Jurnal Fokus Konseling, Volume 8 Number 2 (2022) pp. 1 - 9
ISSN Print : 2356-2102
ISSN Online : 2356-2099
DOI: https://doi.org/10.52657/jfk.v8i2.1688

Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Gestalt Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal

Fransisca Cabrini Lebo[1], Ayong Lianawati[2]
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
cabriny13@gmail.com[1], ayong@unipasby.ac.id[2]

Abstrak

Komunikasi interpersonal merupakan kemampuan yang sangat penting dalam perkembangan peserta didik, sebab dengan memiliki komunikasi interpersonal yang baik akan membantu peserta didik dalam keaktifan di sekolah serta dalam membangun hubungan sosial. Namun pada kenyataan yang terjadi saat ini masih banyak peserta didik yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang kurang. Jika komunikasi interpersonal pada peserta didik tidak ditingkatkan maka akan menimbulkan ketidakmampuan peserta didik dalam mengekspresikan perasaannya, kurangnya kepercayaan diri dan menghindari komunikasi dengan orang lain. Oleh karena itu perlu diberikannya layanan Bimbingan dan Konseling untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik, salah satunya dengan penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok gestalt untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa kelas X IPS 1 SMA Hang Tuah 4 Surabaya. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *one group pre-test post-test design*. Subjek penelitian ini berjumlah 6 konseli, dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis penelitian ini menggunakan uji Wilxocon dengan hasil 0,028, karena 0,028 lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok gestalt efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas X IPS 1 SMA Hang Tuah 4 Surabaya.

Kata Kunci: *Konseling Kelompok, Teori Gestalt, Komunikasi Interpersonal*

Received : 2021-06-15. Published : 2022-08-31.

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License
Website: http://ejournal.umpri.ac.id/index.php/fokus

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa perkembangan manusia yang sedang dialami peserta didik SMA, saat berada pada masa remaja peserta didik mengalami perkembangan kognisi sosial (Desmita 2015). Dalam pengembangan kognisi sosial ini peserta didik mulai berpikir secara abstrak, yang kemudian menyatu dengan pengalaman sosial yang mempengaruhi cara mereka dalam memahami diri sendiri dan orang lain. Dalam usaha membangun hubungan interpersonal yang baik dibutuhkan kemampuan komunikasi interpersonal yang baik pula. Pengertian komunikasi interpersonal telah dinyatakan oleh beberapa ahli seperti Joseph De Vito (Harapan 2014) yang mengemukakan komunikasi interpersonal sebagai proses memberi menerima pesan dari satu individu ke individu yang lain, dengan disertai pemberian efek dan umpan balik. Komunikasi interpersonal merupakan setiap perilaku seseorang baik secara verbal maupun nonverbal yang memperoleh tanggapan (Trisnani, Wardani, and Puspita 2016).

Komunikasi interpersonal sebagai bentuk interaksi dua orang atau lebih secara verbal maupun nonverbal, pertukaran interpersonal, dan pengaplikasian perilaku yang sesuai dengan tujuan spesifik dari interaksi komunikatif, hingga terbentuk perubahan dalam sikap, perilaku, atau keyakinan dan mungkin resolusi yang konstruktif (Novitasari, Hidayah, and Mappiare 2017). Dapat disimpulkan Komunikasi interpersonal dapat dipahami sebagai proses interaksi yang dilakukan oleh dua atau lebih individu, dimana terjadi proses menyampaikan dan menerima pesan disertai umpan balik dengan hasil individu mampu menampilkan tingkah laku yang sesuai dengan hasil interaksi serta meningkatkan hubungan satu sama lain. Dengan meningkatnya hubungan antar individu melalui komunikasi interpersonal yang efektif akan membantu dalam usaha saling memahami serta menerima diri sendiri dengan menunjukkan diri yang sebenarnya tanpa berusaha menjadi "orang lain". Dengan mengkomunikasikan diri sejujurnya pada orang lain dengan komunikasi interpersonal yang baik akan membantu individu dalam memahami pribadi masing-masing, sehingga dapat hidup lebih bahagia, dan menerima diri sendiri apa adanya.

