

PENERAPAN KONSELING INDIVIDUAL TEKNIK PERSON CENTERED THERAPY DALAM MENGATASI KESULITAN BELAJAR SISWA

Cicit Asjelita Gea¹, Famahato Lase², Justin Foera-era Lase³, Hosianna Rodearni Damanik⁴
^{1, 2, 3, 4}Universitas Nias, Jl. Yos Sudarso Ujung E-S No.118, Gunungsitoli, Sumatera Utara, Indonesia
Email: cicitasjelitag@gmail.com

Article History

Received: 13-02-2026

Revision: 23-02-2026

Accepted: 27-02-2026

Published: 03-03-2026

Abstract. This study was grounded in findings indicating a decline in academic achievement and various forms of learning difficulties originating from both internal and external student-related factors. The research aimed to examine the implementation of individual counseling services using the Person-centered therapy technique in addressing students' learning difficulties at SMP Negeri 2 Gunungsitoli Idanoi. A descriptive qualitative approach was employed, with data collected through interviews, observations, and documentation. The research subjects consisted of school counselors and students experiencing learning difficulties. Data were analyzed systematically through data reduction, data display, and conclusion drawing to ensure coherent and in-depth interpretation. The findings revealed that the implementation of individual counseling using the Person-centered therapy technique effectively assisted students in identifying the sources of their learning difficulties, enhancing self-awareness, and fostering greater motivation and responsibility in the learning process. A warm, empathic, and unconditionally accepting counseling relationship emerged as the key factor contributing to the success of the intervention. These results affirm that a person-centered approach represents an effective guidance and counseling strategy for improving students' learning quality and supporting their sustained personal and academic development.

Keywords: Individual Counseling, Person-Centered Therapy, Learning Difficulties, Guidance and Counseling

Abstrak. Penelitian ini didasarkan pada temuan adanya penurunan hasil belajar serta beragam bentuk kesulitan belajar yang bersumber dari faktor internal maupun eksternal siswa. Penelitian bertujuan untuk mengkaji penerapan layanan konseling individual dengan teknik *Person centered therapy* dalam mengatasi kesulitan belajar siswa di SMP Negeri 2 Gunungsitoli Idanoi. Pendekatan yang digunakan adalah penelitian kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Subjek penelitian terdiri dari guru BK dan siswa yang mengalami kesulitan belajar. Analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan secara sistematis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan konseling individual dengan teknik *Person centered therapy* mampu membantu siswa memahami sumber kesulitan belajar, meningkatkan kesadaran diri, serta menumbuhkan motivasi dan tanggung jawab dalam proses belajar. Hubungan konseling yang hangat, empatik, dan menerima tanpa syarat menjadi faktor kunci keberhasilan intervensi. Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan berpusat pada individu efektif sebagai strategi layanan BK dalam meningkatkan kualitas belajar siswa serta mendukung perkembangan pribadi dan akademik secara berkelanjutan.

Kata Kunci: Konseling Individual, *Person Centered Therapy*, Kesulitan Belajar, Bimbingan dan Konseling

How to Cite: Gea, C. A., Lase, F., Lase, J. F., & Damanik, H. R. (2026). Penerapan Konseling Individual Teknik *Person Centered Therapy* dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 7 (2), 2175-2188. <http://doi.org/10.54373/imeij.v7i2.5167>

PENDAHULUAN

Pendidikan pada jenjang sekolah menengah pertama menghadapi tantangan serius terkait munculnya kesulitan belajar yang berdampak langsung pada penurunan hasil akademik siswa. Fenomena ini tidak hanya terlihat dari rendahnya capaian nilai, tetapi juga dari menurunnya motivasi, kurangnya konsentrasi, serta lemahnya keterampilan belajar. Kesulitan belajar pada dasarnya merupakan kondisi kompleks yang dipengaruhi oleh faktor internal, seperti rendahnya *self-efficacy*, kecemasan akademik, dan kurangnya strategi belajar efektif, maupun faktor eksternal seperti pola pengajaran, lingkungan keluarga, dan dukungan sosial. Apabila tidak ditangani secara sistematis, kondisi ini berpotensi menimbulkan dampak jangka panjang terhadap perkembangan akademik dan psikososial siswa.

Temuan awal di SMP Negeri 2 Gunungsitoli Idanoi menunjukkan adanya sejumlah siswa yang mengalami hambatan dalam memahami materi, kesulitan mengelola waktu belajar, serta rendahnya kepercayaan diri dalam mengikuti proses pembelajaran. Layanan bimbingan dan konseling yang tersedia belum sepenuhnya diarahkan pada intervensi mendalam terhadap kesulitan belajar, sehingga diperlukan pendekatan yang lebih terstruktur dan berorientasi pada kebutuhan individual siswa. Dalam konteks ini, konseling individual memiliki posisi strategis karena memungkinkan terjadinya interaksi intensif antara konselor dan siswa untuk mengeksplorasi akar permasalahan secara komprehensif.

