



## **Comparison of Client Centered and Behavioristic Approaches in Counseling**

### **Komparasi Pendekatan Berpusat pada Klien dengan Behavioristik dalam Konseling**

**Dwiky Fajri Al-Ghiffari<sup>1\*</sup>, Aprilia Sari Yudha<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Email: [dwikyfajrial@gmail.com](mailto:dwikyfajrial@gmail.com)

\*Corresponding Author:  
[dwikyfajrial@gmail.com](mailto:dwikyfajrial@gmail.com)

#### **Abstrak**

Studi yang mendalam tentang perbandingan pendekatan *client-centered* dan Behavioristik dalam konseling memiliki signifikansi yang penting dalam pengembangan praktik konseling yang efektif. Tujuan dari penelitian ini adalah (1) untuk mengetahui konsep pendekatan client centered. (2) untuk mengetahui konsep pendekatan behavioristik. (3) untuk mengetahui komparasi dari pendekatan client centered dan behavioristik. Penelitian literatur dilakukan dengan cara mengumpulkan informasi melalui pustaka, kemudian mencatat dan mengolah data yang sudah didapatkan. Hasil dari penelitian ini adalah (1) pendekatan client centered adalah pendekatan yang memberdayakan klien untuk berpikir sendiri, memecahkan masalah mereka sendiri, dan mencapai aktualisasi diri. (2) Pendekatan behavioristik dalam konseling adalah suatu pendekatan yang menekankan pada perubahan perilaku klien melalui penggunaan teknik-teknik yang berbasis pada prinsip-prinsip pembelajaran. (3) Pendekatan client centered mendorong konselor untuk menciptakan lingkungan yang mendukung eksplorasi dan pemecahan masalah yang dilakukan oleh klien, sedangkan pendekatan behavioristik melibatkan identifikasi perilaku yang tidak diinginkan atau maladaptif, serta penggunaan teknik dan strategi terstruktur untuk memperkuat perilaku yang diinginkan dan mengubah perilaku yang tidak diinginkan.

**Kata Kunci:** Client Centered, Behavioristik, Komparasi, Konseling

#### **Abstract**

*An in-depth study of the comparison of Client-Centered and Behavioristic approaches to counseling has important significance in the development of effective counseling practices. The aims of this research are (1) to know the concept of client centered approach. (2) to know the concept of a behavioristic approach. (3) to know the comparison of client centered and behavioristic approaches. Literature research is carried out by collecting information through the literature, then recording and processing the data that has been obtained. The results of this study are (1) the client centered approach is an approach that empowers clients to think for themselves, solve their own problems, and achieve self-actualization. (2) The behavioristic approach in counseling is an approach that emphasizes changes in client behavior through the use of techniques based on learning principles. (3) The client-centered approach encourages counselors to create an environment that supports client exploration and problem solving, while the behavioristic approach involves identifying unwanted or maladaptive behaviors, as well as using structured techniques and strategies to reinforce desirable behaviors and change unwanted behaviors.*

**Keywords:** Client Centered, Behavioristic, Comparison, Counseling

## PENDAHULUAN

Studi yang mendalam tentang perbandingan pendekatan *client-centered* dan behavioristik dalam konseling memiliki signifikansi yang penting dalam pengembangan praktik konseling yang efektif. Dengan memahami secara mendalam kedua pendekatan ini, konselor dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang prinsip-prinsip, dan tujuan yang digunakan dalam masing-masing pendekatan tersebut. Penting untuk memeriksa perbedaan antara pendekatan Client-Centered yang menekankan empati, pengertian, dan penerimaan terhadap klien sebagai individu yang unik, dan pendekatan Behavioristik yang fokus pada perubahan perilaku melalui teknik pengukuran dan penguatan (Hasni, 2021). Melalui perbandingan ini, konselor dapat mengembangkan pendekatan konseling yang terintegrasi dengan baik, menggabungkan kelebihan dari kedua pendekatan untuk memberikan layanan konseling yang holistik dan efektif (Bastomi, 2018). Selain itu, penelitian mengenai perbandingan ini juga dapat meningkatkan pemahaman konselor tentang klien mereka, memungkinkan adaptasi dan personalisasi pendekatan sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik individu klien. Karena itu, penting untuk melanjutkan penelitian tentang tema ini guna mengembangkan praktik konseling yang lebih baik dan memberikan manfaat maksimal bagi klien yang dilayani.

Ada beberapa penelitian tentang client centered dan behavioristik. Penelitian pertama menghasilkan penelitian konseling *client centered* dapat digunakan dalam meningkatkan konsep diri positif siswa. Hal ini terbukti dengan adanya perubahan subjek setelah pelaksanaan konseling (Salam & Aulia, 2018). Penelitian kedua menghasilkan dengan menggunakan konseling behavioristik teknik desensitisasi sistematis dapat menghasilkan perubahan tingkah laku pada klien untuk mampu memulai berani berpendapat, lebih percaya diri, optimis dan berani maju di depan umum. (Syafitri et al., 2020). Berdasarkan kedua penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa konseling dengan pendekatan client centered dan behavioristik sama-sama menghasilkan perubahan tingkah laku yang signifikan.

