

## ANALISIS EGO STATE DALAM PROSES KONSELING INDIVIDUAL PADA GURU BIMBINGAN DAN KONSELING

Sri Laelatul Pazriah<sup>1)</sup> dan Rini Susanti Minarso<sup>2)</sup>

Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon<sup>1)</sup>

[srie.laelatulfazriah23@gmail.com](mailto:srie.laelatulfazriah23@gmail.com)

Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon<sup>2)</sup>

[rinisst@yahoo.co.id](mailto:rinisst@yahoo.co.id)

### *Abstract*

*This study is an analysis of ego state that often arises when individual counseling is carried out by the counselor. The ego state referred to in this study includes the ego state Parent, Adult and Child. This study is a qualitative study using the content analysis method. The results of this study are that the ego state that appears during individual counseling is the Ego State Parent on word indicators while for other indicators such as Intonation, gestures, posture and more facial expressions on the ego state Adult.*

**Keywords:** *Ego State and Counseling*

### 1. PENDAHULUAN

Konseling Individu adalah salah satu bantuan yang merupakan bagian dari Layanan Bimbingan dan Konseling, diselenggarakan oleh konselor (guru BK) kepada seorang siswa dengan tujuan berkembangnya potensi siswa, mampu mengatasi masalah sendiri, dan dapat menguasai diri secara positif (Willis, 2007).

ABKIN (2008) memperjelas rincian implementasi standar kompetensi tersebut yaitu dengan menunjukkan perilaku berwibawa, jujur, sabar, ramah, konsisten,

menampilkan emosi yang stabil, peka dan bersikap empati, bertoleransi tinggi, bertindak cerdas, dan mampu berkomunikasi secara efektif dengan konseli. Oleh karenanya, konselor akan berhasil menciptakan sebuah layanan yang efektif, karena biasanya konseli yang menerima layanan seperti tersebut di atas akan merasa aman dan nyaman sehingga termotivasi untuk lebih terbuka dalam mengungkapkan masalahnya.

Untuk mencapai tujuan tersebut di atas dalam Layanan Konseling Individu, konselor harus mampu

mengimplementasikan kompetensinya. Konselor dapat mengimplementasikan dengan menunjukkan integritas dan stabilitas kepribadian yang kuat sebagai konselor yang terletak pada point mengembangkan pribadi dan profesionalitas secara berkelanjutan. Oleh karena itu, dalam melakukan Konseling Individu konselor seharusnya menampilkan kepribadian seutuhnya yang mencerminkan dirinya sebagai konselor agar mendapatkan simpatik dari siswa sebagai konseli.

Komunikasi merupakan keterampilan seseorang dalam membangun sebuah hubungan. Keterampilan berkomunikasi yang efektif sangat diperlukan oleh konselor dalam melaksanakan berbagai layanannya kepada siswa, khususnya dalam Layanan Konseling Individu agar terwujud proses konseling yang efektif. Proses konseling dilakukan perorangan sehingga respon biasanya mempunyai makna yang dalam dan konselor dituntut untuk dapat menciptakan hubungan yang baik dengan konseli. Banyak teori komunikasi yang memaparkan

bagaimana sebaiknya komunikasi dilakukan. Dance (Rakhmat, 2007) menjelaskan komunikasi adalah usaha-usaha menimbulkan respon melalui lambang-lambang verbal, ketika lambang-lambang verbal tersebut bertindak sebagai stimuli. Kegiatan Bimbingan dan Konseling didasari oleh teori. Salah satu teori yang secara khusus menjelaskan tentang tata cara berkomunikasi yaitu Transactional Analysis (dalam bahasa Indonesia = AT atau Analisis Transaksional). Ego State inilah yang merupakan titik tolak dari semua tindakan yang dilakukan manusia termasuk dalam berkomunikasi atau dalam teori ini dinamakan Transaksi (komunikasi timbal balik). Hal tersebut yaitu dengan memperhatikan kosa kata, intonasi, gerak tubuh, sikap, dan ekspresi wajah (Blot Sj, 1992).

Hal penting dalam teori Analisis Transaksional adalah dapat membantu konselor untuk menjadi komunikator yang lebih baik dan memicu konseli untuk menjadi komunikator yang lebih efektif. Ini diperlukan karena dalam komunikasi yang efektif akan mampu menampilkan reaksi verbal-non

verbal komunikator dan komunikan, yang diharapkan saling memahami sehingga dapat membangun suatu hubungan yang lebih baik. Dengan demikian, proses konseling pun akan berlangsung dengan efektif karena dapat terciptanya hubungan yang baik dengan konseli. Harris (1991) menjelaskan bahwa konselor akan berhasil dalam analisis transaksional jika mereka tetap berada dalam Adult Ego State dan mampu menganalisis Ego State konselinya. Hal ini dilakukan agar konselor dapat mengenali permainan yang biasa dimainkan oleh konseli dalam Child Ego State dan mengajarkan konseli untuk berperilaku Adult Ego State. Menurut Blot Sj (1992) bahwa sebaiknya konselor sekolah menggunakan model Adult Ego State dan mempengaruhi konselinya untuk memiliki dominan model Adult Ego State. Hal inilah yang nantinya akan membuat konseli menjadi lebih dewasa dan bertanggung jawab. Ego State berperan sebagai pribadi yang melakukan komunikasi secara langsung dan tidak sadar di dalam proses komunikasi. Ego State yang berarti perpaduan antara pemikiran, perasaan dan perilaku yang selaras