Pendekatan *Person centered therapy*, yang berlandaskan teori humanistik, menekankan pentingnya empati, penerimaan positif tanpa syarat, dan kongruensi dalam hubungan terapeutik. Melalui kondisi tersebut, siswa didorong untuk mengembangkan kesadaran diri, memahami sumber hambatan belajarnya, serta membangun tanggung jawab pribadi terhadap perubahan perilaku belajar. Secara konseptual, pendekatan ini relevan untuk mengatasi kesulitan belajar yang berkaitan dengan aspek afektif dan motivasional, yang sering kali menjadi faktor dominan dalam rendahnya pencapaian akademik.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara empiris penerapan layanan konseling individual dengan teknik *Person centered therapy* dalam mengatasi kesulitan belajar siswa di SMP Negeri 2 Gunungsitoli Idanoi. Secara khusus, penelitian ini diarahkan untuk menganalisis perubahan tingkat kesulitan belajar siswa sebelum dan sesudah intervensi, serta menilai efektivitas pendekatan tersebut sebagai strategi layanan bimbingan dan konseling yang berorientasi pada penguatan fungsi akademik dan perkembangan pribadi siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental* melalui model *one group pretest–posttest design* untuk menguji efektivitas layanan konseling individual dengan teknik *Person centered therapy* dalam mengatasi kesulitan belajar siswa. Desain ini memungkinkan pengukuran perubahan tingkat kesulitan belajar sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok yang sama tanpa melibatkan kelompok kontrol. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 2 Gunungsitoli Idanoi dengan populasi seluruh siswa tahun pelajaran 2024/2025, sedangkan sampel ditentukan melalui teknik *purposive sampling*, yaitu satu kelas yang teridentifikasi memiliki karakteristik kesulitan belajar. Subjek penelitian berjumlah 29 siswa yang dipilih berdasarkan hasil observasi awal dan rekomendasi guru bimbingan dan konseling.

Tabel 1. Populasi penelitian

Kelas	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
VII-A	15	14	29
VII-B	15	15	30
VII-C	16	15	31
VIII-A	13	14	27
VIII-B	13	13	26
VIII-C	12	14	26
IX-A	13	12	25
IX-B	9	13	22
IX-C	11	13	24
IX-D	10	13	23
Jumlah Total	127	136	263

Sumber Data: Profil SMP Negeri 2 Gunungsitoli Idanoi

Instrumen penelitian berupa angket kesulitan belajar yang disusun berdasarkan indikator faktor internal dan eksternal, meliputi motivasi, konsentrasi, keterampilan belajar, penguasaan materi, serta dukungan lingkungan belajar. Angket menggunakan skala Likert dan telah melalui uji validitas serta reliabilitas untuk memastikan ketepatan pengukuran. Pengumpulan data dilakukan dua tahap, yaitu *pretest* sebelum pemberian intervensi dan *posttest* setelah pelaksanaan layanan konseling individual. Intervensi dilaksanakan dalam beberapa sesi konseling dengan menekankan prinsip utama *Person centered therapy*, yaitu empati, penerimaan positif tanpa syarat, dan kongruensi dalam hubungan konseling. Selain angket, data pendukung diperoleh melalui observasi selama proses konseling dan dokumentasi akademik siswa guna memperkuat interpretasi hasil.

Data yang diperoleh dianalisis secara statistik melalui tahapan tabulasi skor, perhitungan nilai rata-rata, dan analisis deskriptif untuk menggambarkan tingkat kesulitan belajar sebelum dan sesudah perlakuan. Untuk menguji hipotesis penelitian, digunakan uji *paired sample t-test*

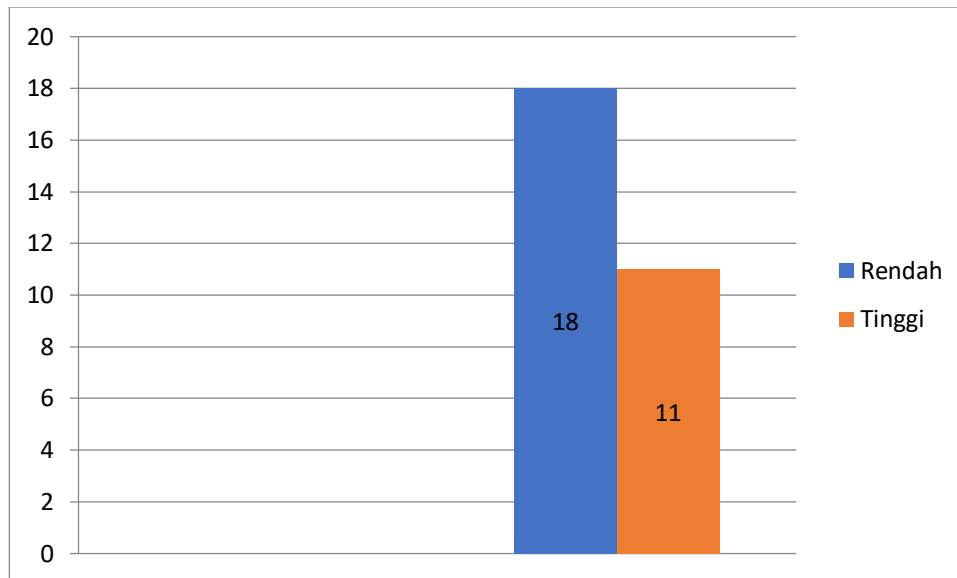
guna mengetahui signifikansi perbedaan antara skor pretest dan posttest. Analisis ini bertujuan untuk menentukan apakah penerapan konseling individual dengan teknik *Person centered therapy* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan kesulitan belajar siswa. Seluruh prosedur penelitian dilakukan secara sistematis untuk memastikan validitas internal serta memberikan dasar empiris dalam menarik kesimpulan penelitian.

