

Pengaruh Teknik Konseling *Clie*n Centered Terhadap Pengendalian Diri Berkata Kasar Pada Siswa Kelas XI IPS di SMAN 1 Lingsar Tahun Pelajaran 2023/2024

Yogi Satiawan¹, Aluh Hartati², M. Najamuddin³.

Program Studi Bimbingan dan konseling, FIPP, Universitas pendidikan Mandalika
Corresponding e-mail: Ogiksatiawan@gmail.com

Article History

Received: 25-6-26
Reviewed: 28-6-26
Published: 30-6-26

Key Words

Client centered
counseling, rude
behavior

Sejarah Artikel

Diterima: 25-6-26
Direview: 28-6-26
Dipublikasi: 30-6-26

Kata Kunci

Konseling *Client*
Centered, Perilaku
Berkata Kasar

Abstract (English)

Speaking harshly in general is a bad thing because it can have a negative impact on children. The reasons why children say rude things are internal factors such as family, economics, the main triggers are parents who often scold their children, children who make too many demands on their parents. The child's desire to get attention from their parents or people around them, even if that attention takes the form of a reprimand when they say harsh words, children have the desire to rebel and fight against older people because they are too restricted and pressured. Children usually say harsh things in their environment to get recognition from friends. -her friend. Therefore, to reduce rude behavior, group counseling sessions were provided using the client centered technique. The aim of this research is to examine the influence of the Client Centered technique on controlling harsh words in class XI IPS students at SMA Negeri 1 Lingsar for the 2023/2024 academic year. This research design uses One Group-Pre-test and Post-test. The population in this study was class from the results of the t-test, it shows that the calculated t value is 30.809 based on a significance level of 5% with db $(N-1) = 9 - 1 = 8$. It turns out that the limit for rejecting the null hypothesis stated in the t table distribution table is 2.306. This shows that the calculated t value is greater than the t table value, $(2.302 > 2.306)$ so this research is said to be significant.

Abstrak (Indonesia)

Berkata kasar pada umumnya adalah hal yang tidak baik karena bisa berdampak negative bagi anak, adapun penyebab anak berkata kasar, faktor internal seperti keluarga, ekonomi, pemicu utama yakni orang tua yang sering memarahi anaknya, anak yang terlalu banyak menuntut ke orang tua. Keinginan anak itu untuk mendapatkan perhatian dari orang tuanya atau orang sekitar sekalipun perhatian itu berbentuk teguran ketika mengucapkan kata kasar, anak mempunyai keinginan untuk memberontak dan melawan orang yang lebih dewasa karena mereka terlalum dibatasi dan ditekan Anak biasanya berkata kasar di lingkungannya untuk mendapatkan pengakuan dari teman-temannya. Oleh karena itu untuk menurunkan perilaku berkata kasar maka diberikan *treantmean* konseling kelompok menggunakan teknik *Client centered*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengkaji pengaruh teknik *Client Centered* terhadap pengendalian diri berkata kasar pada siswa kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Lingsar tahun pelajaran 2023/2024. Desain penelitian ini menggunakan *One group-Pree-test dan Post-test*. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas XI IPS di SMAN 1 Lingsar yang berjumlah 101 siswa, dan sample penelitian ini berjumlah 9 orang yang memiliki perilaku berkata kasar berdasarkan hasil *pree-test*. Dari hasil uji t-test menunjukkan nilai t hitung sebesar 30,809 berdasarkan taraf signifikansi 5 % dengan db $(N-1) = 9 - 1 = 8$, ternyata besarnya angka batas penolakan hipotesis nol yang dinyatakan dalam tabel distribusi t tabel adalah 2,306. Hal ini menunjukkan bahwa nilai t hitung lebih besar dari pada nilai t tabel, $(2,302 > 2,306)$ maka penelitian ini dikatakan signifikan.