dan saling mempengaruhi ini akan menjadi bagian terdepan dan tolak ukur seseorang yang melakukan komunikasi. Tiga jenis model Ego State yang disebut dengan model PAC yaitu Parent Ego State, Adult Ego State, dan Child Ego State. Ketiga model Ego State ini akan bertemu ketika seseorang melakukan komunikasi (transaksi). Setiap model memiliki karakteristik masing-masing yang merupakan dampak dari hasil komunikasinya selama ini dan melekat hingga menjadi bagian kepribadian, serta sekaligus menjadi alat untuk mempengaruhi lawan yang ia ajak berkomunikasi. Oleh karena itu, ketika seseorang melakukan sebuah transaksi (komunikasi timbal balik), sesungguhnya yang memerankan transaksi itu adalah model-model Ego State yang sedang aktif pada orang tersebut.

Ego State berperan sebagai manifestasi reaksi dan respon atau tanggapan seorang konselor dan konseli yang sedang melakukan proses konseling. *Ego State* adalah suatu susunan perilaku, pemikiran, dan perasaan yang saling berkaitan dan diciptakan dari pengalaman

hidup. Pengalaman hidup ini dipertahankan oleh otak dan akan diekspresikan dalam alam sadar ataupun alam bawah sadar (Berne, 1961). Dengan kata lain *Ego State* berarti suatu keadaan yang mencerminkan dampak perasaan dan pengalaman seseorang terhadap perilakunya. *Ego State* juga merupakan suatu cara untuk menampilkan bagian dari kepribadian manusia pada suatu saat. *Ego State* ini dijelaskan oleh Berne terbagi menjadi tiga jenis yaitu *Parent Ego State* (orang tua), *Adult* (dewasa), dan *Child* (anak) atau disebut juga dengan model PAC (*Parent, Adult, Child*) dan ketiganya merupakan kenyataan fenomenologis atau dapat dibuktikan dengan indera. Ketiga jenis *Ego State* tersebut diperinci kembali menjadi *Critical Parent, Nurturing Parent, Adult, Adapted Child, dan Free Child* (Blot. Sj, 1992).

*Parent, Parent Ego State* adalah subjek untuk melanjutkan penyesuaian (adaptasi) dan sebagai bagian dari interaksi dengan individu lain sepanjang hidup. Proses ini sangat penting sebagai penyimpan data, *Parent Ego State* harus

menyesuaikan dengan keadaan kekinian individu. Proses yang terus diperbarui ini dapat terjadi jika *Ego State* individu bekerja secara penuh. *Parent* pada individu mencakup perilaku, sikap dan perasaan yang disesuaikan (adaptasi) dan figur orang tua semasa anak-anak dicontoh atau direkam secara skeptik oleh anak dalam masa perkembangannya (Hansen, 1982; Colledge, 2002). Tipe *Parent* ini berisikan perintah, keputusan, larangan, dan aturan yang diberikan. Ketika individu bersikap kritis, merasa berkuasa, pada saat itulah individu sedang menggunakan *Parent Ego State*-nya. Sebagian besar kata perintah ini mengandung kata "jangan pernah", "tidak boleh", "selalu", dan "bukan begitu caranya".

Blot Sj. (1992) mengutip dari Berne membagi kedua jenis *Parent* menjadi NP (*Nurturing Parent*) dan CP (*Critical Parent*) yang positif dan negatif. Seorang yang CP dapat menjadi positif jika perintah atau larangan yang diberikannya atas dorongan untuk kepentingan anak. Misalnya seorang dokter yang melarang pasiennya merokok "Anda tidak boleh merokok lagi, jika tidak

anda akan terkena kanker". sebaliknya CP yang negatif di dalamnya terdapat kata-kata yang merendahkan individu. misalnya seorang atasan yang memarahi bawahannya "Kamu, salah lagi..salah lagi, dapat dipahami ga sih?!" Ketika mengatakan seperti itu, individu sedang meniru perkataan yang pernah diterimanya dari orang tua atau orang yang berpengaruh pada dirinya semasa kecil.

NP yang positif akan bersifat memberikan perhatian dengan motivasi menyayangi orang lain, dan menghargai keberadaannya. Misalkan seorang kepala bagian bertanya kepada staffnya "Ada yang perlu saya bantu?". Tapi sebaliknya NP yang negatif bersifat merendahkan individu, dan menganggap individu lemah dan tidak mampu, misalnya seorang atasan kepada bawahannya "Kemari, coba anda lihat caranya, jangan bodoh dan jangan salah terus menerus".