HASIL

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 2 Gunungsitoli Idanoi, dengan judul Penerapan konseling individual teknik *person centered therapy* dalam mengatasi kesulitan belajar siswa di SMP Negeri 2 Gunungsitoli Idanoi. Sampel penelitian ini adalah siswa VII-A sebagai objek penelitian ini karena kelas tersebut dirasa mampu mewakili karakteristik, dan berjumlah 29 orang siswa. Kesulitan belajar merupakan pokok permasalahan dalam penelitian ini. Pendekatan yang digunakan untuk mengatasi kesulitan belajar siswa yaitu dengan metode eksperimen melalui Penerapan konseling individual dengan menggunakan teknik *person centered therapy*. Penerapan konseling individual terhadap subjek penelitian eksperimen adalah untuk mengetahui perubahan kesulitan belajar siswa yang diasumsikan tinggi sebelum diberikan layanan. Kesulitan belajar siswa ini berfokus pada indikator yang sudah dipersiapkan untuk mengatasi masalah kesulitan belajar siswa yaitu, kesulitan pengajaran dan ketergangguan belajar, kesulitan menguasai materi pelajaran, kesulitan memiliki keterampilan belajar, kesulitan dasar membaca, kesulitan membuat intisari bahan bacaan, kesulitan karena gangguan simbolik dan kelambatan belajar, kesulitan belajar karena ketidakmampuan dan gangguan perseptual motor, kesulitan karena gangguan nonsymbolik dan ketidak fungsian belajar.

Analisis Data *Pre-Test* (Kondisi Awal)

Data yang diperoleh untuk mengetahui hasil pretest yaitu sebelum diberi perlakuan yakni layanan konseling individual teknik *person centered therapy* dan posttest diperoleh dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti mengenai kesulitan belajar peserta didik. Pretest dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gambaran kondisi awal kesulitan belajar peserta didik sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok. Pretest tersebut diberikan kepada peserta didik kelas VII-A SMP Negeri 2 Gunungsitoli Idanoi. Berikut disajikan hasil skor penilaian kriteria kesulitan belajar peserta didik sebelum diberikannya treatment: Penerapan konseling individual teknik *person centered therapy* dalam mengatasi kesulitan belajar siswa di SMP Negeri 2 Gunungsitoli Idanoi



Sumber: Hasil pengolahan data SPSS V.25 for windows

Gambar 1. Pre-test kesulitan belajar

Berdasarkan diagram grafik diatas, dapat di simpulkan bahwa terdapat 18 orang yang berkesulitan bejarnya rendah atau bermasalah, dan terdapat 11 orang tingkat baik. Berdasarkan hasil tabel diatas maka diberikan penanganan terhadap peserta didik yang pada dasarnya mengalami kesulitan belajar dengan menggunakan layanan konseling individual teknik *person centered therapy*. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik dalam sampel penelitian menghadapi tantangan dalam proses belajar mereka. Angka 18 orang yang berkesulitan belajar rendah atau bermasalah mengindikasikan adanya kebutuhan intervensi yang signifikan untuk membantu mereka mengatasi hambatan akademik. Sementara itu, 11 orang yang memiliki tingkat belajar yang baik menunjukkan bahwa ada juga peserta didik yang berhasil dalam proses pembelajaran.

Melihat hasil ini, penanganan terhadap peserta didik yang mengalami kesulitan belajar sangat diperlukan. Salah satu pendekatan yang direkomendasikan adalah layanan konseling individual dengan menggunakan teknik *person-centered therapy*. Pendekatan ini berpusat pada individu, memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengeksplorasi kesulitan mereka dalam lingkungan yang mendukung dan empatik. Melalui terapi ini, diharapkan peserta didik dapat mengembangkan pemahaman diri, menemukan solusi, dan meningkatkan motivasi belajar mereka.

