E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Peran Empati Konselor Dan Keterbukaan Siswa Dalam Keberhasilan Konseling Individual Di Sekolah

Hafniati[1], Ismi Aulia[2], Dia Elliza[3], Nafa Qorry Andini[4], Alfiati Najwa Agustina[5], Tiara Syahdina Sari[6]
[1]Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, hafniati2616@gmail.com
[2]Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, ismiaulia399@gmail.com
[3]Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, diaelliza654@gmail.com
[4]Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, nafaqorryandini@gmail.com
[5]Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, alfiatinajwa077@gmail.com
[6]Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, ttir62975@gmail.com

Abstrak

Konseling individual merupakan salah satu layanan penting dalam bimbingan dan konseling di sekolah yang bertujuan membantu siswa mengatasi permasalahan pribadi, sosial, maupun akademik. Keberhasilan proses konseling tidak hanya ditentukan oleh teknik yang digunakan, tetapi juga oleh kualitas hubungan antara konselor dan siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran empati konselor dan keterbukaan siswa dalam mendukung keberhasilan konseling individual di sekolah. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan teknik wawancara mendalam dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa empati konselor berperan dalam membangun kepercayaan, sementara keterbukaan siswa menjadi kunci dalam mengungkap permasalahan secara mendalam. Sinergi antara empati konselor dan keterbukaan siswa terbukti meningkatkan efektivitas konseling. Oleh karena itu, penguatan kompetensi empatik konselor dan penciptaan suasana yang aman bagi siswa menjadi hal yang sangat penting.

Kata Kunci : *Empati, Keterbukaan Siswa, Konseling Individual, Bimbingan Konseling*

Abstract

Individual counseling is an essential service within school guidance and counseling programs aimed at assisting students in addressing personal, social, and academic challenges. The effectiveness of the counseling process is not solely determined by the techniques employed but is significantly influenced by the quality of the counselor–student relationship. This study aims to examine the role of counselor empathy and student openness in the success of individual counseling in schools. This research employs a qualitative approach with a case study design. Data were collected through in-depth interviews, participatory observation, and documentation involving school counselors and students who had participated in individual counseling sessions. The data were analyzed using an interactive model, including data reduction, data display, and conclusion drawing, complemented by coding, categorization, and thematic analysis. The findings reveal that counselor empathy plays a crucial role in establishing trust and creating a psychologically safe environment, which encourages students to express their thoughts and feelings openly. Student openness, in turn, enables counselors to gain a deeper understanding of the underlying issues, leading to more appropriate and effective interventions. The study also finds a dynamic and reciprocal relationship between counselor empathy and student openness, which significantly contributes to the success of the counseling process. In conclusion, the synergy between counselor empathy and student openness is a key determinant of successful individual counseling. Therefore, it is essential for counselors to continuously develop empathetic competencies, while schools should foster a supportive environment that promotes student openness. These efforts are expected to enhance the effectiveness of counseling services and support students' holistic development.

Keywords: *Counselor Empathy, Student Openness, Individual Counseling, Counseling Effectiveness, School Guidance*

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Corresponding Author:
First name Last name

Afiliasi; e-mail@e-mail.com

PENDAHULUAN

Pendidikan pada hakikatnya merupakan proses sistematis dalam mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi individu yang beriman, berilmu, dan berkarakter(Hamalik, 2014). Dalam konteks ini, sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat transfer pengetahuan, tetapi juga sebagai ruang pembentukan kepribadian siswa secara holistik. Perkembangan peserta didik tidak selalu berjalan secara linear, melainkan seringkali diwarnai oleh berbagai permasalahan psikologis, sosial, maupun akademik(Yusuf, 2021). Oleh karena itu, diperlukan layanan pendukung yang mampu membantu siswa dalam mengatasi berbagai hambatan tersebut.

Salah satu layanan penting dalam sistem pendidikan adalah bimbingan dan konseling. Layanan ini dirancang untuk membantu peserta didik dalam memahami diri, mengembangkan potensi, serta mengatasi permasalahan yang dihadapi(Prayitno, 2004). Bimbingan dan konseling memiliki beberapa jenis layanan, salah satunya adalah konseling individual. Layanan ini memungkinkan siswa untuk berinteraksi secara langsung dan personal dengan konselor dalam suasana yang rahasia dan aman. Konseling individual memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengekspresikan perasaan, pikiran, dan pengalaman yang mungkin tidak dapat disampaikan di ruang publik(Corey, 2021). Hal ini menjadikan konseling sebagai ruang refleksi yang penting bagi perkembangan emosional siswa.

Namun demikian, keberhasilan konseling individual tidak hanya bergantung pada teknik atau pendekatan yang digunakan, melainkan juga pada kualitas hubungan antara konselor dan konseli. Hubungan ini sering disebut sebagai hubungan terapeutik. Hubungan terapeutik yang efektif ditandai oleh adanya kepercayaan, penerimaan tanpa syarat, dan pemahaman yang mendalam terhadap kondisi konseli(Gibson, 2019). Dalam hal ini, empati menjadi salah satu komponen utama. Empati merupakan kemampuan untuk memahami perasaan dan perspektif orang lain seolah-olah mengalaminya sendiri tanpa kehilangan objektivitas(Rogers, 2019). Dalam konteks konseling, empati memungkinkan konselor untuk benar-benar hadir bagi siswa.