Setiawan, Y., Hartati, A., & Najamuddin, M. (n.d.). Pengaruh Teknik Konseling Clie

n Centered Terhadap Pengendalian Diri Berkata Kasar Pada Siswa Kelas XI IPS di SMAN 1 Lingsar Tahun Pelajaran 2023/2024. *Jurnal Eduforia: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 1(2), 27-34. <https://doi.org/10.66957/b6tbe856>

 <https://doi.org/10.66957/q943ry29>

This is an open-access article under the [CC-BY-SA License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Pendahuluan

Menurut (Sayeti 2010: 1) Teknik konseling *Client centered Rogers*, dalam pendapatnya merupakan teknik konseling dimana yang berperan adalah konseli sendiri, konseli dibiarkan untuk menemukan solusi masalah mereka sendiri terhadap masalah yang tengah mereka hadapi. Konseling *Client centered* menekankan pada kecakapan klien untuk isu yang penting bagi dirinya dan pemecahan masalah dirinya. yang dimana konseli diposisikan untuk memiliki kesanggupan-kesanggupan dalam membuat keputusan. Pengendalian diri yang baik adalah perilaku dalam pribadi diri seseorang yang mampu yang mampu mengendalikan dirinya, adapun menurut para ahli, menurut *Calhoun dan Acocella, Tangney, Averill (2011)*. *Calhoun dan Acocella (1990)* pengendalian diri (*self-control*) didefinisikan sebagai pengaturan proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri.

Menurut Averill (Ghufron dan risnawati, 2011) pengendalian diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Pengertian yang dikemukakan oleh Averill menitikberatkan pada seperangkat kemampuan mengatur dalam memilih tindakan yang sesuai dengan yang diyakininya. Menurut Tangney, dkk (2004): 271 menyatakan bahwa pusat dari konsep pengendalian diri adalah kemampuan untuk mengesampingkan atau mengubah tanggapan batin, serta untuk menekan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari tindakan menyimpang. Menurut Berk (1995: 53), pengendalian diri merupakan kemampuan individu untuk menghambat atau mencegah suatu impuls agar tidak muncul dalam bentuk tingkah laku yang melanggar atau bertentangan dengan standar moral. Goldfried dan Merbaum (Muharsih, 2008: 16) mendefinisikan control diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif.

Menurut Louge (1995:7) memaknai pengendalian diri sebagai suatu pilihan tindakan yang akan memberikan manfaat lebih besar dengan cara menunda kepuasan sesaat. Individu biasanya memiliki kesulitan untuk menolak kesenangan yang menghampirinya. Meskipun kesenangan akan memberikan dampak atau konsekuensi negative dimasa yang akan datang. Pengendalian diri sangat penting dimiliki individu. Individu sebagai makhluk sosial yang hidupnya saling bergantung satu dengan lainnya. Selain dari kebutuhan yang paling dasar hingga puncak kebutuhan manusia yang ingin dicapainya. Maka dari itu pengendalian diri hal yang penting yang harus dimiliki setiap individu. Pengendalian diri sederhananya dapat diartikan sebagai tenaga kontrol atas diri sendiri. Sikap pengendalian diri mengajarkan kita untuk senantiasa bersabar dalam menghadapi sesuatu, terbiasa untuk selalu bersabar, dan juga rendah hati. Berdasarkan observasi yang telah peneliti lakukan di kelas XI di SMAN 1 Lingsar peneliti menemukan sejumlah masalah di kelas XI IPS, banyak ditemukan berkata kasar pada teman-temannya saat berada di sekolah, karena berkata kasar itu menjadi hal yang biasa bagi mereka, bercanda juga selalu dengan menggunakan kata kasar, terlebih saat jam istirahat, dikantin tempat tongkrongan siswa, dan mereka bahasanya banyak yang tidak sopan, memanggil teman dengan nama-nama yang kurang baik. Adapun penyebab masalah itu muncul karena banyaknya siswa yang mengalami broken home, kurang mendapatkan kasih sayang dari orang tuanya, orang tuanya banyak yang menjadi orang tua tunggal, dan banyak yang ditinggal ke luar negeri sehingga siswa tidak mendapatkan pola asuh yang baik dari kedua orang tuanya, kerap kali bahasanya tidak sopan, siswa kurang dipedulikan, tidak pernah ditanya kondisi mereka saat di sekolah, tidak pernah ditanya tentang belajarnya, sehingga siswa menjadikan pelampiasan di sekolah bersama teman-temannya dengan menunjukkan perilaku yang tidak sopan, sering berkata kasar dan kurang peduli dengan lingkungan sekitar.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi individu yang kesulitan dalam mengendalikan dirinya dalam berkata kasar, disebabkan dua faktor yakni faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti keluarga, ekonomi, pemicu utama yakni orang tua yang sering memarahi anaknya, anak yang terlalu banyak menuntut ke orang tua. Keinginan anak

