ESTETIKOS Jurnal Ilmu Teologi dan Seni e-ISSN XXXX-XXXX
https://journal.gknpublisher.net/index.php/estetikos

Kantor Editorial: Jalan Paving Block Lingkungan 01 Kelurahan Sumompo Kecamatan Tuminting
Kota Manado - Provinsi Sulawesi Utara - Indonesia
Web: https://journal.gknpublisher.net/index.php/estetikos
e-mail: jurnalestetikos@gmail.com
Telp/WA : 081295123667

PENDEKATAN CLIENT CENTERED BAGI ANAK YANG KEHILANGAN JATI DIRI KORBAN PERCERAIAN

Esmeralda Pinodolong, aldapinodolong@gmail.com
Institut Agama Kristen Negeri Manado

Alfiani Garuda, alfianigaruda03@gmail.com
Institut Agama Kristen Negeri Manado

Dea Inda Claudia Yumbe, Deayumbe02@gmail.com
Institut Agama Kristen Negeri Manado

Chanesa Ponto, achachnesaponto@gmail.com
Institut Agama Kristen Negeri Manado

Novini Meheda, anovianialfijunitameheda4@gmail.com
Institut Agama Kristen Negeri Manado

Correspondence:
aldapinodolong@gmail.com

Vol.1 No.3
September 2025

Article History:
Submitted: 03 September 2025

Reviewed: 16 September 2025

Accepted: 29 September 2025

Pages: 34-43

Keywords:
Client Centered Approach, Loss of Identity, Divorce Victims

Copyright:
©2025, Authors.

License:

Abstract
This article discusses a client-centered approach to treating children who have experienced identity loss due to parental divorce. This approach focuses on the child's needs and feelings as the center of therapy, providing emotional support and a safe environment for self-expression. Through empathetic and non-directive support, therapists help children overcome the trauma of divorce, rebuild their self-confidence, and rediscover their lost identity. This approach emphasizes the importance of active listening, paying full attention, and respecting children's feelings and perspectives. This article also explores the use of a client-centered approach in therapy for children who have experienced identity loss due to parental divorce. This approach places the child at the center of the therapy process, creating a safe and supportive environment for children to express their feelings and experiences. This empathic and non-directive therapy aims to help children overcome trauma, increase their self-confidence, and rediscover their lost identity. In this method, therapists actively listen, pay full attention, and respect the child's perspective, thus supporting their emotional recovery and personal development.

Abstrak
Artikel ini membahas pendekatan client-centered dalam menangani anak-anak yang kehilangan jati diri akibat perceraian orang tua mereka. Pendekatan ini berfokus pada kebutuhan dan perasaan anak sebagai pusat terapi, memberikan dukungan emosional dan lingkungan yang aman untuk mengekspresikan diri. Melalui pendampingan yang empatik dan non-direktif, terapis membantu anak-anak mengatasi trauma perceraian, membangun kembali rasa percaya diri, dan menemukan kembali identitas mereka yang hilang. Pendekatan ini menekankan pentingnya mendengarkan secara aktif, memberikan perhatian penuh, dan menghargai perasaan serta perspektif anak-anak. Artikel ini juga mengeksplorasi penggunaan pendekatan client-centered dalam terapi untuk anak-anak yang mengalami kehilangan identitas akibat perceraian orang tua. Pendekatan ini menempatkan anak di pusat proses terapi, menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung agar anak dapat mengungkapkan perasaan dan pengalaman mereka. Terapi ini bersifat empatik dan non-direktif, bertujuan untuk membantu anak mengatasi trauma, meningkatkan rasa percaya diri, dan menemukan kembali identitas mereka yang hilang. Dalam metode ini, terapis mendengarkan secara aktif, memberikan perhatian penuh, dan menghargai perspektif anak, sehingga mendukung pemulihan emosional dan perkembangan pribadi mereka.

