

## PENERAPAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL UNTUK MENGURANGI SIKAP EGOSENTRIS SISWA KELAS X IPS DI SMA NEGERI 97 JAKARTA TAHUN PELAJARAN 2017/2018

**BELLINA SIMANGUNSONG**

SMA Negeri 97 Jakarta

Corresponding Email : [sembiringeperaim@gmail.com](mailto:sembiringeperaim@gmail.com)

### ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Penerapan Layanan Konseling individual di SMA Negeri 97 Jakarta Tahun pembelajaran 2017/2018. Masalah dalam penelitian ini adalah tingginya sikap egosentris pada siswa kelas X IPS SMA Negeri 97 Jakarta. Subjek dalam penelitian ini adalah peneliti, sedangkan objek yang diambil adalah 03 orang siswa kelas X IPS SMA Negeri 97 Jakarta. Metode Penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas. Teknik Analisis Data dalam penelitian ini adalah reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan. Dari analisis data yang menggunakan observasi, pengurangan sikap egosentris siswa yang dicapai setelah mendapatkan layanan konseling individual dengan pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy mencapai penurunan dan perubahan. Dengan demikian penggunaan konseling individual dengan pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy dapat mengurangi sikap egosentris pada siswa kelas X SMA Negeri 97 Jakarta. Hal ini dapat dilihat dengan adanya perubahan tingkah laku pada setiap pertemuan yang mengarah pada menurunnya sikap egosentris siswa.

**Kata Kunci :** Konseling Individual dengan Pendekatan *Rational Emotive Therapy* – Sikap Egosentris

### PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (UU No 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional). Hal ini juga dikemukakan oleh Driyarkara Mikarsa (2004:2) yang menyatakan bahwa “Pendidikan adalah upaya memanusiakan manusia muda ketaraf insani harus diwujudkan dalam seluruh proses atau upaya pendidikan.” Sekolah merupakan bagian dari pendidikan. Di sekolah inilah kegiatan belajar mengajar berlangsung, ilmu pengetahuan diajarkan dan dikembangkan kepada anak didik.

Kegiatan belajar mengajar di sekolah merupakan kegiatan inti dalam pendidikan di sekolah. Segala sesuatu yang telah diprogramkan akan dilaksanakan dalam kegiatan belajar mengajar. Melalui kegiatan belajar mengajar ini juga proses transfer dan transformasi ilmu pengetahuan dapat diberikan kepada peserta didik. Kegiatan belajar mengajar merupakan terjadinya interaksi antara guru dengan

siswa dalam rangka menyampaikan bahan pelajaran kepada siswa untuk mencapai tujuan pengajaran Suryosubroto (2009:30).

Tetapi dalam kenyataan lapangan dilingkungan sekolah ada saja yang menjadi penghambat dalam sistem belajar mengajar. Dalam proses belajar juga terdapat sikap yang terkadang menghambat dalam proses belajar mengajar. Dalam komponen sikap terdapat ego dan egosentris yang terdapat dalam diri manusia. Salah satu sikap yang mengganggu dalam proses belajar adalah sikap egosentris. Sikap adalah suatu pola perilaku untuk menyesuaikan diri dalam situasi sosial. Sikap senantiasa diarahkan kepada sesuatu artinya tidak ada sikap tanpa objek. Sikap diarahkan kepada benda – benda, orang, peristiwa, pandangan, lembaga, norma dan lain – lain. Egosentris yaitu menjadikan diri sebagai titik pusat pemikiran (perbuatan), berpusat pada diri sendiri (menilai segalanya dari sudut diri sendiri). Rasa egosentris yang timbul pada individu dikarenakan adanya keinginan untuk mendapatkan suatu penerimaan dari lingkungan sekitarnya, dalam kehidupan sehari-hari menjadikan diri sebagai pusat perbuatan dirinya akan menjadikan suatu permasalahan.