itu untuk mendapatkan perhatian dari orang tuanya atau orang sekitar sekalipun perhatian itu berbentuk teguran ketika mengucapkan kata kasar, anak mempunyai keinginan untuk memberontak dan melawan orang yang lebih dewasa karena mereka terlalum dibatasi dan ditekan, Sedangkan. Faktor eksternal, yakni seperti faktor lingkungan yang kurang baik, anak yang bergaul dengan orang yang lebih dewasa yang perkataannya kurang baik sehingga anakpun menjadi menirunya, sehingga anak menganggap perkataan yang kurang baik itu sebagai hal sepele dan juga menjadikannya kebiasaan. Lingkungan pergaulan anak melihat apa yang dituntut oleh lingkungan terutama dalam konteks sekolah dan sosial pertemanan. Jika anak itu melihat lingkungan yang buruk seperti teman-temannya yang sering berkata kotor maka akan menular ke anak lain serta berperilaku berkata kotor akan berkembang. Anak biasanya berkata kasar di lingkungannya untuk mendapatkan pengakuan dari teman-temannya. Sebelum peneliti melakukan penelitian ini, telah ada orang lain yang telah melakukan penelitian sebelumnya yakni: Oleh yulia paramitha, 2016 tentang

Penerapan konseling *clien centered* terhadap pengendalian diri berkata kasar, kelas VIII di SMPN 7 KISARAN, 2016, maka hasil yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan, bahwa konseling *clien centered* cukup efektif dalam mengatasi perilaku berkata kasar pada anak SMP. Hasil penelitian yang telah disajikan dalam beberapa aspek yaitu: (1) pendapat siswa tentang mamfaat layanan bimbingan *Client centered* dalam upaya pengendalian diri dalam berkata kasar. (2) pendapat siswa tentang manfaat layanan teknik konseling *Client centered* dalam upaya pengendalian diri ketika menerima kritikan. (3) pendapat siswa tentang mamfaat teknik *Client centered* dalam upaya pengendalian diri berkata kasar, dan juga ketika bersikap dan bertingkah laku. Berdasarkan nilai t-hitung sebesar 27,149 dan nilai t-tabel pada taraf signifikansi 5% dengan N = 7 lebih besar dari nilai t-tabel ($27,149 > 2,365$) sehingga dapat dikatakan “signifikan” maka dapat disimpulkan bahwa: Ada Pengaruh Konseling konseling *Client centered* terhadap pengendalian diri berkata kasa Pada Siswa Kelas VIII di SMPN 7 kisaran. Berdasarkan latar belakang masalah diatas peneliti dapat menyimpulkan, bahwa kurangnya perhatian dari orang tua dan juga pengaruh lingkungan yang kurang baik sangat berpengaruh untuk kesehatan mental dan emosional anak. Sehingga dengan menggunakan teori *Client centered* akan memberikan banyak dampak positif bagi siswa disekolah untuk meningkatkan motivasi dirinya untuk menjadi individu yang lebih baik, peran orang tua dan guru BK sangat penting untuk meningkatkan pemahaman diri bagi siswa di sekolah agar memiliki akhlak kepribadian yang baik secara indivdu dan kelompok, dengan menggunakan salah satu teori BK yaitu *Client centerd*. Peneliti dapat menyimpulkan bahwa kita sebagai manusia harus bisa mengendalikan diri kita dalam bertutur kata yang baik bahwasanya semua akan kembali ke kita juga, karena perkataan yang kasar itu dapat menyakiti seseorang. Berdasarkan kesimpulan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul, Pengaruh teknik konseling *Clie centered* terhadap pengendalian diri berkata kasar pada siswa kelas XI IPS di SMAN1 Lingsar tahun ajaran 2023/2024.

