

TEKNIK PEMBALIKAN KONSELING *GESTALT* PADA SISWA *INTROVERT*

Fatimah Setiani¹⁾, Agus Heriyanto²⁾, Waita³⁾,

¹ Jurusan Ilmu Pendidikan, Prodi Bimbingan dan Konseling
email: fatimahsetiani@yahoo.com

² Jurusan Ilmu Pendidikan, Prodi Bimbingan dan Konseling
email: heriyantoagus70@yahoo.com

³ Jurusan Ilmu Pendidikan, Prodi Bimbingan dan Konseling
email: waitaode25@gmail.com

Abstrak

Permasalahan kepribadian sangat erat kaitannya dengan diri seseorang, seperti halnya sifat introvert. Jika sifat introvert dimiliki seseorang maka akan menyebabkan dirinya menjadi seseorang yang pendendam, tidak bisa menjalin hubungan dengan orang lain dan akan susah berkomunikasi dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi anak yang memiliki sifat introvert dengan menerapkan model konseling Gestalt dengan teknik pembalikan. Pengambilan data pada penelitian ini adalah menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan model konseling Gestalt dengan teknik pembalikan berhasil mengubah siswa yang memiliki sifat introvert. Adanya penurunan sifat introvert dari kategori tinggi menjadi kategori rendah setelah melaksanakan konseling individual.

Kata kunci: *Konseling Gestalt Teknik Pembalikan, Introvert*

Abstract

Personality problems are very closely related to one's self, as is the nature of introverted. If the introverted is owned by someone, it will cause him to become someone who is vindictive, unable to establish relationship with other people and will have difficulty communicating well. This study aims to overcome children who have introverted nature by applying Gestalt counseling models with reversal techniques. Intake of data is using qualitative descriptive methods with case study approach. The results of this study indicate that the application of the Gestalt counseling model with reversal techniques successfully composed student who have introverted traits. There is a decrease in introverted characteristics from high category to low category after carrying out individual counseling.

Keywords: *Gestalt Counseling Reversal Technique, Introvert*

PENDAHULUAN

Permasalahan kepribadian sangat erat kaitannya dengan diri seseorang, seperti halnya sifat *introvert* penulis menerapkan sebuah teknik yaitu teknik *Gestalt*. Di mana teknik *Gestalt* ini sangat berkaitan erat dengan *introvert*. Teknik *Gestalt* dikembangkan oleh Frederick Peris dan mulai berkembang pada tahun 1940-an. Pendekatan *Gestalt* berfokus pada masa kini dan dibutuhkan kesadaran saat itu juga dan *Gestalt* juga mengharuskan individu menemukan jalannya sendiri dan menerima tanggung jawab pribadi. Terapi *Gestalt* bertujuan untuk menyelidiki dan membuka bagaimana pola-pola salah tersebut

masih aktif mempengaruhi kehidupan individu saat sekarang ini

Berdasarkan penjelasan diatas maka penulis mengangkat kasus mengenai seorang anak yang *introvert* yaitu "MRT". Anak ini duduk dikelas VI (Enam) yang bersekolah di SD Islam Daruttaslim Sampit. "MRT" adalah seorang anak laki-laki berumur 12 tahun dan penulis sangat tertarik mengangkat masalah ini karena "MRT" adalah seorang anak yang pendiam, pemalu, "MRT" kurang kontak dengan lingkungannya dan tidak bisa mengungkapkan perasaan-perasaan yang dikeluhkannya.

Alasan penulis mengangkat kasus ini menjadi penelitian ilmiah adalah ingin membantu “MRT” untuk mengubah sifat *introvert* “MRT” karena dengan adanya sifat *introvert* yang berlebihan akan membuat

Terkait dengan kasus tersebut, salah satu alternatif yang dapat digunakan yang sesuai dengan seorang anak *introvert* adalah dengan menerapkan teori *Gestalt* dengan teknik pembalikan. Munculnya teknik pembalikan ini dilakukan karena adanya gejala-gejala dan tingkah laku tertentu sering kali mempresentasikan pembalikan dari dorongan-dorongan yang mendasarinya. Dalam teknik pembalikan ini konseli dapat memainkan peran yang berkebalikan dengan perasaan-perasaan yang dikeluhkan agar terjadinya motivasi untuk dapat berbuat lebih banyak untuk meningkatkan kebermaknaan hidupnya.