Fenomena sikap egosentris ini terjadi pada SMA Negeri 97 Jakarta, Menurut Guru Pembimbing latar belakang sikap egosentris itu terjadi karena kurangnya perhatian dari orang tua dikarenakan orang tua yang sudah bercerai, tinggal bersama nenek bahkan ada yang kos. Dari hal – hal tersebut lah siswa SMA Negeri 97 Jakarta menjadi memiliki sikap egosentris. Sikap egosentris ini tampak pada kelas X IPS. Contoh sikap egosentris misalnya, tidak mau memberi giliran pada orang lain, merasa unik, tidak mau mendengar ketika orang lain bicara, menonjolkan kehebatan fisik yang ia miliki baik kepada teman sebaya atau seniornya, mengganggu teman yang sedang belajar, dan selalu ingin menjadi pusat perhatian.

Sikap Egosentris ini apabila tidak di atasi maka akan menjadi gangguan sosial dalam lingkungan belajarnya. Dalam peraturan sekolah, Konseling individu dari guru pembimbing merupakan proses komunikasi bantuan yang amat penting dalam menanggulangi masalah perilaku sikap egosentris. Menurut Prayitno (2004:1) konseling individu merupakan layanan konseling yang dilakukan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi secara langsung antara klien dan konselor dalam rangka membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien.

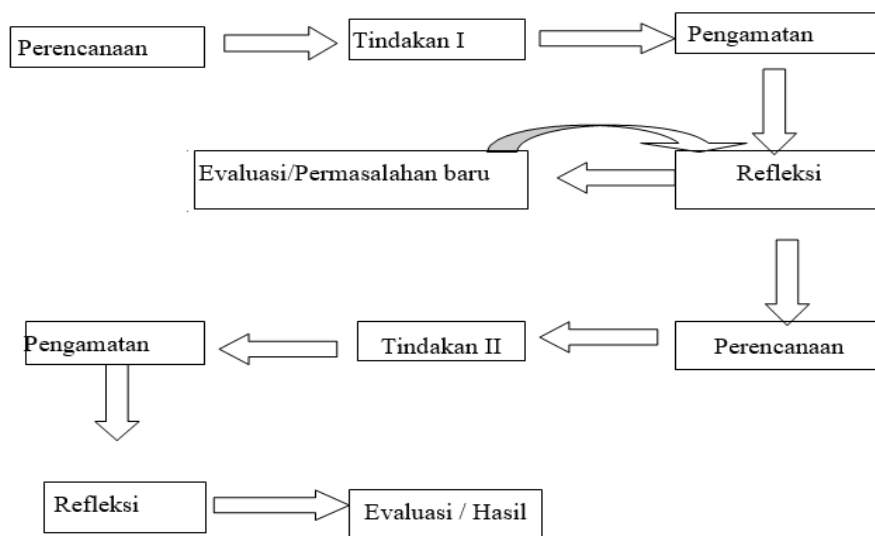
Maka dalam keadaan yang seperti itu konselor disekolah memberikan bantuan Layanan Konseling Individual. Melalui Layanan Konseling Individual guru BK secara langsung berada dalam kondisi konseling dan guru BK sebagai Konselor hubungan yang terjalin dalam konseling individual haruslah kondusif. Model – model konseling itu antara lain: Terapi psikoanalitik mengarah pada pemahaman dan asimilasi, terapi eksistensial humanistik fokus pandangan mengenai manusia itu sendiri, terapi *client centered* berfokus pada tanggung jawab klien, terapi gestalt menekankan kesadaran dan integrasi, analisis transaksional cenderung kearah aspek kognitif dan behavioral dalam mengevaluasi putusan yang telah dibuat, terapi tingkah laku/behavioristik untuk mengubah tingkah laku, terapi realitas berfokus pada saat sekarang dan realistik. Dari beberapa model konseling

ini peneliti akan menyelesaikan permasalahan siswa diatas menggunakan model pendekatan rasional emotive behavior.