Carl Rogers menekankan bahwa empati merupakan salah satu kondisi inti (*core conditions*) dalam konseling yang efektif(Rogers, 1951). Tanpa empati, proses konseling akan kehilangan makna dan kedalaman. Konselor yang memiliki empati tinggi cenderung mampu menciptakan suasana yang hangat dan suportif. Hal ini akan membuat siswa merasa diterima dan tidak dihakimi. Selain empati konselor, keterbukaan siswa juga menjadi faktor penting dalam keberhasilan konseling. Keterbukaan merujuk pada kesediaan siswa untuk mengungkapkan pikiran dan perasaan secara jujur. Keterbukaan siswa tidak muncul secara otomatis, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti rasa aman, kepercayaan, dan pengalaman sebelumnya dalam berinteraksi dengan orang lain(Santrock, 2020).

Dalam banyak kasus, siswa cenderung menutup diri karena takut dinilai, merasa malu, atau khawatir informasi yang disampaikan tidak dijaga kerahasiaannya. Hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi konselor. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan konseling tidak dapat dicapai hanya dari satu pihak saja, melainkan membutuhkan interaksi yang saling mendukung antara konselor dan siswa. Empati konselor berperan sebagai pemicu awal terbentuknya keterbukaan siswa. Ketika siswa

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

merasa dipahami, mereka akan lebih mudah untuk membuka diri. Sebaliknya, keterbukaan siswa akan memberikan informasi yang cukup bagi konselor untuk memahami masalah secara komprehensif, sehingga memudahkan dalam menentukan intervensi yang tepat.

Interaksi antara empati dan keterbukaan ini bersifat dinamis dan berkembang sepanjang proses konseling. Semakin kuat hubungan yang terbentuk, semakin efektif pula proses konseling yang berlangsung. Dalam konteks pendidikan di Indonesia, layanan konseling seringkali belum dimanfaatkan secara optimal oleh siswa. Hal ini disebabkan oleh adanya stigma negatif terhadap konseling serta kurangnya pemahaman mengenai manfaatnya. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan kualitas layanan konseling, khususnya dalam hal kompetensi empatik konselor dan kemampuan membangun keterbukaan siswa.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini menjadi penting untuk mengkaji secara mendalam peran empati konselor dan keterbukaan siswa dalam menentukan keberhasilan konseling individual di sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk memahami secara mendalam dinamika hubungan antara empati konselor dan keterbukaan siswa dalam proses konseling individual(Moleong, 2018). Pendekatan kualitatif dipilih karena mampu menggali makna subjektif dari pengalaman individu secara lebih komprehensif. Desain studi kasus digunakan karena penelitian ini berfokus pada fenomena tertentu yang terjadi dalam konteks nyata di lingkungan sekolah(Robert, 2018). Dengan pendekatan ini, peneliti dapat memperoleh gambaran yang holistik mengenai interaksi antara konselor dan siswa dalam praktik konseling individual. Lokasi penelitian dilaksanakan di salah satu sekolah menengah yang memiliki layanan bimbingan dan konseling aktif. Pemilihan lokasi didasarkan pada pertimbangan bahwa sekolah tersebut secara rutin melaksanakan layanan konseling individual, sehingga memungkinkan peneliti memperoleh data yang relevan dan mendalam(Sugiyono, 2019).

Subjek penelitian terdiri dari konselor sekolah dan siswa yang pernah mengikuti layanan konseling individual. Teknik pemilihan subjek menggunakan *purposive sampling*, yaitu pemilihan informan berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria pemilihan konselor meliputi: (1) memiliki pengalaman dalam memberikan layanan konseling individual, (2) memiliki latar belakang pendidikan bimbingan dan konseling, dan (3) memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang baik. Sementara itu, siswa yang dipilih adalah mereka yang telah mengikuti minimal dua sesi konseling, sehingga memiliki pengalaman yang cukup untuk direfleksikan.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Wawancara digunakan untuk menggali pengalaman, persepsi, serta makna yang dirasakan oleh konselor dan siswa selama proses konseling berlangsung(Cresswell, 2018). Observasi partisipatif dilakukan untuk mengamati secara langsung interaksi antara konselor dan siswa dalam proses konseling. Teknik ini memungkinkan peneliti memperoleh data yang lebih objektif terkait perilaku, ekspresi nonverbal, dan dinamika komunikasi yang terjadi selama sesi konseling. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa catatan konseling, laporan kegiatan, serta dokumen lain yang relevan dengan penelitian. Data dokumentasi ini berfungsi untuk memperkuat dan melengkapi hasil wawancara dan observasi. Analisis data dilakukan melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan sebagaimana dikemukakan oleh Miles dan Huberman(Miles, 2014). Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan metode, yaitu membandingkan data dari berbagai informan dan teknik pengumpulan data yang berbeda(Moleong, 2020).

