

## PENGARUH KONSELING KELOMPOK GESTALT DENGAN TEKNIK PERMAINAN DIALOG UNTUK MENGURANGI TINGKAT KETERISOLASIAN SISWA KELAS VIII SMP NURUL ISLAM JAKARTA

Dinda Kurnia Lisdianti<sup>1</sup>, Sabar Lesmana<sup>2</sup>, Amir Erwin<sup>3</sup>

Universitas Islam As-Syafi'iyah, Jakarta  
Email: [dindakurnialisdianti@gmail.com](mailto:dindakurnialisdianti@gmail.com)

### Info Artikel

Accepted:  
Oktober 2019  
Published:  
Desember 2019

### Abstract

*This study aims to determine the effect of group counseling with dialog game techniques to reduce the level of student isolation in Nurul Islam Junior High School Jakarta. The population in this study were 74 students and a sample of 14 students were determined by purposive sampling. This research is a quantitative study with the method used is Quasi Experiment type Pretest-Posttest Control Group Design. Analysis of the data used is the T-Test with the help of SPSS 22.0 for Windows. The results showed that isolation in the experimental group decreased after giving dialog game treatment can be proven in paired sample t test with an error level of 5%, then the tcount obtained 6.063, so  $t_{count} > t_{table}$  ( $6,063 > 2,447$ ), meaning that  $H_1$  is accepted and  $H_0$  is rejected, so shows that there is a service effect Gestalt group counseling with dialogue game techniques can reduce isolation in class VIII students at Nurul Islam Junior High School Jakarta.*

**Keywords:** Isolation, Gestalt Group Counseling, Dialogue Game Technique.

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok Gestalt dengan teknik permainan dialog untuk mengurangi tingkat keterisolasian siswa kelas VIII di SMP Nurul Islam Jakarta. Populasi pada penelitian ini sebanyak 74 peserta didik dan sampel sebanyak 14 peserta didik yang ditentukan dengan *purposive sampling*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode yang digunakan adalah *Quasi Experiment* berjenis *Pretest-Posttest Control Group Design*. Analisis data yang digunakan adalah uji *T-Test* dengan bantuan program *SPSS 22.0 for Windows*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterisolasian pada kelompok eksperimen mengalami penurunan setelah pemberian *treatment* permainan dialog dapat dibuktikan pada uji *t paired sample test* dengan taraf kesalahan 5%, maka  $t_{hitung}$  diperoleh 6.063, jadi  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $6.063 > 2.447$ ), artinya  $H_1$  diterima dan  $H_0$  ditolak, ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh layanan konseling kelompok Gestalt dengan teknik permainan dialog dapat menurunkan keterisolasian pada siswa kelas VIII di SMP Nurul Islam Jakarta.

**Kata Kunci:** Keterisolasian, Konseling Kelompok Gestalt, Teknik Permainan Dialog

## PENDAHULUAN

Sesungguhnya manusia merupakan makhluk yang tidak pernah melepaskan diri dari sesamanya. Dalam setiap detik dan detak jantung selalu membutuhkan bantuan (pertolongan) orang lain, bahkan tanpa manusia lain ia tidak dapat berkembang dengan sempurna. Pada masa remaja hampir sebagian besar waktu dalam kehidupan remaja digunakan untuk berinteraksi dengan orang lain. Interaksi sosial dengan teman sebaya merupakan salah satu unsur penting untuk memenuhi kebutuhan akan harga diri, aktualisasi diri di lingkungan masyarakat dan di lingkungan sekolah. Pada hakikatnya didalam proses belajar siswa tidak akan terlepas dari interaksi dan komunikasi, antara siswa dengan siswa, siswa dengan guru, siswa dengan lingkungan belajar. Mereka dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya membangun pola interaksi dan komunikasi yang harmonis. Kegagalan membangun keterampilan sosial akan mengakibatkan siswa terisolasi. Namun kenyataannya, tidak sedikit siswa yang mengalami pengasingan dari lingkungannya dikarenakan kurangnya keterampilan sosial dan pemahaman sosial yang dibutuhkan, melainkan disebabkan oleh dampak dari perilaku menyimpang dalam konteks hubungan sosial seperti perilaku *bullying*, pelecehan seksual, dan kecanduan *gadget-gadget* tertentu seperti *handphone*, *game online* dan permainan dunia maya lainnya. Selain mempunyai pengaruh terhadap aspek sosial hal ini juga berpengaruh terhadap prestasi belajar disekolah, siswa dituntut untuk mengadakan komunikasi dengan teman ataupun guru. Kegiatan proses belajar di sekolah tidak hanya kegiatan yang bersifat individualisme melainkan bersifat kelompok atau kerjasama. Apabila siswa tidak dapat melakukan hubungan yang baik dengan teman ataupun guru, maka hal ini akan berpengaruh pada prestasi di sekolah.