Dapat diPShami mengenai konseling individual itu sendiri adalah suatu proses pemberian bantuan yang terdiri dari konselor dan klien agar dapat menumbuhkan atau meningkatkan kemampuannya dalam menghadapi dan mengatasi masalah yaitu sikap egosentris dan menggunakan pendekatan/teknik rasional emotif behavior yang bertujuan untuk memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan, serta cara pandang klien yang irasional menjadi rasional, sehingga ia dapat mengarahkan atau mengendalikan sikap egosentrisnya kearah yang positif dan mereka akan sukses dalam menampilkan perilaku sosialnya, tampil dengan keyakinan diri dan merasa memiliki nilai dalam lingkungan sosialnya. Berdasarkan alasan dan uraian diatas maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan maksud agar lebih mengetahui berbagai masalah individu yang timbul dan membahas dengan judul penelitian “Penerapan Layanan Konseling Individual Untuk Mengurangi Sikap Egosentris Siswa Kelas X SMA Negeri 97 Jakarta Tahun Pembelajaran 2017/2018”.

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling dilaksanakan dalam dua siklus, setiap siklus terdiri dari empat tahap yang meliputi perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Tahap tindakan pada siklus yang kedua merupakan perbaikan dan pengembangan dari siklus pertama apabila ada permasalahan baru dari hasil refleksi, sehingga dalam penyusunanya harus memperhatikan hasil refleksi pada siklus pertama. Begitu juga seterusnya, apabila belum terselesaikanya permasalahan hasil refleksi dua maka dilanjutkan ke siklus berikutnya. Hal tersebut dapat dilihat dari gambar di bawah ini :



Gambar 1. Proses penelitian Tindakan Kelas

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 1. Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di SMA Negeri 97 Jakarta

Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling sangat diperlukan dalam dunia pendidikan yaitu adanya guru bimbingan dan konseling disekolah. Hal ini disebabkan karena dalam setiap individu memiliki masalah baik didalam maupun diluar dirinya. Ada orang yang mampu untuk mengatasi masalah dan ada sebahagian orang yang tidak mampu mengatasi masalahnya. Untuk itu bimbingan dan konseling di sekolah dibutuhkan agar dapat membantu menyelesaikan masalah siswa dan mengembangkan pemikiran perilakunya kearah positif. Di SMA Negeri 97 Jakarta, pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling juga diterapkan. Hal ini dapat diketahui dari hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling SMA Negeri 97 Jakarta, mengatakan:

“Pelaksanaan bimbingan dan konseling selalu dilaksanakan oleh guru bimbingan dan konseling yang ada di sekolah ini, salah satunya adalah saya sendiri. Yang menjadikan hambatan dalam pelaksanaan layanan tersebut adalah tidak adanya jam khusus untuk memberikan layanan tersebut. Jadi, yang digunakan guru BK untuk memberikan layanan tersebut ketika ada jam pelajaran yang kosong, jam kosong itu adalah jam ketika guru mata pelajaran tidak masuk, maka guru BK dapat masuk untuk memberikan layanan secara klasikal, seperti layanan informasi. Namun apabila ada masalah yang penting, maka mereka akan diPanggil kebilik konseling untuk melaksanakan layanan konseling individual.

Meskipun dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling ini tidak memiliki jam khusus, pihak sekolah tetap memberikan dukungan kepada guru BK dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling tersebut. Hal ini disampaikan oleh Ibu Dian Hartanti menyatakan:

“Dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling benar tidak adanya jam khusus yang disediakan oleh pihak sekolah tetapi pihak sekolah tetap menyediakan sarana dan prasarana yang dibutuhkan untuk berlangsungnya proses bimbingan dan konseling. Sarana dan prasana tersebut adalah ruang bimbingan dan konseling, meja guru BK, bangku untuk siswa, daftar absensi siswa, buku data pribadi siswa, buku proses layanan bimbingan dan konseling, dan lemari untuk menyimpan data – data penting siswa, surat ijin siswa, dan surat untuk panggilan orang tua”.

