

## **EFEKTIFITAS KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN GESTALT TERHADAP PENINGKATAN PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS VII SMP**

### ***EFFECTIVENESS OF GROUP COUNSELING GESTALT APPROACH THE IMPROVEMENT OF SELF ADJUSTMENT OF CLASS VII SMP***

Oleh: Kharisma Hilda L., Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta  
kharismahilda93@gmail.com.

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas konseling kelompok dengan pendekatan *Gestalt* dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif berjenis eksperimen dengan desain *non-equivalent control group design*. Populasi penelitian pada penelitian ini berjumlah 288 siswa. Sampel penelitian yang digunakan memiliki ketentuan berada pada tingkat kategori rendah ( $X < 56$ ), sehingga diperoleh 10 siswa sebagai sampel penelitian. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa pedoman observasi dan skala penyesuaian diri. Teknik analisis pada penelitian ini menggunakan Uji *Wilcoxon* untuk menguji hipotesis. Uji non parametrik *Wilcoxon* ini dilakukan melalui program *SPSS statistic 19.0*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan *Gestalt* efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kalimanah, Purbalingga. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien signifikansi sebesar 0,007 dan lebih kecil dari 0,05 dengan nilai  $Z = -2,964$  yang menandakan bahwa  $H_1$  diterima. Pemberian *treatment* berpengaruh positif pada kelompok eksperimen dengan adanya peningkatan rata-rata (*mean*) skor, yaitu dari 56 menjadi 78,6.

Kata kunci: Konseling Kelompok, Pendekatan Gestalt, Penyesuaian Diri.

#### **Abstract**

*This study aimed to investigate the effectiveness of the counseling group with the Gestalt approach in the improvement of students' self-adjustment. The study employed the quantitative approach of the experimental type using the non-equivalent control group design. The research population comprised 288 students. The research sample selected was in the low category ( $X < 56$ ) so that 10 students were selected as the research sample. The instruments in the study were an observation guide and a self-adjustment scale. The data were analyzed by the Wilcoxon test to test the hypothesis. The non-parametric Wilcoxon test was carried out using the program of SPSS 19.0. The results of the study showed that the counseling group with the Gestalt approach was effective to improve the self-adjustment of Grade VII students of Public Junior High School 1 of Kalimanah, Purbalingga. This was indicated by the significance value of 0.007 which was less than 0.05 with the Z value of -2.964, indicating that  $H_1$  was accepted. The provision of the treatment had a positive effect on the experimental group, indicated by the improvement of the mean score from 56 to 78.6.*

*Keywords: Group Counseling, Gestalt Approach, Self-Adjustment*

## **PENDAHULUAN**

Remaja merupakan sebuah kata yang mengandung berbagai macam kesan. Ada sebagian orang berkata bahwa remaja merupakan kelompok yang biasa saja, tidak berbeda dengan kelompok lain. Sementara ada juga yang mengatakan bahwa remaja adalah kelompok orang-orang yang sering menyusahkan orang-

orang tua. Pada pihak lainnya lagi, ada yang mengatakan bahwa remaja sebagai potensi yang dapat dimanfaatkan. Namun demikian, ketika remaja sendiri yang berbicara, remaja akan mengatakan hal lain. Remaja mungkin akan berbicara ketidak-acuhan, atau ketidak-pedulian orang-orang dewasa terhadap kelompok. Adapula remaja yang mengatakan bahwa kelompoknya berada pada tingkatan minoritas

yang memiliki dunianya sendiri dan sukar dijamah oleh orang-orang dewasa. Perkembangan anak dibagi menjadi beberapa tahapan, tahap pubertas, remaja awal, dan remaja akhir, yang selanjutnya masa dewasa.

Masa pubertas dimulai sejak anak berusia 11/12-15/16 tahun. Selanjutnya masa remaja awal usia 13-17 tahun, dan remaja akhir usia 17-21 tahun. Masa pubertas berbeda dengan masa remaja, meskipun masa pubertas bertumpang tindih dengan masa remaja awal. Pada masa remaja awal, terjadi pertumbuhan dan perkembangan otak serta kemampuan pikir remaja dalam menerima dan mengolah informasi abstrak dari lingkungannya. Hal ini mengandung arti bahwa remaja awal telah dapat menilai benar atau salahnya pendapat-pendapat orang tua atau pendapat orang dewasa lainnya.

Pengaruh dari kuatnya perasaan remaja yang ego-centris maka remaja sering tanpa mempertimbangkan perasaan orang lain, membantah secara terang-terangan pendapat orang lain yang dipikirkannya tidak masuk akal. Sikap remaja awal yang berkembang, terutama menonjol dalam sikap sosial, apalagi sikap sosial yang berhubungan dengan teman sebaya. Perasaan yang sangat ditakuti oleh remaja adalah bahwa remaja sangat takut terkucil atau terisolir dari kelompoknya.

Remaja memiliki emosi yang sangat peka misalnya terhadap ejekan yang dilontarkan kepada dirinya. Bentuk emosi yang sering nampak pada masa remaja awal antara lain adalah marah, malu, takut, cemas (*anxiety*), cemburu (*jealousy*), iri hati (*envy*), sedih, gembira, kasih sayang dan ingin tahu. Perasaan

yang sangat peka dari remaja membuat emosi yang dimiliki oleh remaja menjadi tidak stabil. Keinginan untuk mendapatkan sesuatu yang berada diluar kemampuan menjadikan remaja sering kali hilang kendali.

Rita Eka Izzaty, dkk. (2008: 126), tugas perkembangan masa remaja yang harus dilalui dalam masa itu, menurut Havighurst, dalam Hurlock (1991: 10), adalah sebagai berikut: (1) Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita; (2) Mencapai peran sosial pria dan wanita; (3) Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif; (4) Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggungjawab; (5) Mempersiapkan karier ekonomi; (6) Mempersiapkan perkawinan dan keluarga; (7) Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi. Untuk dapat mencapai tujuan dari tugas perkembangan tersebut, remaja diharapkan dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungan dan sekitar terlebih dahulu.