A. Pendahuluan

Keluarga merupakan kumpulan dua orang atau lebih yang hidup bersama dengan keterikatan aturan dan emosional dan individu mempunyai peran masing-masing yang merupakan bagian dari keluarga. Menurut pakar konseling keluarga dari Yogyakarta, Sayekti menulis bahwa keluarga merupakan suatu ikatan/persekutuan hidup atas dasar perkawinan antara orang dewasa yang berlainan jenis yang hidup bersama atau seorang laki-laki atau seorang perempuan yang sudah sendirian dengan atau tanpa anak, baik anaknya sendiri atau adopsi dan tinggal dalam sebuah rumah tangga. (Sumber: suprajitno, Asuhan keperawatan keluarga, Jakarta: EGC, 2004). Secara realitas kita sering mendengar istilah stres dan trauma. Kedua konteks ini diucapkan bilamana seseorang mengalami persoalan yang berulang-ulang, beruntun dan membuat tak berdaya dalam menyikapi, menghadapi dan mengatasinya. Oleh karena itu kita perlu memiliki pemahaman yang jelas mengenai istilah stres dan trauma. Stres sendiri dapat diartikan sebagai keadaan tidak nyaman pada seseorang karena adanya perubahan. Dalam diri atau lingkungan yang menuntut adanya penyesuaian pada seseorang yang mengalaminya. Stres secara umum dapat dipahami sebagai reaksi atau tanggapan (fisik dan psikis) terhadap berbagai rangsangan yang datang dari luar diri manusia (lingkungan) dalam Stres dapat berlangsung dalam jangka waktu yang singkat maupun panjang Sedangkan trauma merupakan reaksi fisik dan psikis yang bersifat stres buruk akibat dari suatu peristiwa, kejadian dan pengalaman spontanitas/secara mendadak (tiba-tiba) yang membuat individu kaget, terkejut, yang tidak mudah hilang dalam ingatan manusia.

Martam (2009:2) mengartikan trauma secara sederhana, yaitu sebagai luka atau kekagetan (shok). Sedangkan James Drever (1987) mengartikan trauma sebagai setiap luka, kesakitan atau shock yang terjadi pada fisik dan mental individu yang dapat berakibat pada timbulnya gangguan serius. Trauma sendiri berasal dari bahasa Yunani yang berarti luka. Sedangkan pada Kamus Psikologi dijelaskan bahwa trauma merupakan setiap luka, sakit, atau shock yang seringkali berupa fisik atau struktural, namun juga mental dalam bentuk shock emosi yang menghasilkan gangguan lebih kurang tentang ketahanan fungsi- fungsi mental.[1] Pendekatan Client-Centered Therapy (CCT) adalah sebuah metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dan konseli, agar tercapai gambaran yang serasi antara ideal self (diri konseli yang ideal) dengan actual self (diri konseli sesuai kenyataan yang sebenarnya). Dikembangkan oleh Carl Rogers tahun 1942. Sebuah terapi yang memusatkan pada diri sendiri. Dalam masalah saat ini pendekatan client center sangat berperan penting dalam proses pemulihan anak dari trauma keluarganya dimana pendekatan ini akan memfokuskan.[2] Keterbukaan Anak korban kekerasan keluarga cenderung memiliki perasaan takut dan cemas untuk berbicara di depan umum, sehingga keterbukaan dalam proses konseling dapat menjadi tantangan, Kepercayaan Diri Anak korban kekerasan keluarga seperti perceraian dan berbagai hal sering memiliki kepercayaan diri rendah, sehingga meningkatkan kepercayaan diri mereka melalui konseling non-direktif dapat menjadi tantangan, Pengaruh Kekerasan Kekerasan yang dialami oleh anak korban kekerasan keluarga dapat mengakibatkan trauma yang berat, sehingga proses konseling harus dilakukan dengan hati-hati

[1] Al-Adawiah, Rabiah. 2015. "pemerlu pelayanan kesejahteraan sosial anak,hlmn 175-177 Buss, Kristen. E. Et. Al. (2015). Trauma and Treatment in Early Childhood: A.

[2] Gerald Corey, Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi. (Bandung Refika Aditama, 2009) h 118.

dan sensitif untuk mengatasi trauma tersebut Pendekatan ini juga memiliki peran penting seperti Mengurangi Trauma Emosional: Penerapan client centered therapy dapat membantu anak korban kekerasan mengendalikan trauma emosional yang dialaminya.

Anak- anak korban kekerasan dapat mengendalikan emosinya dan mulai beradaptasi dengan lingkungan sekitar Menghilangkan Sikap dan Perilaku Kaku Client centered therapy dapat membantu anak korban kekerasan menghilangkan sikap dan perilaku kaku yang timbul akibat trauma kekerasan. Anak-anak korban kekerasan dapat menjadi lebih matang dan teraktualisasi dalam berinteraksi dengan orang lain. Meningkatkan Keterampilan Dalam pendekatan client centered, anak korban kekerasan diberikan keterampilan untuk mengatasi dan mengelola resiko kekerasan. Anak-anak korban kekerasan dapat mengembangkan keterampilan untuk menghadapi kekerasan dan mengurangi terjadinya kekerasan di masa depan. Oleh karena itu, pelaksanaan client centered therapy sangat efektif dalam mengatasi korban kekerasan terhadap anak dan membantu mereka mengembalikan kepercayaan diri dan beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Pendekatan Client Centered dalam menangani masalah keluarga, seperti perceraian, yang membuat trauma pada anak, melibatkan proses konseling yang berfokus pada kebutuhan dan perasaan anak. Proses ini melibatkan berdialog, diskusi, dan pemberian motivasi untuk membantu anak menemukan kepercayaan diri dan menghadapi masalah yang dihadapinya. Dalam pelaksanaannya, konselor harus memahami dan menghormati perasaan anak, serta membantu anak menemukan potensi diri untuk menghadapi setiap masalah yang menerpa. Dengan demikian, pendekatan Client Centered dapat membantu anak mengatasi trauma yang dihasilkan dari kekerasan keluarga dan meningkatkan kepercayaan diri anak korban kekerasan keluarga.[3] Perceraian merupakan sebuah permasalahan sosial dalam masyarakat yang terus menerus terjadi hingga saat ini.