Dengan menerapkan teknik pembalikan yang terdapat dalam teori *Gestalt* diharapkan dapat membantu konseli untuk dapat lebih terbuka dan dapat berbaur dengan lingkungannya. Praktek dalam penggunaan teori *Gestalt* dengan teknik pembalikan dapat dilaksanakan melalui konseling kelompok atau konseling individual. Namun konseling individual di pandang lebih efisien. Karena umpan balik yang diterima dari konselor dapat mempercepat proses kesadaran.

Mengingat *introvert* yang berlebihan berdampak negatif terhadap pencapaian konsep dirinya untuk masa depan dan kesehatan fisik atau mental konseli, maka perlu adanya upaya untuk mengatasi masalah terutama dalam berkomunikasi dengan lingkungannya. Salah satu cara untuk membantu untuk mengubah sifat *introvert* adalah dengan pemberian teknik pembalikan.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema penerapan konseling *gestalt* dengan teknik pembalikan terhadap siswa *introvert* di SD Islam Daruttaslim Sampit. Berdasarkan penjelasan diatas maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas penerapan model konseling *Gestalt* dengan teknik pembalikan terhadap siswa *introvert*, dan manfaatnya ialah dapat menambah wawasan dan pemikiran dalam bidang keilmuan bimbingan dan konseling. Dengan adanya penelitian ini dapat

memberikan efektivitas pelaksanaan teknik pembalikan konseling *Gestalt* pada siswa *introvert*.

TEKNIK PEMBALIKAN KONSELING GESTALT

Frederick (Fritz) Peris dan Laura Perls (dalam Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, 2016: 285) menyatakan bahwa pendekatan konseling *Gestalt* adalah terapi yang termasuk dalam pendekatan mengajarkan konselor dan konseli metode kesadaran fenomenologi, yaitu bagaimana individu memahami, merasakan, dan bertindak serta membedakannya dengan interpretasi terhadap suatu kejadian dan pengalaman masa lalu. Menurut Idhe (Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, 2016: 288) menjelaskan bahwa pendekatan konseling Gestalt adalah fenomenologi disiplin ilmu yang bertujuan membantu individu mengambil jarak dari cara berpikir yang biasa dilakukan individu, sehingga mereka dapat mengatakan perbedaan apa yang sebenarnya dirasakan pada situasi sekarang dan apa yang sebagai masa lalu.

Dalam teori konseling *Gestalt* ada beberapa pandangan konseling *Gestalt* tentang manusia bahwa individu yang sehat secara mental adalah: (1) Individu yang dapat mempertahankan kesadaran tanpa dipecah oleh berbagai penerimaan dari lingkungan yang dapat mengganggu perhatian individu. Orang tersebut dapat secara penuh dan jelas mengalami dan mengenali kebutuhannya, (2) Individu yang dapat merasakan dan berbagai konflik pribadi dan frustrasi tapi dengan kesadaran dan konsentrasi yang tinggi tanpa ada percampuran dengan fantasi-fantasi, (3) Individu yang dapat membedakan konflik dan masalah yang dapat diselesaikan dan tidak dapat diselesaikan (4) Individu yang dapat mengambil tanggung jawab atas hidupnya, (5) Individu yang dapat berfokus pada saat kebutuhan (*the figure*) pada satu waktu sambil menghubungkannya dengan kebutuhan yang lain (*the ground*), sehingga ketika kebutuhan itu terpenuhi disebut juga Gestalt yang sudah lengkap. Thompson (Komalasari, 2016).