Client centered, konseling yang berpusat pada klien dikembangkan oleh Rogers, salah seorang psikolog klinis yang sangat menekuni bidang konseling dan psikoterapi. Menurut rogers dalam Mc. Loed Client centered conseling merupakan teknik konseling dimana yang paling berperan adalah klien sendiri. Klien dibiarkan untuk menemukan solusi mereka sendiri terhadap masalah yang tengah mereka hadapi. hal ini memberikan pengertian bahwa peran konselor dalam teknik ini hanya sebatas mengarahkan. Mempengaruhi dan memberikan dorongan kepada klien agar klien dapat memikirkan sendiri dan mencari solusi permasalahannya semdiri.

Menurut carl Roger sebagaimana yang dikutip Correy (2015: 91) menyebut bahwa client centered sebagai konseling non-direktif, menyatakan bahwa client centered conseling adalah salah suatu teknik dalam bimbingan dan konseling yang menjadi pusatnya adalah klien dan bukan konselor, setiap individu memiliki kemampuan dalam diri sendiri untuk mengerti diri, dan menangani masalah-masalah psikisnya asalkan seorang konselor dapat menciptakan kondisi yang baik agar dapat mempermudah perkembangan individu untuk aktualisasi diri manusia yang sadar dan rasional.

Clien centered ini merupakan salah satu teknik bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk membantu memberikan dorongan kepada klien agar dapat memikirkan sendiri dan mencari solusi permasalahannya sendiri, serta menegaskan adanya aktualisasi diri, yang difokuskan pada pertanggung jawaban dan kapasitas klien untuk menemukan cara agar bisa menghadapi realitas. Pada pribadi klien bukan pada problema yang dikemukakan oleh klien dan konselor hanya berperan sebagai partner dalam membantu untuk merefleksikan sikap dan peran-perannya guna mencari serta menemukan cara yang baik dalam memecahkan masalah klien (Kristina, 2017: 21).

Corey (2015: 129) menekankan bahwa yang terpenting dalam proses konseling ini adalah filsafat dan sikap konselor, bukan pada teknik yang didesain untuk membuat klien “membuat sesuatu” pada dasarnya teknik itu menggambarkan implementasi filsafat dan sikap yang harus konsisten dengan filsafat dan sikap konselor, dengan adanya perkembangan yang menekankan filsafat dan sikap ini maka ada perubahan-perubahan didalam frekuensi penggunaan bermacam teknik, misalnya adalah bertanya, penstrukturan, interpretasi, memberi saran atau nasihat.

Teknik tersebut sebagai cara untuk mewujudkan dan, mengkomunikasikan acceptance, understanding, menghargai, dan mengusahakan agar klien mengetahui bahwa konselor berusaha mengembangkan internal frame of reference klien dengan cara konselor mengikuti pikiran, perasaan dan eksplorasi klien yang merupakan teknik pokok untuk menciptakan dan memelihara hubungan konseling. Oleh karenanya teknik tersebut tidak dapat digunakan secara self compulsy (dengan sendirinya) bila konselor tidak tahu dalam menggunakan teknik-teknik tersebut.

Corey menerangkan peran konselor yakni:

Tujuan-tujuan dasar pendekatan Client centered seperti yang dijelaskan, Gantika dkk (2011: 270) antara lain sebagai berikut: Keterbukaan pada pengalaman, sebagai lawan dari kebertahanan, keterbukaan pada pengalaman menyirat menjadi lebih sadar terhadap kenyataan sebagaimana kenyataan itu hadir diluar dirinya. Kepercayaan pada organisme sendiri, salah satu tujuan terapi adalah membantu klien agar lebih sadar dengan perkataannya.