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Subyek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 10 informan utama yang terbagi menjadi dua kelompok, yaitu 3 orang konselor sekolah dan 7 orang siswa yang pernah mengikuti layanan konseling individual. Penentuan jumlah informan didasarkan pada prinsip kecukupan data (*data saturation*), yaitu kondisi ketika data yang diperoleh telah menunjukkan pola yang berulang dan tidak ditemukan informasi baru yang signifikan(Cresswell, 2018). Informan konselor dipilih berdasarkan kriteria sebagai berikut: (1) memiliki latar belakang pendidikan bimbingan dan konseling, (2) memiliki pengalaman minimal 3 tahun dalam memberikan layanan konseling individual, dan (3) aktif melaksanakan layanan konseling di sekolah. Ketiga konselor tersebut terdiri dari 2 perempuan dan 1 laki-laki dengan rentang usia antara 30–45 tahun. Keberagaman karakteristik ini diharapkan dapat memberikan perspektif yang lebih luas terkait praktik empati dalam konseling(Sugiyono, 2019).

Sementara itu, informan siswa terdiri dari 7 orang yang berasal dari jenjang kelas yang berbeda (kelas VII, VIII, dan IX untuk SMP atau X, XI, XII untuk SMA/sederajat). Komposisi siswa meliputi 4 siswa perempuan dan 3 siswa laki-laki dengan rentang usia 13–18 tahun. Variasi ini dimaksudkan untuk memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai tingkat keterbukaan siswa pada berbagai tahap perkembangan remaja(Yusuf, 2021). Kriteria pemilihan siswa meliputi: (1) pernah mengikuti minimal dua kali sesi konseling individual, (2) bersedia menjadi informan penelitian, dan (3) mampu mengkomunikasikan pengalaman secara reflektif. Pemilihan ini bertujuan agar data yang diperoleh memiliki kedalaman, kejelasan, dan relevansi dengan fokus penelitian(Moleong, 2018). Selain informan utama, penelitian ini juga melibatkan informan pendukung, yaitu wali kelas dan guru mata pelajaran sebanyak 2 orang yang mengetahui perkembangan siswa setelah mengikuti konseling. Informan pendukung ini berfungsi untuk memperkuat validitas data melalui teknik triangulasi sumber, sehingga hasil penelitian menjadi lebih kredibel(Miles, 2014).

Profil siswa yang menjadi informan mencakup beragam latar belakang permasalahan, seperti masalah akademik (kesulitan belajar), sosial (hubungan dengan teman sebaya), dan pribadi (kepercayaan diri dan kecemasan). Variasi latar belakang ini memungkinkan peneliti untuk menganalisis peran empati konselor dan keterbukaan siswa dalam berbagai konteks permasalahan yang berbeda(Corey, 2021). Dalam rangka menjaga etika penelitian, seluruh informan diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian serta jaminan kerahasiaan data. Identitas informan disamarkan menggunakan kode atau inisial untuk melindungi privasi dan menjaga kerahasiaan informasi yang disampaikan(Yin, 2018).

Dengan komposisi dan karakteristik informan tersebut, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang mendalam dan komprehensif mengenai hubungan antara empati konselor dan keterbukaan siswa dalam menentukan keberhasilan konseling individual di sekolah.

Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan analisis kualitatif interaktif yang dikembangkan oleh Miles, Huberman, dan Saldaña, yang meliputi proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan secara simultan(Miles, 2014). Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menganalisis data secara berkelanjutan sejak tahap pengumpulan hingga penarikan kesimpulan akhir. Dalam praktiknya, proses analisis dilakukan secara bertahap melalui teknik *coding*, kategorisasi, dan penemuan tema. Tahap pertama adalah *open coding*, yaitu proses mengidentifikasi, memberi label, dan mengelompokkan unit-unit makna dari data mentah hasil wawancara dan observasi(Strauss, 1998).

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Pada tahap ini, peneliti membaca transkrip secara berulang untuk menemukan kata kunci, frasa penting, atau pernyataan yang relevan dengan fokus penelitian, seperti "merasa dipahami", "takut dihakimi", atau "mulai percaya pada konselor". Setiap potongan data yang memiliki makna serupa kemudian diberi kode tertentu. Misalnya, pernyataan yang menunjukkan rasa nyaman siswa diberi kode *KS* (kenyamanan siswa), sedangkan pernyataan yang menunjukkan sikap empati konselor diberi kode *EK* (empati konselor). Proses ini bertujuan untuk menyederhanakan data tanpa menghilangkan makna esensialnya(Moleong, 2018). Tahap kedua adalah *axial coding*, yaitu proses menghubungkan kode-kode yang telah dihasilkan pada tahap *open coding* ke dalam kategori yang lebih luas. Pada tahap ini, peneliti mulai mengidentifikasi pola hubungan antar kode, seperti keterkaitan antara empati konselor dengan munculnya rasa percaya siswa. Sebagai contoh, kode *EK* (empati konselor), *RS* (respon suportif), dan *MA* (mendengarkan aktif) dikelompokkan dalam kategori "kompetensi empatik konselor". Sementara itu, kode *KS* (kenyamanan siswa), *KT* (keterbukaan), dan *KP* (kepercayaan pada konselor) dikelompokkan dalam kategori "keterbukaan siswa".