Individu menyebabkan dirinya terjerumus pada masalah-masalah tambahan, karena tidak mengatasi kehidupannya dengan baik pada kategori di bawah ini: (1) Kurang kontak dengan lingkungan, yaitu individu menjadi

kaku dan memutus hubungan antara dirinya dengan orang lain dan lingkungan, (2) *Confluence*, yaitu individu yang terlalu banyak memasukkan nilai-nilai dirinya kepada orang lain atau memasukkan nilai-nilai lingkungan pada dirinya, sehingga mereka kehilangan pijakan dirinya dan kemudian lingkungan yang mengontrol dirinya, (3) *Unfinishedbusiness*, yaitu orang yang memiliki kebutuhan yang tidak terpenuhi, perasaan yang tidak diekspresikan dan situasi yang belum selesai yang mengganggu perhatiannya, (4) Fragmentasi, yaitu orang yang mencoba untuk menemukan atau menolak kebutuhannya seperti kebutuhan agresi, (5) *Topdog/underdog*, orang yang mengalami perpecahan pada kepribadiannya, yaitu antara apa yang mereka pikir “harus” dilakukan (*topdog*) dan apa yang mereka “inginkan” (*underdog*), (6) Polaritas atau dikotomi, yaitu orang yang cenderung untuk “bingung dan tidak dapat berkata-kata (*speechless*)” pada saat terjadi dikotomi dalam dirinya seperti antara tubuh dan pikiran (*body and mind*), antara diri dan lingkungan (*self-external world*), antara emosi dan kenyataan (*emotion-reality*), dan sebagainya. Thompson (Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, 2016: 291)

Sebagai konselor kita harus tahu konsep dasar konseling *Gestalt*, yaitu: (1) Di Sini dan Sekarang (*Here and Now*), Bahwa “kekuatan ada pada masa kini” (*power is in the present*). Pendekatan ini mengutamakan masa sekarang, segala sesuatu tidak ada kecuali yang ada pada masa sekarang (*the now*), karena masa lalu lebih berlalu dan masa depan belum sampai, hanya masa sekarang yang penting. Hal ini karena dalam pendekatan *Gestalt* mengapresiasi pengalaman pada masa kini. Corey (Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, 2016: 294), (2) lapisan *Neurosis (Layers of Neurosis)*, lapisan-lapisan *neurosis* yang menyebabkan gangguan perkembangan psikologis individu adalah: (a) Lapisan *phony (The phony layer)*, pada tahap ini individu bermain dan kehilangan perannya. Dengan bertingkah laku sebagai pribadi yang bukan dirinya, individu hidup dalam fantasi yang diciptakan oleh diri sendiri dan orang lain, (b) Lapisan *phobic (The phobic layer)*, Pada tahap ini individu berusaha menghindari kesakitan emosional yang berhubungan dengan melihat hal-hal dalam diri yang sebenarnya dipilih

untuk dihindari. Pada poin ini individu cenderung untuk resisten menerima diri sendiri, (c) Lapisan *impasse (The impasse layer)*, pada tahap ini individu mengalami kemacetan dalam perkembangan. Individu menganggap bahwa ia tidak bisa bertahan hidup (*survive*), karena individu merasa tidak memiliki sumber dan potensi untuk berkembang tanpa dukungan lingkungan. Individu cenderung berusaha memanipulasi lingkungan untuk melihat, mendengar, merasa, berpikir dan mengambil keputusan untuk dirinya. Pada tahap ini individu sering merasa hampa. Bila individu berharap untuk merasa hidup ini, ia harus melewati tahap ini, (d) Lapisan *implosif (The implosive layer)*, lapisan di mana individu dapat menerima bahwa ia mengalami perasaan kematian dan kehampaan, kemudian ia menghadapinya dan tidak menghindarinya, maka lapisan *implosifnya* mulai terbuka, (e) lapisan *eksplosif (The explosive layer)*, lapisan di mana individu melakukan kontak dengan perasaan kematian dan kehampaan kemudian melepaskan *phony roles* dan kepura-puraan, maka individu melepaskan energi yang besar selama ini dipertahankan dengan berpura-pura menjadi orang yang bukan dirinya sebenarnya. Ketika *explosive layer* terbuka, maka individu dapat melakukan kontak dengan orang lain, dengan dirinya, yang asli dan mengekspresikan kepedihan, kesenangan dan kemarahannya tanpa harus menutupinya. Corey (Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, 2016: 296)