M. Ali dan M. Asrori (2005: 24) menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat didefinisikan sebagai suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri inividu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berbeda.

Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk berada pada suatu lingkungan secara wajar. Dengan penyesuaian diri, individu diharapkan mampu dalam memenuhi ketegangan-ketegangan, kebutuhan-kebutuhan, frustrasi dan konflik-konflik yang dihadapinya. Selain itu diharapkan juga individu selalu berusaha untuk dapat diterima oleh lingkungan dan menjaga keharmonisan hubungan dengan lingkungan dimana dia berada.

Pada masa peralihan dari Sekolah Dasar (SD) menuju Sekolah Menengah Pertama (SMP), banyak siswa yang menganggap menyesuaikan diri dengan teman sebaya merupakan hal yang sulit dilakukan dan sering merasa adanya paksaan dalam menyesuaikan diri, dimana dalam lingkungan tersebut tidak ada teman yang di kenali dan cenderung mencari perhatian dengan melakukan hal yang berbeda dengan lingkungannya. Hal yang sering terjadi dikalangan siswa adalah berbagai hambatan dalam melakukan penyesuaian diri terutama dengan teman sebaya, baik itu dalam faktor dari dalam diri siswa itu sendiri maupun dari lingkungan sekitar siswa (faktor luar).

Dilihat dari sudut pandang lain, sudah banyak siswa yang mulai mengetahui hal yang harus dilakukan terhadap lingkungannya yang baru dengan menyesuaikan dirinya, dimulai dari menyapa, memahami karakter orang lain, menempatkan diri sesuai dengan kemampuan dan yang dimiliki, mematuhi ketentuan sekolah, dan hal lain yang dapat membantu mempermudah penyesuaian diri dengan lingkungannya, tetapi tetap remaja memiliki masalah dengan cara melakukan hal tersebut.

Siswa yang memiliki masalah di sekolah pada umumnya mengatakan bahwa tidak ada minat pada pelajaran dan bersikap acuh tak acuh, merasa takut berada di sekolah, prestasi belajar menurun yang kemudian akan timbul sikap dan perilaku menyimpang seperti membolos, melanggar tata tertib sekolah, dan juga menentang guru.

Pada tanggal 22 Februari 2015, peneliti melakukan wawancara dengan seorang guru bidang kesiswaan di SMP N 1 Kalimanah. Guru bidang kesiswaan SMP N 1 Kalimanah mengungkapkan bahwa banyak siswa yang lebih memilih untuk membolos sekolah dari pada di sekolah tidak memiliki teman, bahkan ada yang sampai di sekolahpun orangtua siswa ikut menunggu anaknya sampai pulang sekolah, akibatnya sering diejek oleh temannya karena di sekolah masih didampingi oleh ibunya, ada juga siswa yang bertengkar karena merasa lebih unggul di kelas sedangkan yang lainnya tidak.

Beberapa siswa yang memilih untuk tetap berteman dengan temannya semasa masih duduk di Sekolah Dasar (SD) dan tidak mau berbaur dengan teman baru yang lainnya. Dan ada juga siswa yang belum mau untuk bersosialisasi dengan guru karena belum terbiasa dengan guru mata pelajaran yang jumlahnya lebih banyak dari saat masih duduk di SD. Dari hal tersebut dapat dilihat, bahwa masih banyak siswa yang memiliki masalah dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolahnya, baik menyesuaikan diri dengan teman, guru, maupun dengan peraturan yang berlaku di sekolah tersebut.

Selain melakukan wawancara dengan guru kesiswaan, peneliti juga melakukan wawancara dengan 2 orang siswa. Salah seorang dari siswa mengungkapkan bahwa dirinya menyadari tentang peraturan yang ada di sekolah dan ingin mematuhi, tetapi tidak mau dikucilkan oleh teman-temannya, sehingga cenderung lebih mendengarkan apa kata teman-temannya daripada kata hatinya sendiri. Siswa lainnya mengatakan bahwa tidak ada keinginan untuk menjalin hubungan dengan warga sekolah lainnya, siswa merasa takut dan tidak ingin dibilang cari muka, sok kenal, dan sebagainya. Oleh sebab itu siswa lebih memilih untuk tetap berteman dengan temannya yang dikenal sewaktu duduk di bangku Sekolah Dasar.

Dari wawancara pra-penelitian yang dilakukan peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat siswa-siswa yang sulit menyesuaikan diri dimasa peralihan dari SD ke SMP. Siswa mengalami kesulitan berkomunikasi dengan teman di kelas maupun di lingkungan sekolah. Siswa yang mengalami kesulitan dalam berhubungan dengan warga sekolah lain lama-kelamaan akan mengalami kemunduran dalam pergaulan maupun prestasi belajar karena siswa merasa malas untuk bersekolah. Berdasarkan permasalahan tersebut, guru bimbingan dan konseling (guru BK) tentunya memiliki tugas untuk dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi siswa dengan cara dan proses yang tepat.

Layanan konseling individual dan kelompok sudah merupakan hal yang lazim dilakukan oleh guru BK. Hanya saja masih banyak siswa yang beranggapan jika berhadapan

dengan guru BK berarti ada kesalahan yang dilakukan oleh siswa. Padahal guru BK sebenarnya dapat dijadikan pendamping dalam perkembangan sosial, mental dan psikologi siswa. Guru BK juga dapat dijadikan sebagai teman siswa di sekolah.

Dalam situasi kelompok siswa yang memiliki masalah dapat dibantu oleh anggota kelompok yang lain, karena dalam kelompok remaja diharapkan dapat saling membantu dan menerima satu sama lain. Selain itu, dalam kelompok juga dapat meningkatkan kemampuan komunikasi dan juga interaksi sosial dengan sesama anggota kelompok. Namun, guru BK memberikan hak penuh atas siswa untuk dapat menyelesaikan dan mengambil keputusan atas masalah yang dimiliki siswa. Guru BK hanya memberikan arahan agar siswa mudah untuk memahami masalahnya dan juga jalan keluar dari masalah yang sedang dialami oleh siswa tersebut.