Berdasarkan uraian diatas, penelitian-penelitian yang sudah ada hanya menunjukkan bagaimana pengaruh dari pendekatan dari *client centered* dan behavioristik. Pilihan pendekatan yang digunakan akan tergantung pada karakteristik klien, masalah yang dihadapi, dan kebutuhan individu klien, sehingga penting bagi konselor dalam memahami pendekatan yang akan dilakukan. Dalam penelitian kali ini, peneliti memfokuskan untuk membandingkan pendekatan client centered dan behavioristik, baik secara pengertian, ciri-ciri, maupun dalam pengaplikasianya. Terdapat tiga asumsi yang menjadi dasar dari penelitian ini. Pertama adalah konsep pendekatan client centered. Kedua adalah konsep pendekatan behavioristik. Ketiga adalah bagaimana komparasi dari pendekatan client centered dan behavioristik.

## METODE

Objek dari penelitian ini adalah konsep konseling berbasis *client-centered* dan behavioristik. Sumber data yang digunakan dalam penulisan artikel ini yaitu dari kepustakaan, buku, jurnal-jurnal yang peneliti akses lewat platform ternama seperti *mendeley*, *google scholer*, dan *open knowledge maps*. Dalam penulisan artikel ini metode yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan library research (penelitian literatur). Penelitian literatur dilakukan dengan cara mengumpulkan informasi melalui pustaka, kemudian mencatat dan mengolah data yang sudah didapatkan. Penggunaan library research dalam penelitian ini karena sumber data yang diteliti merupakan konten analisis yang sifatnya pustaka dan bukan lapangan, sehingga informasi yang didapat memang dari buku-buku ataupun jurnal terkait. Data yang didapatkan kemudian dianalisis dengan cara konten analisis atau mencocokkan satu sama lain antara beberapa data yang telah didapatkan dari studi Pustaka (Subhan & Novianti, 2020). Keterkaitan satu sama lain menandakan bahwa antara variabel satu dengan yang lainnya ada kecocokan sesuai dengan judul dalam artian pembahasan terkait konsep konseling berbasis *client-centered* dengan behavioristik. Proses seleksi dilakukan dengan cara membandingkan pustaka satu dengan pustaka yang lain, kemudian menarik kesimpulan hingga terbentuk suatu kesimpulan tentang konsep konseling berbasis *client-centered* dan Behavioristik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendekatan *client-centered* atau terkadang disebut juga pendekatan konseling pusat klien, dikembangkan oleh psikolog Carl Rogers, merupakan salah satu pendekatan utama dalam bidang konseling. Pendekatan ini menekankan pada hubungan terapeutik yang kuat antara konselor dan klien, di mana klien diberdayakan untuk mengeksplorasi, memahami, dan mengubah diri mereka sendiri (Velasquez & Montiel, 2018). Pendekatan *client-centered* didasarkan pada keyakinan bahwa setiap individu memiliki kemampuan alami untuk tumbuh dan mengembangkan potensi mereka sendiri. Konselor dalam pendekatan ini menganggap klien sebagai ahli dalam dirinya sendiri dan menghormati pengalaman dan pemahaman klien tentang diri mereka sendiri. Pendekatan Client-Centered memungkinkan klien untuk mengungkapkan diri dengan bebas, merasa didengar dan dipahami, dan memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang diri mereka sendiri. Dalam lingkungan yang mendukung ini, klien diharapkan dapat mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang masalah mereka, mengeksplorasi pilihan-pilihan yang mungkin, dan mengambil langkah-langkah untuk mencapai perubahan yang diinginkan dalam hidup mereka (Nur Chasanah et al., 2020).

Berikut adalah prinsip-prinsip utama dalam pendekatan Client-Centered (Indah Fajrotuz Zahro & Alifatuz Zahrotul Uyun, 2020):

1. Empati: Konselor mengembangkan pemahaman dan perasaan empati terhadap pengalaman klien. Mereka berusaha melihat dunia melalui sudut pandang klien, mencoba memahami perasaan dan perspektif mereka dengan sepenuh hati.
2. Ketulusan: Konselor menunjukkan ketulusan dan kejujuran dalam hubungan dengan klien. Mereka menghindari sikap menghakimi, mengarahkan, atau mengendalikan. Konselor