Tahap ketiga adalah *selective coding,* yaitu proses memilih kategori inti dan mengintegrasikannya menjadi tema utama penelitian. Pada tahap ini, peneliti mengidentifikasi hubungan yang paling dominan dan relevan untuk menjelaskan fenomena yang diteliti. Dari proses tersebut, diperoleh beberapa tema utama, yaitu: (1) empati konselor sebagai fondasi hubungan terapeutik, (2) keterbukaan siswa sebagai indikator kepercayaan, dan (3) sinergi empati dan keterbukaan dalam menentukan keberhasilan konseling. Tema-tema ini kemudian dianalisis secara mendalam untuk menjawab rumusan masalah penelitian. Untuk memperkuat validitas analisis, peneliti melakukan *triangulasi data* dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Selain itu, dilakukan pula *member check*, yaitu meminta konfirmasi dari informan terkait interpretasi data yang telah dilakukan peneliti(Sugiyono, 2019).

Dengan menggunakan teknik analisis yang sistematis dan terstruktur ini, diharapkan hasil penelitian mampu memberikan gambaran yang akurat, mendalam, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah mengenai peran empati konselor dan keterbukaan siswa dalam keberhasilan konseling individual di sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peran Empati Konselor

Hasil penelitian menunjukkan bahwa empati konselor merupakan faktor fundamental dalam membangun hubungan konseling yang efektif. Empati tidak hanya dimaknai sebagai kemampuan memahami perasaan siswa, tetapi juga sebagai kemampuan menghadirkan diri secara utuh (*presence*) dalam interaksi konseling(Corey, 2021). Konselor yang menunjukkan empati mampu menciptakan suasana psikologis yang aman, sehingga siswa merasa nyaman untuk mengungkapkan pengalaman dan perasaannya. Dalam praktiknya, empati konselor tercermin melalui beberapa indikator, seperti kemampuan mendengarkan secara aktif (*active listening*), penggunaan bahasa tubuh yang terbuka, serta respon verbal yang reflektif. Siswa cenderung merespons positif ketika konselor tidak hanya mendengar, tetapi juga menunjukkan pemahaman terhadap emosi yang mereka rasakan(Santrock, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa empati berperan penting dalam membangun kualitas komunikasi interpersonal dalam konseling.

Berdasarkan hasil wawancara, sebagian besar siswa menyatakan bahwa mereka merasa lebih nyaman berbicara ketika konselor menunjukkan sikap tidak menghakimi. Salah satu informan menyatakan: *"Saya jadi berani cerita karena Bu Guru tidak langsung menyalahkan, tapi malah mencoba memahami saya."* Pernyataan ini mengindikasikan bahwa empati konselor berfungsi dalam menurunkan kecemasan dan meningkatkan rasa

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

aman siswa selama proses konseling. Secara teoretis, temuan ini sejalan dengan pandangan Carl Rogers yang menempatkan empati sebagai salah satu kondisi inti (*core conditions*) dalam konseling yang efektif(Rogers, 2019). Rogers menegaskan bahwa empati memungkinkan konselor memahami dunia internal konseli tanpa kehilangan objektivitas profesionalnya. Dengan demikian, empati menjadi landasan utama dalam membangun hubungan terapeutik yang bermakna.

Selain itu, empati juga berfungsi sebagai jembatan dalam membangun kepercayaan (*trust building*). Ketika siswa merasa dipahami, mereka akan lebih mudah mempercayai konselor dan membuka diri terhadap proses konseling(Gibson, 2019). Kepercayaan ini menjadi prasyarat utama bagi terjadinya komunikasi yang terbuka dan jujur dalam hubungan konseling. Dalam konteks ini, empati tidak bersifat statis, melainkan berkembang secara dinamis seiring dengan interaksi antara konselor dan siswa. Konselor yang secara konsisten menunjukkan empati akan mampu membangun hubungan yang lebih kuat dibandingkan dengan konselor yang hanya sesekali menunjukkan perhatian emosional. Konsistensi ini menjadi indikator profesionalitas dalam praktik konseling.

Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa empati konselor berpengaruh terhadap kedalaman eksplorasi masalah. Siswa yang merasa dipahami cenderung lebih berani mengungkapkan aspek-aspek pribadi yang sebelumnya disembunyikan. Hal ini memungkinkan konselor memperoleh informasi yang lebih komprehensif dalam memahami akar permasalahan siswa. Lebih lanjut, empati konselor tidak hanya berdampak pada aspek emosional, tetapi juga berkontribusi terhadap perubahan perilaku siswa. Siswa yang merasakan empati cenderung menunjukkan peningkatan motivasi untuk memperbaiki diri serta lebih terbuka terhadap saran dan intervensi yang diberikan oleh konselor.

Namun demikian, penelitian ini juga menemukan bahwa tidak semua konselor mampu menunjukkan empati secara optimal. Beberapa siswa mengungkapkan bahwa konselor terkadang terlalu berorientasi pada solusi tanpa terlebih dahulu memahami kondisi emosional siswa. Hal ini menunjukkan bahwa empati perlu terus dikembangkan sebagai bagian dari kompetensi profesional konselor. Oleh karena itu, empati konselor dapat dipahami sebagai kompetensi inti yang tidak hanya mendukung keberhasilan konseling, tetapi juga menentukan kualitas hubungan terapeutik secara keseluruhan. Tanpa empati, proses konseling berpotensi menjadi formalitas yang kurang memberikan dampak signifikan bagi siswa.