Deskripsi Keseluruhan Kesulitan Belajar di Dalam dan Luar Diri Siswa

Temuan penelitian mengenai keseluruhan kesulitan belajar di dalam dan luar diri siswa dapat dilihat deskripsinya pada tabel berikut:

Tabel 2. Keseluruhan kesulitan belajar di dalam dan luar diri siswa

KS 1 - 8			
Keseluruhan Kesulitan Belajar di dalam dan Luar Diri Siswa			
Frekuensi dan Aspek Masalah			
No URUT	Uraian Kesulitan Belajar yang dialami Siswa untuk Setiap Aspek	Jumlah yang Bermasalah VII N = 36	
		f	%
<i>I</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
1	Kesulitan belajar karena ketidakmampuan dan gangguan perseptual motor	4	11,1
2	Kesulitan karena gangguan nonsimbolik dan ketidakfungsian belajar	3	8,3
3	Kesulitan karena gangguan simbolik dan kelambatan belajar	4	11,1
4	Kesulitan pengajaran dan ketergangguan belajar	2,5	6,9
5	Kesulitan menguasai materi pelajaran	9,4	26,2
6	Kesulitan memiliki keterampilan belajar	4,5	12,6
7	Kesulitan dasar membaca	4,4	12,3
8	Kesulitan membuat intisari bahan bacaan	4,6	12,8
Total		36,4	12,6
Rata-Rata		4,6	

Dari tabel 2 dapat dilihat jumlah siswa yang bermasalah untuk setiap butir masalah tentang keseluruhan kesulitan belajar di luar diri siswa yang dialami siswa. Siswa Kelas VII yang berjumlah 29 orang, mengalami kesulitan rata-rata 4,6 atau 12,6% untuk setiap butir masalah.

Dengan demikian dapat ditegaskan bahwa siswa mengalami banyak kesulitan belajar di dalam dirinya berkenaan dengan keseluruhan kesulitan belajar di dalam dan luar diri siswa. Kesulitan belajar karena ketidakmampuan dan gangguan perseptual motor, gangguan nonsimbolik dan ketidakfungsian belajar, gangguan simbolik dan kelambatan belajar, kesulitan pengajaran dan ketergangguan belajar, kesulitan menguasai materi pelajaran, kesulitan memiliki keterampilan belajar, kesulitan dasar membaca, kesulitan membuat intisari bahan bacaan, merupakan masalah yang tidak terlepas dari diri siswa dari dalam kegiatan belajarnya. Jika data di atas menunjukkan bahwa tidak ada aspek masalah yang tidak dialami oleh siswa, maka dapat ditegaskan bahwa guru kurang ada perhatiannya terhadap kesulitan belajar yang dialami oleh siswa, baik dari dalam maupun dari luar. Dalam hal ini guru dituntut tidak hanya terampil mengajar di depan kelas, melainkan guru juga perlu membantu siswa mengatasi semua masalah ini. Selain itu koselor sekolah perlu merencanakan dan melaksanakan layanan BK yang tepat yang mampu membantu siswa mengatasi masalah dari dalam dan luar diri siswa.

Analisis Data *Post-Test* dalam Diri Siswa

Temuan penelitian mengenai Penerapan Konseling Individual Teknik *Person centered therapy* dalam membantu kesulitan belajar dalam diri siswa dapat dilihat deskripsinya pada Tabel 3 berikut:

Tabel 3. Penerapan KIPCT dalam membantu kesulitan belajar dalam diri siswa

PKS 1 – 3					
Penerapan KIPCT dalam Membantu Kesulitan Belajar dalam Diri Siswa					
Identitas Siswa		Teknik Skala Likert Skor Standar 30 X 5 = 150			
Nomor Urut	Tingkat Kelas	Σ Skor Kualitas		Penilaian	
		F	%	Dengan Angka	Kriteria
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>6</i>	<i>7</i>		
1	VII – 1	75,7	50,5	2	Tidak Terterapkan
Total		75,7	50,2	2	Tidak Terterapkan
Rata-Rata		75,7			

Dari tabel 3 dapat dilihat Penerapan Konseeling Individual Teknik *Person centered therapy* dalam membantu kesulitan belajar dalam diri siswa. Berdasarkan hasil olahan angket skala likert yang diperoleh dari siswa kelas VIIA yang berjumlah 29 orang, mencapai skor total rata-rata sebesar 75,5 atau 50,2% dari skor standar 150 dengan penilaian angka 2 yang artinya tidak berperan.