Kenyataan yang terjadi pada masa kini banyak peserta didik yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang kurang, yang dapat dilihat dari hasil observasi peneliti di SMA Hang Tuah 4 Surabaya dimana saat proses pemberian layanan informasi secara luring peserta didik kurang aktif dalam memberi umpan balik. Jika komunikasi interpersonal pada peserta didik tidak ditingkatkan maka akan menimbulkan dampak yang buruk yang dapat diketahui dari ketidakmampuan peserta didik dalam mengekspresikan perasaannya, kurangnya kepercayaan diri dan menghindari komunikasi dengan orang lain hingga akhirnya mengalami situasi terdesak (Rakhmat, 2005). Ketika mengalami situasi terdesak untuk menggunakan keterampilan komunikasi interpersonalnya peserta didik akan cenderung gugup, malu, cemas, gemetar, dan kaget akan situasi baru bahkan tidak mampu untuk berkata-kata. Oleh karena itu jika keterampilan komunikasi interpersonal tidak dikembangkan maka dapat mengakibatkan kesulitan dalam memulai interaksi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan (Lianawati, 2020). Menurut DeVito (Saputra, Tagela, and Setyorini 2019) terdapat lima indikator yang mempengaruhi terwujudnya komunikasi interpersonal yang tinggi, yaitu meningkatnya keterbukaan *(openness),* empati *(empathy),* dukungan *(supportiveness),* kepositifan *(positiveness),* dan kesamaan/kesetaraan *(equality).* Indikator inilah yang akan menentukan keberhasilan dalam mewujudkan komunikasi interpersonal yang tinggi pada peserta didik.

Penelitian ini menggunakan layanan konseling kelompok pendekatan gestalt sebagai layanan BK untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik. Konseling kelompok pendekatan Gestalt merupakan proses bantuan layanan yang diberikan konselor kepada konseli untuk membahas dan memperoleh pengentasan masalahnya melalui dinamika kelompok dengan tujuan konseli dapat mencapai kesadaran akan di sini dan sekarang serta pengalaman saat ini akan penerimaan terhadap kekuatan dan kelemahan yang dimilikinya serta pengentasan urusan yang tidak selesai agar mampu bertanggung jawab dengan keadaannya saat ini dengan menggunakan teknik permainan dialog, teknik berkeliling dan Latihan "saya bertanggung jawab atas…". Melalui penggunaan teknik permainan dialog akan membantu konseli dalam mengungkapkan perasaaan-perasaan yang ditolaknya yang bisa jadi merupakan penghambat komunikasi interpersonalnya. Melalui teknik berkeliling akan membantu konseli berlatih untuk berani mengambil resiko dalam mengungkapkan apa yang Ia rasakan saat berkomunikasi interpersonal. Melalui latihan "saya bertanggung jawab atas…" akan mendorong konseli dalam usaha menumbuhkan sikap tanggung jawab akan penyelesaian masalah komunikasi

interpersonalnya. Pendekatan gestalt yang dikembangkan oleh Frederick Perls prosesnya didasari dengan memahami konseli dalam hubungan sosialnya (Corey, 2016).

Pendekatan gestalt didasarkan pada pandangan bahwa setiap individu yang ingin mencapai kematangan, terlebih dahulu diharuskan mampu untuk menemukan arah hidupnya dan mampu bertanggung jawab akan dirinya. Dalam pendekatan Gestalt setiap individu dalam usaha mengatasi permasalahannya didasari oleh prinsip kesadaran, maka dalam terapi akan difokuskan pada apa dan bagaimana tingkah laku dan pengalaman di sini dan sekarang konseli dengan menyatukan bagian-bagian kepribadian konseli yang terpecah dan tidak diketahui (Husniah and Ulfa 2020). Maka kesadaran peserta didik pada pendekatan gestalt adalah kesadarannya pada hambatan-hambatan pertumbuhannya, yang dalam pendekatan gestalt peserta didik dibantu untuk mengakui dan menerima penghambat-penghambat tersebut. Dalam pendekatan gestalt masalah juga dapat terjadi karena adanya urusan yang tidak selesai yang meliputi perasaan-perasaan yang tidak terungkap seperti kemarahan, sakit hati, rasa berdosa, dendam, kebencian, kecemasan, rasa diabaikan dan sebagainya. Oleh karena itu dalam pendekatan gestalt konseli dibantu untuk mengungkapkan sejujurnya apa yang Ia rasakan, yang menghambat dirinya dalam berkomunikasi dengan orang lain. Konseling kelompok pendekatan gestalt ini diharapkan nantinya akan membantu peserta didik untuk sadar akan perasaan dan perilakunya, menerima kenyataan serta mampu bertanggung jawab atas pilihan hidupnya, menerima keadaan saat ini dan sekarang serta mengatasi urusan yang tidak selesai, agar mampu untuk mengatasi masalah ketidakmampuannya dalam berkomunikasi dengan orang lain.