Dapat melakukan evaluasi internal, tempat evaluasi internal ini berkaitan dengan berkata kasar, yang berarti lebih banyak mencari jawaban-jawaban pada diri sendiri bagi masalah-masalah keberadaannya, serta menetapkan standar-standar tingkah laku dan melihat kedalam dirinya sendiri dalam membuat keputusan dan pilihannya. Kesediaan menjadi satu proses, konseli menyadari bahwa pertumbuhan dirinya adalah proses yang berkesinambungan. Berk (1993: 18) mengartikan pengendalian diri sebagai kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial. Pengendalian diri adalah seperangkat tingkah laku yang focus pada keberhasilan mengubah diri pribadi, keberhasilan menangkalkan perusakan diri (self-destruction), perasaan mampu pada diri sendiri, perasaan mandiri atau bebas dari pengaruh orang lain, kebebasan menentukan tujuan, kemampuan untuk memisahkan perasaan dan pikiran rasional,

Pengendalian diri diungkapkan oleh Colhoun dan acocella, tagney, averill (2011: 14) Colhoun dan acocella (1990: 14) pengendalian diri adalah pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Pengendalian merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilaku berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai dan aturan di lingkungan sekolah agar mengarah pada perilaku positif. (Messina dan gunarsa, 2006: 21). Gillion (2002: 18) berpendapat bahwa pengendalian diri adalah kemampuan individu yang memiliki tiga aspek utama yaitu control perilaku (behavior control), control kognitif (Cognitive control), dan kontrol keputusan (decisional control). Ketiga aspek ini menjadi penting bagi individu dalam melakukan model perilaku mana yang akan ditampilkan, individu yang lemah dalam pengendalian dirinya, cenderung untuk bertindak laku negatif atau cenderung menunjukkan gejala perilaku berkata kasar.

Menurut Pastika (2008: 17) mengungkapkan berkata kasar adalah bentuk ungkapan yang menistakan orang lain dengan menggunakan kata-kata yang tidak senonoh, misalnya

caci-maki, penghinaan dan lain-lain. Berkata kasar dapat digolongkan sebagai tindak kekerasan verbal karena ungkapan yang digunakan dapat melukai perasaan orang lain Desmita (2012: 18) aspek ini melibatkan kemampuan untuk mengenali emosi dan impuls yang muncul saat berinteraksi dengan orang lain. Dengan meningkatkan kesadaran diri, seseorang dapat lebih cepat mendeteksi ketika mereka cenderung untuk menggunakan kata-kata kasar dan mengambil langkah-langkah untuk mengendalikan reaksi mereka. Pengendalian diri berkata kasar melibatkan kemampuan untuk mengatur dan mengelola emosi dengan baik. Ini termasuk strategi untuk menenangkan diri dalam situasi yang menantang, seperti teknik pernapasan dalam atau pengalihan perhatian dari perasaan marah atau frustrasi. Penting untuk memiliki keterampilan komunikasi yang efektif agar bisa mengungkapkan perasaan dan kebutuhan dengan baik tanpa menggunakan kata-kata kasar. Ini mencakup kemampuan untuk menyampaikan pesan dengan jelas, secara langsung, dan dengan penuh hormat kepada orang lain. Kemampuan untuk memahami dan merasakan perasaan orang lain dapat membantu seseorang untuk berkomunikasi dengan lebih baik dan menghindari menggunakan kata-kata kasar yang dapat menyakiti perasaan orang lain. Dengan memiliki empati, seseorang akan lebih sensitif terhadap dampak dari kata-kata mereka pada orang lain.