Dalam layanan konseling kelompok interaksi antar individu anggota kelompok merupakan suatu khas, yang tidak mungkin terjadi dalam konseling perorangan. Dengan interaksi sosial yang intensif dan dinamis selama berlangsungnya layanan, diharapkan tujuan layanan (yang sejajar dengan kebutuhan-kebutuhan individu anggota kelompok) dapat tercapai secara lebih mantap (Prayitno dan Erman Anti, 1994: 315). Efektifitas layanan konseling kelompok adalah keberhasilan dalam memberikan bantuan yang dilakukan oleh konselor terhadap beberapa orang konseli (lebih dari satu orang) secara tatap muka dalam menghadapi masalah dalam kehidupannya yang

bertujuan untuk menghasilkan perubahan perilaku positif pada konseli sehingga dapat terselesaikan masalahnya, memiliki mental yang sehat, memiliki pandangan hidup yang baik dan mencapai kebahagiaan.

Dalam konseling kelompok terdapat beberapa teknik terapi konseling, antara lain Terapi Rasional-Emotif, Terapi Realitas, Analisis Transaksional, Terapi Tingkah Laku, Pendekatan Psikoanalitik, Pendekatan Gestalt, Pendekatan Eksistensial-Humanistik dan Pendekatan Client-centered. Pada penelitian kali ini, peneliti menggunakan pendekatan Gestalt. Peneliti memilih menggunakan teknik pendekatan Gestalt, karena peneliti mengharapkan nantinya siswa mampu menangani sendiri masalah-masalah hidupnya secara efektif. Tugas utama dari guru BK adalah membantu siswa agar mengalami sepenuhnya keberadaannya di sini dan sekarang dengan menyadarkan atas tindakannya mencegah diri sendiri merasakan dan mengalami saat sekarang.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan Gestalt dalam layanan konseling kelompok. Peneliti memilih menggunakan teknik pendekatan Gestalt, karena pada pendekatan Gestalt lebih menekankan pada individu untuk mampu menerima kenyataan dan mendorong individu untuk menemukan jalannya sendiri sehingga mampu mengintegrasikan dirinya ke pada kehidupan yang dialaminya. Selain itu Gestalt sendiri memandang manusia sebagai suatu keutuhan dan bukan bagian-bagian. Maksudnya adalah bahwa manusia itu sendiri mempunyai berbagai macam-macam ekspresi serta emosi yang terkumpul menjadi

satu sebagai manusia itu sendiri. Konseling kelompok yang menekankan pada interaksi individu dan didukung dengan pendekatan Gestalt sendiri mampu menciptakan katalis bagi individu untuk mempercepat individu dalam mengintegrasikan diri pada kenyataannya.

Pendekatan Gestalt pada dasarnya mendorong individu untuk menyelenggarakan terapi sendiri, seperti introspeksi, mencari suatu kesalahan yang ada pada diri sendiri kemudian memperbaikinya. Dalam hal ini individu tersebut didorong untuk membuat penafsiran-penafsirannya sendiri, menciptakan pernyataan-pernyataannya sendiri, dan menemukan makna-maknanya sendiri. Akhirnya, individu tersebut seakan-akan langsung mengalami perjuangan di sini dan sekarang terhadap urusan yang tak selesai di masa lampau. Dengan mengalami konflik-konflik, meskipun hanya membicarakannya, siswa lambat laun dapat memperluas kesadarannya (Gerald Corey, 2005: 117).

Pendekatan Gestalt yang dikembangkan oleh Federick Perls adalah bentuk terapi eksistensial yang berpijak pada premis bahwa individu-individu harus menemukan jalan hidupnya sendiri dan menerima tanggung jawab pribadi jika individu berharap mencapai kematangan. Pendekatan Gestalt berfokus pada apa dan bagaimana-nya tingkah laku serta pengalaman di sini dan juga sekarang dengan memadukan (mengintegrasikan) bagian-bagian kepribadian yang terpecah dan tak diketahui, sebab pendekatan Gestalt bekerja terutama di atas prinsip kesadaran individu (Gerald Corey, 2010: 118).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Lilik Yuni S tahun 2004 dengan judul “Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Terhadap Peningkatan Penyesuaian Diri di Sekolah Tahun Pelajaran 2003/2004”, menunjukkan bahwa penelitian yang dilakukan dengan menggunakan konseling kelompok mengalami peningkatan dalam penyesuaian diri siswa. Dari 6 siswa, 5 siswa mengalami peningkatan dan 1 siswa masih belum mengalami peningkatan penyesuaian diri.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Dinda Indah P tahun 2013 dengan judul “Pengembangan Buku Panduan Pelaksanaan Konseling dengan Pendekatan Gestalt bagi Guru BK SMA di Kota Yogyakarta”, menunjukkan bahwa buku mengenai konseling dengan pendekatan Gestalt dalam proses konseling layak digunakan oleh Guru BK sebagai informasi dan pengetahuan.

Dari uraian di atas, peneliti perlu melakukan penelitian yaitu efektifitas konseling kelompok dengan pendekatan Gestalt. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Lilik Yuni S tahun 2004 tersebut menunjukkan keberhasilan pada peningkatan penyesuaian diri siswa dengan konseling kelompok. Hal ini dibuktikan dengan dari 6 siswa, 5 mengalami peningkatan penyesuaian diri dan 1 siswa masih belum mengalami peningkatan penyesuaian diri. Pengembangan buku panduan konseling dengan menggunakan pendekatan Gestalt yang cocok digunakan oleh Guru BK sebagai panduan dalam pelaksanaan konseling individu maupun kelompok.

Pada saat ini, di SMP Negeri 1 Kalimanah masih terdapat permasalahan penyesuaian diri siswa dan guru BK belum mengoptimalkan penggunaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan Gestalt. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai efektifitas konseling kelompok dengan pendekatan Gestalt terhadap peningkatan penyesuaian diri siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kalimanah, Purbalingga.