*Adult*, *Adult Ego State* adalah status ego yang mandiri dan melihat kenyataan secara obyektif (realistik) dan kemudian melakukan penilaian berdasarkan hal tersebut. Corey

(1995) menyatakan bahwa *Adult* merupakan pemeriksa data dan bagian yang logis-rasional dari individu. *Adult* memproses data sebagaimana halnya di dalam suatu otak elektronika. Seluruh proses data dalam *Adult* tidak diperoleh dari perasaan atau emosi, ataupun unsur-unsur pilih kasih. *Adult* merupakan bagian yang obyektif seseorang dengan mengumpulkan berbagai informasi mengenai sesuatu yang sedang terjadi. Cara kerja *Adult* berdasarkan fakta dan relita eksternal (fakta di luar) dan bukan berdasarkan emosi.

*Adult Ego State* dicirikan dengan serangkaian pola perasaan, sikap, dan tingkah laku yang bebas dan diadaptasi dari kenyataan saat ini Berne (Corey, 1995). Bagian ini bertindak sebagai penyerap dan penilai informasi. Ia tidak berhubungan dengan perasaan, tetapi kenyataan. *Adult* menanyakan "apa?", "di mana?", dan "bagaimana?". Perasaan, walaupun merupakan bagian dari *Adult* tetapi tidak berusaha mengatur kepribadian, tetapi ia berusaha menjaga status ego *Parent* dan *Child*

saat ini untuk tetap sesuai dan seimbang (Burk et.al., 1979).

Bagian *Adult* sangat berbeda dengan bagian *Parent* dan *Child*, karena pada bagian *Adult* lebih ditekankan pada penyerapan data dan mengedepankan berpikir rasional serta penuh pertimbangan dalam bertindak daripada perasaan. Oleh karena itu, *Adult* bersifat lebih dinamis karena cara berpikirnya yang tidak statis seperti *Parent* dan *Child*.

Tugas penting dari *Adult* adalah sebagai pemeriksa data yang ada pada bagian *Parent*, apakah data tersebut masih sesuai dengan keadaan sekarang atau tidak, dan apakah data tersebut akan dipertahankan atau ditiadakan. Juga memeriksa data pada bagian *Child* apakah masih cocok atau sudah tidak dapat digunakan lagi, dan merupakan tanggapan dari bagian *Parent* yang lama. Tujuannya bukan untuk menghilangkan *Parent Ego State* atau *Child Ego State*, melainkan supaya *Adult* tetap bebas memeriksa kumpulan data ini. Bagian *Adult* tidak boleh terhalang dengan apa yang dikatakan baik, tetapi harus tetap bebas memeriksa apakah

sesuatu itu baik atau tidak. Demikian pada bagian kepribadian lama yang dianggap buruk, apakah masih sama buruknya hingga saat ini.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa salah satu fungsi *Adult Ego State* adalah untuk menjaga *Ego State* tetap berkembang dan bermanfaat bagi individu. Individu berkembang dari tahun ke tahun dan mulai mengenal lingkungan sekitarnya berdasarkan apa yang terjadi (fakta) bukan perasaan. *Adult* tidak melibatkan perasaan sebagaimana *Child* dan *Parent*. Walaupun pada kenyataannya *Adult* mampu mengevaluasi pengalaman emosional pada bagian *Ego State* lainnya. Perbedaan lainnya terletak pada pengumpulan informasi. *Adult* terus menerus mengumpulkan informasi dan memperbarui informasi tersebut (dinamis), sedangkan *Parent* dan *Child* sangat statis.

*Child, Child Ego State* dibentuk dari semua perasaan dan cara pandang yang telah dialami individu pada masa anak-anak. Berne berpendapat bahwa semua individu membawa *Child Ego State* pada dirinya yang membuat ia merasa,

berpikir, dan merespon persis seperti apa yang dilakukannya ketika masih anak-anak pada umur tertentu. Menurut Manninger (Corey 1995), *Child Ego State* merupakan bagian kepribadian yang menetap pada masa anak-anak.

Berne menjelaskan bahwa *Child Ego State* mempunyai karakteristik yang khas, yakni spontanitas, kreatif, menarik, serta suka cita. Individu yang bekerja dengan *Child Ego State* akan menggunakan kata kekanak-kanakan seperti "wow" dan "wah hebat", dan tingkah lakunya dapat digambarkan dengan keras, aktif serta tidak dapat diprediksi. Lingkungan sosial bertindak untuk melarang tingkah laku *Child Ego State* pada diri individu, jadi individu harus mencari dan menyesuaikan situasi dimana mereka dapat menggunakan tingkah laku kekanak-kanakan. Kegiatan olahraga dan pesta merupakan dua kegiatan yang mengizinkan tingkah laku seperti itu.