METODE

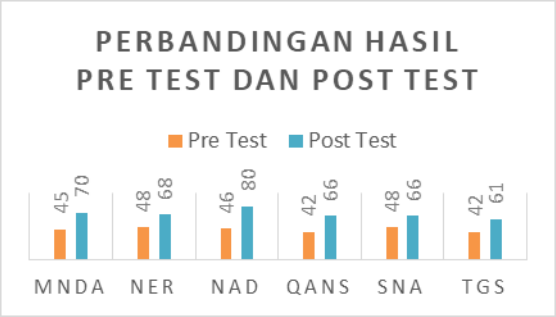
Desain penelitian ini adalah *One Group Pretest-Postest Design* yaitu desain eksperimen yang mengadakan pengukuran (*pretest*) kemudian diberikan *treatment* lalu dilakukan pengukuran lagi (*postest*) untuk dibandingkan agar dapat mendapatkan hasil penelitian yang lebih akurat (Suyabrata 2014). Populasi pada penelitian ini merupakan seluruh peserta didik kelas X IPS 1 SMA Hang Tuah 4 Surabaya yang berjumlah 36 peserta didik dengan peserta didik laki-laki berjumlah 14, sedangkan peserta didik perempuan berjumlah 22. Dalam penelitian ini peneliti mengambil 6 peserta didik dengan nilai kuesioner paling rendah. Penelitian ini menggunakan skala pengukuran berupa kuesioner sebagai teknik pengumpulan data. Skala pengukuran ini berisi pernyataan tentang data faktual atau opini untuk memperoleh informasi yang relevan yang perlu dijawab responden sejujur-jujurnya, skala pengukuran ini dibuat peneliti dengan 40 item pernyataan yang didasarkan oleh 5 indikator komunikasi interpersonal peserta didik yaitu keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif dan kesamaan/kesetaraan. Item pernyataan yang digunakan pada skala pengukuran komunikasi interpersonal terdiri dari pernyataan *favorable* (pernyataan positif) dan *unfavorable* (pernyataan negatif). Instrumen penelitian ini menggunakan skala pengukuran Likert dengan 4 alternatif jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (TSS) (Sugiyono 2015). Uji validitas dilakukan dengan bantuan SPSS for windows versi 26 dengan R tabel 0,2785 menunjukkan ada 22 item yang valid. Uji reliabilitas dilakukan dengan bantuan SPSS for windows versi 26 dengan hasil 0,897, menunjukkan bahwa kuesioner komunikasi interpersonal memiliki realibilitas yang kuat. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji Wilcoxon yaitu dengan mencari perbedaan mean *Pre-test* dan *Post-test* dengan bantuan SPSS for windows versi 26.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan sejak 2 -29 November 2021 sejak pemberian *pre-tes* hingga pemberian *post-test*. Hasil pre-test dari 36 peserta didik kelas X IPS 1 SMA Hang Tuah 4 Surabaya terdapat 17% peserta didik yang memiliki komunikasi interpersonal rendah, 69% peserta didik yang memiliki komunikasi interpersonal sedang dan 14% peserta didik yang memiliki komunikasi interpersonal tinggi. Komunikasi interpersonal rendah dan sedang dapat terlihat dari peserta didik yang lebih banyak diam dan tidak memberi umpan balik saat proses pembelajaran dan kesulitan mengungkapkan hal-hal yang membuat mereka tidak nyaman seperti cara mengajar guru. Sebagian besar peserta didik tidak terlalu dekat dikarenakan kebanyakan belajar daring dari rumah sehingga peserta didik kurang memiliki banyak waktu untuk bertemu dan mengenal satu sama lain. Peserta didik yang jarang bertemu secara langsung dan kurang mengenal satu sama lain menyebabkan kesalahpahaman dalam memahami watak satu sama lain, seperti teman yang dikiranya cuek ternyata memang memiliki karakter yang pendiam dan sedang dalam suasana hati kurang baik. Selain permasalahan komunikasi interpersonal di lingkungan sekolah peserta didik juga mengalami kesulitan komunikasi interpersonal dengan keluarga dimana kebanyakan orang tua yang menentukan akademik dan mudah menilai peserta didik dan disisi lain peserta didik tidak mampu mengkomunikasikannya dengan orang tua. Komunikasi interpersonal tinggi peserta didik SMA Hang Tuah 4 Surabaya dapat dilihat dari mereka aktif di kelas, berani untuk memberi umpan balik, akrab satu sama lain dan sering kali menyapa guru-guru dan mahasiswa magang.