## **METODE PENELITIAN**

### **Pendekatan Penelitian**

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan jenis quasi eksperimen. Borg & Gall (1983) dalam Amat Jaedun (2011: 5), menyatakan bahwa penelitian eksperimen merupakan penelitian yang paling dapat diandalkan keilmiahannya karena dilakukan dengan pengontrolan secara ketat terhadap variabel-variabel pengganggu di luar yang dieksperimenkan. Pendekatan penelitian ini cocok digunakan dalam layanan konseling kelompok dengan pendekatan Gestalt karena proses konseling dengan pendekatan Gestalt mempunyai tahapan-tahapan di mana tahapan tersebut merupakan fase pada proses konseling yang nantinya digunakan sebagai treatment.

### **Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kalimanah dengan jumlah sebanyak siswa sebanyak 288 siswa dengan rincian sebagai berikut.

Tabel 1. Jumlah Populasi Penelitian

No.	Kelas	∑ siswa laki-laki	∑ siswa perempuan	Total
1.	VII A	14	22	36
2.	VII B	16	20	36
3.	VII C	16	20	36
4.	VII D	16	20	36
5.	VII E	16	20	36
6.	VII F	16	20	36
7.	VII G	16	20	36
8.	VII H	17	19	36
∑ siswa				288

Penentuan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik sampling non random dengan jenis purposive sampling. Menurut Sugiyono (2010:218), purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik purposive sampling untuk memilih sampel pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kalimantan. Sebagai pertimbangan, peneliti menggunakan pertimbangan dari hasil observasi yang telah dilakukan pada sebelumnya serta hasil pretest yang telah dilakukan. Dari hasil pretest tersebut didapat kategori rendah ( $X < 56$ ), kategori sedang ( $56 \leq X \leq 84$ ), dan kategori tinggi ( $84 < X$ ).

Sampel ini diambil berdasarkan karakteristik penyesuaian diri siswa yang masih kurang dan nilai pretest siswa yang termasuk ke dalam kategori rendah. Dalam hal ini, hasil pretest yang telah dikategorikan adalah sebagai berikut.

Tabel 2. Kategori Hasil *Pre-test*

Kelas	Tinggi	Sedang	Rendah
VII A	7	27	2
VII B	6	29	1
VII C	6	28	2
VII D	4	29	3
VII E	4	30	2
VII F	3	28	5
VII G	4	31	1
VII H	5	28	3
Jumlah	39	230	19

Dari data pada tabel di atas, jumlah siswa yang berada kategori rendah adalah sebanyak 19

siswa. Namun dalam pelaksanaannya, karena suatu keterbatasan situasi dan kondisi pada saat itu, sampel yang didapat adalah sebanyak 10 siswa dengan rincian sebagai berikut

Tabel 3. Daftar Sampel Penelitian

No	Kelompok	Inisial	L/P	Skor pre-test	Kategori
1	Eksperimen	S	L	53	Rendah
2	Eksperimen	FNO	P	55	Rendah
3	Eksperimen	RAF	L	54	Rendah
4	Eksperimen	IR	P	53	Rendah
5	Eksperimen	BSA	L	55	Rendah
6	Kontrol	RIR	P	55	Rendah
7	Kontrol	TTR	L	55	Rendah
8	Kontrol	IDJ	L	54	Rendah
9	Kontrol	AYV	P	55	Rendah
10	Kontrol	RAN	L	54	Rendah
Rata-Rata Skor <i>Pre-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol				54,3	Rendah

### Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Kalimantan yang beralamat di Jalan May. Jend. Sungkono, Kalimantan, Purbalingga. Penelitian ini dilaksanakan mulai pada 15 Desember 2015 sampai dengan 19 Januari 2016.

### Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua variabel, yaitu variabel bebas (X) yaitu konseling kelompok dengan pendekatan Gestalt dan variabel terikat (Y) yaitu penyesuaian diri siswa kelas VII SMP N 1 Kalimantan.

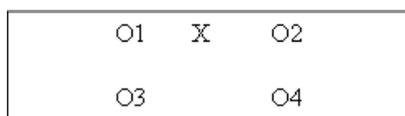


Gambar 1. Pengaruh Variabel

### Desain Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan desain quasi eksperimen. Dalam desain quasi eksperimen ini terdapat dua bentuk desain yaitu

time-series design dan non-equivalent control group design. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan non-equivalent control group design karena pada desain ini kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random (Sugiyono, 2010:116). Selain itu, pada non-equivalent control group design terdapat kelompok kontrol dan kelompok eksperimen sebagai pembeda antara subjek dengan treatment dan subjek tanpa treatment yang mana kelompok kontrol merupakan data dasar (base line). Desain nonequivalent control group design dapat dilihat pada gambar berikut :



Gambar 2. Desain *non-equivalent* control group design

### Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian kuantitatif berjenis eksperimen ini, data yang digunakan untuk menentukan hasil dari penelitian berupa angka dengan menggunakan metode observasi dan skala penilaian sikap penyesuaian diri siswa.

#### 1. Observasi

Secara umum pengertian observasi adalah cara menghimpun bahan-bahan keterangan (data) yang dilakukan dengan mengadakan pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap fenomena-fenomena yang sedang dijadikan sasaran pengamatan (Anas Sudijono, 2006: 76).

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan dua tahap observasi, yaitu sebelum dan selama penelitian berlangsung. Pada tahap pertama, yaitu sebelum penelitian, peneliti menggunakan observasi non sistematis. Pada tahap kedua, yaitu

during the research process, the researcher uses systematic observation.

#### 2. Skala Penyesuaian Diri

In this research, the researcher uses a self-adjustment scale based on a discussion of the scale items that have been made by the researcher. The self-adjustment scale items consist of variables, sub variables, indicators, descriptors, and test items that will be used in the construction of the self-adjustment scale.

In the construction of the self-adjustment scale, the researcher uses a scale evaluation model with 4 answer choices. In this model with 4 answer choices, respondents will not answer one of the qualitative answers that have been provided, but will answer one of the quantitative answers that have been provided. Because of this, the scale model like this is more flexible, not limited to attitude measurement only but can also measure respondents' perceptions of the phenomenon.