- menerima klien dengan segala kelebihan dan kekurangannya.
3. Penerimaan tanpa syarat: Konselor menerima klien tanpa syarat, dengan menerima seluruh diri klien, termasuk perasaan, pikiran, dan tindakan mereka. Konselor tidak menghakimi atau menilai klien berdasarkan standar atau nilai-nilai pribadi mereka.
  4. Autentisitas: Konselor menunjukkan keaslian dan kejujuran diri mereka sendiri dalam hubungan dengan klien. Mereka tidak berpura-pura atau menyembunyikan perasaan atau pemikiran mereka. Hal ini membantu menciptakan iklim terapeutik yang aman dan dapat dipercaya.
  5. Fokus pada klien: Pendekatan ini menempatkan klien sebagai pusat perhatian dan menghargai kemandirian klien dalam menentukan arah dan tujuan dalam konseling. Konselor mendengarkan secara aktif, menggali dan memperjelas pemikiran dan perasaan klien, serta membantu klien menemukan solusi yang tepat bagi diri mereka sendiri.

Peranan konselor dalam menggunakan pendekatan Client-Centered adalah sebagai berikut:

1. Menciptakan hubungan terapeutik: Konselor bertanggung jawab untuk membangun hubungan yang kuat dan saling percaya dengan klien. Mereka menciptakan lingkungan yang aman, mendukung, dan tidak menghakimi di mana klien merasa didengar dan dipahami.
2. Memperlihatkan empati: Konselor menunjukkan empati yang tulus terhadap pengalaman dan perasaan klien. Mereka mendengarkan dengan penuh perhatian, mencoba memahami perspektif klien, dan mengakui perasaan yang muncul.
3. Menerima klien tanpa syarat: Konselor menerima klien dengan sepenuh hati, tanpa menghakimi atau menilai. Mereka menghormati kemandirian klien dan menerima seluruh diri klien, termasuk kelebihan dan kekurangannya.
4. Mendengarkan aktif: Konselor menggunakan keterampilan mendengarkan aktif untuk memahami secara lebih mendalam apa yang dikatakan klien. Mereka menunjukkan minat yang sungguh-sungguh, mengajukan pertanyaan terbuka, dan mencerminkan kembali perasaan dan pemikiran klien untuk memperjelas pemahaman.
5. Menghindari arahan atau intervensi langsung: Konselor tidak memberikan saran atau mengarahkan klien secara langsung. Mereka memberikan ruang bagi klien untuk mengeksplorasi pemikiran dan perasaan mereka sendiri, serta mendorong klien untuk menemukan solusi yang tepat bagi diri mereka sendiri.
6. Membantu klien menggali dan memperluas pemahaman: Konselor membantu klien dalam menggali lebih dalam pemikiran, perasaan, dan keyakinan yang mendasari masalah atau situasi yang dihadapi. Dengan mendukung klien untuk menjelajahi berbagai sudut pandang dan mengklarifikasi pemahaman mereka, konselor membantu klien mengembangkan wawasan yang lebih mendalam.
7. Mendorong pertumbuhan dan perubahan: Konselor memberikan dukungan dan dorongan kepada klien untuk mengambil langkah-langkah menuju perubahan yang diinginkan dalam hidup mereka. Mereka membantu klien mengidentifikasi tujuan, merencanakan tindakan, dan melihat kemungkinan pilihan yang tersedia.

Dalam pendekatan Client-Centered, peranan konselor adalah menjadi fasilitator yang menghormati klien sebagai ahli dalam diri mereka sendiri. Konselor memberikan perhatian penuh pada klien, mendorong pemahaman diri, dan memberikan dukungan yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perubahan yang positif(Astuti et al., 2020).

Pendekatan behavioristik dalam konseling merupakan pendekatan yang berfokus pada perilaku yang dapat diamati dan diukur. Pendekatan ini berasumsi bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh pembelajaran dan pengalaman yang terjadi dalam lingkungan. Prinsip utama dalam pendekatan ini adalah bahwa perilaku dapat dipahami dan diubah melalui manipulasi stimulus eksternal dan penguatan (reward) atau hukuman. Dalam pendekatan behavioristik, konselor bekerja dengan klien untuk mengidentifikasi perilaku yang tidak diinginkan dan menyebabkan masalah atau gangguan. Konselor menggunakan teknik-teknik seperti penguatan positif (reward) untuk meningkatkan perilaku yang diinginkan dan hukuman untuk mengurangi perilaku yang tidak diinginkan. Penguatan positif dapat berupa hadiah atau pengakuan, sedangkan hukuman dapat berupa konsekuensi negatif atau kehilangan priviles (Sigit Sanyata, 2012). Pendekatan behavioristik cenderung bersifat terstruktur dan praktis. Konselor berfokus pada perubahan perilaku yang konkret dan mengukur kemajuan secara objektif. Konselor behavioristik juga menggunakan teknik-teknik lain seperti pemodelan, di mana klien mempelajari perilaku yang diinginkan dengan mengamati dan meniru model yang ada. Selain itu, konselor juga menggunakan analisis fungsional untuk memahami hubungan antara stimulus, perilaku, dan konsekuensinya. Hal ini membantu konselor dalam mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku klien dan merancang intervensi yang sesuai (Syafitri et al., 2020).