Dengan demikian, penguatan kemampuan empatik konselor menjadi sangat penting, baik melalui pelatihan profesional, supervisi, maupun refleksi diri secara berkelanjutan. Empati bukan sekadar keterampilan teknis, melainkan sikap batin yang harus terus diasah dalam praktik konseling sehari-hari.

Keterbukaan Siswa dalam Konseling

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterbukaan siswa merupakan faktor kunci dalam menentukan keberhasilan proses konseling individual. Keterbukaan tidak hanya berkaitan dengan kemampuan siswa dalam menyampaikan masalah, tetapi juga mencerminkan tingkat kepercayaan terhadap konselor(Gibson, 2019). Semakin tinggi tingkat keterbukaan, semakin dalam pula informasi yang dapat digali dalam proses konseling, sehingga memungkinkan pemahaman yang lebih komprehensif terhadap permasalahan siswa. Keterbukaan siswa dalam penelitian ini tampak dalam bentuk kesediaan untuk menceritakan pengalaman pribadi, mengungkapkan emosi, serta merefleksikan diri secara jujur. Namun demikian, keterbukaan tersebut tidak muncul secara instan, melainkan berkembang secara bertahap dan dipengaruhi oleh kualitas interaksi antara konselor dan siswa. Berdasarkan hasil wawancara, sebagian siswa pada awalnya menunjukkan sikap ragu dan cenderung menutup diri. Salah satu informan menyatakan: *"Awalnya saya takut cerita, takut dimarahi atau dibilang salah. Tapi setelah beberapa kali*

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

ketemu, saya mulai percaya." Pernyataan ini menunjukkan bahwa keterbukaan merupakan hasil dari proses adaptasi psikologis siswa terhadap situasi konseling yang baru.

Secara teoretis, keterbukaan siswa berkaitan erat dengan konsep *self-disclosure*, yaitu proses individu dalam mengungkapkan informasi pribadi kepada orang lain(Jourard, 1971). Dalam konteks konseling, *self-disclosure* menjadi indikator penting dalam menilai efektivitas hubungan terapeutik. Semakin tinggi tingkat keterbukaan, semakin besar peluang terjadinya perubahan positif dalam diri siswa. Salah satu faktor utama yang memengaruhi keterbukaan siswa adalah rasa aman (*psychological safety*). Siswa akan lebih terbuka ketika mereka merasa bahwa lingkungan konseling bebas dari penilaian negatif serta menjamin kerahasiaan informasi(Rogers, 2019). Dalam hal ini, sikap konselor memiliki peran yang sangat menentukan dalam menciptakan kondisi tersebut.

Selain itu, pengalaman sebelumnya juga berpengaruh terhadap tingkat keterbukaan siswa. Siswa yang memiliki pengalaman negatif, seperti merasa diabaikan atau disalahkan, cenderung menunjukkan resistensi dalam membuka diri pada proses konseling berikutnya. Hal ini menunjukkan bahwa keterbukaan tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi saat ini, tetapi juga oleh pengalaman masa lalu individu. Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa keterbukaan siswa berkembang seiring dengan meningkatnya kepercayaan terhadap konselor. Kepercayaan ini dibangun melalui konsistensi sikap konselor, seperti menjaga kerahasiaan, menunjukkan empati, serta tidak menghakimi siswa(Corey, 2021). Dengan demikian, keterbukaan dan kepercayaan memiliki hubungan yang saling memperkuat.

Keterbukaan siswa memiliki dampak langsung terhadap efektivitas konseling. Siswa yang terbuka memungkinkan konselor untuk memahami akar permasalahan secara lebih akurat, sehingga intervensi yang diberikan menjadi lebih tepat sasaran(Santrock, 2020). Sebaliknya, keterbukaan yang rendah akan menghambat proses konseling karena informasi yang diperoleh tidak lengkap atau tidak merepresentasikan kondisi yang sebenarnya. Dalam beberapa kasus, peneliti menemukan bahwa siswa hanya menyampaikan sebagian kecil dari masalah yang dihadapi. Hal ini umumnya terjadi ketika siswa masih berada pada tahap awal konseling dan belum sepenuhnya mempercayai konselor. Oleh karena itu, keterbukaan siswa tidak dapat dipaksakan, melainkan perlu difasilitasi melalui pendekatan yang tepat dan berkelanjutan.

Konselor perlu membangun hubungan yang hangat, memberikan waktu yang cukup, serta menciptakan suasana yang mendukung agar siswa merasa nyaman dalam proses konseling. Pendekatan yang humanis dan empatik akan mempercepat munculnya keterbukaan siswa dalam mengungkapkan masalahnya. Dengan demikian, keterbukaan siswa dapat dipahami sebagai proses dinamis yang berkembang melalui interaksi antara konselor dan siswa. Keterbukaan bukan hanya dipengaruhi oleh faktor internal siswa, tetapi juga oleh kualitas layanan konseling yang diberikan.