### Teknik Analisis Data

As stated by Sugiyono (2007: 207), data analysis is an activity of grouping data based on variables and types of respondents, tabulating data based on variables and types of respondents, presenting data for each variable being studied, and performing calculations to test hypotheses that have been proposed. Data in this research is obtained from the results of observations and pre-test and post-test results that have been carried out.

Penentuan kategori kecenderungan dan tiap-tiap variabel didasarkan pada norma atau ketentuan kategori. Dalam hal ini, kategori tersebut dibagi menjadi tiga, yaitu kategori rendah, kategori sedang, dan kategori tinggi. Kategori tersebut dibagi dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Menentukan skor tertinggi dan terendah  

$$\begin{aligned} \text{Skor tertinggi} &= 4 \times \text{jumlah item} \\ &= 4 \times 28 \\ &= 112 \end{aligned}$$
2. Skor terendah = 1 X jumlah item  

$$\begin{aligned} &= 1 \times 28 \\ &= 28 \end{aligned}$$
3. Menghitung mean ideal (M) yaitu  $\frac{1}{2}$  (skor tertinggi + skor terendah)  

$$\begin{aligned} M &= \frac{1}{2} (\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah}) \\ &= \frac{1}{2} (112+28) \\ &= \frac{1}{2} (140) \\ &= 70 \end{aligned}$$
4. Menghitung standar deviasi (SD) yaitu  $\frac{1}{6}$  (skor tertinggi- skor terendah)  

$$\begin{aligned} SD &= \frac{1}{6} (\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}) \\ &= \frac{1}{6} (112 - 28) \\ &= \frac{1}{6} (84) \\ &= 14 \end{aligned}$$

Jadi, dapat disimpulkan bahwa batas antara kategori tersebut adalah:

$$(M+1SD) = 70 + 14 = 84$$

$$(M-1SD) = 70 - 14 = 56$$

Tabel 4. Penentuan Kategori Skor

Batas (interval)	Kategorisasi
Skor < (M- 1SD)	Rendah
(M-1SD) ≤ skor ≤ (M+1SD)	Sedang
Skor > (M+1SD)	Tinggi

Setelah menentukan skor penilaian kategorisasi, selanjutnya dilakukan

pengkategorian siswa berdasarkan jumlah skor yang diperoleh dari skala penyesuaian diri dengan melakukan pendistribusian frekuensi.

Tujuan analisis dalam penelitian ini adalah untuk memperoleh data tentang efektifitas konseling kelompok dengan pendekatan Gestalt terhadap peningkatan penyesuaian diri siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kalimantan, Purbalingga. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif kuantitatif. Seperti yang dinyatakan oleh Sugiyono (2007: 207), bahwa statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskriptifkan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Data Penelitian

Pada penelitian ini data yang diperoleh merupakan hasil analisis dari skala penyesuaian diri dari siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kalimantan. Skala penyesuaian diri ini digunakan untuk mengukur tingkat penyesuaian diri pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kalimantan.

Distribusi frekuensi yang diperoleh dari perhitungan kategori pada bab sebelumnya, dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 5. Distribusi Kategori Skor

No	Kriteria	Frekuensi	Presentasi (%)	Kategori
1	$84 < X$	39	13,5	Tinggi
2	$56 \leq X \leq 84$	230	80	Sedang
3	$X < 56$	19	6,5	Rendah
Total		288	100	

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa dari 288 siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kalimantan terdapat 39 siswa (13,5%) mempunyai tingkat penyesuaian diri yang tinggi, 230 siswa (80%) mempunyai tingkat penyesuaian diri sedang atau rata-rata, dan 19 siswa (6,5%) mempunyai tingkat penyesuaian diri yang rendah.

Dari jumlah presentase tersebut, sampel untuk penelitian ditentukan berdasarkan jumlah siswa yang mendapat nilai rendah pada skor *Pre-test* pada tabel 2. Dari table 2, diketahui siswa kelas VII yang termasuk ke dalam kategori rendah adalah sebanyak 19 siswa. Dari data tersebut, maka 19 siswa tersebut dijadikan sampel dalam penelitian. Namun karena situasi dan kondisi yang kurang mendukung, dari 19 siswa yang menjadi sampel hanya didapat 10 siswa sebagai sampel dengan pembagian menjadi 5 orang sebagai kelompok eksperimen dan 5 orang lainnya sebagai kelompok kontrol. Sehingga didapat sampel sebagai berikut.

Tabel 6. Sampel Penelitian

No	Kelompok	Nama/Inisial	L/P	Skor	Kategori
1	Eksperimen	S	L	53	Rendah
2	Eksperimen	FNO	P	55	Rendah
3	Eksperimen	RAF	L	54	Rendah
4	Eksperimen	IR	P	53	Rendah
5	Eksperimen	BSA	L	55	Rendah
6	Kontrol	RIR	P	55	Rendah
7	Kontrol	TTR	L	55	Rendah
8	Kontrol	IDJ	L	54	Rendah
9	Kontrol	AYV	P	55	Rendah
10	Kontrol	RAN	L	54	Rendah

Pengambilan data *Pre-test* dilakukan secara bertahap, yaitu pada tanggal 15, 16, dan 17 Desember 2015. Dengan rincian sebagai berikut :

Tabel 7. Waktu Pelaksanaan *Pre-test*

No	Tanggal	Kelas
1	15 Desember 2015	VII A VII B VII C
2	16 Desember 2015	VII D VII E VII F
3	17 Desember 2016	VII G VII H

Berikut merupakan data sampel yang berupa skor *Pre-test* dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Tabel 8. Data skor *Pre-test* Skor Penelitian