Pada orang dewasa *Child Ego State* membuatnya berperilaku seperti anak berumur 6 tahun. Ketika individu bertindak seperti anak-anak, misalnya berlompat-lompatan

dengan sangat gembira, bertepuk tangan dan berteriak "Hore!", mereka dianggap sedang menggunakan *Child Ego State*, atau lebih tepatnya mereka sama dengan anak mereka. Tipe kepribadian ini mencakup spontanitas dan perasaan alamiah individu. Berne menyebutkan bahwa sangat penting bagi individu untuk mengerti *Child Ego State* yang ada dalam dirinya bukan karena hal tersebut akan bersamanya seumur hidup, tetapi juga merupakan bagian yang paling berharga dari kepribadiannya (Hansen et.al., 1982). *Child Ego State* penting bagi individu dewasa yang merupakan bagian dari dirinya yang berfungsi sebagai pengalaman yang menyenangkan (Burk, 1979).

Berne, (Corey, 1995) menjelaskan tentang pengklasifikasian *Child Ego State*. Menurutnya bagian *Child* berisikan perasaan-perasaan, dorongan-dorongan, dan tindakan-tindakan spontan. Selanjutnya, Corey membagi *Child Ego State* menjadi 3 sifat *Child* yang bersifat alamiah (*Natural Child*), profesor cilik, dan *Child* yang disesuaikan (*Adapted Child*). Sedangkan Blot. Sj membagi *Child Ego State* menjadi 2 bagian

yaitu *Free Child* (anak bebas), dan *Adapted Child* (anak menyesuaikan).

Ciri dari *Natural Child* adalah impulsif, tidak terlatih, spontan dan ekspresif. Ciri dari profesor cilik adalah kearifan yang asli dari seorang anak, manipulatif dan kreatif. Professor cilik bercirikan hampir sama dengan *Natural Child* dan *Free Child*, karena menunjukkan perilaku yang memodifikasi *Natural Child*. Modifikasi *Adapted Child* berasal dari pengalaman-pengalaman traumatik, tuntutan-tuntutan, latihan, dan ketetapan-ketetapan tentang bagaimana caranya memperoleh kasih sayang. *Adapted Child* sering disebut juga sebagai perilaku anak tertekan. Dari pembagian *Child Ego State* dapat dikatakan bahwa sifat *Child* merupakan pengulangan pengalaman individu pada masa anak-anak. Berbeda dengan dua sifat *Child* lainnya, *Adapted Child* banyak dipengaruhi oleh lingkungan sosial negatif.

Secara normal, *Ego State* dapat berkembang bebas dan dapat dikendalikan sesuai dengan konteks dan harapan individu tersebut. Seseorang dapat dikatakan sehat menurut teori Analisis Transaksional

jika dapat secara fleksibel (sesuai dengan kondisi) menggunakan *Ego State*-nya dalam kehidupan sehari-hari. Jika tidak, maka dalam Analisis Transaksional orang tersebut dikatakan mengalami sebuah masalah dalam struktur *Ego State*-nya atau disebut juga mengalami Patologi Struktural (Blot Sj, 1992). Berne (Blot Sj, 1992) menjelaskan bahwa Patologi Struktural terdiri dari dua jenis, yaitu *Contamination* (pencemaran atau kontaminasi) dan *Exclusion* (eksklusi). Seseorang yang mengalami patologi struktural harus dilakukan konseling secara efektif dengan menggunakan terapi Analisis Struktural pada pendekatan Analisis Transaksional. *Contamination* yang berarti pengotoran atau pencemaran adalah suatu keadaan yang menyebabkan *Ego State* yang satu tercampuri oleh *Ego State* yang lain. Pada umumnya bentuk *Adult Ego State*-lah yang tercampuri oleh *Parent* atau *Child Ego State*. Sedangkan *exclusion* adalah suatu keadaan yang membekukan salah satu atau lebih *Ego State*-nya. Eksklusi bisa terjadi dengan bentuk eksklusi *Parent*, *Adult*, atau eksklusi *Child*. Pada eksklusi, berarti *Ego*

*State* yang dibekukan tidak akan muncul. Contohnya, jika seseorang mengalami eksklusi pada *Parent* maka *Ego State Parent* selalu tidak dimunculkan oleh orang tersebut.

Willis (2007) memaparkan Layanan Konseling Individu merupakan salah satu jenis konseling yang dijadikan salah satu layanan dalam Bimbingan dan Konseling. Konseling Individu yaitu bantuan yang diberikan oleh konselor kepada seorang siswa dengan tujuan berkembangnya potensi siswa, mampu mengatasi masalah sendiri, dan menyesuaikan diri secara positif. Konseling merupakan “jantung hati” dari program Bimbingan dan Konseling. Khususnya pada Layanan Konseling Individu, Prayitno menjelaskan bahwa Konseling Individu merupakan pelayanan khusus dalam hubungan tatap muka langsung antara konselor dan konseli dengan mencermati dan mengupayakan pengentasan masalah konseli dengan kekuatan konseli sendiri. Dengan demikian, Konseling Individu adalah proses bantuan yang diberikan oleh seseorang yang terlatih dan berpengalaman yang disebut sebagai konselor kepada

seorang individu yang membutuhkan dengan cara tatap muka, agar konseli mampu mengentaskan masalahnya sendiri, lebih mengembangkan potensinya, dan menyesuaikan diri secara positif.

