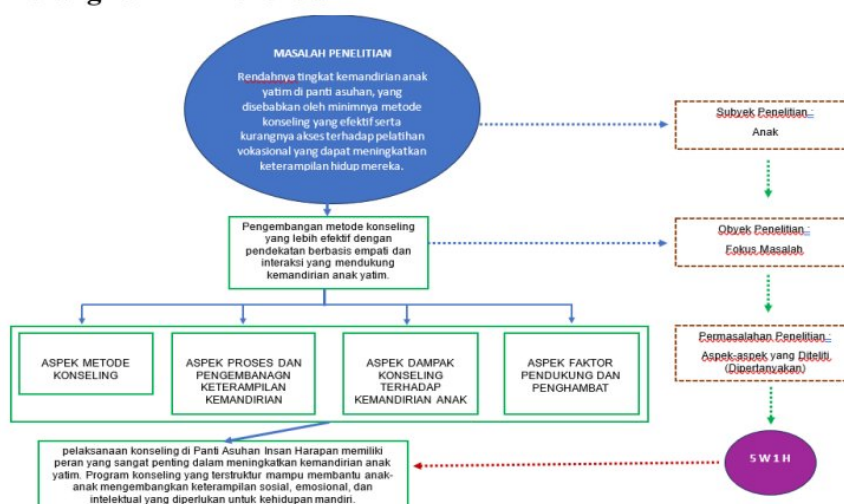
#### 4. Kesadaran Diri (*Self-Awareness*) dalam Interaksi Konseling

Pekerja sosial dituntut untuk memiliki kesadaran diri yang kuat terhadap nilai, sikap, dan emosi pribadi mereka. Kesadaran diri berfungsi untuk mencegah terjadinya bias atau reaksi yang tidak profesional saat berinteraksi dengan klien. Seden (2005) menekankan bahwa setiap pekerja sosial perlu merefleksikan pengaruh pengalaman masa lalu terhadap cara mereka menangani klien. Dengan menyadari area sensitif dalam diri, pekerja sosial dapat menjaga hubungan yang bersih dari transferensi negatif, dan lebih fokus pada kebutuhan klien, bukan pada respons pribadi.

#### 5. Keheningan, Kesabaran, dan Bahasa Tubuh

Dalam praktik konseling, keheningan sering kali memiliki makna yang kuat. Diam bukan berarti tidak melakukan apa apa, tetapi memberi ruang bagi klien untuk berpikir, merasakan, dan mengungkapkan hal-hal yang sulit. Pekerja sosial dituntut untuk mampu menghadapi momen-momen diam dengan kesabaran dan ketenangan.

### 2.2. Kerangka Pikir Penelitian



## Gambar 2. 1 Kerangka Pikir Penelitian

Sumber : Olah Data Penelitian 2025

Permasalahan penelitian dalam studi ini berfokus pada rendahnya tingkat kemandirian anak yatim di panti asuhan, yang disebabkan oleh minimnya Metode konseling yang efektif serta kurangnya akses terhadap pelatihan vokasional yang dapat meningkatkan keterampilan hidup mereka. Anak-anak yang tinggal di panti asuhan sering kali mengalami kesulitan dalam mengembangkan kemandirian akibat kurangnya lingkungan yang mendukung pengambilan keputusan, pengelolaan emosi, serta keterampilan sosial yang memadai. Selain itu, terdapat berbagai faktor pendukung dan penghambat dalam implementasi program konseling dan pelatihan vokasional yang berperan dalam keberhasilan intervensi bagi anak-anak tersebut.

Fokus intervensi dalam penelitian ini adalah mengembangkan metode konseling yang lebih efektif dengan pendekatan berbasis empati dan interaksi yang mendukung kemandirian anak yatim. Intervensi juga mencakup peningkatan akses terhadap pelatihan vokasional yang relevan dengan kebutuhan dan potensi anak-anak di panti asuhan. Selain itu, penelitian ini juga akan mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung serta menghambat keberhasilan program konseling di lingkungan panti asuhan, dengan tujuan merancang strategi yang lebih efektif dalam meningkatkan kemandirian anak yatim.

Dalam penelitian ini, beberapa aspek yang akan dikaji meliputi metode konseling yang diterapkan di Panti Asuhan Insan Harapan, proses konseling dalam mendukung pengembangan keterampilan kemandirian anak, dampak dari

pelaksanaan konseling terhadap perkembangan kemandirian anak yatim dalam aspek intelektual, sosial, emosional, dan ekonomi, serta faktor-faktor yang mendukung dan menghambat pelaksanaan konseling dan program pelatihan vokasional di panti asuhan tersebut.

Bagan kerangka pikir dalam penelitian ini menggambarkan hubungan antara teori-teori yang digunakan, permasalahan yang diidentifikasi, serta strategi intervensi yang diusulkan untuk meningkatkan kemandirian anak yatim di panti asuhan. Teori *Cognitive Behaviour* menurut Payne (2016) berpendapat bahwa pola pikir manusia terbentuk melalui rangkaian proses stimulus, kognisi, dan respon yang saling terhubung, membentuk suatu jaringan dalam otak.

Orientasi *CBP* bersifat solutif dan terfokus pada masa kini (*here and now*), artinya *CBP* tidak terlalu menekankan pada penyelidikan masa lalu klien, tetapi lebih fokus pada bagaimana masalah saat ini bisa diatasi melalui perubahan pola pikir dan tindakan. Dalam pendekatan ini, klien dipandang sebagai agen aktif dalam proses perubahan, dan bukan hanya sebagai penerima bantuan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling di Panti Asuhan Insan Harapan memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kemandirian anak yatim. Program konseling yang terstruktur mampu membantu anak-anak mengembangkan keterampilan sosial, emosional, dan intelektual yang diperlukan untuk kehidupan mandiri. Namun, beberapa tantangan masih ditemukan, seperti kurangnya tenaga profesional, keterbatasan sumber daya, serta keterbatasan akses terhadap program pelatihan vokasional yang sesuai dengan kebutuhan anak-anak.