Dengan berdasar pada hasil *pre-test*, peneliti memilih sampel sebanyak 6 peserta didik yang memiliki komunikasi interpersonal rendah yaitu MNDA, NER, NAD, QANS, SNA, dan TGS. Peserta didik setelah diberikan layanan konseling kelompok gestalt mengalami peningkatan, dengan pemberian layanan konseling kelompok gestalt diberikan selama 5 kali pertemuan dengan membahas masalah komunikasi interpersonal peserta didik. Pemberian konseling kelompok gestalt menunjukkan perubahan dimana peserta didik sebelumnya tidak mampu untuk mengungkapkan apa yang dirasakan dan pikirkan, berubah menjadi lebih terbuka dan mengakui perasaannya serta menerima, percaya dan bertanggung jawab akan dirinya sendiri. Peningkatan komunikasi interpersonal peserta didik dapat dilihat dari perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* dengan menggunakan metode uji Wilcoxon dengan menggunakan bantuan SPSS for windows versi 26. Hasil interpretasi data ini menunjukkan rata-rata peningkatan 3.50, karena nilai 0,028 lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok pendekatan gestalt efektiv untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas X IPS 1 SMA Hang Tuah 4 Surabaya.

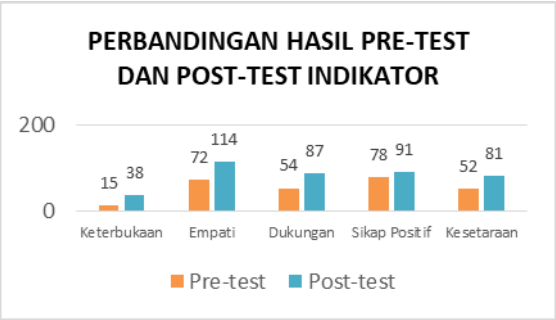
Kefektifan Konseling kelompok gestalt untuk meningkatkan komunikasi interpersonal 6 peserta didik SMA Hang Tuah 4 Surabaya dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1

Hasil *pre-test* dan *post-test* komunikasi interpersonal 6 konseli

Gambar diatas menunjukkan adanya peningkatan komunikasi interpersonal 6 konseli. Kefektifan konseling kelompok gestalt untuk meningkatkan komunikasi interpersonal juga dapat terlihat dari peningkatan 5 indikator komunikasi interpersonal konseli yang digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2

Hasil *pre-test* dan *post-test* indikator komunikasi interpersonal

Gambar diatas menunjukkan adanya peningkatan 5 indikator komunikasi interpersonal konseli.

Peningkatan komunikasi interpersonal peserta didik dapat dipengaruhi oleh 5 indikator, yaitu keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif dan kesetaraan. Dalam penelitian ini 5 indikator komunikasi interpersonal konseli melalui konseling kelompok gestalt mengalami peningkatan. Peningkatan indikator keterbukaan konseli dapat dilihat dari konseli yang pada awal pertemuan lebih banyak diam, namun sering berjalannya konseling mulai banyak berbicara, mampu memberi umpan balik baik dengan pemberian pendapat maupun persetujuan, dan sebelumnya dalam memberi pendapat kurang jujur beralih menjadi lebih jujur. Peningkatan indikator empati dapat dilihat dari konseli yang sebelumnya ketika memberi pendapat terkesan menasihati dan menilai, kemudian perlahan mulai menjadi pribadi yang lebih banyak mendengar dan memahami satu sama lain. Peningkatan indikator dukungan dapat terlihat dari konseli perlahan menjadi lebih nyaman dengan yang lainnya, spontan dengan reaksinya tanpa perlu berpikir lama atau ragu-ragu dan dapat menerima pemikiran dari anggota lainnya. Peningkatan indikator sikap positif terlihat dari konseli perlahan mulai lebih berani karena mengetahui anggota lainnya tidak seperti yang Ia pikirkan, juga terlihat dari konseli yang sebelumnya beranggapan anggota lainnya cuek dan pendiam akhirnya dapat memahami kekurangan satu sama lain. Peningkatan indikator kesetaraan dapat terlihat dari konseli perlahan berubah lebih memahami satu sama

lain dengan melihat gender bukan masalah dalam berkomunikasi tapi tetap memahami kepentingan masing-masing gender.