Implikasi dari temuan ini adalah pentingnya menciptakan lingkungan konseling yang suportif, aman, dan menghargai privasi siswa. Selain itu, sekolah juga perlu memberikan edukasi kepada siswa mengenai pentingnya layanan konseling agar stigma negatif terhadap konseling dapat diminimalkan.

Dengan meningkatnya keterbukaan siswa, diharapkan proses konseling individual dapat berjalan lebih efektif dan memberikan dampak positif terhadap perkembangan pribadi, sosial, dan akademik siswa.

Hubungan Empati dan Keterbukaan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa empati konselor dan keterbukaan siswa memiliki hubungan yang bersifat saling memengaruhi dan tidak dapat dipisahkan dalam proses konseling individual. Empati konselor berperan sebagai faktor awal yang mendorong munculnya keterbukaan siswa, sementara keterbukaan siswa memperkuat efektivitas interaksi konseling(Corey, 2021). Hubungan ini menegaskan bahwa

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

keberhasilan konseling tidak hanya ditentukan oleh satu variabel tunggal, melainkan oleh interaksi dinamis antara keduanya.

Empati yang ditunjukkan oleh konselor, seperti kemampuan mendengarkan aktif (*active listening*), penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*), dan respon reflektif, terbukti mampu menciptakan suasana psikologis yang aman. Dalam kondisi tersebut, siswa merasa dihargai dan tidak dihakimi, sehingga lebih berani mengungkapkan perasaan dan pengalaman pribadi(Santrock, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa empati berfungsi sebagai prasyarat psikologis bagi munculnya keterbukaan.

Berdasarkan hasil wawancara, beberapa siswa menyatakan bahwa mereka mulai terbuka setelah merasakan konselor benar-benar memahami kondisi mereka. Salah satu informan menyampaikan: *"Kalau Bu Guru sudah mengerti perasaan saya, saya jadi lebih gampang cerita."* Pernyataan ini memperkuat temuan bahwa empati menjadi pemicu utama keterbukaan siswa dalam proses konseling.

Secara teoretis, hubungan ini sejalan dengan pendekatan *client-centered therapy* yang dikembangkan oleh Carl Rogers, yang menempatkan empati sebagai kondisi inti (*core conditions*) dalam konseling efektif(Rogers, 2019). Dalam kerangka ini, empati tidak hanya dipahami sebagai sikap, tetapi juga sebagai katalis yang memungkinkan konseli melakukan eksplorasi diri secara lebih mendalam dan autentik.

Keterbukaan siswa yang muncul sebagai respon terhadap empati konselor kemudian memperkaya proses konseling. Informasi yang disampaikan secara jujur dan mendalam memungkinkan konselor memahami akar permasalahan secara lebih komprehensif, sehingga intervensi yang diberikan menjadi lebih tepat dan efektif(Gibson, 2019).

Hubungan antara empati dan keterbukaan dalam penelitian ini bersifat siklikal atau timbal balik. Semakin tinggi empati yang ditunjukkan konselor, semakin meningkat keterbukaan siswa. Sebaliknya, semakin terbuka siswa, semakin mudah bagi konselor untuk menunjukkan empati yang lebih tepat dan kontekstual. Dengan demikian, kedua variabel ini saling memperkuat dalam membentuk kualitas hubungan terapeutik.

Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa hubungan empati dan keterbukaan berkembang secara bertahap. Pada tahap awal konseling, empati konselor berperan dominan dalam membangun kepercayaan (*trust building*). Setelah kepercayaan terbentuk, keterbukaan siswa mulai meningkat dan memperkuat kualitas interaksi selanjutnya. Proses ini menunjukkan bahwa hubungan terapeutik bersifat progresif dan berkembang seiring waktu.

Dalam konteks ini, hubungan terapeutik yang terbentuk tidak hanya bersifat instrumental, tetapi juga emosional. Kedekatan emosional yang sehat antara konselor dan siswa memungkinkan terjadinya komunikasi yang autentik, terbuka, dan bermakna. Kondisi ini menjadi landasan bagi keberhasilan proses konseling secara keseluruhan.

Namun demikian, penelitian ini juga menemukan bahwa hubungan antara empati dan keterbukaan dapat terhambat apabila konselor gagal menunjukkan empati secara konsisten. Ketidakkonsistenan ini dapat menimbulkan keraguan pada siswa, sehingga menghambat keterbukaan. Selain itu, faktor internal siswa seperti rasa malu, kecemasan, dan pengalaman negatif sebelumnya juga turut memengaruhi dinamika hubungan tersebut(Yusuf, 2021).

Implikasi dari temuan ini adalah pentingnya penguatan kompetensi empatik konselor sebagai strategi utama dalam meningkatkan keterbukaan siswa. Empati tidak hanya berfungsi sebagai keterampilan komunikasi, tetapi juga sebagai fondasi dalam membangun hubungan konseling yang efektif dan berkelanjutan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa empati konselor dan keterbukaan siswa merupakan dua variabel yang saling berinteraksi secara dinamis dalam menentukan keberhasilan konseling individual. Sinergi antara keduanya akan menghasilkan proses

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

konseling yang lebih mendalam, bermakna, dan berdampak positif terhadap perkembangan siswa.

