EFEKTIVITAS KONSELING GESTALT DENGAN TEKNIK KURSI KOSONG UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU ASERTIF SISWA DI SMP NEGERI 6 SINGARAJA

Oleh

Nyoman Andini Arivianti, NIM 2211011039

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Jurusan Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan

Email : andini.arivianti@student.undiksha.ac.id arumwidhiyanti@undiksha.ac.id ari.dwiarwati@undiksha.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling Gestalt dengan teknik kursi kosong dalam meningkatkan perilaku asertif siswa kelas VIII di SMP Negeri 6 Singaraja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode quasi eksperimen dan *Desain Nonequivalent Pretest-Posttest Control Group Design*. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan 6 siswa dari kelas VIII.2 sebagai kelompok eksperimen dan 6 siswa dari kelas VIII.4 sebagai kelompok kontrol. Data dikumpulkan melalui angket perilaku asertif yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas. Kelompok eksperimen diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik kursi kosong sebanyak lima kali pertemuan, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan yang sama. Analisis data dilakukan menggunakan uji normalitas *Shapiro-Wilk*, uji homogenitas *Levene's Test*, dan uji hipotesis *Independent Sampel t-Test.* Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberi perlakuan. Hasil uji *Independent Sampel t-Test* memperoleh nilai signifikansi (2-tailed) < 0,001 (< 0,05), sehingga hipotesis penelitian diterima. Perhitungan *effect size* menggunakan *Cohen's* d sebesar 3,64 menunjukkan pengaruh yang sangat kuat. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konseling Gestalt dengan teknik kursi kosong efektif dalam meningkatkan perilaku asertif siswa kelas VIII di SMP Negeri 6 Singaraja.

Kata Kunci : konseling gestalt, perilaku asertif, quasi eksperimen, teknik kursi kosong.

THE EFFECTIVENESS OF GESTALT COUNSELING USING THE EMPTY CHAIR TECHNIQUE IN PROMOTING ASSERTIVE BEHAVIOR AMONG STUDENTS OF SMP NEGERI 6 SINGARAJA

By

Nyoman Andini Arivianti, Student ID 2211011039

Guidance and Counseling Study Program

Department of Educational Psychology and Guidance

Email : andini.arivianti@student.undiksha.ac.id arumwidhiyanti@undiksha.ac.id ari.dwiarwati@undiksha.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine the effectiveness of Gestalt counseling using the empty chair technique in improving the assertive behavior of eighth-grade students at SMP Negeri 6 Singaraja. This study employed a quantitative approach using a quasi-experimental method and a nonequivalent pretest-posttest control group design. The research sample was selected using purposive sampling, with 6 students from Class VIII.2 serving as the experimental group and 6 students from Class VIII.4 serving as the control group. Data were collected using an assertive behavior questionnaire that had passed validity and reliability tests. The experimental group received group counseling using the empty chair technique over five sessions, while the control group did not receive the same treatment. Data analysis was conducted using the Shapiro-Wilk normality test, Levene's test for homogeneity of variances, and the independent samples t-test for hypothesis testing. The results indicated a significant difference between the experimental and control groups after the intervention. The results of the independent samples t-test yielded a significance value (two-tailed) of < 0.001 (< 0.05), thus supporting the research hypothesis. The effect size calculation using Cohen's d, which was 3.64, indicated a very strong effect. Therefore, it can be concluded that Gestalt counseling using the empty chair technique is effective in improving the assertive behavior of eighth-grade students at SMP Negeri 6 Singaraja.

Keywords: assertive behavior, empty chair technique, gestalt counseling.