Proses pelaksanaan konseling kelompok gestalt di SMA Hang Tuah 4 Surabaya dimulai dengan pemberian *pre-test* untuk menentukan sampel penelitian, dilanjutkan pemberian layanan konseling kelompok selama 5 pertemuan, dan berakhir dengan pemberian *post-test*. Pertemuan pertama merupakan sesi pengenalan dan pembentukan. Pada pertemuan kedua konseli masih kurang terbuka dalam mengungkapkan masalahnya namun terbuka dalam memberikan pendapat yang kemudian dimotivasi oleh konselor. Pertemuan ketiga semua konseli mengalami peningkatan komunikasi interpersonal dimana lebih terbuka akan perasaannya, mulai berempati dengan keadaan temannya, bisa memotivasi temannya, mulai memahami kekurangan masing-masing, dan mulai memahami kesamaan/kesetaraan berkaitan dengan gender dimana beberapa konseli bisa menceritakan permasalahannya dengan lawan jenis atau mendengarkan permasalahan dari lawan jenis dan tergantung apa yang dibicarakan. Pertemuan keempat merupakan sesi pengaplikasian Teknik permainan dialog, Latihan "saya bertanggung jawab atas…" dan Teknik berkeliling. Selama pelaksanaan Teknik permainan dialog konselor memotivasi konseli bahwa Teknik bertujuan agar konseli tidak terus-menerus memendam perasaannya dan berhenti menyakiti dirinya sendiri dan menerima polaritas dan konflik. Pertemuan dilanjutkan dengan Latihan "saya bertanggung jawab atas…" dimana konseli dimotivasi untuk siap berdiri di kakinya sendiri yaitu menomorsatukan dirinya sendiri untuk siap bertanggung jawab atas dirinya, atas apapun yang terjadi dengan masalah yang ia alami ia akan bertanggung jawab untuk berusaha menyelamatkan dirinya sendiri. Pertemuan dilanjutkan dengan pengaplikasian Teknik berkeliling dimana tiap konseli dipersilahkan mengungkapkan apa yang ia rasakan kepada anggota lainnya dengan jujur dengan tujuan untuk berani mengungkapkan yang ia rasakan dan berani mengambil risiko. Pertemuan kelima berupa pengakhiran konseling, penyampaian terima kasih dan kesan serta pesan selama proses pelaksanaan kegiatan serta diadakannya *post-test*.

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan konseling kelompok gestalt efektif dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal 6 konseli. MNDA memiliki masalah komunikasi interpersonal dimana MNDA tidak bisa mengungkapkan kesedihan, kekesalan, kekecewaan yang ia rasakan ketika ibunya membanding-bandingkannya dengan anak lain, meremehkannya karena tidak cukup secara akademik, dan saat ibunya memarahinya dengan kata kasar. Saat sebelum diberi layanan MNDA terkesan diam, tidak nyaman dan tertutup dan malu tetapi setelah diberi layanan MNDA jadi lebih terbuka dan nyaman. MNDA memiliki keterbukaan yang cukup baik dimana ia berani mengungkapkan masalah pribadinya namun kurang berani berpendapat akan masalah orang lain. MNDA memiliki empati yang cukup baik dimana ia mengatakan ketika temannya memiliki masalah ia sebisa mungkin menepatkan dirinya diposisi orang tersebut. MNDA memiliki sikap dukungan yang baik dimana saat anggota yang lain ragu-ragu atau sedih mengungkapkan masalahnya MNDA dapat memotivasi anggota yang lain. MNDA memiliki sikap positif yang baik dimana salah satu anggota cukup pendiam MNDA bisa memahami itu. MNDA memahami kesamaan/kesetaraan dengan baik dimana bisa terlihat MNDA tidak keberatan untuk berkomunikasi atau dijadikan tempat curhat oleh lawan jenis meskipun masih sedikit ragu.