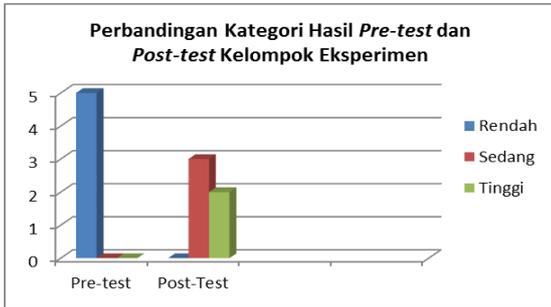
No	Kel	Nama/Inisial	L/P	Skor <i>Pre-test</i>	Kategori
1	Eks	S	L	53	Rendah
2	Eks	FNO	P	55	Rendah
3	Eks	RAF	L	54	Rendah
4	Eks	IR	P	53	Rendah
5	Eks	BSA	L	55	Rendah
6	Kontrol	RIR	P	55	Rendah
7	Kontrol	TTR	L	55	Rendah
8	Kontrol	IDJ	L	54	Rendah
9	Kontrol	AYV	P	55	Rendah
10	Kontrol	RAN	L	54	Rendah
Rata-rata <i>Pre-test</i> Eksperimen dan Kontrol				54,3	Rendah

Setelah melakukan perbandingan *Pre-test*, peneliti melakukan treatment pada kelompok eksperimen selama 2 minggu dengan 4 kali pertemuan tiap minggunya, yaitu dilakukan pada hari Kamis dan Sabtu dengan rincian, Hari Kamis minggu pertama dilakukan treatment sebanyak 2 kali, Hari Sabtu minggu pertama dilakukan treatment sebanyak 2 kali, Hari Kamis minggu kedua dilakukan treatment sebanyak 1 kali, dan pada Hari Sabtu minggu kedua hanya untuk sharing. Setelah treatment berakhir, peneliti memberikan *Post-test* pada hari Selasa, 19 Januari 2016.

Berikut merupakan perbandingan hasil *Pre-test* dengan hasil *Post-test* kelompok eksperimen.

Tabel 9. Perbandingan Kategori *Pre-test* dan *Post-test* Kelompok Eksperimen

Perbedaan kategori hasil *Pre-test* dan *Post-test* kelompok eksperimen disajikan dalam grafik di bawah ini.



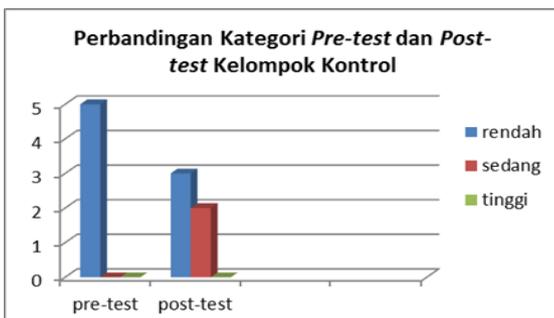
Gambar 3. Grafik Perbandingan Kategori *Pre-test* dan *Post-test* Kelompok Eksperimen

Pemberian *Post-test* juga dilakukan pada kelompok kontrol pada hari yang sama, yaitu pada tanggal 19 Januari 2016. Pada kelompok kontrol, hasil *Pre-test* dan *Post-test* adalah sama. Hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 10. Perbandingan Kategori *Pre-test* dan *Post-test* Kelompok Kontrol

No	Nama/ Inisial	L/P	Skor <i>Pre-test</i>	Kategori	Skor <i>Post-test</i>	Kategori
1	RIR	P	55	Rendah	56	Sedang
2	TTR	L	55	Rendah	55	Rendah
3	IDJ	L	54	Rendah	55	Rendah
4	AYV	P	55	Rendah	56	Sedang
5	RAN	L	54	Rendah	55	Rendah
Rata-Rata			54,6	Rendah	55,4	Rendah

Dari data perbandingan hasil *Pre-test* dan *Post-test* kelompok kontrol di atas, maka dapat dilihat perbedaannya dengan grafik di bawah ini.



Gambar 4. Grafik Perbandingan Kategori *Pre-test* dan *Post-test* Kelompok Kontrol

Untuk mengetahui pengaruh pemberian *treatment* terhadap tingkat penyesuaian diri subjek penelitian, dapat dilihat pada perbandingan skor *Post-test* antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Perbedaan hasil *Post-test* kelompok eksperimen

No	Nama/ Inisial	L/ P	Skor <i>Pre-test</i>	Kategori	Skor <i>Post-test</i>	Kategori
1	S	L	53	Rendah	73	Sedang
2	FNO	P	55	Rendah	75	Sedang
3	RAF	L	54	Rendah	84	Tinggi
4	IR	P	53	Rendah	76	Sedang
5	BSA	L	55	Rendah	85	Tinggi
Rata-Rata			54	Rendah	78,6	Sedang

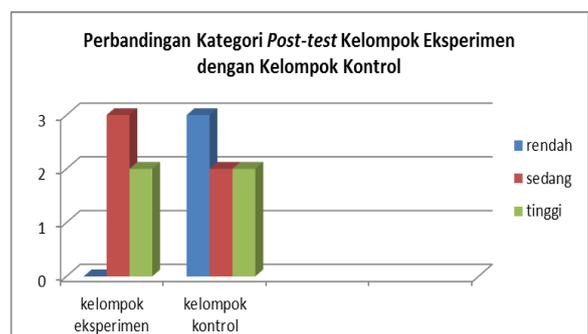
dan kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 11. Perbandingan Kategori *Post-test* Kelompok Eksperimen dengan Kelompok Kontrol

No	Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
	Nama/ Inisial	Skor	Kategori	Nama/ Inisial	Skor	Kategori
1	S	73	Sedang	RIR	56	Sedang
2	FNO	75	Sedang	TTR	55	Rendah
3	RAF	84	Tinggi	IDJ	55	Rendah
4	IR	76	Sedang	AYV	56	Sedang
5	BSA	85	Tinggi	RAN	55	Rendah
Rata-Rata		78,6		55,4		
Minimum		73		55		
Maksimum		85		56		

Dari tabel di atas, diketahui terdapat perbedaan yang signifikan pada skor *Post-test* antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Dapat diketahui rata-rata hasil *Post-test* untuk kelompok eksperimen adalah 78,6. Sedangkan rata-rata skor *Post-test* pada kelompok kontrol adalah 55,4. Terdapat selisih 23,2 pada hasil tersebut. Pada tabel tersebut, nilai maksimal untuk kelompok eksperimen termasuk ke dalam kategori tinggi, yaitu 85. Sedangkan nilai tertinggi pada kelompok kontrol adalah 56 yang mana termasuk ke dalam kategori sedang.