Berikut adalah beberapa prinsip-prinsip utama dalam pendekatan behavioristik:

1. Pembelajaran melalui stimulus dan respons: Pendekatan behavioristik berfokus pada hubungan antara stimulus (rangkaian peristiwa atau situasi) dan respons (perilaku yang dihasilkan). Prinsip ini menekankan bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh rangsangan lingkungan dan tanggapan yang diberikan terhadapnya.
2. Penguatan (Reinforcement): Prinsip penguatan menunjukkan bahwa perilaku cenderung diperkuat atau ditingkatkan jika diikuti oleh konsekuensi yang menyenangkan atau memuaskan. Penguatan positif (reward) diberikan sebagai hadiah untuk meningkatkan perilaku yang diinginkan, sementara penguatan negatif melibatkan penghapusan atau penghindaran konsekuensi yang tidak diinginkan untuk meningkatkan perilaku.
3. Hukuman (Punishment): Prinsip hukuman menyiratkan bahwa perilaku yang tidak diinginkan cenderung berkurang atau dihentikan jika diikuti oleh konsekuensi yang tidak menyenangkan atau tidak diinginkan. Hukuman dapat berupa konsekuensi negatif atau pengurangan priviles untuk mengurangi perilaku yang tidak diinginkan.
4. Pemodelan (Modeling): Prinsip pemodelan mencakup pembelajaran melalui pengamatan dan peniruan perilaku orang lain. Klien dapat mempelajari perilaku yang diinginkan dengan mengamati dan meniru model yang ada, baik melalui interaksi langsung maupun melalui media.
5. Generalisasi: Prinsip generalisasi menyatakan bahwa perilaku yang telah dipelajari dan diperkuat cenderung muncul dalam berbagai situasi yang serupa. Dengan kata lain, ketika perilaku yang diinginkan berhasil diperoleh dalam satu konteks, ada kecenderungan perilaku tersebut akan muncul dalam konteks yang serupa.
6. Ekstinksi (Extinction): Prinsip ekstinksi menunjukkan bahwa perilaku cenderung berkurang atau menghilang jika penguatan dihentikan atau tidak lagi diberikan. Jika perilaku tidak lagi diperkuat, klien dapat mengalami penurunan atau penghentian perilaku tersebut.

Prinsip-prinsip ini membentuk dasar pendekatan behavioristik dalam konseling. Konselor behavioristik menggunakan prinsip-prinsip ini untuk merancang intervensi yang tepat dan membantu klien dalam mengubah perilaku yang tidak diinginkan dan meningkatkan perilaku yang diinginkan (Setyowati et al., 2020).

Peran konselor dalam menggunakan pendekatan behavioristik adalah sebagai berikut:

1. Menganalisis dan mengidentifikasi perilaku: Konselor behavioristik melakukan analisis perilaku dengan mengidentifikasi perilaku yang tidak diinginkan atau masalah yang dihadapi oleh klien. Mereka menggunakan observasi dan wawancara untuk memahami perilaku klien secara mendalam.
2. Merancang tujuan yang spesifik: Konselor bekerja dengan klien untuk merancang tujuan yang spesifik dan terukur yang ingin dicapai melalui konseling. Tujuan ini berkaitan dengan perubahan perilaku yang diinginkan atau peningkatan keterampilan tertentu.
3. Mengembangkan rencana intervensi: Konselor menggunakan prinsip-prinsip behavioristik untuk merancang rencana intervensi yang sesuai. Mereka memilih teknik-teknik seperti penguatan positif, penguatan negatif, hukuman, atau pemodelan, yang relevan dengan masalah yang dihadapi klien.
4. Mengimplementasikan intervensi: Konselor menerapkan intervensi behavioristik yang telah dirancang ke dalam sesi konseling. Mereka memberikan panduan, pelatihan, atau arahan kepada klien untuk mengubah perilaku mereka melalui penguatan positif, hukuman, atau pemodelan.
5. Mengukur dan mengevaluasi kemajuan: Konselor behavioristik menggunakan pengukuran objektif untuk melacak dan mengevaluasi kemajuan klien dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Mereka menggunakan alat ukur seperti lembar observasi, jurnal perilaku, atau skala evaluasi untuk mengukur perubahan dalam perilaku klien.
6. Menyediakan umpan balik dan dukungan: Konselor memberikan umpan balik terkait perilaku klien secara teratur. Mereka memberikan penguatan positif dan dukungan kepada klien ketika mereka mencapai tujuan atau mengalami perbaikan dalam perilaku. Konselor juga membantu klien dalam menghadapi hambatan atau tantangan yang mungkin muncul selama proses perubahan perilaku.
7. Menerapkan generalisasi dan pemeliharaan: Konselor bekerja dengan klien untuk memastikan bahwa perubahan perilaku yang dicapai dapat dipertahankan dan diterapkan dalam berbagai konteks atau situasi yang berbeda. Mereka membantu klien dalam menggeneralisasi perilaku yang diinginkan dan mengurangi perilaku yang tidak diinginkan di luar sesi konseling.