Selama pemberian layanan NER mampu untuk terbuka dalam mengungkapkan kesedihannya saat dia dibanding-bandingkan dengan adiknya oleh orang tuanya,

keterbukaan juga bisa dilihat dari NER mengungkapkan pendapatnya saat anggota lainnya mengungkapkan permasalahannya. Empati dari NER bisa dilihat dari NER bisa memahami posisi anggota lainnya. Sikap dukungan bisa dilihat dari NER menyimak dengan baik saat anggota lainnya bercerita. Sikap positif NER bisa dilihat dari NER memahami kekurangan dari anggota lainnya saat bercerita. Pemahaman akan kesamaan/kesetaraan bisa dilihat dari NER tidak melihat gender sebagai halangan dalam berkomunikasi interpersonal. Sebelum diberi layanan NER sangat pendiam dan tidak berani untuk mengungkapkan pendapatnya namun seiring berjalannya layanan konseling kelompok NER berubah menjadi lebih terbuka meskipun masih ragu-ragu dan takut salah. Selama pemberian layanan NAD mampu untuk terbuka dalam mengungkapkan pengalamannya dan terbuka dalam memberikan pendapatnya. Empati NAD dapat terlihat dari NAD memahami posisi anggota lainnya. Sikap dukungan NAD dapat dilihat dari memperhatikan anggota lain saat berbicara. Sikap positif NAD terlihat dari memahami konseli lainnya yang gugup dan malu untuk mengungkapkan pendapatnya. Pemahaman kesamaan/kesetaraan terlihat dari NAD tidak melihat gender sebagai halangan dalam berkomunikasi interpersonal. Sebelum diberi layanan NAD masih ragu-ragu dalam mengungkapkan apa yang ia rasakan, namun seiring layanan konseling kelompok berjalan NAD mampu untuk mengungkapkan keadaannya meskipun hanya pada konselor saja saat teknik permainan dialog.

Selama pelaksanaan layanan QANS dapat berperan dengan baik dengan terbuka dalam memberi pendapat namun belum mau terbuka akan masalahnya sendiri. QANS dapat berempati dengan konseli lainnya dengan memahami posisi mereka. Sikap dukungan dari QANS dapat dilihat dari memperhatikan dengan baik ketika konseli lainnya berbicara. Sikap positif QANS dapat terlihat dari QANS memahami konseli lainnya yang gugup dan malu untuk berbicara. Pemahaman kesamaan/kesetaraan QANS terlihat dari QANS tidak memandang gender sebagai halangan dalam berkomunikasi interpersonal namun tergantung dari apa yang ingin diceritakan. Sebelum pemberian layanan QANS lebih banyak diam namun seiring layanan konseling kelompok berjalan QANS mulai berani untuk berbicara tanpa diarahkan terlebih dahulu oleh konselor. Selama pemberian layanan SNA berkontribusi dengan baik dimana SNA bisa terbuka dengan keadaannya dimana Ia kadang dibanding-bandingkan oleh ayahnya, juga terbuka bahwa Ia tidak suka dengan cara mengajar guru matematikanya. Empati SNA cukup kurang dikarenakan kadang SNA dalam memberi pendapat ia terkesan menasihati konseli lainnya namun SNA kadang berempati dengan baik dimana Ia kadang cukup mendengar saja. Sikap dukungan SNA bisa dilihat dari memperhatikan konseli lainnya yang sedang mengungkapkan masalahnya. Sikap positif SNA bisa dilihat dari Ia memahami temannya yang gugup dan malu untuk bercerita. Pemahaman akan kesamaan/kesetaraan SNA bisa dilihat dari SNA tidak melihat gender sebagai halangan untuk berkomunikasi interpersonal. Sebelum pemberian layanan konseling kelompok SNA cukup diam namun seiring berjalannya konseling kelompok SNA jadi lebih banyak berbicara tanpa arahan dari konselor.

Selama pemberian layanan TGS dengan dimotivasi dapat terbuka dengan keadaannya dimana TGS memiliki masalah komunikasi interpersonal dengan orang tuanya, dimana TGS sakit hati ketika ibunya membanding-bandingkannya dengan kakaknya dan memarahinya dengan kata kasar. TGS dengan terbuka juga menyampaikan pendapatnya, berempati dengan keadaan temannya, TGS memiliki sikap dukungan yang cukup kurang dikarenakan kadang-kadang TGS tidak memperhatikan konseli lainnya yang sedang berbicara namun konselor dengan sigap selalu mengingatkan TGS. Sikap positif TGS bisa dilihat dari TGS memahami konseli

lainnya yang malu untuk menyampaikan pendapatnya dan menghargainya. Pemahaman kesamaan/kesetaraan juga diungkapkan TGS dilihat dari TGS tidak melihat gender sebagai halangan untuk berkomunikasi interpersonal. Sebelum diberi layanan TGS cukup diam namun seiring berjalannya konseling kelompok TGS dapat menunjukkan dirinya yang sebenarnya banyak berbicara dan ceria.