Berdasarkan deskripsi temuan data penelitian yang ada pada Tabel 3 dapat ditegaskan bahwa konselor sekolah tidak berperan dalam membantu kesulitan yang dialami siswa dalam dirinya. Dari temuan ini dapat dipertanyakan apa yang dilakukan dalam Menerapkan Konseeling Individual Teknik *Person centered therapy* untuk membantu siswa. Seperti apa dan bagaimana layanan BK yang dilaksanakan. Bila tidak ada perannya dalam membantu siswa mengatasi masalah dari dalam dirinya, dapat diduga pula bahwa layanan BK disekolah tidak terlaksana dengan baik, atau walaupun dilaksanakan tetapi tidak mampu membantu siswa mengatasi kesulitan belajar yang dialami. Pada hal konselor sekolah diharapkan mampu menunjukkan perannya yang sebenarnya, yaitu mampu membantu siswa mengatasi masalah yang dialami. Sebab kehadiran konselor di sekolah adalah terutama mendampingi siswa agar lebih mampu dan lebih manusiawi, dalam arti pelajar yang lebih baik, warga sekolah yang setia, dan anggota masyarakat yang berguna. Tugas konselor sekolah adalah mendampingi siswa dalam mengatasi masalah ini. Untuk itu diharapkan konselor sekolah mampu menunjukkan perannya yang sebenarnya, yaitu membantu siswa melalui layanan BK yang diselenggarakannya.

Analisis Data Post-Test Luar Diri Siswa

Temuan penelitian mengenai peran konselor sekolah secara keseluruhan dalam membantu kesulitan belajar dalam dan luar diri siswa dapat dilihat deskripsinya pada Tabel 4 berikut:

Tabel 4. Penerapan KIPCT dalam membantu kesulitan belajar di lur diri siswa

P K S 1 – 8					
Penerapan Konseeling Individual Teknik <i>Person Centered Therapy</i> dalam Membantu Kesulitan Belajar Dalam dan Luar Diri Siswa					
Identitas Siswa			Teknik Skala Likert		
Nomor Urut	Tingkat Kelas	Σ Skor Kualitas		Penilaian	
		F	%	Dengan Angka	Kriteria
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>6</i>	<i>7</i>		
1	VII – 1	152,5	50,8	2	Tidak Tertarapkan
	Total	152,5	50,8	2	Tidak Tertarapkan
	Rata-Rata	152,5			

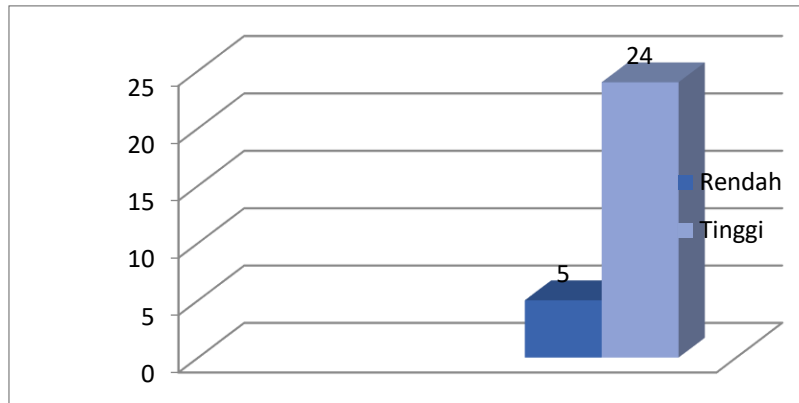
Dari tabel 4 dapat dilihat Penerapan Konseeling Individual Teknik *Person centered therapy* dalam membantu kesulitan belajar di luar diri siswa. Berdasarkan hasil olahan angket skala likert yang diperoleh dari siswa kelas VII yang berjumlah 29 orang, mencapai skor total rata-rata sebesar 75,7 atau 50,2% dari skor standar 150 dengan penilaian angka 2 yang artinya tidak berperan.

Berdasarkan data yang diperoleh, terlihat bahwa pada seluruh tingkat kelas peran konselor sekolah dalam membantu siswa mengatasi permasalahan yang mereka hadapi belum tampak secara optimal. Temuan ini menimbulkan pertanyaan mengenai efektivitas penyelenggaraan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Apabila konselor belum menunjukkan kontribusi nyata dalam membantu siswa menyelesaikan masalahnya, maka dapat diasumsikan bahwa pelaksanaan layanan BK belum berjalan sebagaimana mestinya.

Secara profesional, konselor sekolah memiliki tanggung jawab untuk membantu siswa mengembangkan sikap positif terhadap belajar, memahami kondisi fisik dan psikososialnya, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah dan masyarakat. Selain itu, konselor juga berperan dalam mendampingi siswa menghadapi berbagai permasalahan, baik yang bersumber dari dalam diri maupun dari faktor eksternal. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang lebih terarah dan sistematis agar konselor dapat menjalankan layanan BK yang relevan dengan kebutuhan siswa. Permasalahan yang muncul perlu diidentifikasi secara komprehensif, ditangani secara tepat, dan ditindaklanjuti melalui strategi intervensi yang efektif guna mendukung perkembangan akademik dan pribadi siswa secara optimal.