Dalam pendekatan behavioristik, peran konselor adalah sebagai fasilitator perubahan perilaku yang diinginkan. Mereka menggunakan prinsip-prinsip behavioristik untuk membantu klien dalam memahami, mengubah, dan mengatasi masalah perilaku yang dialami (Karya, 2019).

Teori *client-centered* dan teori behavioristik adalah dua pendekatan yang berbeda dalam konseling. Teori client-centered, yang dikembangkan oleh Carl Rogers, menekankan pada pentingnya menghormati dan mengakui klien sebagai ahli dalam pengalaman dan kebutuhan mereka sendiri. Pendekatan ini mendorong konselor untuk menciptakan lingkungan yang mendukung eksplorasi dan pemecahan masalah yang dilakukan oleh klien, dengan konselor berperan sebagai mitra yang membantu dan memfasilitasi proses ini (Qorib & Krisna Jaya, 2022).

Di sisi lain, teori behavioristik menitikberatkan pada perubahan perilaku yang terlihat secara eksternal. Pendekatan ini melibatkan identifikasi perilaku yang tidak diinginkan atau maladaptif, serta penggunaan teknik dan strategi terstruktur untuk memperkuat perilaku yang diinginkan dan mengubah perilaku yang tidak diinginkan. Dalam teori behavioristik, perhatian lebih diberikan pada pengukuran dan evaluasi hasil melalui perubahan perilaku yang diamati. Meskipun keduanya memiliki pendekatan yang berbeda, tujuan utama dari kedua teori ini tetaplah membantu individu dalam mencapai perubahan dan kesejahteraan pribadi(Aziz Jayana, 2021).

Perbandingan peranan konselor dalam menerapkan teori client-centered dan behavioristik dalam konseling dapat dibahas sebagai berikut(Astuti et al., 2022; Raihan, 2021):

#### Orientasi terhadap klien

1. Dalam pendekatan client-centered, peran konselor adalah menciptakan hubungan terapeutik yang empatik, mendukung, dan memfokuskan pada kebutuhan dan pengalaman klien. Konselor lebih banyak mendengarkan, memahami, dan menghargai klien tanpa menghakimi. Di sisi lain, dalam pendekatan behavioristik, peran konselor lebih fokus pada perubahan perilaku klien dengan menggunakan teknik-teknik seperti penguatan, hukuman, dan penghapusan stimulus. Penekanan pada eksplorasi diri Dalam client-centered therapy, konselor berperan dalam mendorong klien untuk mengungkapkan diri, mengeksplorasi pemikiran, perasaan, dan pengalaman mereka sendiri. Konselor memberikan refleksi dan pemahaman yang mendalam tentang apa yang dikatakan klien. Di sisi lain, dalam pendekatan behavioristik, fokus konselor lebih pada analisis perilaku klien dan merencanakan intervensi untuk mengubah perilaku yang tidak diinginkan atau maladaptif.
2. Peran dalam perubahan perilaku  
Dalam pendekatan client-centered, konselor berperan sebagai fasilitator yang membantu klien mencapai perubahan melalui pengembangan dorongan aktualisasi dan pengambilan tanggung jawab atas kehidupan mereka sendiri. Konselor tidak memberikan saran atau nasihat langsung, tetapi membantu klien menemukan solusi yang sesuai dengan nilai dan tujuan mereka sendiri. Di sisi lain, dalam pendekatan behavioristik, konselor berperan dalam merencanakan dan melaksanakan intervensi yang terfokus pada perubahan perilaku klien melalui penguatan positif, penguatan negatif, atau hukuman.
3. Penekanan pada hubungan terapeutik  
Dalam client-centered therapy, hubungan terapeutik yang empatik, penuh kepercayaan, dan mendukung antara konselor dan klien sangat penting. Konselor menciptakan lingkungan yang aman dan terbuka di mana klien merasa didengarkan dan dipahami sepenuhnya. Di sisi lain, dalam pendekatan behavioristik, hubungan antara konselor dan klien lebih bersifat instruksional dan konselor lebih berperan sebagai ahli yang memberikan petunjuk dan instruksi untuk mencapai perubahan perilaku yang diinginkan.