KESIMPULAN

Penelitian efektivitas konseling kelompok pendekatan gestalt untuk meningkatkan komunikasi interpersonal di SMA Hang Tuah 4 dimulai dengan pemberian kuesioner di kelas X IPS 1, kemudian dilanjutkan uji validitas dan penentuan sampel penelitian. Penelitian dilaksanakan selama 5 pertemuan dengan 6 konseli, yang dilaksanakan melalui gogle meet dan pertemuan langsung di salah satu ruangan di SMA Hang Tuah 4 Surabaya. Sebelum diberikan layanan konseling kelompok konseli memiliki komunikasi interpersonal yang rendah yang dicirikan kurang terbuka, kurang berempati, kurang memiliki sikap mendukung, kurang memiliki sikap positif dan kurang memahami kesamaan/kesetaraan. Setelah diberikan layanan konseling kelompok pendekatan gestalt dengan menekankan pengungkapan diri, penyadaran perasaan, tanggung jawab dan percaya akan dirinya sendiri melalui Teknik permainan dialog, berkeliling, dan Latihan "saya bertanggung jawab atas…" komunikasi interpersonal konseli pun meningkat.

Melalui penelitian ini Peneliti diharapkan dapat mengembangkan penelitian dan pengetahuan agar ketika menemui konseli yang serupa peneliti bisa lebih mengembangkan kemampuannya. Orang tua diharapkan mampu untuk mengendalikan emosi dan ucapan ketika berbicara dengan anak dan diharapkan mampu untuk meluangkan waktu untuk saling berbagi cerita dengan anak. Peserta didik diharapkan mampu untuk tidak memendam perasaan sendirian, buatlah hubungan kepercayaan dengan orang lain atau menulis perasaan di media sosial atau buku. Selain itu diharapkan juga untuk percaya dan yakin bahwa akan baik-baik saja dengan yakin dan percaya dengan diri sendiri. Sekolah diharapkan dapat memberikan perhatian pada kehidupan sosial peserta didik, guru BK diharapkan dapat memberikan layanan konseling lebih sering dengan peserta didik. Selain itu sekolah juga diharapkan dapat memotivasi siswa untuk tidak menilai dirinya sendiri dengan IQ, hingga mereka tetap percaya bahwa mereka berharga dengan kelebihan dan kekurangan mereka sendiri.

REFERENCES

Corey, Gerald. 2016. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Amerika Serikat: Cengage Learning.

Desmita. 2015. *Psikologi Perkembangan*. ke-9. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Harapan, Syarwani Ahmad &. Edi. 2014. *Komunikasi Antarpribadi*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.

Husniah, Wa Ode, and Maria Ulfa. 2020. "Mengurangi Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Ujian Semester Melalui Konseling Kelompok Gestalt." *Psikologi Konseling* 15(2):531–44. doi: 10.24114/konseling.v15i2.16204.

Lianawati, Ayong. 2020. "Efektivitas Penggunaan Role Playing Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpesonal Mahasiswa." 14 No.26(http://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/jurnal_buana_pendidikan/issue/view/212). doi: https://doi.org/10.36456/bp.vol14.no26.a2187.

Novitasari, Zeti, Nur Hidayah, and Andi Mappiare-AT. 2017. "Keefektifan Strategi

Modeling Partisipan Dalam Bantuan Teman Sebaya (Peer Helping) Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa Sma." *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan* 2(3):363—370.

Rakhmat, Jalaludin. 2005. *Psikologi Komunikasi*. revisi. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Saputra, Fajar Rizky, Umbu Tagela, and Setyorini. 2019. "Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Dengan Kebutuhan Afiliasi Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Bandungan Kabupaten Semarang Tahun Ajaran 2018/2019." 15(2):483–92.

Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. 22nd ed. Bandung: Alfabeta. CV.

Suyabrata, Sumadi. 2014. *Metode Penelitian*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.

Trisnani, Rischa Pramudia, Silvia Yula Wardani, and Ferisia Hana Puspita. 2016. "Efektifitas Bimbingan Kelompok Berbasis Budaya Jawa Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa Smk Pgri Wonoasri." *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 6(1):54. doi: 10.25273/counsellia.v6i1.458.