Dari keterangan yang disampaikan diatas, dapat diketahui bahwa pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di SMA Negeri 97 Jakarta melalui tahapan – tahapan yang disesuaikan dengan program yang telah disusun oleh guru bimbingan dan konseling, tetapi dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling tersebut dilaksanakan ketika ada permasalahan siswa dengan memanfaatkan waktu kosong dan jam istirahat siswa agar tidak mengganggu jam pelajaran siswa. Untuk memberikan layanan konseling individual kepada siswa, maka

tahapan – tahapan pelaksanaan bimbingan dan konseling yang dilakukan yakni: a) Melakukan identifikasi terhadap masalah yang dihadapi siswa; b) Merumuskan masalah; c) Menemukan jenis atau teknik bantuan yang diberikan; d) Melaksanakan proses konseling; e) Tindak lanjut terhadap permasalahan siswa.

## **2. Sikap egosentris pada siswa kelas X IPS SMA Negeri 97 Jakarta**

Seiring pertumbuhan dan perkembangan individu, aktifitas sosialisasinya terus meningkat. Pada tiap – tiap tahap perkembangan muncul berbagai keadaan tifikal yang dapat mendukung atau malah menghambat proses sosialisasi tersebut. Salah satu tahap perkembangan yang paling krusial dan juga kritis adalah saat mencapai masa remaja. Apabila dilingkungan, hal yang diterima cenderung positif, maka perkembangan egonya akan baik, namun apabila hal yang diterimanya negatif maka akan mengganggu perkembangan ego individu untuk menjadi apa yang diinginkannya. Dapat dinyatakan individu yang memiliki ego yang negatif memiliki prilaku yang lebih terhadap sikap egosentris dibandingkan dengan individu yang memiliki ego yang positif. Perkembangan ego siswa kelas X IPS SMA Negeri 97 Jakarta sama halnya dengan SMA lainnya. Ada siswa yang memiliki ego positif dan ada pula yang memiliki ego negatif sehingga mengarah kesikap egosentris. Hal tersebut sesuai dengan apa yang diPsparkan oleh wali kelas X IPS, sekaligus guru Bahasa Inggris Bapak (HD) beliau mengatakan: “Jika ingin melihat perkembangan siswa dimasa inilah perubahan – perubahan remaja itu terjadi. Prilaku – prilaku yang tidak dapat dikontrol oleh siswa maka akan menimbulkan sebuah masalah, Ya salah satunya sikap egosentris ini. Dikelas yang saya bina, ada beberapa siswa yang egonya tidak terkontrol dengan baik, salah satunya mencari sensasi agar semua pandangan tertuju kepadanya, Dia mau belajar tetapi ketika semua pada fokus menulis Dia selalu bertanya hal yang lari dari materi atau tidak sesuai dengan materi pelajaran hari itu”.

Berdasarkan hasil wawancara wali kelas dan guru bimbingan dan konseling serta data hasil observasi, diperoleh 3 orang siswa yang memiliki sika egosentris yang tinggi yaitu siswa kelas X IPS, maka merekalah yang menjadi objek penelitian ini.

## **3. Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* dengan menggunakan layanan konseling individual untuk mengurangi sikap egosentris siswa di SMA Negeri 97 Jakarta**

Pengendalian sikap egosentris kearah positif dapat mengurangi permasalahan yang terjadi disekolah. Semakin tingginya ego siswa maka akan meningkatnya sikap egosentris siswa tersebut, sehingga perlunya mengatasi siswa yang memiliki ego yang negatif. Dalam mengatasi sikap egosentris yang tinggi di SMA Negeri 97 Jakarta, sering kali dilakukan oleh wali kelas dan guru bimbingan dan konseling dengan memberikan teguran dan nasehat. Hal ini dilakukan apabila ada laporan dari guru bidang studi dan yang dialami wali kelas itu sendiri di dalam kelas. Peneguran dilakukan didalam kelas dan apabila

tidak diindahkan maka dilakukan pemanggilan dan di proses oleh guru bimbingan dan konseling Seperti yang diungkap oleh guru bimbingan dan konseling di SMA Negeri 97 yang dapat disimpulkan:

“Guru dan wali kelas biasanya kalau ada menghadapi masalah siswa langsung melakukan proses wawancara dengan siswa tersebut. Apabila ada wali kelas yang kurang mampu mengatasi masalah siswa tersebut, mereka berkonsultasi dengan saya atau menyerahkan langsung siswa yang bermasalah tersebut kepada saya untuk dilakukan konseling individual”.