Apabila disajikan dalam bentuk grafik dapat dilihat hasilnya sebagai berikut.



Gambar 5. Perbandingan Kategori Post-test Kelompok Eksperimen dengan Kelompok Kontrol

Dari pernyataan tersebut di atas, dapat disimpulkan bahwa *treatment* yang diberikan pada kelompok eksperimen mampu memengaruhi nilai skala penyesuaian diri pada subjek penelitian.

### Pengujian Hipotesis Wilcoxon

Pada penelitian ini, pengujian hipotesis menggunakan perhitungan SPSS statistic 19.0 dengan Uji *Wilcoxon*. Penelitian ini menggunakan Uji *Wilcoxon* karena pada Uji *Wilcoxon* ini peneliti menentukan apakah terdapat perbedaan yang sesungguhnya antara pasangan data yang diambil dari sampel yang terkait. Pada pengujian ini, apabila nilai signifikansi  $< 0,05$  maka terdapat suatu perbedaan. Namun bila sebaliknya atau nilai signifikansi  $> 0,05$  maka tidak terdapat suatu perbedaan. Berikut merupakan hasil dari Uji *Wilcoxon*.

Tabel 12. Pengujian Hipotesis

Pengujian	Sig	Nilai Z	Keterangan
<i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen	0,007	-2,694	H <sub>1</sub> diterima

Dari gambar di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,007 yang berarti  $0,007 < 0,05$  sedangkan nilai  $Z = -2,694$ .

Berdasarkan nilai  $Z$ , hal ini menunjukkan bahwa H<sub>1</sub> diterima. Perbedaan nilai signifikansi menandakan bahwa dalam perhitungan Uji *Wilcoxon* terdapat suatu perbedaan yang sangat besar antara skor *Pre-test* dan *Post-test* antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Sehingga dapat disimpulkan bahwa melalui pengujian hipotesis ini, H<sub>1</sub> diterima dan H<sub>0</sub> ditolak, yaitu terjadi perbedaan pada kelompok eksperimen antara sebelum *treatment* dan

sesudah *treatment* yang menandakan bahwa pemberian *treatment* tersebut memberikan dampak yang positif bagi siswa. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak terjadi perbedaan yang signifikan antara *Pre-test* dan *Post-test*.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis uji hipotesis dengan Uji *Wilcoxon*, skor *Pre-test* dan *Post-test* kelompok eksperimen menunjukkan koefisien signifikansi sebesar 0,007 dan lebih kecil dari 0,05 (taraf signifikansi 5%) sehingga terdapat perbedaan hasil antara skor *Pre-test* dan *Post-test*.

Perbedaan tersebut dapat dilihat sebelumnya pada nilai rata-rata dan nilai masing-masing individu. Terlihat jelas terjadi peningkatan skor pada kelompok eksperimen dari rata-rata (mean) skor yang mulanya 56 meningkat menjadi 78,6. Sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata (mean) skor yang mulanya 54,6 meningkat menjadi 55,4.

Pengaruh yang didapat setelah pemberian *treatment* terhadap kelompok eksperimen ini terlihat perilakunya pada saat setelah melakukan *treatment*. Hal ini terlihat dari perubahan perilaku dan perubahan pada nilai *Post-test*.

Seperti yang telah disebutkan, tujuan konseling kelompok menurut Prayitno (2004: 2) terbagi menjadi dua, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Siswa pada kelompok eksperimen yang sebelumnya mendapatkan masalah pada sosialisasi dan kemampuan komunikasi, yaitu kurangnya

komunikasi dengan anggota masyarakat sekolah menjadi lebih merasa percaya diri untuk memberikan tegur sapa. Setelah mendapat *treatment*, siswa merasakan hal yang berbeda dengan yang sebelumnya. Hal ini jelas siswa telah mendapat pengaruh hal yang positif setelah mendapatkan *treatment*.

Sedangkan tujuan khusus konseling kelompok terfokus pada pembahasan masalah pribadi individu peserta kegiatan layanan. Terdapat dua tujuan, yaitu terkenalnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap terarah pada tingkah laku khususnya dalam bersosialisasi/ komunikasi, serta terpecahkannya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya pemecahan masalah tersebut bagi individu-individu lain peserta layanan konseling kelompok.

Dapat dilihat pada perkembangan yang dialami siswa dengan inisial S, terdapat peningkatan ketenangan dalam berpikir dan dapat mengalihkan emosi berlebihan yang terdapat pada diri S setelah mendapat *treatment*. Hal ini menunjukkan bahwa satu tujuan khusus telah terpeuhi, yaitu terkenalnya perasaan, pikiran, presepsi, wawasan dan sikap terarah pada tingkah laku khususnya dalam bersosialisasi/ komunikasi.

Pada pemberian *treatment* secara tidak langsung akan memberikan manfaat pada peserta konseling yang saat itu tidak berperan sebagai konseli. Hal ini didapat melalui pemberian pertanyaan tentang masalah yang terkait dengan konseli atau berperan menjadi top dog. Selain itu, under dog atau konseli juga mendapat manfaat langsung dari proses konseling tersebut.

Sehingga tujuan khusus yang kedua konseling kelompok, yaitu terpecahkannya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya pemecahan masalah tersebut bagi individu-individu lain peserta layanan konseling kelompok dapat terpenuhi.