Berdasarkan hasil kuesioner yang telah dilakukan oleh peneliti di SMP Nurul

Islam Jakarta, maka hasil kuesioner siswa yang terisolasi di kelas VIII.2 dan VIII.4 berjumlah 14 siswa. Hal ini juga diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan guru BK, siswa tersebut sering dijauhi oleh teman sebayanya dikarenakan adanya perbedaan status sosial. Perilaku tersebut diduga anak mengalami gejala terisolasi.

Menurut Santrock (2003:220), Keterisolasian merupakan ketidakmampuan siswa masuk kedalam suatu jaringan sosial akibat tidak mendapatkan pilihan dan mendapat penolakan paling banyak sehingga mereka memiliki hubungan sosial yang kurang. Banyak hal yang mempengaruhi keterisolasian, diantaranya adalah hambatan dalam pergaulan, ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri dan menjadikan diri sebagai anti sosial.

Al-Qur'an menjelaskan terdapat surat mengenai keterisolasian, yaitu surat Al Hujarat Ayat 13:

*“Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling takwa di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal.”*(QS.Al-Hujarat:13).

Pada surat Al-Hujarat ayat 13 menjelaskan tentang hubungan antar manusia agar saling kenal mengenal dan dapat bersosialisasi dengan baik, sehingga terwujudnya lingkungan masyarakat yang rukun dan tidak ada perbedaan, karena yang menjadi pembeda bukanlah tingkat kekayaan, suku bangsa, melainkan tingkat ketakwaan yang diwujudkan dari baiknya hubungan manusia itu kepada Tuhannya dan kepada sesamanya.

Hambatan dalam pergaulan dapat terjadi dilingkungan sekolah, hubungan sosial antar individu yang perlu diperhatikan disekolah berupa penolakan siswa oleh teman sebayanya. Akibat dari keterisolasian itu menyebabkan masalah-masalah yang berhubungan dengan sikap, pikiran dan perasaan antara lain: gangguan kemajuan dalam pelajarannya, frustrasi dan rasa kecewa terhadap diri sendiri dan orang lain, suka menarik diri, suka melamun, mengalami gangguan psikologis seperti merasa kesepian karena kebutuhan sosial mereka tidak terpenuhi, merasa tidak aman, merasa cemas, merasa sedih karena tidak memiliki kebahagiaan atau kegembiraan yang dimiliki oleh teman sebayanya, sering melakukan penyesuaian diri yang berlebihan dengan harapan dapat meningkatkan penerimaan sosial. Bagi mereka yang bisa menyesuaikan diri, maka mereka mudah diajak bergaul dan tidak akan di hindari oleh teman sebayanya. Untuk itu perlu diupayakan bantuan agar siswa yang terisolasi tersebut dapat segera berinteraksi dengan teman dilingkungannya.

Salah satu layanan yang mungkin dapat digunakan untuk membantu siswa yang terisolasi adalah layanan konseling kelompok. Dalam prosesnya konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah, seperti kemampuan dalam membangun hubungan dan komunikasi, pengembangan harga diri, dan keterampilan-keterampilan dalam mengatasi masalah. Konseling kelompok memiliki peran besar dalam menangani masalah tersebut, banyak pendekatan yang bisa diterapkan dalam melakukan proses konseling. Untuk mengurangi tingkat keterisolasian siswa pendekatan yang digunakan adalah pendekatan Gestalt, sebab salah satu tujuan konseling kelompok Gestalt adalah lebih memusatkan pada bagaimana subyek berperilaku, berpikiran dan merasakan pada situasi saat ini sebagai usaha untuk memahami diri mengapa subyek berperilaku seperti itu.