Dengan adanya jalur koordinasi tersebut dapat membantu guru bimbingan dan konseling melihat permasalahan yang dihadapi siswa. Namun ada juga guru yang tidak mau melibatkan dirinya dengan proses permasalahan siswa tersebut. Oleh sebab itu, peneliti akan menerapkan konseling individual untuk mengurangi sikap egosentris siswa dikelas X IPS SMA Negeri 97 Jakarta.

Tindakan yang dilakukan oleh peneliti dalam penerapan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan menggunakan layanan konseling individual dengan pelaksanaan dua siklus, yang terdiri dari 4 (empat) tahap yaitu perencanaan pelaksanaan, pelaksanaan layanan, pengamatan layanan (observasi), dan refleksi atau analisis data. Dan apabila tahap satu kurang berhasil maka akan dilakukan perencanaan layanan selanjutnya yaitu disusun dengan memperhatikan hasil refleksi atau hasil analisis data pada siklus yang pertama.

Hasil observasi dijabarkan dengan statistik deskriptif pada pembahasan mengurangi sikap egosentris pada siswa kelas X IPS SMA Harapan Mekar Medan. Proses pemberian layanan dapat dilihat pada tabel:

Tabel 1. Pemberian tindakan layanan siklus I dan II pada penerapan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Siklus	Tahap Penelitian	Kegiatan/ Hasil
I	Perencanaan Tindakan	a. Membuat RPL untuk pelaksanaan layanan konseling individual dengan pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> b. Mempersiapkan/mengumpulkan data – data siswa
	Pelaksanaan Tindakan	a. Kegiatan awal/ orientasi : Konselor menjelaskan tujuan dan memperkenalkan tentang BK serta mengidentifikasi kan pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> dalam layanan konseling individual. b. Kegiatan inti/ pembahasan masalah Ekplorasi, membantu konseli agar dapat mengeksplorasi masalah yang

		<p>dihadapi dan dapat mengeksplorasi diri sendiri.</p> <p>Mempersonalisasi, konselor merangkum permasalahan yang diungkap konseli dan konselor menguraikan permasalahan konseli yaitu pengendalian sikap egosentris yang tidak irasional menjadi rasional.</p> <p>Mengembangkan inisiatif, membantu konseli mengembangkan inisiatif sehingga konseli dapat menetapkan tujuan yang ingin dicapai dalam memecahkan masalahnya.</p> <p>c. Pengakhiran konseli                  Konselor meminta kepada konseli mengungkapkan perbaikan kedepan setelah konseling dilaksanakan.</p>
	Observasi	Mengobservasi prilaku konseli disekolah untuk melihat pengendalian sikap egosentrisnya.
	Refleksi	<p>Refleksi dilakukan terutama untuk hal – hal yang belum sesuai dengan yang direncanakan untuk kemudian dilakukan perubahan agar terjadi peningkatan pada siklus berikutnya.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Orientasi: Hal – hal yang perlu diperbaiki yaitu konselor harus lebih memperjelas tentang bimbingan dan konseling serta pendekatan – pendekatan dalam bimbingan dan konseling khususnya pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i>.</li> <li>2. Kegiatan inti/ pembahasan masalah                      Memberi penjelasan lebih mengenai apa itu eksplorasi, mempersonalisasi masalah, dan mengembangkan inisiatif konseli sehingga konseli tidak salah dalam mengeluarkan pendapatnya.</li> <li>3. Pengakhiran</li> </ol>