Perceraian adalah perpisahan yang terjadi antara sepasang suami istri yang sebelumnya telah disatukan dalam sebuah pernikahan secara hukum dan seharusnya berdasarkan ikatan cinta kasih. Pada dasarnya perceraian merupakan sebuah keputusan yang diambil bersama oleh pasangan suami istri. Permasalahan umum yang biasanya mendasari sebuah perceraian adalah ketidak-sepakatan mengenai hal-hal tertentu dalam menjalani kehidupan berumah tangga, tidak menghargai satu sama lain sehingga menimbulkan pertengkaran terus menerus, dan adanya perselingkuhan. Interaksi yang kurang baik antara pasangan suami istri sering menimbulkan ketidak-sepakatan dalam menanggapi permasalahan yang terjadi dalam rumah tangga mereka.

Perceraian yang terjadi antara pasangan suami istri yang telah memiliki anak akan menimbulkan permasalahan yang serius menyangkut tumbuh kembang anak. Anak adalah orang yang paling menderita ketika orang tuanya bercerai. Karena pada hakikatnya setiap anak akan bertumbuh dan berkembang dengan baik jika didukung oleh lingkungan sosial keluarga yang harmonis. Keluarga adalah lingkungan sosial yang paling utama bagi setiap orang, dimana didalam lingkungan inilah seorang anak diharapkan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang baik secara fisik, mental, sosial dan spiritual. Orang tua memiliki peran yang sangat penting untuk membantu anak dalam berhubungan dengan lingkungan sosial disekitarnya. Hubungan sosial yang baik dalam keluarga merupakan hal yang penting karena pada dasarnya setiap manusia adalah

[3] Sukardi, Pengantar Bimbingan dan Konseling. (Jakarta: Bulan Bintang, 2002), h 617

mahkluk sosial yang saling membutuhkan dan saling mendukung satu dengan lainnya. Wuryani (2005) mengemukakan pula bahwa ketika sebuah kesatuan keluarga terpecah maka anak akan selalu menderita karena kekurangan dukungan dalam perkembangan dan pertumbuhan yang sehat dan anak juga akan mengalami perasaan kehilangan yang mendalam. Pada umumnya anak yang mengalami pengalaman kehilangan orang tua karena perceraian pada masa kanak-kanaknya akan mengalami luka psikologis yang disebut trauma. Trauma tersebut akan mempengaruhi kehidupan sosial anak dalam masyarakat.[4]

B. Metode Penelitian

Penelitian merupakan proses pengumpulan data dan analisis informasi (data) logis untuk beberapa kegunaan tergantung pada tujuan dan dilaksanakannya penelitian. Definisi ini umum karena banyak sekali metode yang dapat menyelidiki suatu masalah atau pertanyaan.penelitian tidak terbatas pada pendekatan yang dilakukan dalam ilmu pengetahuan alam dan fisika bukan pula seharusnya, kata *"Penelitian"* digunakan terpisah untuk menjelaskan observasi dan spekulasi apa yang sekarang dipakai. Metode penelitian terkadang disebut *"Metodologi"* merupakan cara seseorang mengumpulkan dan menganalisis data. Metode penelitian dikembangkan untuk memperoleh pengetahuan dengan prosedur yang sah dan terpercaya sesuai kaidah ilmiah. Pengumpulan data dapat dilakukan dengan pengukuran teknik interview yang luas dan observasi atau pengumpulan dokumen.[5] Secara etimologi metodologi penelitian didefinisikan serupa dengan cara ilmiah untuk memperoleh data yang dipergunakan untuk keperluan suatu penelitian yang di dalamnya berisi mengenai metode-metode ataupun cara ilmiah , jenis-jenisnya dan sampai batas-batas dari metode atau cara ilmiah. Sedangkan menurut Nazar Bakry dalam H. Rifa'I Abubakar, penelitian merupakan serangkaian kegiatan yang telah direncanakan untuk mendapatkan data yang bermanfaat untuk memberikan jawaban mengenai masalah tertentu lalu mendapatkan kesimpulan yang diharapkan ataupun diinginkan.[6]

