

konseling. Dalam membina hubungan baik dengan klien, konselor menjalin suatu kebersamaan agar klien dapat terbuka dan terjadi rasa saling percaya, dengan cara attending. Attending merupakan kemampuan konselor dalam menunjukkan perhatian secara penuh kepada klien sehingga klien dapat terlibat dalam proses konseling. Fungsi utama dari attending yaitu untuk mendorong klien agar mau berbicara dengan bebas dan terbuka. Attending sangat diperlukan selama proses konseling berlangsung, terutama pada tahap awal konseling. Keberhasilan konselor untuk mengajak klien terlibat secara penuh dalam konseling akan mempengaruhi proses konseling selanjutnya.

Penentuan waktu dapat mempengaruhi keefektifitasan proses konseling. Sama halnya dengan tempat, karena kenyamanan tempat bagi klien sangat dibutuhkan agar klien dapat leluasa mengungkapkan semua permasalahan yang dialami. Konselor membantu klien memperbaiki pola pikir yang negatif dan perilaku yang negatif. Hal ini sebagai bentuk terapi agar tujuan konseling yakni membuat klien berubah dan memperbaiki pola pikir klien dapat tercapai dengan baik menggunakan pendekatan *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT). *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah sebuah pendekatan yang menekankan pada pentingnya peran pikiran pada tingkah laku, pendekatan ini juga berpusat kepada mengubah pikiran irrasional klien menjadi rasional.

Analisis proses pelaksanaan bimbingan pribadi sosial dalam meningkatkan *social skill* berkaitan dengan kesesuaian tahapan bimbingan dan konseling

yang digunakan pada umumnya. Dalam hal ini tahapan konseling yang dimaksudkan adalah identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment/terapi dan follow up/evaluasi.

Proses konseling yang telah dilakukan oleh konselor dapat dilakukan dengan baik. Proses konseling yang dilakukan tahap demi tahap konselor membangun sikap terbuka untuk klien. Karena klien yang mempunyai sikap introvert (menutup diri). Konselor harus mempunyai cara untuk membuat klien percaya dengan konselor. Konselor berusaha selalu memotivasi ketika proses konseling, membangun hubungan kedekatan dengan selalu memberikan candaan di setiap proses konseling. Dalam pertemuan pertama ini konselor melakukan identifikasi tingkah laku klien yang berkaitan dengan masalah konsep diri rendah klien. Konselor menjelaskan pada klien mengenai hasil dari wawancara yang telah dilakukan sebelumnya kepada beberapa informan, diketahui bahwa perilaku negatif klien selama ini dipengaruhi dari konsep diri negatif yang dimiliki klien. Oleh karena itu, konselor akan membantu mengubah konsep diri negatif klien menjadi konsep diri positif melalui konseling yang akan dilakukan. Untuk mengetahui apa penyebab masalah klien selama ini, maka konselor mengarahkan klien untuk mengungkapkan kondisi klien saat ini dan semua yang klien rasakan.

Pada pertemuan awal ini klien sudah dapat menceritakan penyebab permasalahan tapi belum terlalu mendalam (detail). Klien dapat memahami maksud dan tujuan dari konseling yang akan dilakukan. Klien bersedia

mengikuti konseling dan berharap dapat mengatasi masalahnya. Klien mampu mengungkapkan keadaan klien selama ini, sehingga memudahkan konselor untuk mengumpulkan data dan menganalisis masalah klien. Hal ini menunjukkan klien mulai terlibat dalam proses konseling.

Klien mulai terlibat dalam proses konseling dengan menceritakan secara terbuka apa yang menjadi keinginan, kebutuhan dan persepsi yang klien harapkan selama ini. Klien sudah mulai terbuka untuk mengungkapkan dengan baik apa yang menjadi keinginan, kebutuhan dan persepsi yang klien harapkan selama ini. Klien dapat bercerita lebih santai, namun klien masih lebih sering tidak melihat lawan bicara. Klien ingin bisa disenangi oleh temannya, dan dapat bergaul bersama temannya.

Dalam proses terapi disini, konselor memberikan penyadaran akan pikiran negatif klien tentang ketakutannya ketika hendak membangun hubungan dengan teman-teman dilingkungan barunya saat ini. Kemudian konselor memberi penyangkalan berbentuk pertanyaan balik tentang hal negatif yang disampaikan klien yang berkaitan dengan apa yang ada dipikirkannya saat ini.

Klien mulai nyaman dan aktif dalam mengikuti kegiatan konseling. Klien mulai menyadari pentingnya memiliki Keinginan klien yaitu dapat berinteraksi dengan lingkungan dan temannya dalam berbagai situasi tanpa perasaan dan pikiran negatif terhadap keadaan dirinya dan temannya.

Adanya proses konseling dengan konselor menjadi kesempatan bagi klien untuk mengeluarkan masalah dan perasaan yang selama ini mengganjalnya. Klien mengaku senang setelah melakukan proses konseling bersama konselor. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan dukungan sosial.

Dari Penjelasan tabel di atas, setidaknya dapat disimpulkan bahwa terdapat perbandingan antara data teori dengan data lapangan ketika dilakukannya proses bimbingan memiliki kesesuaian dan persamaan dengan langkah-langkah bimbingan dan konseling yang biasa dilakukan.

C. Analisa Hasil Akhir Proses Bimbingan Pribadi Sosial dengan *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Meningkatkan *Social Skill* pada Santriwati Pondok Tahfidz Putri Yayasan Ummi Fadhilah Surabaya.

Seperti yang terlihat dalam hasil akhir proses dilaksanakannya proses bimbingan pribadi sosial dengan *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT), bahwa keberhasilan bimbingan pribadi sosial yang telah dilakukan baru dapat diketahui setelah melihat perubahan pada diri klien, selanjutnya konselor akan memaparkan keberhasilan proses bimbingan pribadi sosial dengan melihat perubahan-perubahan yang sudah terjadi pada diri klien dilihat dari sebelum dan sesudah dilakukannya proses bimbingan pribadi sosial.

Setelah melakukan bimbingan pribadi sosial dengan *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT), klien yang memiliki *social skill* yang rendah perlahan meningkat dan mulai mampu menyesuaikan diri dengan

lingkungannya saat ini, dalam hal memulai pembicaraan terhadap teman, klien kini mampu melakukannya dan merasa tidak asing lagi dengan lingkungan barunya saat ini.

Rasa kepedulian klien terhadap lingkungan sekitarnya juga perlahan meningkat, saat ini klien mulai mau menjaga teman yang sedang sakit, mampu berkomunikasi aktif dengan teman-temannya. Dari keterangan di atas, didapatkan perbedaan sebelum dan sesudah dilakukannya proses bimbingan pribadi sosial, klien memiliki *social skill* yang baik dari sebelumnya. Dengan demikian proses bimbingan pribadi sosial dengan *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) kepada seorang santriwati pondok tahfidz putri Yayasan Ummi Fadhilah Surabaya dikatakan berhasil.

Hingga saat ini, dalam kehidupan sehari-harinya klien terlihat sudah bisa dan dapat berbaur dengan orang-orang sekitar lingkungannya. Konselor juga sangat berharap agar perubahan klien akan selalu meningkat menjadi lebih baik lagi dalam menjalankan rutinitas hariannya, terlebih dalam kehidupan sosialnya. Amin Allahumma Amin.