Teori yang digunakan dalam konseling Client Centered Therapy adalah teori klien berpusat atau teori Rogerian. Teori ini dikembangkan oleh Carl Rogers dan berfokus pada pentingnya hubungan terapeutik yang empatik, penerimaan tanpa syarat, dan keaslian dalam membantu klien dalam proses eksplorasi diri dan pertumbuhan pribadi. Dalam teori ini, konselor meyakini bahwa setiap individu memiliki potensi untuk memahami dan mengatasi masalah mereka sendiri jika mereka diberikan lingkungan yang mendukung dan penerimaan tanpa syarat. Konselor berperan

sebagai fasilitator yang mendengarkan, menghargai, dan mengerti klien dengan sepenuh hati, membantu klien menemukan pemahaman diri mereka sendiri, mengidentifikasi nilai-nilai dan kebutuhan mereka, serta mengembangkan solusi yang sesuai dengan pengalaman mereka sendiri. Dengan demikian, teori Client Centered Therapy menekankan pentingnya menghormati dan mempercayai klien sebagai ahli dalam hidup mereka sendiri, dengan tujuan membantu klien mencapai aktualisasi diri dan perubahan positif (Setiawan, 2018).

*Client-Centered Therapy* memiliki kelebihan dalam menciptakan hubungan terapeutik yang kuat, dengan penekanan pada empati, penghargaan positif tanpa syarat, dan keaslian. Terapi ini memungkinkan klien untuk merasa didengarkan, dipahami, dan diterima sepenuhnya, sehingga menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi eksplorasi diri mereka. Pendekatan ini memberdayakan klien untuk mengambil peran aktif dalam proses terapeutik, mempromosikan pertumbuhan pribadi, dan pengembangan kesadaran diri(Wahyuningsih et al., 2021).

Namun, terdapat beberapa kekurangan dalam Client-Centered Therapy. Pendekatan ini mungkin kurang efektif untuk klien yang membutuhkan panduan langsung, struktur, atau solusi konkret. Sifat non-direktif dari terapi ini juga dapat memperlambat kemajuan, terutama jika klien mengalami kesulitan dalam mengeksplorasi dan mengartikulasikan pemikiran atau perasaan mereka. Konselor perlu mempertimbangkan kebutuhan individu klien dan dapat menggunakan pendekatan lain atau teknik tambahan ketika diperlukan untuk membantu klien mencapai tujuan terapeutik secara lebih efektif (Mirnah & Afandi, 2022).

Teori yang digunakan dalam konseling Behavioristik adalah teori Behaviorisme. Teori ini berfokus pada pemahaman bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh lingkungan eksternal dan bahwa perilaku dapat dipelajari, diubah, atau dimodifikasi melalui proses pembentukan dan penguatan. Dalam konseling Behavioristik, konselor berfokus pada perilaku yang dapat diamati dan diukur secara objektif, serta interaksi antara stimulus eksternal dan respons individu. Konselor menggunakan teknik-teknik seperti penguatan positif, penghentian terhadap perilaku yang tidak diinginkan, dan kondisi penggantian perilaku yang baru untuk membantu klien dalam mengubah perilaku yang tidak sehat atau tidak diinginkan. Pendekatan ini menekankan pentingnya identifikasi dan perubahan pola pikir dan perilaku yang negatif, serta pengembangan pola pikir dan perilaku yang lebih sehat dan produktif. Tujuan dari konseling Behavioristik adalah untuk membantu klien mengembangkan keterampilan dan strategi baru dalam menghadapi masalah dan mencapai perubahan positif dalam kehidupan mereka (Dwi Wulan Novitasari & Muhammad Abduh, 2022).

Konseling Behavioristik memiliki beberapa kelebihan. Pertama, pendekatan ini menekankan pada perilaku yang dapat diamati dan diukur secara objektif, sehingga memberikan dasar yang kuat untuk evaluasi dan pengukuran kemajuan klien. Hal ini memungkinkan konselor untuk melacak perubahan perilaku yang terjadi seiring dengan proses konseling. Kedua, konseling Behavioristik menggunakan teknik-teknik yang jelas dan terstruktur, seperti penguatan positif dan penghentian terhadap perilaku yang tidak diinginkan. Hal ini membantu klien dalam mengembangkan keterampilan baru dan mengubah perilaku yang tidak sehat atau tidak diinginkan. Ketiga, konseling Behavioristik mampu memberikan hasil yang relatif cepat karena fokusnya pada perubahan perilaku konkret (Zelika et al., 2022).