Implikasi terhadap Keberhasilan Konseling

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan konseling individual tidak hanya ditentukan oleh teknik yang digunakan, tetapi sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan antara konselor dan siswa, khususnya dalam aspek empati dan keterbukaan. Kedua variabel ini terbukti menjadi fondasi utama dalam membangun proses konseling yang efektif. Keberhasilan konseling dalam penelitian ini ditandai oleh adanya perubahan positif pada diri siswa, baik dalam aspek kognitif, emosional, maupun perilaku. Perubahan tersebut meliputi meningkatnya pemahaman diri, kemampuan mengelola emosi, serta perbaikan dalam pengambilan keputusan.

Empati konselor memiliki implikasi langsung terhadap keberhasilan konseling karena mampu menciptakan suasana yang aman dan suportif. Dalam kondisi ini, siswa merasa diterima tanpa syarat, sehingga lebih terbuka dalam mengungkapkan masalah yang dihadapi. Keterbukaan siswa kemudian memperkuat efektivitas konseling dengan menyediakan informasi yang akurat dan mendalam. Informasi ini menjadi dasar bagi konselor dalam merumuskan strategi intervensi yang sesuai dengan kebutuhan siswa. Sinergi antara empati konselor dan keterbukaan siswa menghasilkan proses konseling yang lebih bermakna. Proses ini tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada pengembangan potensi dan kemandirian siswa dalam menghadapi tantangan kehidupan. Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa keberhasilan konseling bersifat bertahap dan berkelanjutan. Proses perubahan pada siswa tidak terjadi secara instan, melainkan melalui interaksi yang konsisten antara konselor dan siswa dalam beberapa sesi konseling. Selain itu, keberhasilan konseling juga dipengaruhi oleh kemampuan konselor dalam memilih pendekatan yang tepat berdasarkan informasi yang diperoleh dari siswa. Tanpa keterbukaan siswa, konselor akan kesulitan menentukan intervensi yang efektif.

Penelitian ini juga menegaskan bahwa konseling yang efektif tidak hanya berorientasi pada solusi jangka pendek, tetapi juga pada perubahan jangka panjang dalam pola pikir dan perilaku siswa. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan konseling memiliki dimensi yang lebih luas dari sekadar penyelesaian masalah. Namun demikian, penelitian ini menemukan bahwa keberhasilan konseling dapat terhambat apabila salah satu komponen utama, yaitu empati atau keterbukaan, tidak terpenuhi secara optimal. Konseling yang minim empati cenderung bersifat formal dan kurang menyentuh aspek emosional siswa. Sebaliknya, keterbukaan yang rendah dari siswa akan membatasi kedalaman eksplorasi masalah, sehingga proses konseling menjadi kurang efektif. Oleh karena itu, kedua faktor ini harus berjalan secara seimbang dan saling mendukung.

Implikasi praktis dari temuan ini adalah perlunya peningkatan kompetensi empatik konselor melalui pelatihan profesional, supervisi, dan refleksi diri secara berkelanjutan(Sugiyono, 2019). Konselor perlu mengembangkan kemampuan mendengarkan, memahami, dan merespon secara empatik. Selain itu, sekolah juga perlu menciptakan lingkungan yang mendukung keterbukaan siswa, seperti menjamin kerahasiaan konseling, mengurangi stigma negatif terhadap layanan konseling, serta memberikan edukasi tentang pentingnya kesehatan mental. Dengan demikian, keberhasilan konseling individual dapat dicapai melalui sinergi antara kompetensi profesional konselor dan kesiapan psikologis siswa untuk terbuka. Kombinasi ini akan menghasilkan proses konseling yang efektif, humanis, dan berdampak positif bagi perkembangan siswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa empati konselor dan keterbukaan siswa merupakan dua faktor utama yang saling berkaitan dalam

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

menentukan keberhasilan konseling individual di sekolah. Empati konselor berperan sebagai fondasi dalam membangun hubungan terapeutik yang hangat, aman, dan penuh kepercayaan. Melalui sikap empatik, konselor mampu menciptakan kondisi psikologis yang memungkinkan siswa merasa diterima tanpa adanya penilaian negatif. Keterbukaan siswa muncul sebagai respon terhadap empati yang ditunjukkan oleh konselor. Semakin tinggi tingkat empati, semakin besar peluang siswa untuk mengungkapkan perasaan, pikiran, dan permasalahan secara jujur dan mendalam. Keterbukaan ini menjadi kunci bagi konselor untuk memahami akar permasalahan secara komprehensif.

Hubungan antara empati konselor dan keterbukaan siswa bersifat dinamis dan timbal balik. Empati mendorong keterbukaan, sementara keterbukaan memperkuat efektivitas empati dalam proses konseling. Sinergi antara keduanya menghasilkan interaksi konseling yang lebih bermakna dan efektif. Keberhasilan konseling individual ditandai dengan adanya perubahan positif pada diri siswa, baik dalam aspek emosional, kognitif, maupun perilaku. Perubahan ini tidak hanya bersifat jangka pendek, tetapi juga berkontribusi pada pengembangan kemandirian dan kemampuan siswa dalam menghadapi permasalahan kehidupan.