## 2. METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan metode Analisis Isi. Data dalam Analisis Isi dapat berupa dokumen-dokumen tertulis, film, rekaman audio, sajian video, atau jenis media komunikasi yang lain. Dalam penelitian ini, analisis dilakukan terhadap *Ego State* konselor sekolah.

Subjek dalam penelitian ini adalah 2 orang guru BK (konselor) SMA yang berinisial AS dan NS. Latar belakang pendidikan kedua subjek penelitian adalah S-1 program studi Matematika dan IPS. Subjek dipilih atas dasar kelaziman, yaitu fenomena tersebut ada pada setiap orang khususnya muncul pada konselor yang melakukan konseling. Masing-masing melakukan layanan konseling individu sebanyak 3 kali atau 3 siswa yang berbeda. Subjek penelitian ini adalah dua guru BK yang berinisial AS dan berinisial NS yang keduanya

berjenis kelamin perempuan. Kedua guru tersebut beragama Islam, suku Jawa, dan status guru PNS. Pengalaman kerja AS adalah 8 tahun dan NS selama 6 bulan.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode observasi dan wawancara. Dalam penelitian ini observasi dilakukan pada saat kegiatan Layanan Konseling Individu berlangsung. Observasi dilakukan terhadap data verbal dan nonverbal konselor yang difokuskan pada aspek perkataan, intonasi suara, gerak anggota tubuh, sikap tubuh, dan ekspresi wajah. Observasi pada kegiatan Layanan Konseling Individu dilakukan dengan menggunakan alat perekam. Alat perekam yang digunakan oleh peneliti yaitu perekam suara dan perekam video.

Korpus atau data dalam penelitian ini adalah percakapan konseling yang dilakukan konselor sekolah yang telah ditranskripkan berupa teks (verbatim). Alasan peneliti memilih proses konseling sebagai konteks pengambilan korpus yakni karena komunikasi yang terjadi dalam proses Konseling Individu adalah *person to person*, menjadikan pesan

yang disampaikan oleh konselor mengandung makna yang sangat dalam bagi konseli. Satuan analisisnya yaitu jenis kata atau kalimat, nada atau intonasi suara, gestur, gerak anggota tubuh, dan ekspresi atau mimik wajah.

Bungin (2008) menjelaskan langkah-langkah analisis data yang kemudian peneliti pakai sebagai langkah-langkah analisis dalam penelitian ini, yakni: (1) Memilih rekaman percakapan yang mempunyai kualitas yang jelas; (2) Merekam dan mendokumentasikan data (proses konseling) dalam bentuk suara dan video; (3) Mentranskripsi percakapan; (4) Melakukan pengkodean data; (5) Melakukan klasifikasi-klasifikasi pada bagian-bagian tertentu sesuai dengan fokus penelitian; (6) Melakukan kategorisasi; (7) Melakukan interpretasi dan penarikan simpulan.

Dalam melakukan analisa data, khususnya pada langkah klasifikasi data tidak hanya dilakukan dengan memperhatikan struktur katanya saja, melainkan peneliti juga memperhatikan makna yang terkandung di dalam kalimat tersebut, dampak yang dihasilkan

kepada konseli dari kalimat tersebut dilihat dari respon dan jawaban konseli, serta percakapan konselor-konseli sebelumnya.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Konseli yang dikonseling semuanya atas dasar pemanggilan oleh konselor, masalah konseli yang diketahui oleh konselor baik berasal dari rekomendasi guru lain, ataupun laporan dari siswa lain. Konseli yang dikonseling ibu AS adalah berinisial A kelas XII dan berjenis kelamin laki-laki, S kelas XII. Konseli yang dikonseling oleh ibu NS adalah J kelas X, E kelas X, dan F kelas X yang berjenis kelamin laki-laki.

Data yang didapatkan oleh peneliti dalam penelitian ini sebenarnya berjumlah 6 pertemuan sesi konseling. Namun, tiga sesi pertemuan dengan konseling Ibu AS dan tiga sesi pertemuan dengan konseling Ibu dengan alasan satu pertemuan sesi konseling di awal peneliti menganggap sesi konseling tersebut masih didominasi oleh tampilan konselor yang belum memahami tahapan konseling individu, dan satu sesi konseling hanya merupakan kegiatan pencarian

data untuk melengkapi sesi konseling sebelumnya. Data yang dianalisis pada bagian Bab ini terdiri dari enam kali pertemuan sesi Konseling Individu dengan rincian tiga kali pertemuan persubjek, enam orang konseli yang berbeda.