Pengendalian diri berkata kasar juga melibatkan kemampuan untuk menahan diri dari bereaksi impulsif dalam situasi yang menantang atau frustrasi. Ini melibatkan penggunaan strategi seperti mengambil waktu untuk merenung sebelum merespons, atau mengalihkan perhatian dari pikiran dan emosi negative. Mengembangkan pengendalian diri berkata kasar juga melibatkan kemampuan untuk merefleksikan perilaku dan memperbaiki diri dari waktu ke waktu. Ini termasuk mengidentifikasi pola perilaku yang tidak diinginkan dan mencari cara untuk mengubahnya melalui latihan dan kesadaran diri yang terus-menerus. Pengaruh antara teknik konseling Client-Centered dan pengendalian diri berkata kasar Pengaruh teknik konseling client-centered dan pengendalian diri dalam berkata kasar pada dasarnya melibatkan proses pengembangan kesadaran diri dan kemampuan untuk mengelola emosi dengan lebih baik. Berikut adalah beberapa cara di mana teknik konseling client-centered dapat berhubungan dengan pengendalian diri dalam berkata kasar: Pembentukan hubungan empati, teknik konseling client-centered menekankan pembentukan hubungan yang empatik antara konselor dan klien. dalam konteks ini, siswa merasa didengar, dipahami, dan diterima sepenuhnya dalam pengalaman dan perasaan mereka. Hal ini dapat membantu siswa merasa lebih nyaman untuk mengungkapkan emosi dan pemikiran mereka tanpa takut dihakimi atau dikritik.

Peningkatan kesadaran diri, melalui konseling client-centered, siswa dapat mengembangkan kesadaran diri yang lebih baik tentang perasaan, pikiran, dan perilaku mereka sendiri. mereka menjadi lebih sadar akan dampak dari kata-kata kasar dan bagaimana perilaku tersebut mempengaruhi orang lain dan hubungan mereka dengan orang lain. Pengembangan kemampuan mengekspresikan diri, dalam suasana yang mendukung, siswa diajak untuk mengekspresikan diri secara bebas dan terbuka. Dengan cara ini, mereka belajar untuk mengartikulasikan emosi dan pemikiran mereka dengan lebih jelas dan konstruktif, daripada melalui tindakan impulsif seperti berkata kasar. Penguatan diri dan Pengambilan keputusan, teknik konseling client-centered membantu siswa merasa lebih berdaya dalam mengeksplorasi solusi-solusi untuk masalah mereka sendiri. Ini memberi mereka rasa tanggung jawab atas tindakan dan perkataan mereka, serta memperkuat kemampuan untuk membuat keputusan yang lebih bijaksana dalam situasi yang menantang.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian pre-test dan post-test design dimana dalam rancangan ini hanya terdapat satu kelompok subyek yaitu eksperimen sebagai kelompok yang di kenakan perlakuan. pertama-tama dilakukan pengukuran terhadap kelompok eksperimen, lalu dikenakan perlakuan untuk kedua kalinya dengan bertujuan mengetahui hasil pre-test sebelum di berikan perlakuan dengan post-test setelah di berikan perlakuan. menurut sugiyono (2016: 24) “rancangan penelitian adalah pola pikir yang menunjukkan hubungan antara variabel yang akan diteliti sekaligus mencerminkan jenis penelitian, teori yang digunakan untuk merumuskan hipotesis.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel teknik clien centered sebagai variabel bebas (indevendent variabel) dan perilaku berkata kasar sebagai variabel terikat (devendent variabel). variabel bebas adalah kondisi oleh pelaku eksperimen dimanipulasi untuk menerangkan hubungannya dengan phenomena yang di obeservasi. variabel ini sering di sebut sebagai variabel pengaruh, sebab fungsi mempengaruhi variabel lain sedangkan veriabel terikat adalah kondisi yang berubah ketika pelaku eksperimen mengganti variabel bebas. variabel ini sering di sebut sebagai variabel yang dipengaruhi, sebab variabel ini dipengaruhi oleh variabel lain (Suharsimi, 2016). Teknik Clien Centered sebagai variabel bebas di umpamakan sebagai X dan perilaku berkata kasar sebagai variabel terikat di umpamakan sebagai variabel Y.