Metode Kualitatif

Secara umum penelitian dibagi menjadi dua yaitu penelitian kuantitatif dan penelitian kualitatif. penelitian kuatitatif merupakan penelitian yang menyatukan data meliputi angka atau data kualitatif yang diangkakan.[7] Menurut Albert Wijayadan Noeng Muhajir, penelitian kualitatif ialah penelitian dengan mengandalkan konstruksi logika dan pengalian intepretasi berdasarkan data-data yang diperoleh melalui wawancara, dokumentasi dan bahan-bahan literatur yang relevan dengan topik dan masalah penelitian. Pendekatan penelitian kualitatif umumnya meletakan peneliti pada pandangan fenomenologis di mana peneliti berusaha memahami arti peristiwa dan keterkaitannya terhadap orang-orang dalam situasi tertentu.[8] Menurut Williams dalam Hardani et al, penelitian kualitatif berbeda dengan penelitian lainnya dalam beberapa hal. Penelitian kualitatif ialah mekanisme atau prosedur penelitian yang membuat data deskriptif berupa istilah-istilah

[4] Sri esti Wuryani Djiwandono. Konseling dan Terapi dengan Anak dan Orang Tua. (Jakarta, PT Grasindo, 2005) , hal 122

[5] Uhar Suharsaputra "*Metode Penelitian Kantitatif, Kualitatif Dan Tindakan"*.PT Refika Aditama Jl.Mengger Girang No 981 Bandung. April 2012. 304 Hlm.

[6] H. Rifa'i Abubakar, *Pengantar Metodologi Penelitian,* (Yogyakarta: Suka-Press UIN Sunan Kalijaga, 2021)

[7] *ibid*. 7.

[8] *Ibid*. h. 66.

tertulis atau ekspresi yang berasal dari orang-orang atau subjek yang akan diteliti serta sikap yang bisa diamati dari subjek.[9] Pendekatan kualitatif ialah suatu proses penelitian dan pemahaman yang berdasarkan pada metodologi yang menyelidiki suatu fenomena sosial dan masalah manusia.[10]

Tercapainya penelitian ini, maka peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif. Prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati, demikianlah pendapat *Bogdan* dan *Guba.*[11]

C. Hasil dan Pembahasan

A. CLIENT CENTER

Konseling client centered adalah cabang khusus dari terapi humanistik yang menggarisbawahi tindakan mengalami klien berikut dunia subjektif dan fenomenalnya. Konseling client centered menaruh kepercayaan yang besar pada kesanggupan klien untuk mengikuti jalan terapi dan menemukan arahnya sendiri. Hubungan terapiutik antara terapis dan klien merupakan katalisator bagi perubahan. Konseling client centered merupakan suatu bentuk terapi yang dapat diterapkan pada orang dewasa, remaja, dan anakanak. Fokus utama dari terapi yang dikembangkan Carl R. Roger ini adalah kemampuan individu memecahkan masalah, bukan terpecahkannya masalah. Konseli memegang peranan aktif dalam konseling, sedang konselor bersifat pasif reflektif.[12] Konsep pokok yang mendasari teori client centered adalah hal yang menyangkut konsep-konsep mengenai diri (self), aktualisasi diri, teori kepribadian, dan hakekat kecemasan. Menurut Rogers konstruk inti client centered adalah konsep tentang diri dan konsep menjadi diri atau perwujudan diri. Individu yang dikatakan sehat adalah yang dirinya dapat berkembang penuh (the fully functioning self), dan dapat mengalami proses hidupnya tanpa hambatan. Adapun individu yang telah mencapai "fully functioning" ditandai dengan: pertama, terbuka pada pengalaman. Kedua,menghidupi setiap peristiwa secara penuh, dan ketiga, mempercayai pertimbangan dan pemilihan sendiri.[13] Pada dasarnya manusia bersifat kooperatif dan konstruktif sehingga tidak perlu diadakan pengendalian terhadap dorongan agresifnya.

Manusia mampu mengetahui semua apa yang baik untuk dirinya tanpa pengaruh dari luar. Konsep kunci dalam teori ini adalah: a) Client centered didasari oleh munculnya konsep diri (self-concept), aktualisasi diri (self-actualization) teori kepribadian dan hakekat kecemasan, b) Klien mempunyai potensi untuk menyadari terhadap masalah dan memahami cara mengatasinya serta mempunyai kapasitas untuk mengarahkan dirinya sendiri (self-direction), c) Kesehatan mental (mentalhelath) merupakan kesesuaian (congruensi) dari jati diri yang ideal (ideal-self) dengan jati diri yang nyata (actual-self). Penyesuaian yang salah sebagai akibat dari ketidaksesuaian antara yang diinginkannya dengan kenyataan dirinya.[14] Teknik konseling client centered menekankan pada kecakapan konseli untuk menentukan isu yang penting bagi dirinya dan memecahkan masalah dirinya. Konsep pokok yang mendasari adalah hal yang menyangkut konsep-konsep mengenai diri (self), aktualisasi diri, teori kepribadian, dan hakekat kecemasan. Hubungan konseli

---

[9] Hardani, at al, *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*, (Yogyakarta: Pustaka Ilmu, 2020),

[10] Ibid, 122

[11]. UHAR SUHARSAPUTRA "*METODE PENELITIAN KANTITATIF, KUALITATIF DAN TINDAKAN"*.PT Refika Aditama Jl.Mengger Girang No 981 Bandung. April 2012. h.181.

12 A. Said Hasan Basri, dkk, Panduan Mikro Konseling, (Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2018), 39

13 M. Surya, Teori-Teori Konseling, (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2013), 47-48.

14 Masdudi, Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah, (Cirebon: Nurjati Press, 2015), 54-55.

dengan konselor merupakan situasi pengalaman terapeutik yang berkembang menuju kepribadian konseli yang integral dan mandiri. Dalam Person Centered pribadi yang bermasalah ialah seseorang yang memiliki kesenjangan antara real self dan ideal self.[15]Jadi konseling client centered adalah terapi yang berpusat pada diri klien, yang mana seorang konselor hanya memberikan terapi serta mengawasi klien pada saat pemberian terapi tersebut agar klien dapat berkembang atau keluar dari masalah yang dihadapinya. Pendekatan ini digunakan dengan alasan bahwa konseli hendaknya mampu untuk memecahkan masalah yang dihadapi secara mandiri. Selain itu, konseli sebenarnya merasa hanya butuh didengarkan dan diarahkan, Dalam pendekatan ini, peran konselor fokus sebagai reflektor bagi konseli.

B. PERCERAIAN

Perceraian dapat memiliki dampak yang signifikan pada aspek psikologis anak. Anak-anak yang mengalami perceraian orang tua seringkali menghadapi tantangan emosional dan psikologis yang rumit. Beberapa dampaknya mencakup ketidakstabilan emosional, perubahan dalam identitas anak, masalah perilaku, penurunan kinerja akademis, pengaruh terhadap hubungan sosial, dan konflik nilai yang mungkin timbul. Dengan dukungan yang sesuai dan lingkungan yang stabil, banyak anak dapat mengatasi dampak psikologis dari perceraian orang tua mereka. Perceraian orang tua berpotensi mengakibatkan dampak serius pada kesejahteraan emosional anak.[16] Anak-anak yang berasal dari keluarga yang mengalami perceraian sering kali mengalami stres, kesulitan mengatur emosi, dan mungkin mengalami masalah kesehatan seperti sakit kepala atau gangguan pernapasan seperti asma. Mereka juga bisa menghadapi rasa malu yang berlebihan serta kesulitan dalam berinteraksi sosial, juga mengalami penurunan kepercayaan diri. Takut dan kecemasan yang berlebihan juga bisa timbul, yang membuat mereka kesulitan beradaptasi dengan lingkungan sekitar dan merasa tidak aman secara emosional.[17]

C. PENDEKATAN CLIENT-CENTERED DALAM TERAPI ANAK KORBAN PERCERAIAN

1. Tahap-Tahap Person Centered Therapy

Dari perspektif terapis, terapi berbasis Person-Centered Therapy (PCT) melibatkan dua tahap utama: tahap pertama adalah membangun hubungan terapeutik yang kuat, menciptakan lingkungan yang mendukung di mana klien merasa aman dan dipahami. Tahap kedua adalah tahap kelanjutan di mana terapis dan klien bekerja sama untuk mengeksplorasi masalah klien dan menanggapi kebutuhan yang muncul dalam proses terapi. Dari sudut pandang klien, proses terapi dapat dijelaskan dalam empat tahap: (1) klien datang dengan perasaan tidak selaras atau kecemasan, (2) klien memiliki harapan untuk menemukan bantuan dan solusi untuk masalahnya, (3) klien awalnya menunjukkan sikap dan perasaan yang kaku serta cenderung menyalahkan faktor eksternal atas masalahnya, dan (4) klien mulai membuka diri, mengalami perubahan dalam cara memahami dan mengatasi masalahnya. Dalam PCT, penting bagi terapis untuk menciptakan lingkungan yang mendukung di mana klien merasa didukung untuk mengeksplorasi dan mengatasi masalah mereka, sementara terapis berperan sebagai fasilitator yang membantu proses pertumbuhan dan perubahan klien.