Tabel 1

Hasil Analisis Data

Kategori	AS	NS
Kata	Parent	Parent
Intonasi	Adult	Adult
Gerak Anggota Tubuh	Adult	Parent
Sikap Tubuh	Adult	Adult
Ekspresi Wajah	Adult	Adult

Berdasarkan deskripsi data yang telah dijabarkan di atas yang merupakan hasil analisis/pengolahan data menunjukkan bahwa kedua konselor yang diamati dalam proses konseling individu, yaitu:

#### a. Subjek AS

Memiliki *Ego State* dominan *Parent Ego State* pada perkataan dalam bentuk perintah, larangan, meragukan, menyudutkan, mengancam, mengkritik, basa-basi, menasehati, membimbing, memotivasi, dan menghargai. Namun, jika diamati lebih cermat bentuk *Parent* perintah, basa-basi,

dan menasehati di sini hampir semuanya berupa nasihat-nasihat dari permasalahan konseli (konselor bertanya pada konseli), baik berupa *closed question* maupun *open question*. Begitu juga dengan bentuk logika dan realistik pada subjek NS hampir seluruhnya berupa teknik konfrontasi dalam konseling. Ini menjadikan proses konseling hanya didominasi oleh kegiatan konselor mengeksplorasi pikiran konseli (*reflection of thinking*).

Jika proses konseling terlalu didominasi oleh pertanyaan, dan ditunjang juga oleh konfrontasi yang juga dominan, maka proses konseling menjadi tampak sebuah pengintrogasian terhadap konseli (suasana seperti sedang diadili). Kemudian bentuk *Parent Ego State*-nya yang berupa pertanyaan perintah, menasehati, menyudutkan, dan basa-basi menambah suasana menjadi seperti di ruang kelas yang hanya mendengarkan konselor berbicara. Hal ini diperkuat dengan terlalu banyak menasehati dan basa-basi dengan pengulangan perkataan, serta ekspresi wajah menunjukkan penekanan pada kata yang diucapkan yang juga dominan pada subjek AS

memperkuat kesan pengintrogasian tersebut. Suasana konseling yang demikian, menjadikan konseli tampak seperti diintrogasi, tertekan, dan tersudutkan. Ini merupakan dampak dari *Parent Ego State*, yang artinya *Parent Ego State* pada subjek AS terlihat paling dominan.

Wawancara peneliti, karakteristik subjek AS menurut nara sumber adalah sedikit cuek, *menjudge*, lebih tegas, disegani siswa karena ketegasannya, intonasi suara tinggi dan ditekan, terlihat jutek, dan tetapi menampilkan kehangatan. Karakteristik tersebut mengidentifikasi bahwa subjek AS memiliki dominan *Parent Ego State*. Diperkuat oleh data hasil wawancara bahwa subjek memiliki karakteristik lemah lembut, terlihat sangat serius, kata-kata lebih sering menasehati berulang-ulang.

Peneliti juga mengamati terkadang subjek menampilkan *Nurturing Parent Ego State* (*Ego State* orang tua Pembina/pengasuh) yaitu menunjukkan tampilan keibuan. Kemudian sedikit *Adult Ego State* yaitu berbicara dengan menunjukkan fakta dan logika. Diperkuat oleh data

bahwa subjek AS juga memiliki karakteristik sabar.

Hasil wawancara peneliti pada subjek AS data terkait dengan tampilannya sebagai *Nurturing Parent Ego State* bahwa menurut subjek, dirinya sangat sabar, lebih dewasa, lemah lembut, terlihat sangat serius, kata-katanya sangat memberi motivasi kepada orang lain dan memberi nasehat seperti orang tua kepada anaknya, memiliki karakter keibuan, dan tenang. Ini menjadikan subjek kadang terlihat seperti terbiasa menghadapi orang yang lebih muda darinya. Namun tampilan demikian tidak begitu terlihat terutama pada saat subjek melakukan kegiatan konseling.

Dari uraian dan penafsiran di atas, dapat disimpulkan bahwa dalam melakukan konseling individu, subjek AS memiliki dominan *Parent Ego State* dengan tampilan bentuk perintah, larangan, menyudutkan, basa-basi, membimbing dan menasihati.

#### b. Subjek NS

Pada deskripsi data yang telah dijabarkan di atas, dalam perkataan subjek NS didominasi oleh *Parent*

*Ego State* juga dengan bentuk meragukan, menasehati, dan basa-basi. Sama seperti subjek AS, bentuk dari menasehati di sini semuanya berupa nasihat konselor kepada konseli yang banyak berupa *closed question*. *Parent Ego State* ini semakin terhapus dengan ditambahnya bentuk-bentuk pertanyaan konselor yang mengandung maksud meragukan atau tidak percaya. Kemudian kata-kata berbentuk mengkritik, mengancam, memerintah, menasihati, dan basa-basi juga menambah suasana konseling menjadi tampak tidak nyaman.