Analisis Data Post Test di Dalam dan Luar Diri Siswa

Setelah dilakukan perlakuan (treatment) pada kesulitan belajar siswa, maka kembali diedarkan instrument tes kepada siswa untuk mengetahui dampak dari perlakuan yang telah diberikan, maka analisis datanya dapat diuraikan seperti berikut:



Sumber: hasil pengolahan data SPSS V.25 for windows

Gambar 2. Hasil olah data post test

Berdasarkan hasil perlakuan (treatment) melalui layanan konseling individual teknik *person centered therapy* maka selanjutnya diperoleh hasil post-test yaitu siswa yang pada dasarnya berkategori rendah atau bermasalah 18 orang maka setelah di berikan perlakuan menjadi 5 orang artinya ada perubahan setelah diberikan layanan konseling individual, pada ketegori tinggi sebelumnya didapatkan 11 orang yang tidak bermasalah setelah di berikan perlakuan maka mengalami peningkatan yang signifikan terdapat 24 orang yang tidak bermasalah serta mengalami perubahan kearah lebih baik setelah di berikan perlakuan artinya kesulitan belajar siswa setelah dilakukan layanan konseling individual diasumsikan memiliki gambaran yang positif meningkat menjadi tinggi.

Uji Hipotesis

Dalam mendekteksi nilai signifikan berhasil atau tidaknya Penerapan konseling individual teknik *person centered therapy* dalam mengatasi kesulitan belajar siswa peserta didik maka perlu dilakukan pengujian yaitu analisis statistic uji beda (uji-t). Dengan tujuan untuk menjawab rumusan masalah maka uji hipotesis yang dilakukan menggunakan uji “t”. sebelum dilaksanakan uji “t” maka terlebih dahulu di buat tabel perhitungan nilai “t” sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil uji hipotesis

		Paired Samples Test							
		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre – Post	-23.56250	24.82195	6.20549	-36.78918	-10.33582	-3.797	15	.002

Dalam menentukan hipotesis berdasarkan tabel diatas maka perlu diketahui bahwa jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka variable X berpengaruh terhadap Variabel Y dalam arti H_a : ada perbedaan nilai kesulitan belajar peserta didik sebelum dan setelah diberikan layanan Penerapan konseling individual teknik *person centered therapy* dalam mengatasi kesulitan belajar siswa peserta didik, dinyatakan diterima, dan jika nilai signifikansi $> 0,05$ artinya variable X tidak berpengaruh terhadap variable Y maka H_0 : tidak ada perbedaan nilai kesulitan belajar siswa sebelum dan setelah diberikan layanan konseling individual teknik *person centered therapy*, dinyatakan ditolak.

Dalam analisis tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi yaitu $0,02 < 0,05$ variable X berpengaruh terhadap Variabel Y dalam arti H_a : ada perbedaan nilai kesulitan belajar sebelum dan setelah diberikan layanan konseling individual teknik *person centered therapy*, dinyatakan diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok Penerapan konseling individual teknik *person centered therapy* berpengaruh secara signifikan dalam mengatasi kesulitan belajar siswa di SMP Negeri 2 Gunungsitoli Idanoi.

DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan konseling individual dengan teknik Person Centered Therapy memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat kesulitan belajar siswa. Secara statistik, perbedaan skor pretest dan posttest menegaskan bahwa intervensi yang diberikan mampu memfasilitasi perubahan yang terukur. Temuan ini mengindikasikan bahwa kesulitan belajar tidak semata-mata berkaitan dengan kapasitas kognitif, tetapi juga erat hubungannya dengan aspek afektif dan persepsi diri siswa terhadap kemampuan belajarnya. Penurunan tingkat kesulitan belajar setelah intervensi memperlihatkan bahwa pendekatan konseling yang berorientasi pada penguatan potensi individu dapat menjadi strategi efektif dalam konteks pendidikan menengah.

Secara teoretis, hasil ini konsisten dengan prinsip dasar Person Centered Therapy yang dikembangkan oleh Carl Rogers, yang menekankan pentingnya empati, unconditional positive regard, dan kongruensi sebagai kondisi inti perubahan perilaku. Ketika siswa merasakan penerimaan tanpa syarat dan dipahami secara empatik, mereka cenderung lebih terbuka dalam mengeksplorasi hambatan belajar yang dialami. Hubungan terapeutik yang hangat menciptakan psychological safety yang memungkinkan terjadinya restrukturisasi persepsi diri dan peningkatan self-concept akademik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Ratnawati (2017) yang menunjukkan bahwa penerapan pendekatan berpusat pada individu di lingkungan sekolah mampu meningkatkan keterlibatan dan regulasi diri siswa dalam proses pembelajaran.