Konseling kelompok Gestalt yang akan dilaksanakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik permainan dialog. Pendekatan Gestalt menaruh perhatian yang besar pada pemisahan dalam fungsi kepribadian, yang paling utama adalah pemisahan antara: "top dog" dan "underdog" (penerapannya melalui kursi kosong). Menurut Corey (2013:133), *top dog* adalah berlaku sebagai majikan, dan manipulatif. Sedangkan *underdog* adalah memanipulasi dengan memainkan peran sebagai korban, membela diri.

Teknik kursi kosong adalah suatu cara untuk mengajak subyek agar mengeksternalisasi introyeksinya. Dalam teknik ini dua kursi diletakkan ditengah ruangan. Penggunaan kursi kosong sebagai sarana yang diletakkan dihadapan subyek kemudian subyek diminta untuk membayangkan seseorang yang selama ini menjadi tekanan. Subyek diminta untuk mengungkapkan apa saja yang terlintas dalam pikirannya untuk mengekspresikan perasaannya. Dalam penggunaan teknik permainan dialog ini semoga dapat membantu klien untuk mengurangi tingkat keterisolasian dan dapat memudahkan konselor dalam membantu klien tersebut.

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas, maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan judul pengaruh konseling kelompok Gestalt dengan teknik permainan dialog untuk mengurangi tingkat keterisolasian siswa kelas VIII di SMP Nurul Islam Jakarta

## **METODE**

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Nurul Islam Jakarta, dengan menggunakan metode *quasi eksperiment* dengan desain *nonequivalent control group design*. Teknik Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner keterisolasian sebagai variabel terikat. Penelitian ini melibatkan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada

kelompok eksperimen, diberikan treatment konseling kelompok Gestalt dengan teknik permainan dialog dan kelompok kontrol tidak diberikan treatment. Pada kelompok eksperimen diberikan treatment untuk mengurangi keterisolasian pada siswa selama 4 sesi pertemuan. Selanjutnya diberikan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan *purposive sampling*. Hasil uji validitas didapatkan 52 item soal angket yang valid dari 72 item soal angket dengan koefisien *alpha* sebesar 0.862. Selanjutnya data dianalisis dengan menggunakan *t-test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penyebaran skala keterisolasian terhadap 74 peserta didik kelas VIII SMP Nurul Islam Jakarta diperoleh dari hasil angket berupa *pretest* ditemukan rata-rata sebesar 4 persentasi gambaran keterisolasian peserta didik yang selanjutnya dikategorikan dalam 3 kategori.

Tabel 1. gambaran umum keterisolasian SMP Nurul Islam Jakarta

Kategori	Persentase
Tinggi	27%
Sedang	73%
Rendah	0%
<b>Jumlah</b>	<b>100%</b>

Pada tabel diatas, dapat diketahui persentase yang didapatkan adalah 20 peserta didik (27%) dengan kategori tinggi, 54 peserta didik (73%) dengan kategori sedang, dan 0 peserta didik (0%) dengan kategori rendah.

Berdasarkan hal tersebut terlihat bahwa keterisolasian di SMP Nurul Islam Jakarta sebagian besar berada pada kategori sedang. Dalam kategori ini peserta didik belum menunjukkan keterisolasian rendah. Maka dari itu tujuan diadakannya konseling kelompok dengan

teknik permainan dialog agar peserta didik dapat mengurangi keterisolasian siswa.

Pelaksanaan konseling kelompok Gestalt dengan teknik permainan dialog dilaksanakan pada kelompok eksperimen yang berjumlah 7 peserta didik dan kelompok kontrol yang berjumlah 7 peserta didik pada waktu yang berbeda.

Kegiatan ini berjalan dengan lancar dan dilakukan sebanyak empat kali pertemuan di Lab IPA SMP Nurul Islam Jakarta. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui perbedaan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol untuk mengurangi keterisolasian peserta didik.

Berdasarkan data yang telah diolah dengan *SPSS 22.0 for Windows* kondisi keterisolasian siswa di SMP Nurul Islam Jakarta sebelum dan sesudah diberi perlakuan menghasilkan uji homogenitas *pretest* kelompok kontrol dan eksperimen. Dari hasil perhitungan didapat hasil sebagai berikut:  $\text{sig} = 0,789 > 0,05$ , maka hasil data *pretest* kelompok kontrol dan kelompok eksperimen adalah homogen. Lalu dibandingkan uji homogenitas *posttest* kelompok kontrol dan eksperimen dari hasil perhitungan didapat hasil sebagai berikut:  $\text{sig} = 0,473 > 0,05$ , maka dapat dinyatakan bahwa hasil data *posttest* kelompok eksperimen dan kontrol adalah homogen.