Namun, konseling Behavioristik juga memiliki beberapa kekurangan. Pertama, pendekatan ini mungkin kurang memperhatikan aspek psikologis dan emosional yang lebih dalam dari individu. Kedua, konseling Behavioristik cenderung tidak memperhatikan faktor-faktor kontekstual atau lingkungan yang mungkin mempengaruhi perilaku klien. Ketiga, terkadang konseling Behavioristik terlalu terfokus pada menghilangkan perilaku yang tidak diinginkan tanpa memperhatikan pengembangan keterampilan atau potensi individu secara keseluruhan. Konselor yang menerapkan pendekatan ini juga harus berhati-hati agar tidak terlalu otoriter atau mengabaikan kebutuhan individual klien. Oleh karena itu, penting bagi konselor untuk mempertimbangkan kelebihan dan kekurangan dari konseling Behavioristik dan mengintegrasikannya dengan pendekatan lain yang sesuai untuk mencapai hasil yang optimal bagi klien (Rahayu et al., 2022).

Perbandingan peranan konselor yang menggunakan pendekatan Client Centered dan Behavioristik dalam konseling memiliki beberapa perbedaan. Dalam Client Centered Therapy, peran konselor lebih berfokus pada menciptakan hubungan terapeutik yang empatik, penerimaan tanpa syarat, dan menghargai klien sebagai ahli dalam hidup mereka sendiri. Konselor bertindak sebagai fasilitator yang mendengarkan dengan sepenuh hati, memberikan pemahaman dan refleksi yang mendalam, serta menggali pemahaman diri klien. Mereka tidak memberikan saran atau nasehat langsung, tetapi lebih berorientasi pada memfasilitasi pertumbuhan pribadi dan aktualisasi diri klien(Raihan, 2021).

Di sisi lain, dalam pendekatan Behavioristik, peran konselor lebih aktif dan berfokus pada perubahan perilaku konkret. Konselor menggunakan teknik-teknik yang terstruktur dan terukur untuk mengidentifikasi, memodifikasi, dan mengganti perilaku yang tidak sehat atau tidak diinginkan. Mereka berperan sebagai pengajar yang memberikan panduan, melatih keterampilan baru, dan memberikan penguatan positif untuk membantu klien mencapai tujuan perubahan perilaku(Astuti et al., 2022).

Meskipun peran konselor dalam kedua pendekatan tersebut memiliki perbedaan, keduanya memiliki tujuan yang sama yaitu membantu klien mencapai perubahan positif dan kesejahteraan psikologis. Konselor dalam keduanya perlu memiliki keterampilan komunikasi yang baik, empati, dan keahlian dalam membantu klien mengembangkan pemahaman diri dan mengatasi masalah mereka. Pilihan pendekatan yang digunakan akan tergantung pada karakteristik klien, masalah yang dihadapi, dan kebutuhan individu klien. Penting bagi konselor untuk memahami dan mengintegrasikan aspek-aspek yang berguna dari kedua pendekatan ini untuk memberikan bantuan yang efektif dan holistik kepada klien mereka.

## **KESIMPULAN**

Perbandingan antara pendekatan Client Centered dan Behavioristik dalam konseling menggambarkan perbedaan signifikan dalam peran konselor dan fokus intervensi. Client Centered Therapy menempatkan klien sebagai pusat perhatian, dengan konselor sebagai fasilitator yang empatik dan mendukung dalam memfasilitasi pertumbuhan pribadi klien. Di sisi lain, pendekatan Behavioristik menekankan perubahan perilaku konkret melalui penggunaan teknik yang

terstruktur dan terukur oleh konselor. Meskipun demikian, kedua pendekatan ini bertujuan untuk membantu klien mencapai perubahan positif dan kesejahteraan psikologis. Penting bagi konselor untuk memahami perbedaan dan kelebihan masing-masing pendekatan, serta mengintegrasikan elemen yang relevan untuk memberikan dukungan yang efektif kepada klien. Pilihan pendekatan yang digunakan harus disesuaikan dengan kebutuhan individu klien, dengan mempertimbangkan konteks dan karakteristik yang unik dari setiap klien yang dilayani.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Peneliti berterima kasih pada teman-teman dan kekasih peneliti yang selalu mendukung peneiliti hingga terbentuknya tulisan ini