Selain itu, peningkatan motivasi dan kepercayaan diri siswa setelah intervensi dapat dijelaskan melalui kerangka teori kognitif sosial Bandura, khususnya konsep self-efficacy. Menurut Bandura (Yanuardianto, 2019), keyakinan individu terhadap kemampuannya memengaruhi cara mereka menghadapi tantangan dan mengelola kegagalan. Dalam penelitian ini, proses konseling mendorong siswa untuk merefleksikan pengalaman belajar dan menemukan sumber daya internal yang sebelumnya kurang disadari. Peningkatan self-efficacy tersebut berkontribusi pada perubahan sikap terhadap tugas akademik dan berkurangnya kecenderungan menghindari aktivitas belajar. Temuan ini juga memperkuat hasil studi Ferdiansyah et al., (2020) yang menegaskan bahwa keyakinan diri memiliki hubungan positif dengan kualitas keterlibatan belajar siswa.

Dari perspektif faktor penyebab kesulitan belajar, hasil penelitian ini mendukung pandangan Cahyono (2019) bahwa hambatan belajar bersifat multidimensional dan mencakup faktor internal maupun eksternal. Intervensi berbasis Person Centered Therapy terbukti efektif karena tidak hanya menargetkan gejala akademik, tetapi juga menyentuh dimensi emosional dan relasional yang mendasarinya. Pendekatan ini memungkinkan siswa mengidentifikasi sumber masalah secara lebih komprehensif, baik yang berkaitan dengan strategi belajar, kecemasan akademik, maupun dinamika lingkungan. Sejalan dengan temuan Tanod (2018), pendekatan client-centered di sekolah dapat meningkatkan sikap positif siswa terhadap proses pembelajaran melalui relasi konseling yang suportif dan reflektif.

Secara praktis, hasil penelitian ini menegaskan pentingnya penguatan layanan bimbingan dan konseling yang berbasis pendekatan humanistik dalam sistem pendidikan. Efektivitas intervensi menunjukkan bahwa konselor sekolah memiliki peran strategis dalam mendukung keberhasilan akademik siswa melalui pengembangan aspek afektif dan regulasi diri. Dengan demikian, penerapan Person Centered Therapy tidak hanya relevan sebagai teknik konseling individual, tetapi juga sebagai paradigma layanan yang menempatkan siswa sebagai subjek aktif dalam proses perubahan. Pendekatan ini berkontribusi pada pembentukan lingkungan belajar yang lebih inklusif, suportif, dan berorientasi pada perkembangan potensi siswa secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan hasil penelitian yang telah dikemukakan, maka dapat disimpulkan bahwa:

- Penerapan konseling individual dengan teknik *Person-centered therapy* (PCT) terbukti efektif dalam mengurangi tingkat kesulitan belajar siswa. Hal ini ditunjukkan oleh adanya perubahan signifikan skor rata-rata antara pretest dan posttest. Dari hasil kategorisasi pretest, yang pada dasar 1 orang siswa berkategori sangat rendah atau sangat buruk menjadi 2 siswa berkategori sangat baik.
- Hasil uji statistik paired sample t-test menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest (nilai signifikansi $0.002 < 0.05$), yang berarti hipotesis alternatif diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan teknik PCT terhadap penanganan kesulitan belajar.
- Konseling dengan teknik PCT mendorong perubahan positif pada aspek afektif siswa, seperti meningkatnya motivasi belajar, keberanian untuk bertanya, keterbukaan terhadap masalah belajar, dan kemampuan menyusun strategi belajar yang lebih terarah. Hal ini selaras dengan prinsip dasar PCT yang menekankan pentingnya empati, penerimaan tanpa syarat, dan keaslian konselor dalam membangun hubungan terapeutik.
- Pendekatan konseling yang humanistik dan berpusat pada siswa memberikan ruang yang aman dan kondusif bagi siswa untuk mengekspresikan kesulitan akademik maupun emosionalnya. Hal ini sangat relevan diterapkan di lingkungan sekolah, terutama pada siswa yang memiliki kecenderungan menarik diri atau mengalami hambatan komunikasi dalam proses belajar.

REKOMENDASI

Berdasarkan simpulan di atas, maka peneliti memberikan beberapa saran yang ditujukan kepada berbagai pihak terkait sebagai berikut:

- Guru BK perlu mengoptimalkan layanan konseling individual dengan pendekatan *Person centered therapy* sebagai bagian dari program rutin bimbingan dan konseling, khususnya dalam menangani siswa yang mengalami kesulitan belajar.
- Sekolah disarankan memberikan dukungan institusional berupa pelatihan dan pengembangan kompetensi profesional bagi guru BK agar mampu menerapkan teknik konseling yang empatik, autentik, dan berbasis kebutuhan siswa.