Seperti yang telah disebutkan, hal yang harus diperhatikan dalam konseling kelompok ini menurut Latipun (2008: 185) adalah struktur dalam konseling kelompok, jumlah anggota kelompok, homogenitas kelompok, sifat kelompok, serta waktu pelaksanaan. Struktur dalam konseling kelompok ini terdiri dari sampel, peneliti yang berperan sebagai konselor, dan didampingi oleh guru BK. Jumlah anggota pada kelompok ini adalah 10 siswa dengan ketentuan 5 siswa menjadi kelompok eksperimen dan 5 siswa menjadi kelompok kontrol. Jumlah anggota awal dan akhir tetap sama, sehingga konsistensi kegiatan konseling kelompok ini tetap terjaga. Konseling kelompok ini termasuk ke dalam jenis kelompok heterogen karena terdapat perbedaan gender serta sifat setiap individu. Hal ini pun berdampak terhadap sifat kelompok itu sendiri.

Pada kelompok eksperimen mempunyai sifat yang terbuka walaupun pada awalnya merasa malu. Hal ini disebabkan karena pada saat setelah konseling sesi pertama berlangsung, siswa merasa bahwa kegiatan ini tidak membosankan. Seperti yang telah dikatakan salah satu siswa, kegiatan ini sangat mengasyikkan dan bermanfaat karena melatih kita untuk memahami diri sendiri dan orang lain. Namun pada kelompok kontrol tidak menunjukkan perkembangan sifat. Sehingga alur

komunikasi pada kelompok tersebut terlihat biasa saja. Waktu pelaksanaan merupakan faktor utama dalam pengondisian sampel saat pemberian *treatment*. Hal ini dilakukan untuk memaksimalkan hasil yang didapat. Pada waktu pelaksanaan, proses konseling ini dilaksanakan seusai jam pelajaran terakhir usai. Pada awalnya pengaruh dilaksanakannya pada saat pelajaran selesai masih terlihat, yaitu siswa menampakkan raut wajah yang terlihat lesu dan merasa bahwa kegiatan ini membosankan. Namun hal ini mulai berangsur-angsur hilang.

*Treatment* yang dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan dan 1 kali pertemuan terakhir dengan pemberian *Post-test* ini telah membuktikan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan *Gestalt* dapat mencapai tujuan serta membantu konseli dalam memecahkan masalahnya. Seperti yang telah didapat saat pemberian *treatment* pada konseling kelompok ini, tujuan yang telah terpenuhi antara lain membantu konseli agar dapat memperoleh kesadaran pribadi, memahami kenyataan atau realitas, serta mendapatkan insight secara penuh; membantu konseli menuju pencapaian integritas kepribadianya, mengatasi masalah konseli dari kondisinya yang tergantung pada pertimbangan orang lain ke mengatur diri sendiri (*to be true to himself*), dan meningkatkan kesadaran individual agar konseli dapat berperilaku menurut prinsip-prinsip *Gestalt*, semua situasi bermasalah (*all problematic situation*) yang muncul dan selalu akan muncul, dapat di atasi dengan baik.

Dari pembahasan tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan *Gestalt* dapat meningkatkan

penyesuaian diri siswa kelas VII. Dengan ditambahkan teknik *empty chair* pada pendekatan *Gestalt* telah membuktikan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Gestalt* efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kalimantan, Purbalingga.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Gestalt* efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kalimantan. Hasil uji hipotesis dengan Uji Wilcoxon menunjukkan skor pre-test dan post-test kelompok eksperimen menunjukkan koefisien signifikansi sebesar 0,007 dan lebih kecil dari 0,05 (taraf signifikansi 5%) sehingga terdapat perbedaan hasil antara skor pre-test dan post-test. Hal ini membuktikan bahwa terdapat peningkatan setelah dilakukannya *treatment* pada kelompok eksperimen. Adanya peningkatan ini ditunjukkan dengan adanya perubahan rata-rata skor post-test kelompok eksperimen, yaitu dengan nilai 54 pada mulanya berubah menjadi 78,6 dan adanya perbedaan rata-rata skor post-test yang jauh antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, yaitu 78,6 untuk kelompok eksperimen dan 55,4 untuk kelompok kontrol. Hal ini jelas menunjukkan bahwa pemberian *treatment* melalui konseling kelompok dengan pendekatan *Gestalt* berpengaruh terhadap peningkatan penyesuaian

diri pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kalimanah.

### Saran

Saran yang diberikan berdasarkan hasil penelitian ini antara lain:

#### 1. Bagi Siswa

Bagi siswa yang tingkat penyesuaian dirinya masih tergolong rendah dapat meningkatkan penyesuaian diri tersebut dengan cara menerapkan dasar dari teknik empty chair tersebut, yaitu melakukan introspeksi diri, mampu memahami potensi diri sendiri, dan mampu memahami situasi dan kondisi lingkungan sekitar. Dengan hal tersebut diharapkan siswa dapat melakukan penyesuaian diri yang positif.

#### 2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa teknik konseling kelompok dengan pendekatan Gestalt yang menggunakan teknik empty chair tersebut memberikan pengaruh positif bagi siswa. Bagi guru bimbingan dan konseling dapat menerapkan teknik ini dengan mengganti setting dialog agar siswa dapat merasa nyaman dan senang dalam konseling. Sehingga bagi guru bimbingan dan konseling akan lebih baik jika teknik tersebut diterapkan.

#### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini hanya sebatas menguji efektivitas layanan konseling kelompok dengan pendekatan Gestalt terhadap peningkatan penyesuaian diri siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kalimanah saja. Oleh sebab itu, peneliti

selanjutnya dapat menggunakan konseling kelompok dengan teknik lain dengan mempertimbangkan lingkup dan waktu penelitian.

### DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. & Asrori. 2005. *Psikologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Anas, Sudijono. 2006. *Pengantar Statistik Pendidikan*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Borg, W.R. & Gall, M.D. 1983. *Educational research: An introduction. Fourth Edition*. New York: Longman.
- Corey, Gerald. 2005. *Teori dan praktek dari konseling dan psikoterapi*. Terjemahan oleh E. Koeswara. Jakarta: ERESKO.
- Corey, Gerald. 2010. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Latipun. 2008. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno dan Erman Amti. 1999. *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rita Eka Izzaty, dkk. 2008. *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- , 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA.