

**PERAN KONSELING INDIVIDU PENDEKATAN SOLUTION FOCUSED
BRIEF COUNSELING (SFBC) UNTUK MENGATASI SELFISH
PADA SISWA SMA NEGERI 1 COLOMADU
TAHUN PELAJARAN 2025/2026**

Revalina Elisativani Krisania Lisdiono¹, Hera Heru Sri Suryanti², Ahmad Jawandi³

^{1,2,3}BK FKIP Universitas Slamet Riyadi Surakarta

¹valinalisdiono@gmail.com, ²heraheruyanti@gmail.com,

³ahmadjawandi@gmail.com

ABSTRACT

Revalina Elisativani K.L. *THE ROLE OF INDIVIDUAL COUNSELING USING THE SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING (SFBC) APPROACH TO OVERCOME SELFISHNESS AMONG STUDENTS AT SMA N COLOMADU IN THE 2025/2026 ACADEMIC YEAR* : The purpose of this study was to determine whether individual counseling can overcome selfish attitudes among students at SMA N COLOMADU using the Solution Focused Brief Counseling (SFBC) approach in the 2025/2026 academic year. This research was conducted at SMA N Colomadu, Colomadu District. The subjects of this study were the seventh-grade students, with the object being 1 selfish student and 1 peer of the selfish student. This was a descriptive qualitative research study conducted in 4 stages, where each stage included planning, implementation, results, and conclusion. The data analysis technique used was Miles & Huberman's model, which included the stages of data collection, data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The data collection techniques used were interviews, observation, and documentation.

According to the research results, the scaling question technique can help students increase their awareness of the importance of empathy, cooperation, and social concern within the school environment. Based on the results of the study on the role of individual counseling using the scaling question technique to reduce selfishness among seventh-grade students at SMA N Colomadu in the 2025/2026 academic year, it is concluded that individual counseling services with the scaling question technique can help students reduce their selfishness.

Keywords : Individual Counseling, Scaling Question Technique, Selfish

ABSTRAK

Revalina Elisativani K.L. *PERAN KONSELING INDIVIDUAL PENDEKATAN SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING (SFBC) UNTUK MENGATASI SELFISH PADA SISWA SMA N COLOMADU TAHUN PELAJARAN 2025/2026* Skripsi. Surakarta : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Slamet Riyadi Surakarta. Mei 2026.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah konseling individual mampu mengatasi sikap *selfish* pada siswa SMA N COLOMADU dengan menggunakan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) Tahun Pelajaran 2025/2026. Penelitian ini dilaksanakan di SMA N Colomadu Kecamatan Colomadu. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII dimana yang menjadi obyek adalah 1 anak siswa egois (*selfish*) dan 1 anak sebagai teman sebaya siswa *selfish*. Penelitian ini adalah Penelitian Kualitatif Deskriptif yang dilaksanakan dalam 4 tahap, dimana setiap tahap pada perencanaan, pelaksanaan, hasil dan penutup. Teknik analisis data ini yang digunakan adalah Miles & Huberman dengan tahapan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan teknik (*scaling question*), dapat membantu peserta didik dalam meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya empati, Kerjasama dan kepedulian social dalam lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil penelitian peran konseling individu dengan menggunakan teknik *scaling question* untuk mengurangi *selfish* peserta didik kelas VII SMA N Colomadu Tahun Pelajaran 2025/2026 disimpulkan bahwa layanan konseling individu dengan teknik *scaling question* dapat membantu siswa untuk mengurangi *selfish* peserta didik

Kata Kunci : Konseling Individu, Teknik Pertanyaan Berskala, Egois

A. Pendahuluan

Manusia merupakan ciptaan Tuhan dan sering dianggap paling paripurna. Anggapan ini bersumber dari kelebihan manusia berupa daya pikir dan otak untuk menimbang. Akal budi manusia berguna untuk memilah mana yang benar atau salah, sehingga bisa menilai serta memahami ciri khas yang ada pada tiap pribadi. Akan tetapi, pada kenyataannya, manusia sering bertindak gegabah dan ragu-ragu saat mengambil keputusan; kepintaran yang ada belum tentu menghasilkan hal yang tepat. Setiap orang berhak

atas dirinya sendiri. Meski begitu, pada intinya, mereka tidak mampu hidup menyendiri dalam mencukupi kebutuhan diri, hal ini menjadikan manusia makhluk yang butuh bersosialisasi. Menurut Baron dan Byrne (2012), hubungan sosial yang baik terlihat pada rasa empati, perilaku menolong serta kemampuan seseorang untuk memikirkan kebutuhan orang lain. Namun kenyataannya tidak semua orang bisa menumbuhkan sikap tersebut, salah satunya terlihat dari perilaku maupun sikap yang mementingkan diri sendiri atau *selfish*. Sifat *selfish* mempunyai

dampak pada cara individu untuk berbicara dan bergaul, sebab seseorang terlalu fokus pada dirinya dan kurang dalam memahami perasaan, pendapat serta saran maupun kebutuhan orang lain. Menurut Hera Heru Sri Suryanti dan Sri Hartini (2020) individu yang memiliki mental yang baik mampu menyesuaikan diri di lingkungannya, namun pada dasarnya seseorang yang egois tidak dapat menempatkan dirinya. Dalam hal ini sikap-sikap seperti ini sering dihubungkan dengan ketidakseimbangan dalam pikiran individu, seperti yang dijelaskan Sigmund Freud (1856-1939), kepribadian manusia terdiri dari tiga bagian utama: id (es), ego (ich), dan superego (uber ich).

Teori egoisme psikologi menyatakan bahwa setiap orang hanya memiliki satu tujuan utama; kesejahteraannya sendiri. Hal ini menjelaskan tindakan yang meski terlihat tidak maksimal demi kepentingan dirinya sendiri, namun mengabaikan jenis perilaku yang dilakukan oleh para egois. Hal ini memungkinkan adanya kelemahan kemauan untuk menyejahterakan dirinya sendiri. Egoisme Psikologi ini juga didukung oleh kenyataan bahwa

kita sering melihat orang lain bertingkah mementingkan dirinya sendiri. Perbuatan yang terlihat seperti pamrih sering kali ternyata hanya demi kepentingan dirinya sendiri. Dan biasanya hal tersebut memicu orang lain bertindak dengan cara menarik minat mereka.

Teori egoisme psikologi menyatakan bahwa setiap orang hanya memiliki satu tujuan utama; kesejahteraannya sendiri. Hal ini menjelaskan tindakan yang meski terlihat tidak maksimal demi kepentingan dirinya sendiri, namun mengabaikan jenis perilaku yang dilakukan oleh para egois. Hal ini memungkinkan adanya kelemahan kemauan untuk menyejahterakan dirinya sendiri. Egoisme Psikologi ini juga didukung oleh kenyataan bahwa kita sering melihat orang lain bertingkah mementingkan dirinya sendiri. Perbuatan yang terlihat seperti pamrih sering kali ternyata hanya demi kepentingan dirinya sendiri. Dan biasanya hal tersebut memicu orang lain bertindak dengan cara menarik minat mereka. Seseorang harus memiliki karakter peduli sosial dikarenakan dimasa sekarang siswa kurang adanya peduli sosial dan hal ini dapat

mengakibatkan seseorang akan memiliki sifat egois. (Suryanti, 2021).

Dalam bukunya *The Selfish Gene* (1976), Richard Dawkins mengajukan pandangan yang cukup revolusioner, yaitu bahwa unit dasar dari evolusi bukanlah organisme, melainkan gen itu sendiri. Ia memperkenalkan konsep "gen egois" atau *selfish gene*, di mana gen berperan sebagai replikator yang bersaing untuk mempertahankan dan menyebarkan dirinya ke generasi berikutnya. Dalam proses ini, gen sering kali mengorbankan individu yang membawanya.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan Guru BK di SMA Negeri Colomadu pada tanggal 14 April 2026, menunjukkan hasil bahwa adanya siswa kelas X4 berinisial Y yang memiliki perilaku *selfish*. Dimana siswa tersebut menunjukkan perilaku mengutamakan kepentingan dirinya sendiri, sulit berbagi informasi mengenai tugas dengan teman sekelas, dan juga kurangnya rasa empati sesama teman atau manusia. Hal ini dapat ditimbulkan dari permasalahan yang terjadi dilingkungannya.

Menurut Ibu Eko Seytoasih S.Pd bahwa konseling individual cocok

untuk menyelesaikan permasalahan *selfish* dikarenakan masalah tersebut cukup sensitif maka beliau menyarankan menggunakan konseling individual. Beliau juga menambahkan bahwa konseling individual cocok dengan pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) dimana SFBC berfokus pada solusi untuk masa depan bukan masa lalu. SFBC juga artinya suatu pendekatan konseling yang memberikan cara yang inovatif. Hal tersebut juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Naraswari et al., 2021 (dalam Gazali Rahman: 2025, hlm: 349) melihat dari beberapa literatur mengenai penggunaan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) di dalam lingkungan Pendidikan, menunjukkan bahwa SFBC banyak digunakan dinegara maju dalam mengatasi berbagai permasalahan. Selain itu juga SFBC cocok diterapkan di sekolah mengingat bahwa akan waktu yang cukup singkat dan lebih efektif serta efisien dalam menangani permasalahan. Jadi Guru BK dapat mendorong siswa untuk menjadi individu yang dapat mengatasi permasalahan yang ada dan juga untuk membuat suatu perubahan sedikit demi sedikit, Guru BK akan

kembali mendorong rasa empati siswa dengan memberikan penguatan yang positif. Beliau juga memberi informasi bahwa layanan konseling individu dengan pendekatan SFBC dapat menggunakan teknik *Scaling Question*. Penelitian ini juga diharapkan dapat memperluas pemahaman mengenai *selfish* dan juga memperluas pengembangan karakter sosial siswa di lingkungan sekolah maupun di lingkungan masyarakat.

B. Metode Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Peneliti kualitatif digunakan untuk memahami fenomena yang ada secara mendalam. Penelitian kualitatif memiliki tujuan untuk mengembangkan pemahaman tentang masalah yang dihadapi, menjelaskan kenyataan yang ada, serta mengaitkannya dengan pencarian teori dari dasar (*grounded theory*). Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memperdalam pemahaman tentang satu atau lebih fenomena yang sedang diteliti. Menurut Sugiyono (2020), penelitian kualitatif adalah suatu metode

penelitian yang didasarkan pada filosofi post-positivisme.

Wawancara merupakan suatu percakapan yang dimana diarahkan pada suatu permasalahan yang ada; hal ini merupakan suatu proses dimana melibatkan pertanyaan tanya jawab dan dimana terdapat dua orang atau lebih secara berhadapan atau kontak fisik. Kartono; 1980: 171 (dalam Imam Gunawan; 160).

Poerwandari 1998 (dalam Imam Gunawan; 2014) berpendapat bahwa observasi adalah salah satu metode yang paling dasar. Karena dengan cara tertentu kita dapat terlibat dalam proses mengamati semua bentuk dan arah penelitian baik itu kuantitatif maupun kualitatif yang mengandung aspek observasi di dalamnya. Pada penelitian ini dilakukan observasi langsung yang berada di lingkungan SMA Negeri Colomadu untuk mendapatkan data yang signifikansi.

Dokumen merupakan salah satu cara dimana berupa catatan peristiwa yang sudah berlalu atau berbentuk tulisan, gambar atau monumental dari seseorang. Dokumentasi ini juga merupakan suatu pelengkap dari pengumpulan metode wawancara dan observasi. (Sugiyono, 2007: 82)

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian terlihat bahwa siswa cenderung menunjukkan perilaku egois atau lebih mementingkan diri sendiri dalam berbagai situasi. Perilaku tersebut terlihat terutama selama proses belajar mengajar berlangsung serta dalam berbagai interaksi sosial sehari-hari.

Dalam kegiatan kerja kelompok, siswa sering ingin menguasai pembicaraan dan kadang memaksakan pendapatnya tanpa memberi kesempatan yang cukup kepada teman-teman untuk menyampaikan gagasan mereka. Siswa tampak kurang mampu bekerja sama dengan baik, karena lebih mementingkan hasil yang menguntungkan diri sendiri daripada keberhasilan kelompok secara keseluruhan. Ketika ada perbedaan pendapat, para siswa agak kesulitan menerima masukan dan biasanya tetap memegang pendiriannya tanpa memperhatikan perspektif orang lain.

Di sisi lain, siswa juga terkadang masih mau menerima saran dan pendapat, tetapi belum sepenuhnya terbuka. Saat mendapat masukan dari guru atau teman, siswa cenderung berfikir terlalu lama dan terkadang

memberikan respons yang lama. Secara umum, hasil penelitian di lapangan menunjukkan bahwa sikap egois yang ditunjukkan oleh siswa telah memengaruhi kualitas hubungan sosial dan kemampuan bekerja sama mereka di dalam lingkungan sekolah. Oleh karena itu, diperlukan upaya tindakan yang tepat, salah satunya melalui konseling individu dengan pendekatan Solution-Focused Brief Counseling (SFBC), yang diharapkan dapat membantu siswa mengembangkan perilaku yang lebih positif, meningkatkan kemampuan berempati, serta memperbaiki hubungan sosial dengan teman-teman sebaya.

Hasil yang didapatkan diperoleh hasil bahwa layanan konseling individu dengan pendekatan SFBC mampu memberikan perubahan positif terhadap perilaku *selfish* siswa. Perubahan tersebut terlihat dari adanya peningkatan sikap peduli, kemampuan bekerja sama, serta kesadaran siswa untuk menghargai orang lain dalam lingkungan sekolah maupun pergaulan sehari-hari. Pendekatan SFBC dalam penelitian ini berfokus pada pencarian solusi dibandingkan membahas masalah

secara mendalam. Konselor membantu siswa menemukan potensi, kekuatan, dan kemampuan yang dimiliki untuk mengatasi perilaku *selfish*. Melalui teknik *scaling question*, dapat membantu konselor mengetahui tingkat perubahan dan perkembangan konseli melalui penilaian skala angka. Teknik ini efektif untuk meningkatkan kesadaran diri siswa terhadap perilaku dan solusi yang ingin dicapai, hal ini membuat siswa lebih termotivasi dan percaya diri untuk memperbaiki perilakunya.