		Konselor meminta pandangan konseli yang baru dan meminta konseli bertanggungjawab atas apa yang telah diutarakannya.
II	Perencanaan Tindakan	<p>a. Membuat RPL untuk pelaksanaan layanan konseling individual dengan pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i></p> <p>b. Mempersiapkan/ mengumpulkan data – data siswa</p>
	Tindakan Pelaksanaan	<p>a. Kegiatan awal/ orientasi :Konselor menjelaskan tujuan dan memperkenalkan tentang BK serta mengidentifikasi kan pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> dalam layanan konseling individual.</p> <p>b. Kegiatan inti/ pembahasan masalah Ekplorasi, membantu konseli agar dapat mengeksplorasi masalah yang dihadapi dan dapat mengeksplorasi diri sendiri. Mempersonalisasi, konselor merangkum permasalahan yang diungkap konseli dan konselor menguraikan permasalahan konseli yaitu pengendalian sikap egosentris yang tidak irasional menjadi rasional. Mengembangkan inisiatif, membantu konseli mengembangkan inisiatif sehingga konseli dapat menetapkan tujuan yang ingin dicapai dalam memecahkan masalahnya.</p> <p>c. Pengakhiran konseli                  Konselor meminta kepada konseli mengungkapkan perbaikan kedepan setelah konseling dilaksanakan.</p>

Penyebab ketiga siswa tersebut memiliki sikap egosentris diantaranya yaitu:

Wawancara dengan siswa kelas X IPS yaitu OP tentang penyebab sikap egosentris pada dirinya yaitu saya kurang mampu mengendalikan pemikiran saya sehingga saya tidak dapat menyesuaikan diri saya baik dilingkungan sekolah maupun di keluarga. Hal tersebut terjadi karena ayah saya dan ibu



saya tidak pernah memperhatikan saya. Dikelas OP termasuk anak yang jahil dibandingkan dengan teman – teman yang lain. Apabila berkomunikasi dengan OP Dia akan terlihat asal – asalan. Kalau dirumah OP bertemu dan bercerita – cerita dengan orang tuanya Dia sering dimarahi dan disalahkan orang tuanya, begitu juga dengan adiknya. Oleh karena itu, dengan kejadian yang dialami OP dikeluarga terbawa kedalam perkembangan dirinya, yaitu tidak dapat menyesuaikan diri dan merasa kesepian. Hal yang demikian membuat OP terkadang disekolah membuat kejahilan kepada teman – temannya agar dapat menghilangkan rasa kesepiannya.

Maka peneliti memberikan layanan konseling individual dengan pendekatan REBT. Proses konseling dengan menggunakan REBT dalam masalah OP yaitu: (1) konselor menerangkan tentang REBT Dispute Tingkah Laku, (2) menanyakan tentang cara pandang Ia mengenal dirinya sendiri, dan akibat yang ditimbulkan jika Ia terus jahil kepada teman – teman di lingkungannya, (3) konselor merangkum masalah yang dihadapi OP tentang sikap jahil yang Ia miliki dan akibat dari sikap jahil yang Ia lakukan, lalu konselor menanyakan komitmen OP bahwasanya Ia siap untuk merubah sikap jahil yang dilakukannya sehingga teman – temannya tidak merasa terganggu atas tindakan yang Ia lakukan. Lalu, menyarankan kepada OP untuk mulai mengalihkan kejahilannya dengan bersikap kearah yang positif atau mencari kegiatan yang positif sehingga Ia tidak jahil lagi kepada teman – temannya.

Setelah dilakukan konseling dengan pendekatan REBT, OP menyadari bahwa sikap egosentrisnya itu tidak dapat mengendalikan pemikiran dan mengikuti kesenangannya saja yang menimbulkan efek yang tidak baik kepada teman – temannya. Hal tersebut disadarinya dengan memiliki teman yang sedikit, dan menjadi bahan omongan disekolah. Sehingga dari situlah OP mulai sadar dan merubah tingkah lakunya menjadi anak yang dapat mengendalikan pemikirannya kearah positif dan memikirkan dampak negatif ataupun positif apa yang dilakukannya. Dengan pemikiran tersebut OP diharapkan dapat memiliki banya teman dan meningkatkan prestasi belajarnya. Perubahan tersebut dapat dilihat setelah dilaksanakannya layanan konseling individual dengan menggunakan teknik REBT.

Wawancara dengan siswa FA, alasan FA mengapa Ia selalu tidak dapat menerima pendapat orang lain karena:

Dikeluarga Ia tidak pernah diberi kesempatan untuk berpendapat atas apa yang Ia pikirkan. Ayah selalu merasa memiliki kekuasaan dan berhak apapun terhadap keluarga yang dipimpinya, sehingga dalam pemikiran FA bahwa disekolah Ia juga memiliki hak berpendapat apapun disekolah dan tidak mau menerima pendapat orang lain karena Ia selalu beranggapan bahwa pendapat dirinya lah yang benar. Melakukan konseling individual dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan konselor: (1) memberi pertanyaan rasional dan mulai berpikir untuk tidak memikirkan kesenangan dirinya dan tidak mau menerima pendapat orang lain karena apabila Ia melakukan itu secara terus menerus Ia akan menjadi orang yang

terasing dilingkungan sekolah, (2) memberi saran kepada FA bahwasanya Ia harus memiliki sikap toleransi antar sesama manusia yang lain, (3) menanyakkan komitmen kepada FA bahwasanya Ia akan merubah sikap egosentrisnya itu. Setelah dilakukan konseling individual Ia menyadari bahwasanya Ia harus mulai bisa menerima pendapat orang lain dan mulai bisa bersikap toleransi kepada lingkungannya terutama pada teman dikelasnya.

Hal yang sama terjadi pada AS Dia selalu merasa dirinya benar "*bukan saya tidak mau mengakui kesalahan Buk, hanya saja dikeluarga saya apa yang saya lakukan selalu dianggap benar*". Berbeda dengan FA yang selalu berpikir bahwa Ia berhak berpendapat apapun sesuai dengan pemikirannya. Tetapi AS berpikir merasa dirinya selalu benar karena didukung oleh keluarga, bahwasanya setiap yang Ia lakukan baik itu benar atau salah tetap dibenarkan oleh pihak keluarga. Konselor melakukan konseling individual dengan teknik pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* yang dilakukan yaitu: (1) konselor menjelaskan tentang tujuan konseling REBT dan keterkaitan dengan sikap egosentris yang terdapat pada diri AS, (2) konselor mulai menanyakan kepada AS tentang yang Ia pahami atas tindakan yang Ia lakukan terhadap lingkungannya atas sikap yang selalu merasa dirinya benar, (3) konselor menyarankan kepada konseli untuk bersikap menghargai orang lain dan mulai bersikap sopan kepada orang lain, (4) konselor menanyakan kepada konseli sikap konseli untuk berkomitmen untuk merubah sikap egosentrisnya kearah yang positif. Tetapi setelah dilakukannya konseling individual dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* AS merasa bahwa dalam lingkungan tidaklah baik jika Ia selalu merasa apapun yang Ia lakukan itu benar tanpa memikirkan orang lain disekitarnya. AS juga akan mulai menghargai orang lain dan merubah pemikirannya bahwasanya tidak semua yang Ia lakukan itu benar. Setelah dilakukannya penerapan *rational emotif behavior therapy* kepada 3 siswa di kelas X-IPS SMA Negeri 97 Jakarta yang menjadi objek penelitian, dapat dilihat dengan adanya perubahan yang terjadi yaitu pengurangan sikap egosentris siswa tersebut ketika dalam kehidupan sehari – hari.

Dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti, menunjukkan bahwa penerapan konseling individual dapat menurunkan sikap egosentris yang dialami oleh siswa. Hal ini dapat diketahui dari hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 97 Jakarta dengan konseling individual secara berkelanjutan. Pemberian layanan tersebut dapat mengurangi sikap egosentris pada siswa sehingga siswa dapat mengendalikan sikap egosentrisnya kearah positif dan terhindar dari masalah yang ditimbulkan akibat tidak terkendalinya perilaku sikap egosentris tersebut.