Uji hipotesis yang digunakan yaitu *t-test*. Uji-t menghasilkan data sebagai berikut: dapat diketahui nilai  $\text{sig} = 0,002 < 0,05$  apabila dilihat dari  $t_{\text{hitung}} 5.058$  dan  $t_{\text{tabel}} 2.447$ ,  $df = 6$  artinya  $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$  artinya  $H_1$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Dengan demikian dinyatakan bahwa adanya pengaruh layanan konseling kelompok Gestalt dengan teknik permainan dialog untuk mengurangi tingkat keterisolasian siswa.

Hal ini dibuktikan dengan wawancara dan observasi secara langsung yang dilakukan oleh penulis. Hasil wawancara dengan salah satu guru bidang studi mengatakan bahwa ada beberapa

peserta didik yang sering dijauhi oleh teman sebayanya dikarenakan adanya perbedaan status sosial perilaku tersebut diduga anak mengalami gejala terisolasi.

Hasil wawancara dengan peserta didik mengatakan bahwa ketika mereka memiliki permasalahan diluar sekolah mereka lebih sering menyendiri didalam kelas ketimbang berinteraksi dengan teman-temannya.

Hasil observasi secara langsung yang dilakukan oleh penulis pada saat penelitian didapatkan bahwa ketika proses pemberian konseling kelompok Gestalt dengan teknik permainan dialog maupun yang tidak menggunakan teknik permainan dialog diketahui ada beberapa peserta didik memperhatikan penulis yang sedang menyampaikan materi tetapi ada juga peserta didik yang melamun. Memang benar sesuai dengan hasil wawancara dengan guru salah satu bidang studi dan peserta didik bahwa keterisolasian siswa di SMP Nurul Islam Jakarta dikategorikan sedang.

Menurut Corey (2013:133) teknik permainan dialog adalah teknik yang dilakukan dengan cara klien dikondisikan untuk mendialogkan dua kecenderungan yang saling bertentangan, yaitu *top dog* dan *underdog*. *Top dog* adalah adil, otoriter, moralistik, menuntut, berlaku sebagai majikan, dan manipulatif. Sedangkan *underdog* adalah memanipulasi dengan memainkan peran sebagai korban, defensif, membela diri, tak berdaya, lemah, dan tak berkuasaan. Penerapannya melalui kursi kosong. Penggunaan kursi kosong sebagai sarana yang diletakkan dihadapan subyek kemudian subyek diminta membayangkan seseorang yang selama ini menjadi sumber kecemasan. Subyek diminta untuk mengekspresikan perasaannya. Dengan demikian teknik permainan dialog ini dapat membantu siswa yang terisolasi.

Hasil analisis data mengungkapkan bahwa layanan konseling kelompok Gestalt dengan teknik permainan dialog berpengaruh terhadap keterisolasian siswa

sehingga mengalami penurunan dimana dapat dilihat dari hasil keseluruhan analisis yang dilakukan bahwa skor hasil keterisolasian siswa pada kelompok eksperimen mengalami penurunan yang signifikan dibandingkan kelompok kontrol yang hanya ada sedikit penurunan pada skor.

Menurut Abdi, Sugiharto & Anwar, (2019) Salah satu cara yang bisa diambil untuk menyelesaikan masalah adalah dengan membangun karakter. Dengan demikian Guru BK atau Konselor dapat memberikan layanan konseling kelompok Gestalt dengan menggunakan teknik permainan dialog kepada siswa yang mengalami gejala terisolasi agar lebih percaya diri bahwa siswa mampu menyesuaikan diri di kelas dan dapat bersosialisasi dengan baik.

## SIMPULAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengurangi keterisolasian siswa SMP Nurul Islam Jakarta melalui konseling kelompok Gestalt dengan teknik permainan dialog. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang diberikan treatment atau perlakuan rata-rata mengalami penurunan pada keterisolasian. Terdapat selisih perbedaan hasil *pretest - posttest* pada kelompok eksperimen terhadap *pretest - posttest* kelompok kontrol yang signifikan. Maka dapat peneliti simpulkan bahwa tingginya keterisolasian pada siswa SMP Nurul Islam Jakarta dapat dikurangi dengan layanan konseling kelompok Gestalt dengan teknik permainan dialog.