D. Kesimpulan

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa Pendekatan *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam mengatasi perilaku *selfish* pada siswa di SMAN 1 Colomadu. Melalui pendekatan ini, konselor tidak berfokus pada masalah dan penyebab perilaku egois secara mendalam, melainkan membantu siswa menemukan solusi, potensi, dan perubahan positif yang dapat dilakukan secara bertahap. Penerapan teknik-teknik SFBC seperti, *scaling question* mampu meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya empati, kerja

sama, dan kepedulian sosial dalam lingkungan sekolah. Selain itu, siswa menjadi lebih mampu mengenali kekuatan diri dan memahami dampak perilaku *selfish* terhadap hubungan dengan teman sebaya.

DAFTAR PUSTAKA

- awkins, R. (1976). *Gen Egois*. Oxford: Oxford University Press. (PDF)
Gen Egois (1976) Richard Dawkins 10900
https://share.google/DPoOP4xm_dq0dOdIh5
- Sari, P. Mulawarman, P. D. (2019). *SFBC (Solution Focused Brief Counseling) Konseling singkat berfokus solusi konsep, riset dan prosedur*. Kencana/ Prenada Media.
- Sari, P. N & Winingsih (2021). Penerapan konseling perorangan dengan pendekatan *solution focused brief counseling* (SFBC) untuk meningkatkan empati siswa.
- Wildatun, S. &. (2020). Ekperimentasi *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) dalam mengurangi perilaku *agresif*. Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan dan Konseling.

- Hartini, H. H. (2020). KOLABORASI BIMBINGAN DAN KONSELING KELOMPOK DALAM MEMBENTUK KARAKTERISTIK MENTAL YANG SEHAT MAHASISWA. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 37(2), 111–124. doi:10.24123/aipj.v37i2.5030
- Gantt, E. E., & Burton, J. (2013). Egoism, altruism, and the ethical foundations of personhood. *Journal of Humanistic Psychology*, 53(4), 438–460. doi:10.1177/0022167812464685.
- Overall, J., & Gedeon, S. (2022). Rational egoism virtue-based ethical beliefs and subjective happiness: An empirical investigation. *Humanistic Management Journal*, 7(3), 391–414. doi:10.1007/s40926-022-00207-2
- Carlson, R. W., Adkins, C., Crockett, M. J., & Clark, M. S. (2022). Psychological selfishness. *Perspectives on Psychological Science*, 17(5), 1436–1457. doi:10.1177/17456916211045692.
- Shadiqi, M. A., Handayani, S. L., Azizah, A. N., Aziza, L. A., & Mayangsari, M. D. (2022). *Strong alone, stronger together: The role of collectivism, individualism, egoism, and self-efficacy in the prosocial behavior of flood volunteers*. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 37(2), 111–124. doi:10.24123/aipj.v37i2.5030
- Sukarman. (2020). Pengaruh layanan konseling individu terhadap perilaku egois siswa. *Jurnal Paedagogy*, 2(2), 70–75. doi:10.33394/jp.v2i2.3050.
- Latifah, L., & Ariffudin, I. (2022). Efektivitas pendekatan solution focused brief counseling (SFBC) untuk meningkatkan empati mahasiswa. *Counsnesia Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 3(2). doi:10.36728/cijgc.v3i2.2203.
- Ilmi, M. H., & Nurjannah. (2024). Pengembangan pendekatan solution-focused brief counseling (SFBC). *Ristekdik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(2), 261–269. doi:10.31604/ristekdik.2024.v9i2.261-269.
- Suryanti, H. H. (2021). Analisis Karakter Peduli Sosial Pada

Perserta Didik Kelas V Di SDN
Sambirejo Surakarta. 1-8.

Jawandi, E. A. (n.d.). KEFEKTIFAN
BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN MENGGUNAKAN
PERMAINAN UNTUK
MENINGKATKAN SIKAP
KEPEDULIAN KEPADA
ORANG LAIN (PENELITIAN
PADA ANAK-ANAK PANTI
ASUHAN KARUNA PUTRA).

Hera Heru Sri Suryanti, A. J. (2023).
*Bimbingan dan Konseling
Pribadi Sosial*. Unisri Press.