---

15 A. Said Hasan Basri, dkk, Panduan Mikro Konseling, (Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2018), 39.

[16] Hasanah, Uswatun. "PENGARUH PERCERAIAN ORANGTUA BAGI PSIKOLOGIS ANAK." AGENDA: Jurnal Analisis Gender dan Agama 2, no. 1 (March 18, 2020): 18.

[17] Azizah, Rina Nur, "DAMPAK PERCERAIAN ORANG TUA TERHADAP PERKEMBANGANPSIKOLOGIS ANAK," (Universitas Madura).

a. Tahap-Tahap Konseling
    1. Tahap pertama: Tahap ini adalah saat konseli merasa enggan untuk mengungkapkan dirinya, dengan komunikasi yang cenderung hanya bersifat eksternal. Konseli mungkin tidak menyadari bahwa mereka mengalami masalah atau menyalahkan orang lain atas kesulitan yang mereka hadapi. Semua pengalaman ini dinilai dari sudut pandang gagasan.
    2. Tahap kedua: Pada tahap ini, konseli mulai berkomunikasi untuk mengekspresikan diri, meskipun tanpa fokus yang jelas pada diri sendiri. Konseli mungkin mengakui beberapa perasaan negatif, tetapi sering kali tidak menyadari sifat kontradiktif dari perasaan atau pandangan mereka. Pada tahap ini, konseli mungkin belum sepenuhnya terbuka untuk melakukan konseling secara sukarela.
    3. Tahap ketiga: Tahap ini melibatkan konseli mulai menerima, memahami, dan empati terhadap diri mereka sendiri, meskipun ini masih dalam konteks perasaan atau pengalaman masa lalu. Ini menandakan bahwa konseli mulai memasuki konseling dengan kesadaran akan kebutuhan mereka akan bantuan.
    4. Tahap keempat: Konseli mulai mengembangkan kemampuan untuk mengalami dan menyadari perasaan yang ada pada saat ini, serta mulai menyadari ketidaknyamanan dalam diri mereka sendiri. Mereka juga mungkin mulai mempertanyakan konstruksi diri yang ada, seperti konsep diri mereka.
    5. Tahap kelima: Pada tahap ini, konseli semakin mampu mengalami dan mengekspresikan perasaan mereka secara mendalam, termasuk perasaan ketakutan, ketidakpercayaan, atau ketidakjelasan. Mereka mulai mengeksplorasi validitas dari sudut pandang yang berbeda dalam diri mereka.
    6. Tahap keenam: Konseli menjadi lebih mampu untuk terlibat sepenuhnya dalam pengalaman saat ini selama sesi konseling dan mengungkapkan perasaan mereka secara terbuka tanpa bertahan defensif. Mereka merasa lebih bebas untuk mengeksplorasi berbagai aspek dari pengalaman mereka sendiri, dan konsep diri baru mulai terbentuk.
    7. Tahap ketujuh: Pada tahap akhir ini, konseli secara alami menerima diri mereka sepenuhnya tanpa penolakan atau distorsi. Mereka merasa bebas untuk menerima dan mengakui setiap aspek dari diri mereka sendiri dalam setiap momen. Konseli mengambil tanggung jawab penuh atas pengalaman pribadi mereka dan mencapai keseimbangan atau keselarasan dalam konsep diri mereka.

2. TANTANGAN DAN MANFAAT

Pendekatan client-centered, yang dikembangkan oleh Carl Rogers, memiliki beberapa tantangan:

a. Kepercayaan dan Hubungan: Memerlukan tingkat kepercayaan yang tinggi antara terapis dan klien. Jika klien tidak merasa nyaman, proses terapi bisa terhambat.
b. Kemandirian Klien: Bergantung pada kemampuan klien untuk mengambil inisiatif dalam proses terapi. Tidak semua klien memiliki kesiapan atau kemampuan ini, terutama mereka yang sedang mengalami krisis serius.

c. Keterbatasan pada Masalah Tertentu: Pendekatan ini mungkin kurang efektif untuk menangani gangguan psikologis yang berat atau memerlukan intervensi yang lebih struktural dan direktif.
d. Keahlian Terapis: Terapis harus memiliki keterampilan mendengarkan yang sangat baik dan kemampuan untuk memberikan empati tanpa penilaian, yang memerlukan pelatihan dan pengalaman yang signifikan.
e. Waktu: Proses ini bisa memakan waktu lebih lama karena fokus pada pertumbuhan dan pemahaman diri klien daripada solusi cepat atau teknik intervensi tertentu.
f. Konteks Budaya: Pendekatan ini mungkin tidak sesuai dalam semua konteks budaya, terutama di budaya yang lebih mengutamakan hierarki dan otoritas dalam hubungan profesional.