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian ini diharapkan adanya pengaruh layanan konseling kelompok Gestalt dengan teknik permainan dialog untuk mengurangi keterisolasian siswa, sehingga layanan ini apabila diterapkan oleh seluruh unsur sekolah adanya penurunan yang

signifikan terhadap penurunan keterisolasian siswa.

Saran yang dapat diberikan kepada guru bimbingan dan konseling agar membuat laporan secara berkala tentang keadaan di Sekolah dan melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling sesuai dengan kurikulum yaitu untuk menindak lanjuti serta mengurangi keterisolasian peserta didik.

Dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  dan menunjukkan bahwa  $t_{hitung} > t_{tabel}$  sehingga hipotesis nihil ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_1$ ) diterima.

Dapat dijelaskan bahwa ada perbedaan antara skor *pretest* dan skor *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, berdasarkan hasil skor terjadi perubahan skor pada kelompok eksperimen dengan jumlah *pretest* sebesar 1597 dan jumlah *posttest* sebesar 1282 sehingga terjadi penurunan skor keterisolasian dan terjadi perubahan skor pada kelompok kontrol dengan jumlah *pretest* sebesar 1488 dan jumlah *posttest* sebesar 1329 sehingga terjadi penurunan skor keterisolasian. Artinya adanya pengaruh konseling kelompok Gestalt dengan teknik permainan dialog dapat mengurangi keterisolasian siswa SMP Nurul Islam Jakarta

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, S., Sugiharto, Y.P & Sutoyo, A. (2019). Group Guidance Based on Gayo Ethnic's Cultural Values to Improve Students' Islamic Characters. *Jurnal Bimbingan Konseling*. 8 (2): 112-118.
- Adiputra, Ngurah. (2015). *Konseling Kelompok Perspektif dan Aplikasi*. Yogyakarta: Media Akademi.
- Al-Mighwar, Muhammad. (2006). *Psikologi Remaja*. Bandung: Pustaka Setia.
- Al-Qur'an & Terjemahnya. (2005). Departemen Agama RI. Bandung: CV Penerbit J-ART.
- Corey, Gerald. (2013). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Intyarani, Sion dan Nursalim, Moch. (2014). Penerapan Teknik Permainan Dialog dalam Konseling Kelompok Gestalt untuk Mengurangi Tingkat Keterisolasian Siswa Kelas XI IPS di SMA Negeri 2 Pare. *Jurnal BK Unesa*. 4(3).
- Khadiqoh, Arifatul. (2015). *Keefektifan Teknik Permainan Kelompok untuk Mengurangi Tingkat Terisolasi Siswa SMP Kelas VII*. [Online] Diakses dari: <http://karya-ilmiah.um.ac.id/index.php/BK-Psikologi/article/view/41351>
- Kurnanto, Edi. (2013). *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.
- Nastiti, D, Elsa dan Naqiyah, Najlatun. 2013. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan untuk Menangani Siswa Terisolasi di Kelas VIII A SMP Negeri 1 Kunjang Kediri. *Jurnal BK Unesa*. 4 (1).
- Tim Penyusun. (2016). *Pedoman Penulisan Skripsi*. Jakarta: FKIP Press.
- Putro, P.T.W. Abbed dan Setiawati, Denok. (2016). Penerapan Konseling Kelompok dengan Strategi Modeling untuk Mengatasi Siswa yang Terisolasi Kelas X di SMAN 1 Kutorejo Mojokerto. *Jurnal Bk Unesa*.
- Retnomanisya, Tutut Yunita. (2013). Mengatasi Perilaku Terisolir Siswa Menggunakan Konseling Behaviour dengan Teknik Assertive Training pada Siswa Kelas IV SD Negeri Pekunden Semarang. *Skripsi BK Universitas Negeri Semarang*.
- Safari. (2017). *Statistika*. Jakarta: Universitas Islam As-syafi'iyah.
- Safaria, Triantoro. (2004). *Terapi dan Konseling Gestalt*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

- Santrock, John W. Adolescence. (2003). *Perkembangan Remaja. Edisi Keenam*. Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi, Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Yusuf .L. N. Syamsu. (2014). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.