Sikap egosentris siswa tersebut dapat berubah karena Ia mampu mengendalikan pola pikirnya yang irasional dan mampu mengendalikan egonya dari mementingkan dirinya sendiri menjadi kepentingan bersama, sehingga Ia dapat berpikir kearah masa depan yang baik dengan mengembangkan kemampuan yang Ia miliki. Perubahan ini terjadi atas kerjasama antara guru bidang studi, wali kelas, dan guru bimbingan dan

konseling yang telah membantu peneliti melakukan penelitian ini. Hal ini sesuai dengan pendapat Ellis dan Bernard (Gantina Komala sari, 2011: 213) sub tujuan *Rational Emotive Behavior Therapy* “memiliki minat diri, minat sosial, memiliki pengarahannya diri, toleransi, fleksibel, memiliki penerimaan, dapat menerima ketidakpastian, menerima diri sendiri, dapat mengambil resiko, dan memiliki cara pikir yang irasional menjadi rasional agar klien dapat mengembangkan diri dan meningkatkan aktualisasi diri seoptimal mungkin”. Sehingga dengan penerapan konseling individual ini diyakini dapat mengurangi sikap egosentris yang dikarenakan oleh pemikiran irasional siswa.

Hal yang perlu diperhatikan dalam pemberian konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* yaitu konselor harus menguasai teknik dasar melakukan konseling, yang dilakukan dalam melakukan konseling yaitu harus mampu mengeksplorasi masalah, mempersonalisasi, dan mengembangkan inisiatif sehingga konseli dapat mengungkapkan seluruh pemikiran konseli, dan dilakukan secara berkelanjutan agar diperoleh hasil yang maksimal.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan di atas tentang Penerapan Konseling Individual untuk Mengurangi Sikap Egosentris Pada Siswa Kelas X IPS SMA Negeri 97 Jakarta Tahun Pembelajaran 2017/2018, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Perubahan mengurangi sikap egosentris pada setiap siswa berbeda-beda, hal tersebut tergantung pada kemauan dan kondisi siswa yang dipengaruhi oleh (1) Faktor lingkungan: Lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat. (2) faktor diri sendiri.
2. Hal – hal yang ditimbulkan akibat siswa memiliki sikap egosentris yang tinggi adalah siswa menjadi tidak menerima pendapat orang lain, jahil terhadap teman sebaya, bahkan selalu merasa dirinya benar tanpa memikirkan akibat dari perbuatannya.
3. Penerapan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan menggunakan layanan konseling individual pada siswa kelas X IPS SMA Negeri 97 Jakarta terbukti berhasil, hal ini dapat dilihat dari perubahan siswa yang egosentris menjadi tidak egosentris lagi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abimanyu, Soli. 2009. *Strategi Pembelajaran*. Jakarta : Dikti, Depdiknas
- Ahmad Juntika Nurihsan. 2007. *Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- Almighwar, Muhammad. 2006. *Psikologi Remaja*. Bandung: Pustaka Setia. Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 2006. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka.
- Dewa Ketut Sukardi. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan*

- Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dewi, Herina Eka. 2012. *Memahami Perkembangan Fisik Remaja*. Purwokerto: Gosyen Publising
- Fatimah, Enung. 2010. *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Pustaka Setia
- Geldard, Kathryn dan David Geldard. 2011. *Konseling Remaja Pendekatan Proaktif untuk Anak Muda*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Komalasari, Gontina, DKK. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks
- Mahfuzh, M. Jamaluddin. 2003. *Psikologi Anak dan Remaja Muslim*. Jakarta : Pustaka Al-Kautsar.
- Mangunhardjana, A. 2016. *Isme isme dalam etika*. Yogyakarta: Kanisius
- Prayitno. 2004. *Seri Layanan Konseling Individual*. Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_.2009. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Saebani, Beni Ahmad. 2008. *Metode Penelitian*. Bandung : Pustaka Setia.
- Santrock, John. W. 2003. *Adolesence*. Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Willis, Sofyan S. 2009. *Konseling Keluarga ( family Counseling)*. Bandung: Alfabeta