Manfaat pendekatan client centered

1. Peningkatan Kepercayaan diri
   a. Empati dan Pemahaman: Terapi yang berfokus pada klien menciptakan lingkungan yang empatik di mana anak merasa didengar dan dimengerti. Hal ini dapat meningkatkan rasa percaya diri mereka karena mereka merasa dihargai dan diterima tanpa syarat.
   b. Penerimaan Tanpa Syarat: Ketika anak merasa diterima apa adanya, tanpa penilaian, mereka lebih mungkin untuk mengeksplorasi perasaan dan pemikiran mereka dengan jujur, yang pada gilirannya dapat memperkuat kepercayaan diri mereka.
   c. Penghargaan Diri: Pendekatan ini mendorong anak untuk melihat diri mereka secara positif dan mengakui kekuatan dan keberhasilan mereka, yang membantu meningkatkan rasa harga diri dan kepercayaan diri.
2. Pengembangan Jati Diri
   a. Autentisitas: Terapi client-centered membantu anak untuk menjadi lebih autentik dan jujur terhadap diri mereka sendiri. Ini penting untuk pengembangan jati diri yang sejati.
   b. Kesadaran Diri: Melalui proses terapi, anak diajak untuk lebih menyadari perasaan, pikiran, dan nilai-nilai mereka sendiri. Kesadaran diri yang meningkat ini adalah fondasi untuk pengembangan jati diri yang sehat.
   c. Pengambilan Keputusan Mandiri: Pendekatan ini memberdayakan anak untuk membuat keputusan sendiri dan bertanggung jawab atas pilihan mereka, yang merupakan komponen penting dalam pengembangan jati diri yang kuat dan independen.[18]

3. PENELITIAN YANG RELEVAN
   a. Penelitian yang berjudul "ANAK-ANAK KORBAN PERCERAIAN: Studi deskripstif tentang perilaku konformitas dan Devian anak korban perceraian" oleh Juricke Wibisono (2018) fenomena serinya terjadi perceraian di Surabaya yang terjadi di setiap tahunnya dann mengalami sebuah peningkatan. Adapun adanya perceraian ini, anak korban dari perceraian kesehariaannya diaduh oleh keluarga besarnya.

[18] Rogers, C. R. (1951). Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and Theory. Boston: Houghton Mifflin. Mearns, D., & Thorne, B. (2013). Person-Centred Counselling in Action. London: Sage Publications.

Dalam keluarga tersebut tentu saja ditemukan perubahan yang signifikan yang terjadi pada anak tersebut. Angka perceraian di Surabaya menduduki peringkat satu se Jawa Timur dengan jumlah cerai talak tahun 2016 terdapat 1580 kasus cerai talak dan 3358 cerai gugat sehingga jumlah keseluruhan kasus cerai yang diterima oleh Pengadilan Agama sebanyak 4398.

b. Penelitian Berjudul "PERILAKU ANAK KORBAN PERCERAIAN ORANG TUA" oleh Aulia Aristawaty dkk (2023) Kasus perceraian yang tinggi khususnya di daerah Jakarta Timur sangat mengawatirkan berbagai berdampak pada perilaku anak korban perceraian orang tua yang dapat menimbulkan bermasalah. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi perilaku anak korban perceraian orang tua. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Sampel dalam penelitian ini adalah orang tua yang bercerai yang memiliki anak usia dini yang tergabung dalam komunitas orang tua tunggal sebanyak 100 responden. Data diperoleh menggunakan kuesioner. Instrumen yang digunakan untuk mengukur masalah perilaku adalah The Child Behavior Checklist and Related Forms for Assessing Behavioral/Emotional Problems and Competencies (CBCL). Kuesioner yang digunakan memiliki 58 pernyataan setelah diuji validasi dengan dimensi reaksi terhadap emosi, kecemasan/depresi, keluhan somatik, menarik diri, masalah tidur, kesulitan berkonsentrasi, dan perilaku agresif. Data diolah dan dianalisis dengan menggunakan teknik analisis statistik deskriptif dan analisis korelasi (chi-square). Hasil penelitian menunjukkan bahwa masalah perilaku anak usia dini yang orang tuanya bercerai berada di tingkat sedang dengan nilai rata-rata 41,54).