Penyusunan instrumen penelitian bertujuan untuk mempermudah penelitian dalam memperoleh data yang diperlukan dalam pelaksanaan penelitian instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket sebagai metode pokok yang didukung oleh metode wawancara, observasi dan dokumentasi sebagai metode pelengkap, bentuk pertanyaan di dalam angket ini adalah positif, pemberian skor adalah untuk pilihan (a) sangat setuju diberi skor 4, (b) setuju 3, (c) tidak setuju skor 2, (d) sangat tidak setuju skor 1, kemudian dikelompokkan berdasarkan kriteria berikut ini:

Menurut Azwar (Nurani Putri, 2016) untuk menentukan interval yang diinginkan, terlebih dahulu harus menentukan nilai tertinggi dari angket yaitu $4 \times 25 = 100$ sedangkan untuk menentukan jumlah nilai terendah dari angket yaitu $1 \times 25 = 25$. Maka dari itu jumlah nilai tertinggi dikurangi terendah dan dibagi dengan katagori angket yaitu: $100 - 25 = 75 : 4 = 18$. Jadi interval dari penelitian ini adalah 18.

Untuk lebih jelasnya diuraikan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Interval Kriteria Skor Angket perilaku berkata kasar

Kriteria	Interval
Tinggi	79-100
Sedang	61-78
Rendah	43-60
Sangat Rendah	25-42

Hasil Dan Pembahasan

Data yang diperoleh dalam penelitian ini melalui angket lalu dianalisis menggunakan rumus t-test, akan tetapi sebelum data-data tersebut dianalisis menggunakan rumus t-test, peneliti terlebih dahulu melakukan tabulasi atas jawaban angket yang sudah terkumpul.

Tabel 2. Tabel Kerja Untuk Menghitung Nilai *t* Dengan Menggunakan Rumus *t*-test

No	Nama Siswa	Pre-test	Post-test	Gaind (d) Pre-test- Post-test	Xd= d- md	Xd ²
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
1	NAP	84	77	7	0,49	0.24
2	MMA	82	76	6	0,46	0,21
3	RA	83	79	4	0,48	0,23
4	RMMI	85	79	6	0,5	0,25
5	AB	83	78	5	0,48	0,23
6	PA	83	78	5	0,71	0,50
7	DI	83	77	6	0,48	0,21
8	FR	84	80	4	0,57	0,32

9	SJ	85	80	5	0,5	0,25
N= 9		754	704	$\sum d = 48$		$\sum d^2 = 2,44$

Setelah mengetahui deviasi dari masing-masing data pre-test dan post-test, maka langkah-langkah selanjutnya adalah memasukkan data ke dalam rumus. Dari tabel kerja tersebut, maka terlebih dahulu dicari nilai X_d masing-masing subyek dengan rumus $X_d = d - M_d$.

Dimana:

X_d = Deviasi masing-masing subyek ($d - M_d$)

$\sum d$ = Jumlah (post-test-pre-test)

$\sum X_d^2$ = Jumlah Kuadrat Deviasi

Berdasarkan hasil perhitungan t-test yang diperoleh melalui analisis, ternyata nilai t diperoleh = 2,302. Kemudian dikonsultasikan dengan nilai t dalam tabel dengan db ($N-1$) = $9-1 = 8$ dengan taraf signifikan 5% = 2,306. Dengan demikian nilai t hitung hasil penelitian ini lebih besar dari nilai t tabel yakni $2,302 < 2,306$ maka hipotesis nihil (H_0) ditolak sedangkan hipotesis alternatif (H_a) diterima pada taraf signifikansi 5% sehingga penelitian ini dinyatakan “Signifikan”. Berarti ada Pengaruh Konseling Client centered terhadap pengendalian diri berkata kasar pada siswa kelas XI IPS di SMAN 1 Lingsar Tahun Pelajaran 2023/2024.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan nilai t-hitung sebesar 30,809 dan nilai t-tabel pada taraf signifikansi 5% dengan $N = 8$ lebih besar dari nilai t-tabel ($2,302 > 2,306$) sehingga dapat dikatakan “signifikan” maka dapat disimpulkan bahwa: Ada Pengaruh Konseling Client centered terhadap pengendalian diri berkata kasar pada siswa kelas XI IPS di SMAN 1 Lingsar Tahun Pelajaran 2023/2024.