Tujuan konseling *Gestalt* Menurut Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, (2016: 310) tujuan konseling *Gestalt* adalah sebagai berikut: (1) Mencapai kesadaran atas apa yang mereka lakukan dan bagaimana mereka melakukannya. Kesadaran itu termasuk di dalamnya, insight, penerimaan diri, pengetahuan tentang lingkungan, tanggung jawab terhadap pilihannya, (2) Kemampuan untuk melakukan kontak dengan orang lain, (3) Memiliki kemampuan mengenali, menerima mengekspresikan perasaan, pikiran dan keyakinan dirinya.

Pemberian konseling *Gestalt* pada siswa *introvert* saja belum cukup, maka teknik yang sesuai dengan sifat *introvert* ialah teknik pembalikan, teknik pembalikan adalah teknik ini berasumsi bahwa gejala dan tingkah laku tertentu sering kali mempresentasikan

masukannya yang ditekan dalam diri individu. Teknik ini bertujuan untuk mengajak konseli untuk mengambil resiko terhadap ketakutan, kecemasan dan melakukan kontak dengan bagian dirinya yang selama ini ditolak dan ditekan. Untuk itu, konselor meminta konseli untuk melakukan tingkah laku yang kebalikan dari apa yang ia katakan.

Contoh:

Konseli yang mengatakan bahwa ia tersiksa karena ia terlalu pemalu dan tidak memiliki kepercayaan diri. Konselor meminta konseli tersebut untuk bertingkah laku seperti orang yang penuh percaya diri. Corey (Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, 2016: 322).

Berdasarkan teknik-teknik konseling *Gestalt*, penulis menggunakan teknik pembalikan yang sesuai dengan kasus anak memiliki sifat *introvert*. Konsep teknik ini mendorong konseli terjun ke dalam sesuatu yang ditakutinya dan individu harus memainkan peran yang bertentangan dengan perasaan-perasaan yang dikeluhkannya. Oleh karena itu, teknik ini dapat membantu konseli untuk mulai menerima perasaan-perasaan yang diingkarinya.

INTROVERT

Menurut C.G Jung (Hidayat, 2015: 49) menjelaskan bahwa *introvert* adalah menarik diri, sering kali disebabkan oleh rasa malu, cenderung memfokuskan kepada diri dalam pikiran dan perasaan.

Kepribadian *Introvert* yaitu tertutup dan kurangnya atau sulit bergaul dengan orang lain atau lingkungan sekitar yang mengakibatkan orang lain susah mengerti tentang keadaannya dan tidak semua orang dapat mengerti dan memahami siswa yang *introvert* (Zubaidah: 2016).

Berdasarkan pengertian diatas, bahwa *introvert* adalah suatu sifat yang hanya tertarik melakukan kegiatan dengan sendiri, sulit bergaul dan cenderung memiliki teman yang sedikit, selalu mengarahkan diri kedalamnya dan lebih sering berpikir unruk dirinya sendiri.

Sifat *introvert* memiliki ciri-ciri yang menunjukkan bahwa dia benar-benar seorang yang memiliki sifat *introvert*, seseorang dengan *introvert* yang dominan, umumnya memiliki karakteristik seperti, lebih cenderung

menarik kedalam dirinya sendiri. Ciri-ciri lain, ketika mereka tengah mengalami tekanan ataupun konflik, mereka lebih memilih untuk menyendiri dan menghindari kontak sosial dengan orang lain. Selain itu, seseorang dengan tipe kepribadian *introvert* yang dominan terkesan pemalu.