Subjek NS ada deskripsi data yang telah dijabarkan di atas, dalam perkataan subjek NS didominasi oleh pertanyaan, dan ditunjang juga oleh konfrontasi yang juga dominan, maka proses konseling menjadi tampak sebuah pengintrogasian terhadap konseli (suasana seperti sedang diadili) yaitu *Parent Ego State*. Sama seperti subjek AS, bentuk perintah, larangan, meragukan, menyudutkan, mengancam, mengkritik, basa-basi, menasehati, membimbing, memotivasi, dan menghargai serta

baik berupa *closed question* maupun *open question*. *Parent*. Kemudian kata-kata berbentuk mengkritik, mengancam, memerintah, menasihati, dan basa-basi juga menambah suasana konseling menjadi tampak tidak nyaman.

Peneliti mengamati bahwa ada kekhasan dalam diri subjek NS dalam intonasi dan suara, yaitu subjek NS sering menggunakan suara yang sangat kecil, jadi kurang terdengar dengan jelas. Hal tersebut menjadikan peneliti berasumsi bahwa subjek memiliki *Parent Ego State* yang dominan. Diperkuat lagi oleh data bahwa subjek NS sangat terlihat jelas memiliki karakteristik lemah lembut, sabar, sifatnya keibuan, tetapi kurang percaya diri yaitu masih belum bisa membedakan cara menjadi guru mata pelajaran dan guru BK, sebab subjek NS baru menjabat sebagai guru BK.

Dari penafsiran deskripsi data tersebut di atas, diketahui bahwa proses konseling individu masih didominasi oleh perilaku dan ungkapan yang dalam teori Analisis Transaksional merupakan bagian dari *Parent Ego State* dan disebut juga *Critical Parent Ego State*.

Sebagaimana hasil pengamatan peneliti kepada kedua subjek konselor, ungkapan tersebut berupa ungkapan meragukan, mengkritik, menyudutkan, basa-basi, menasihati, memerintah, melarang, mengancam, memutuskan, melecehkan, mengatur, merasa berkuasa, kaku, dan hanya sedikit saja *Parent Ego State* yang positif (*Nurturing Parent Ego State*) yaitu memotivasi, menghargai, dan membimbing. Hal ini menjadikan proses konseling bertolak belakang dengan fungsi konseling itu sendiri yang merupakan layanan atau bantuan untuk siswa dalam memecahkan masalah yang dihadapinya.

Konseli akan sulit merasakan kenyamanan dan sulit mendapatkan alternative solusi untuk masalah yang dihadapinya jika tanggapan konselor lebih banyak berupa kritikan, meragukan, menyudutkan, dan ungkapan *Critical Parent* lainnya seperti yang disebutkan di atas. Hal ini akan berdampak pada persepsi siswa yang negatif terhadap guru BK sehingga siswa tidak ada yang mendatangi konselor secara suka rela untuk terbuka menceritakan masalahnya, karena mereka tahu

bahwa proses konseling tidak akan memberikan kenyamanan dan informasi yang mereka butuhkan. Dengan demikian, Bimbingan dan konseling akan menjadi sesuatu yang menakutkan dan enggan untuk dikunjungi.

Wawancara peneliti kepada salah satu siswa kelas XII dari hasil data wawancara bahwa BK di sekolahnya masih mempunyai gambaran negatif di kalangan siswa, yaitu jika ada siswa yang dipanggil untuk ke ruang BK banyak siswa yang berkomentar bahwa meskipun gurunya pendiam tetapi pada saat di konseling seperti diintrogasi atau dinasehati meskipun masalah itu tidak terlalu berat. Siswa tersebut juga mengatakan bahwa guru BK-nya sering terlihat galak, terutama jika sedang menangani siswa yang terkena kasus.

#### **4. DISKUSI**

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan peneliti bahwa deskripsi Ego State dalam penelitian ini adalah subjek AS dalam melakukan konseling individu, memiliki dominan parent Ego State dengan tampilan Critical Parent (orang tua pengkritik) dan nurturing

parent yaitu bentuk meragukan, mengkritik, menyudutkan, basa-basi, dan menasihati. Walaupun muncul juga Adult Ego State, tapi menjadi tidak tampak karena bentuknya yang hampir seluruhnya berupa pertanyaan, sehingga kemunculannya semakin menunjang makna dari Parent Ego State-nya.

Sedangkan deskripsi Ego State subjek NS dalam melakukan konseling individu adalah dominan Parent Ego State dengan tampilan Critical Parent bentuk mengkritik, basa-basi, memerintah, meragukan, mengancam, menasihati, dan menyudutkan. Diperkuat lagi oleh data bahwa subjek NS sangat terlihat jelas memiliki karakteristik lemah lembut, sabar, sifatnya keibuan, tetapi kurang percaya diri yaitu masih belum bisa membedakan cara menjadi guru mata pelajaran dan guru BK, sebab subjek NS baru memegang sebagai guru BK.