Kepala Sekolah, hendaknya menjalin kerja sama dengan guru bimbingan dan konseling, wali kelas, guru bidang studi serta pihak-pihak lain dengan tujuan untuk lebih memahami konseling kelompok dengan menggunakan teknik Client centered terhadap pengendalian diri berkata kasar. Kepada guru Bimbingan Konseling, supaya tetap memberikan motivasi kepada siswa agar mereka bisa mengendalikan dirinya dalam bertutur kata yang baik dan benar. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian yang lebih luas mengenai aspek-aspek yang belum terungkap dalam penelitian ini dengan jumlah sampel yang lebih banyak.

Oleh karena nya kepada pihak sekolah seperti guru bimbingan konseling, hendaknya tetap melaksanakan konseling kelompok, karena terbukti bahwa teknik Client centered akan membantu siswa yang sulit mengendalikan dirinya dalam bertutur kata., serta memiliki konsep-konsep sikap positif yang berguna dalam kehidupan sehari-hari sebagai makhluk sosial. Kepada diri sendiri semoga hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat untuk kedepannya serta dapat di aplikasikan pada lingkungan sekolah apabila terdapat siswa yang sulit mengendalikan dirinya dalam bertutur kata.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan syukur ke hadirat Allah SWT atas kelancaran penyelesaian penelitian ini. Terima kasih disampaikan kepada Kepala SMAN 1 Lingsar, guru, staf, dan siswa kelas XI IPS yang telah memberikan dukungan dan partisipasi selama penelitian. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada pembimbing akademik dan rekan-rekan yang telah memberikan arahan, masukan, dan motivasi. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan ilmu bimbingan dan konseling serta pengendalian diri siswa.

Daftar Pustaka

- Aika Rahmatika Asri, (2022). *Faktor-faktor berkata kasar di SMAN 13 Bone Kabupaten Bone. Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan*, Universitas Negeri Makassar, Indonesia
- Cambrige Dalam Putra, (2021) *Pengaruh Konseling Client centered terhadap kepercayaan diri*, *Jurnal of Guidance and Conseling* Indonesia, Universitas PGRI Semarang.
- Febriandari, (2016). *Pengaruh konseling Client centered unutup mengatasi perilaku berkata kasar pada remaja*. Universitas PGRI semarang.
- Guntur (2022) *“Fenomena Penyebab perilaku berkata kasar Pada Siswa SMKN 5 Surabaya Tahun Pelajaran 2021/2022*, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia.
- IK Nidiana (2020) *Pengaruh Client centered terhadap Prestasi Belajar Fisika Siswa Kelas X Mipa Di Sma Negeri 1 Kubutambahan*, Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja Indonesia.
- M. Marliani (2021) *Penerapan Metode Client centered Dalam Mengelola Dan Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa Pada SMKN 5 Palangka Raya*, Institusi Agama Hindu Negri Tampung Penyang Palangka Raya, Indonesia
- Mulawarman (2020) *Konseling Client centered, Pendekatan Realita Pilihan Dan Tanggjawab*. Indonesia
- M Marliani (2021) *Penerapan Metode Konseling Behavioral Dalam Mengelola Dan Meningkatkan pengendalian diri yang baik Siswa Pada Smkn 5 Palangka Raya*, Prosiding Webinar Nasional Iahn-Tp Palangka Raya, No. 6 Tahun 2021
- Novrialdy, (2019) *pengendalian diri berkata kasar di Era Pandemi: Studi Kasus Siswa sekolah Menengah Atas Kabupaten Bone*, Universitas Negeri Makasar, Indonesia
- Pande & Marheni (2015), *Hubungan berkata kasar dan Prestasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Kuta*. *Jurnal Psikologi Udayana*, Indonesia