D. Kesimpulan

Pendekatan client-centered untuk anak-anak yang kehilangan jati diri akibat perceraian adalah sebuah metode terapi yang berfokus pada anak sebagai pusat proses penyembuhan. Dalam metode ini, perhatian utama diberikan pada kebutuhan, perasaan, dan pengalaman individu anak, dengan tujuan utama membantu mereka menemukan kembali jati diri dan membangun rasa percaya diri yang terganggu akibat perceraian orang tua. Pendekatan ini didasarkan pada prinsip-prinsip dari Carl Rogers, seorang psikolog humanistik yang menekankan pentingnya menciptakan lingkungan terapi yang aman, mendukung, dan bebas penilaian. Terapis yang menggunakan pendekatan ini berupaya menyediakan suasana yang empatik, di mana anak merasa dihargai dan didengarkan tanpa takut akan kritik atau penolakan. Ini penting karena anak-anak yang mengalami perceraian sering merasa bingung, terabaikan, atau bahkan merasa bersalah atas perpisahan orang tua mereka. Melalui pendekatan client-centered, terapis membangun hubungan berdasarkan kepercayaan dan penerimaan. Mereka mendorong anak untuk mengekspresikan perasaan dan pikirannya secara bebas, serta membantu anak mengenali dan memahami emosinya sendiri. Dengan mendengarkan aktif dan memberikan umpan balik yang mendukung, terapis membantu anak mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka dan situasi yang dihadapi.

Pendekatan ini juga menekankan pentingnya memberdayakan anak untuk menemukan solusi atas masalah yang dihadapi. Dalam proses ini, terapis tidak memberikan nasihat atau solusi langsung, melainkan membantu anak mengeksplorasi berbagai kemungkinan dan membuat keputusan terbaik untuk diri mereka sendiri. Dengan demikian, anak belajar untuk bertanggung

jawab atas pilihan dan tindakan mereka, yang pada akhirnya membantu mereka merasa lebih percaya diri dan mandiri. Dalam konteks perceraian, pendekatan client-centered sangat efektif karena memberikan ruang bagi anak untuk menyembuhkan diri dari trauma emosional yang dialami. Ini juga membantu anak mengembangkan keterampilan coping yang sehat dan memperkuat hubungan dengan orang tua dan lingkungan sekitarnya. Dengan dukungan yang tepat, pendekatan ini membantu anak-anak korban perceraian menemukan kembali jati diri mereka dan tumbuh menjadi individu yang sehat dan seimbang secara emosional.

Referensi

Al-Adawiah, Rabiah. (2015). "pemerlu pelayanan kesejahteraan sosial anak, Trauma and Treatment in Early Childhood: A.

Corey, Gerald, (2009) "Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi." Bandung Refika Aditama

Sukardi (2002) "Pengantar Bimbingan dan Konseling". Jakarta: Bulan Bintang

Djiwandono, Sri esti Wuryani (2005) "Konseling dan Terapi dengan Anak dan Orang Tua" Jakarta, PT Grasindo

Suharsaputra, Uhar (2012) "Metode Penelitian Kantitatif, Kualitatif Dan Tindakan".PT Refika Aditama Jl.Mengger Girang No 981 Bandung.

Abubakar, Rifa'i,(2021) "Pengantar Metodologi Penelitian" Yogyakarta: Suka-Press UIN Sunan Kalijaga,

Hardani, at al, (2020)"Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif" Yogyakarta: Pustaka Ilmu,

M. Surya (2013) "Teori-Teori Konseling" Bandung: Pustaka Bani Quraisy.

Masdudi (2015) "Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah" Cirebon: Nurjati Press

A.Said Hasan Basri, dkk, (2018) "Panduan Mikro Konseling" Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata

Hasanah, Uswatun. (2020) "PENGARUH PERCERAIAN ORANGTUA BAGI PSIKOLOGIS ANAK." AGENDA: Jurnal Analisis Gender dan Agama 2, no. 1

Azizah, Rina Nur (2019) "DAMPAK PERCERAIAN ORANG TUA TERHADAP PERKEMBANGANPSIKOLOGIS ANAK," (Universitas Madura).

Rogers, C. R. (1951). Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and Theory. Boston: Houghton Mifflin. Mearns, D., & Thorne, B. (2013). Person-Centred Counselling in Action. London: Sage Publications.