- Guru mata pelajaran perlu menjalin kolaborasi yang lebih intensif dengan konselor untuk mengidentifikasi sejak dini siswa yang menunjukkan gejala kesulitan belajar serta merancang intervensi yang terintegrasi.
- Orang tua diharapkan dilibatkan dalam proses pendampingan melalui komunikasi yang berkelanjutan antara pihak sekolah dan keluarga guna menciptakan lingkungan belajar yang kondusif di rumah maupun di sekolah.
- Peneliti selanjutnya disarankan mengembangkan penelitian dengan desain eksperimen yang melibatkan kelompok kontrol serta jumlah sampel yang lebih luas agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif dan generalisasi yang lebih kuat terkait efektivitas pendekatan *Person centered therapy*. Peneliti berikutnya juga dapat mengkaji dampak jangka panjang dari teknik PCT terhadap peningkatan hasil belajar akademik atau aspek psikologis lainnya, seperti kepercayaan diri atau kecemasan

REFERENSI

- Ahmad, A., & Widodo, S. (2004). Psikologi Belajar. Rineka Cipta.
- Aini, N. (2022). Analisis Pemahaman Konsep Matematika Anak Berkebutuhan Khusus Tipe Learning Disabilities pada Topik Geometri. *Pi: Mathematics Education Journal*, 5(1), 46–58. <https://doi.org/10.21067/pmej.v5i1.6926>
- Arumsari, C. (2016). Konseling Individual dengan Teknik Modeling Simbolis terhadap Peningkatan Kemampuan Kontrol Diri. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 2(1), 1–11. <https://doi.org/10.24176/jkg.v2i1.549>
- Cahyono, H. (2019). Faktor-faktor Kesulitan Belajar Siswa MIN Janti. *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.24269/dpp.v7i1.1636>
- Ferdiansyah, A., Rohaeti, E. E., & Suherman, M. M. (2020). Gambaran Self-Efficacy Siswa terhadap Pembelajaran. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 3(1), 16–21. <https://doi.org/10.22460/fokus.v3i1.4214>
- Fuadiy, M. R. (2021). Evaluasi Pembelajaran sebagai Sebuah Studi Literatur. *DIMAR: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(1), 173–197. <https://doi.org/10.58577/dimar.v3i1.83>
- Hortensi, G. (2020). Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Konseling Individual untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa SMK Negeri 5 Mataram. *Indonesian Journal of Educational Development*, 1(2), 159–169. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4003791>
- Lase, J. F. (2024). Dukungan Sosial dalam Pendidikan Inklusif Peserta Didik Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 3471–3479. <https://doi.org/10.31004/joe.v7i1.6942>
- Munif, M., Rozi, F., & Yusrohlana, S. (2021). Strategi Guru dalam Membentuk Karakter Siswa Melalui Nilai-nilai Kejujuran. *Fondatia*, 5(2), 163–179. <https://doi.org/10.36088/fondatia.v5i2.1409>
- Ratnawati, V. (2017). Penerapan Person Centered Therapy di Sekolah (Empathy, Congruence, Unconditional Positive Regard) dalam Manajemen Kelas. *Journal of Education Technology*, 1(4), 252–260. <https://doi.org/10.23887/jet.v1i4.12862>

- Saeful Bahri. (2019). Fiqh Konseling: Pertautan Trilogi antara Iman, Islam dan Ihsan (TI3) dalam Menjawab Kegelisahan Akademik dan Problematika Pendidikan. *La-Tahzan: Jurnal Pendidikan Islam*, 11(1), 37–51. <https://doi.org/10.62490/latahzan.v11i1.7>
- Saputra, R., Korohama, K., Suarja, S., Nurjanah, H., Lase, J., Suryadi, H., Hesty, N., & Musdalifah, N. (2024). *Buku Ajar Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Sonpedia.
- Sitorus, M. W. (2023). Konseling Individu dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Korban Kekerasan di Madrasah Ibtidaiyah Al-Afkari. *MUDABBIR Journal Research and Education Studies*, 1(1), 32–37. <https://doi.org/10.56832/mudabbir.v1i1.4>
- Tanod, M. J. (2018). Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Meningkatkan Sikap Sosial Siswa Melalui Pendekatan Client Centered Therapy pada siswa SMP. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 5(2), 85–92. <https://doi.org/10.24042/kons.v5i2.2686>
- Widiada, I. K., Sudirman, S., Darmiany, D., Gunayasa, I. K., & Syazali, M. (2021). Implementasi Model Pembelajaran Inklusi bagi Peserta Didik Learning Disability di Sekolah Dasar Negeri Kota Mataram. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran*, 7(4), 1028–1037. <https://doi.org/10.33394/jk.v7i4.3614>
- Yanuardianto, E. (2019). Teori Kognitif Sosial Albert Bandura (Studi Kritis dalam Menjawab Problem Pembelajaran di MI). *Auladuna: Jurnal Prodi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 1(2), 94–111. <https://doi.org/10.36835/au.v1i2.235>