## **RUJUKAN**

- Astuti, A., Mulianingsih, F., & Soleh, M. (2020). Teori Carl Rogers dalam Membentuk Pribadi dan Sosial yang Sehat. *HARVESTER: Jurnal Teologi Dan Kepemimpinan Kristen*, 7(1), 65–76. <https://doi.org/10.52104/HARVESTER.V7I1.89>
- Astuti, A., Mulianingsih, F., & Soleh, M. (2022). Teori Pendidikan Humanistik, Implikasinya dalam Humanistik Persaudaraan. *HARVESTER: Jurnal Teologi Dan Kepemimpinan Kristen*, 7(1), 65–76. <https://doi.org/10.52104/HARVESTER.V7I1.89>
- Aziz Jayana, T. (2021). Konsep Belajar dalam Perspektif Anwar Muhammad al-Syarqawi dan Albert Bandura serta Implikasinya dalam Pembelajaran di Sekolah. *Jurnal Al-Murabbi*, 7(1), 31–44. <https://doi.org/10.35891/AMB.V7I1.2716>
- Bastomi, H. (2018). Pandangan Holistik Manusia Sebagai Akar Pengembangan Inovasi Konseling. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 12(1). <https://doi.org/10.24090/komunika.v12i1.1330>
- Dwi Wulan Novitasari, & Muhammad Abduh. (2022). Upaya Guru dalam Melatih Karakter Disiplin Siswa Sekolah Dasar Berbasis Teori Behaviorisme. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6373–6378. <https://doi.org/10.31004/BASICEDU.V6I4.3261>
- Hasni, E. (2021). Pendekatan Client Centered Teraphy. *Proceedings of Annual Conference on Islamic Educational Management*, 92–109. <https://proceedings.uinsby.ac.id/index.php/aciem/article/view/573>
- Indah Fajrotuz Zahro, I. F. Z., & Alifatuz Zahrotul Uyun, A. Z. U. (2020). Konsep Diri Janda Cerai Usia Dewasa Madya Ditinjau dari Teori Person Centered Counseling. *Attanwir : Jurnal Keislaman dan Pendidikan*. <https://doi.org/10.53915/jurnalkeislamandanpendidikan.v11i2.37>
- Karya, I. wayan. (2019). ASUMSI DASAR TEORI KOGNITIF, BEHAVIORISTIK DAN HUMANISTIK. *Bawi Ayah: Jurnal Pendidikan Agama Dan Budaya Hindu*. <https://doi.org/10.33363/ba.v8i2.295>

- Mirnah, M., & Afandi, M. (2022). Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Client Centered Therapy Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Administrasi Pendidikan Dan Konseling Pendidikan*, 3(1), 39–43. <https://doi.org/10.24014/JAPKP.V3I1.9240>
- Nur Chasanah, K. R., Hidayati, A., & Radite Nur Maynawati, A. F. (2020). Peran Konseling Client Centered Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Advice: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(1). <https://doi.org/10.32585/Advice.v2i1.710>
- Qorib, M., & Krisna Jaya, C. (2022). *INTIQAD: JURNAL AGAMA DAN PENDIDIKAN ISLAM Kreativitas dalam Perspektif Teori Humanistik Rogers*. 14(1). <https://doi.org/10.30596/intiqad.v14i1.10372>
- Rahayu, E. S., Hidayati, R., & Rahardjo, S. (2022). MENINGKATKAN KEDISIPLINAN BELAJAR SISWA MELALUI KONSELING BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK SHAPING. *Jurnal Muria Research Guidance and Counseling (MRGC)*, 1(1), 130–136. <https://doi.org/10.24176/MRGC.V1I1.8601>
- Raihan, M. (2021). Penerapan Teori Belajar Behavioristik dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam di Sekolah Menengah Atas. *An-Nuha*, 1(1), 25–33. <https://doi.org/10.24036/ANNUHA.V1I1.13>
- Salam, T. M., & Aulia, V. (2018). Meningkatkan konsep diri siswa melalui konseling client centered. *Fokus (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 1(5).
- Setyowati, E., Santosa, H., & Biantoro, Y. (2020). Upaya Menurunkan Prokrastinasi Akademik Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Behavioristik Pada Peserta Didik Kelas XI TKJ Di SMK Ma’arif 1 Nanggulan. *Upaya Menurunkan Prokrastinasi Akademik Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Behavioristik Pada Peserta Didik Kelas XI TKJ Di SMK Ma’arif 1 Nanggulan*.
- Sigit Sanyata. (2012). Teori dan Aplikasi Behavioristik dalam Konseling. *Jurnal Paradigma*.
- Syafitri, D., Rahardjo, S., & Zamroni, E. (2020). Mengatasi Dampak Negatif Introvert Melalui Konseling Behavioristik Teknik Desensitisasi Sistematis Pada Siswa. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 2(2). <https://doi.org/10.24176/jpp.v2i2.4506>
- Velasquez, P. A. E., & Montiel, C. J. (2018). Reapproaching Rogers: a discursive examination of client-centered therapy. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies*, 17(3). <https://doi.org/10.1080/14779757.2018.1527243>
- Wahyuningsih, S., Japar, M., Nuraini, P., & dan Konseling, B. (2021). Pengaruh Konseling Kelompok Humanistik Dengan Teknik Experiential Learning Dan Client Centered Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Borobudur Counseling Review*, 1(1), 23–32. <https://doi.org/10.31603/BCR.4882>
- Zelika, S., Masturi, M., & Santoso, S. (2022). MENGATASI KEBIASAAN BERMAIN GAME ONLINE MELALUI KONSELING BEHAVIORISTIK DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT. *Jurnal Muria Research Guidance and Counseling (MRGC)*, 1(1), 103–112. <https://doi.org/10.24176/MRGC.V1I1.8598>