Gambaran Ego State yang dimiliki subjek AS dan NS tersebut, bukan merupakan Ego State yang tepat bagi konselor yang sedang melakukan konseling. Sebagaimana Harris dan Blot Sj. (1992) menyebutkan bahwa seorang

konselor akan berhasil dalam melakukan konseling jika konselor tetap berada dalam Adult Ego State. Menurut Harris, dengan menggunakan Adult Ego State konselor akan dapat menganalisis Ego State konseli dan sekaligus mengatur Parent dan Child Ego State yang ada dalam dirinya. Blot Sj. Juga menambahkan bahwa dengan menggunakan Adult Ego State konselor dapat mengenali permainan yang sering dimainkan oleh Child Ego State dan melatih konseli untuk lebih dewasa dan bertanggung jawab.

Hasil penelitian bahwa kedua subjek memiliki dominan Parent Ego State, bahwa sebenarnya merupakan bentuk Parent Ego State yang sangat mirip dengan Adult Ego State. Dapat dilihat dari banyaknya bentuk menggali informasi yang muncul yang merupakan ciri dari Adult pada kedua subjek, lalu kemudian peneliti tafsirkan sebagai kondisi dan dampak dari Parent Ego State.

Sesungguhnya kondisi demikian mirip dengan yang dikatakan Berne tentang kontaminasi (Contamination) dalam Patologi Struktural. Berne menjelaskan bahwa kondisi yang mencampurkan salah satu Ego State

dengan Ego State lainnya dinamakan kontaminasi.

Pada kedua subjek ini terjadi kontaminasi Parent, yaitu seakan-akan yang aktif pada kedua subjek adalah Adult Ego State dengan munculnya bentuk menggali informasi, tapi sebenarnya yang sedang aktif adalah Parent Ego Statanya karena ternyata bentuk informasi subjek memiliki makna dan dampak Parent yaitu menjadikan suasana konseling tampak seperti 'pengintrogasian'. Banyaknya terdapat kata-kata yang diucapkan oleh kedua subjek dengan bentuk menggali informasi (bertanya) ini tampak seperti pendapat dan kata-kata Adult. Tapi jika dilihat dari dampak dan makna yang terkandung di dalam kata-kata tersebut sesungguhnya merupakan bentuk dari Parent Ego State.

Dengan demikian, menurut teori Analisis Transaksional kedua subjek mengalami masalah dalam struktur Ego State dan dapat diperbaiki melalui terapi Analisis Struktural pada pendekatan konseling Analisis Transaksional. Jika hal tersebut dibiarkan terus menerus, maka dikhawatirkan kedua subjek tidak

akan dapat mengenali bentuk Ego State-nya secara tepat, dan tidak dapat membedakan bentuk-bentuk Ego State secara benar. Jika demikian, maka subjek akan sulit untuk memahami Ego State orang lain (konseli), dan mengalami kesulitan dalam menciptakan hubungan yang baik dalam setiap interaksinya dengan orang lain, khususnya dengan konseli dalam melakukan Layanan Konseling Individu.

## 5. KESIMPULAN

Keterampilan konseling baik dari tahapan konseling hingga penggunaan Bahasa pada saat konseling merupakan keterampilan yang tidak dimiliki oleh semua guru. Keterampilan konseling juga tidak dapat dipelajari dengan singkat sehingga layanan konseling yang dilakukan di sekolah memang harus dilakukan oleh guru Bimbingan dan konseling yang berlatar pendidikan Sarjana Bimbingan dan konseling.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

ABKIN. (2008). Rambu-rambu penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling pada Jalur

Pendidikan Formal. Jakarta: Depdiknas.

- Blot, Sj. P. de. (1992). Analisis Transaksional Berpengkal pada Kebudayaan Indonesia. Jakarta: Gramedia.
- Bungin, Burhan. (2008). Penelitian Kualitatif. Jakarta: Kencana Prenada Median Group.
- Burks, Herbert, Bufford Steffire. (1979). Theory of Counseling. USA: McGraw-Hill Book Company.
- Colledge, Ray. (2002). Mastering Counseling Theory. USA: Palgrave Mac Milan.
- Corey, Gerald. (1995). Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi. Bandung: PT. Eresco.
- Gordon, George N. (1996). The Language of Communication. New York: Hasting House.
- Hansen, James C., Stevic, Richard R. & Warner, Richard W. (1982). Counseling Theory and Process: Third Edition.
- Holand, G. A. (1973). Transactional Analysis in Raymond Corsini (Ed. Current Psychotherapies Hasca, 11: F.E. Peacock.
- James, M. & Jongeward, D. (1971). Born to Win: Transactional Analysis with Gestalt Experiments. Reading, Mass: Addison-Wesley.
- Mahmudi, Arief. (2006). Komunikasi dan Analisis Transaksional. Bandung: Rosda Karya.
- Rakhmat Jalaludin. (2007). Psikologi Komunikasi. Bandung: Rosda Karya.
- Walgito, Bimo. (2005). Bimbingan dan Konseling (Studi dan Karier). Yogyakarta: ANDI.

## Analisis Ego State....

Willis, Sofyan. (2007). *Konseling Individual: Teori & Praktek*. Bandung: Alfabeta.

W.S. Winkel. (1985). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah*. Jakarta: Gramedia.