Oleh karena itu, diperlukan upaya berkelanjutan untuk meningkatkan kompetensi empatik konselor melalui pelatihan profesional dan refleksi diri. Selain itu, sekolah juga perlu menciptakan lingkungan yang mendukung keterbukaan siswa, termasuk menjamin kerahasiaan konseling dan mengurangi stigma negatif terhadap layanan bimbingan dan konseling. Dengan demikian, optimalisasi empati konselor dan keterbukaan siswa merupakan strategi penting dalam meningkatkan kualitas dan keberhasilan layanan konseling individual di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

Cooper, M. (2019). Integrating counseling and psychotherapy: Directionality, synergy, and empathy. *Journal of Counseling Psychology, 66*(2)

Cooper, M. (2019). Integrating counseling and psychotherapy: Directionality, synergy, and empathy. *Journal of Counseling Psychology, 66*(2), 123–135. https://doi.org/10.1037/cou0000345

Corey, G. (2021). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (11th ed.). Boston: Cengage Learning.

Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Derlega, V. J., Winstead, B. A., & Greene, K. (2017). Self-disclosure and starting a close relationship. *Journal of Social and Personal Relationships, 34*(5), 659–676. https://doi.org/10.1177/0265407516656847

Egan, G. (2019). *The Skilled Helper: A Problem-Management and Opportunity-Development Approach to Helping* (11th ed.). Boston: Cengage Learning.

Elliott, R., Bohart, A. C., Watson, J. C., & Murphy, D. (2018). Therapist empathy and client outcome: An updated meta-analysis. *Psychotherapy, 55*(4)

Elliott, R., Bohart, A. C., Watson, J. C., & Murphy, D. (2018). Therapist empathy and client outcome: An updated meta-analysis. *Psychotherapy, 55*(4), 399–410. https://doi.org/10.1037/pst0000175

Farber, B. A., Suzuki, J. Y., & Lynch, D. A. (2018). Positive regard and psychotherapy outcome. *Psychotherapy, 55*(4), 411–423. https://doi.org/10.1037/pst0000171

Flückiger, C., Del Re, A. C., Wampold, B. E., & Horvath, A. O. (2018). The alliance in adult psychotherapy: A meta-analytic synthesis. *Psychotherapy, 55*(4), 316–340. https://doi.org/10.1037/pst0000172

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Gibson, R. L., & Mitchell, M. H. (2019). *Introduction to Counseling and Guidance* (8th ed.). Boston: Pearson.

Hamalik, O. (2014). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.

Henderson, D. A., & Thompson, C. L. (2020). *Counseling Children* (10th ed.). Boston: Cengage Learning.

Hill, C. E. (2020). Helping skills: Facilitating exploration, insight, and action (5th ed.). *Journal of Counseling Psychology Review*, 12(1), 45–60.

Hill, C. E., & Knox, S. (2021). Training and supervision of empathy in counseling. *The Counseling Psychologist, 49*(2)

Hill, C. E., & Knox, S. (2021). Training and supervision of empathy in counseling. *The Counseling Psychologist, 49*(2), 175–210. https://doi.org/10.1177/0011000021990994

Jourard, S. M. (1971). *Self-Disclosure: An Experimental Analysis of the Transparent Self*. New York: Wiley.

Jourard, S. M. (updated discussion in modern context cited in): Greene, K., Derlega, V. J., & Mathews, A. (2018). Self-disclosure in personal relationships. *The Cambridge Handbook of Personal Relationships*, 409–427. https://doi.org/10.1017/9781316417867.031

Knox, S., & Hill, C. E. (2017). Therapist self-disclosure. *Journal of Clinical Psychology, 73*(3), 282–294. https://doi.org/10.1002/jclp.22351

Kolden, G. G., Wang, C. C., Austin, S. B., Chang, Y., & Klein, M. H. (2018). Congruence/genuineness in psychotherapy. *Psychotherapy, 55*(4), 424–433. https://doi.org/10.1037/pst0000162

Kumar, R. (2019). *Research Methodology: A Step-by-Step Guide for Beginners* (5th ed.). London: Sage Publications.

Levitt, H. M., Pomerville, A., & Surace, F. I. (2016). A qualitative meta-analysis examining clients' experiences of psychotherapy. *Psychological Bulletin, 142*(8), 801–830. https://doi.org/10.1037/bul0000057

Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Moleong, L. J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Murphy, D., & Joseph, S. (2016). Person-centered therapy: A model for psychological practice. *Counselling Psychology Review, 31*(1), 7–15.

Neukrug, E. (2017). *Theory, Practice, and Trends in Human Services: An Introduction* (6th ed.). Boston: Cengage Learning.

Norcross, J. C., & Lambert, M. J. (2019). Psychotherapy relationships that work III. *Psychotherapy, 56*(4), 423–427. https://doi.org/10.1037/pst0000242

Prayitno. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Rogers, C. R. (1951). *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications and Theory*. Boston: Houghton Mifflin.

Rogers, C. R. (2019). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. London: Constable & Robinson.

Santrock, J. W. (2020). *Educational Psychology* (6th ed.). New York: McGraw-Hill Education.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.

Yin, R. K. (2018). *Case Study Research and Applications: Design and Methods* (6th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Yusuf, S. (2021). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.