Menurut salah seorang tokoh yang mengembangkan teori Jung, yaitu terdapat ciri-ciri dari individu yang memiliki kepribadian *introvert*, yaitu: (1) Perhatiannya tertuju pada dunia di dalam dirinya, (2) Lebih memilih berkomunikasi secara tulisan, (3) Memiliki minat yang mendalam, (4) Berpikir dahulu baru berbicara, (5) Memiliki kesulitan dalam menjalin hubungan sosial dengan orang lain, (6) Memiliki sifat yang tertutup, (7) Pemalu dan sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, (8) Lebih menyukai bekerja secara individual, (9) Tidak banyak mengungkapkan perasaannya, (10) Lebih banyak berpikir sendiri di bandingkan berdiskusi dengan orang lain, (11) Kurang komunikatif.

Sifat *introvert* dapat kita golongkan dengan beberapa tipe *introvert*, Menurut Carl G. Jung (Hidayat, 2015: 50) menjelaskan beberapa tipe-tipe *introvert* berdasarkan psikologis, yaitu sebagai berikut: (1) Tipe *Introvert Thinking*, orang yang tidak dapat bersama dengan orang lain dalam waktu yang lama, dan kesulitan untuk mengkomunikasikan ide-idenya. Orang tipe ini lebih memfokuskan kepada pemikiran ketimbang perasaan, dan memiliki keputusan praktis yang sedikit lebih mendalam terhadap privasi. Mereka lebih suka menerima abstraksi dan teori. Fokus mereka lebih memahamidiri sendiri daripada memahami orang lain. orang lain akan melihatnya keras kepala, penyendiri, angkuh, dan kurang perhatian terhadap orang lain. (2) Tipe *Introvet Feeling*, orang dengan tipe ini suka menekan pemikiran rasional, memiliki kemampuan emosi yang mendalam, tetapi menghindari diri untuk mengekspresikannya keluar. Mereka terlihat misterius, tidak dapat disentuh dan cenderung pendiam dan kekanak-kanakan. Mereka hanya memiliki pertimbangan terhadap perasaan dan pikiran orang lain, terlihat menarik diri, dingin, dan memiliki keyakinan diri yang tinggi. (3) Tipe *Introvert Sensing*, orang tipe ini terlihat pasif, tenang, dan terpisah dari dunia sehari-hari. Terlibat dalam aktivitas kemanusiaan dengan

melakukan berbagai perbuatan baik dan menyennagkan. Mereka adalah orang yang sensitif secara estetik, ekspresif dalam seni atau musik, dan cenderung untuk menekan intuisinya. (4) Tipe *Introvert Intuitive*, orang tipe ini memfokuskan pada intuisi orang. Sangat sedikit memiliki kontak dengan dunia nyata. Tipe orang yang pengkhayal-penyendiri, kurang peduli terhadap hal-hal yang bersifat praktis, dan kurang dapat memahami orang lain, pertimbangannya aneh. Mereka umumnya kesulitan untuk mengatasi kehidupan sehari-hari dan perencanaan ke depan.

Dengan menerapkan teknik pembalikan yang terdapat dalam teori *Gestalt* diharapkan dapat membantu konseli untuk membuka diri dan dapat bersosialisasi dengan baik dengan orang lain dan lingkungannya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di SD Islam Daruttaslim Sampit dari tanggal 1 Mei 2018 sampai tanggal 10 Juli 2018. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Sasaran penelitian ini adalah salah satu peserta didik yang berinisial "MRT". Informan penelitian ini adalah wali kelas, guru mapel, teman dekat "MRT". Sumber data dalam penelitian ini berupa kata-kata dan tindakan seseorang yang diteliti atau yang diwawancarai. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik observasi, wawancara, dokumentasi, verbatim, dan angket. Teknik analisis data yang digunakan yaitu reduksi data, dan kesimpulan atau verifikasi data. Untuk teknik pemeriksaan kebenaran data menggunakan triangulasi sumber.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Dari hasil observasi yang dilakukan terhadap "MRT", "MRT" menunjukkan beberapa sikap yaitu sulit berkomunikasi dengan orang lain, lebih berfokus terhadap diri sendiri, tidak dapat bersama dengan orang lain dengan waktu yang lama, termasuk orang yang sulit memberikan pendapat, selalu memendam perasaan, sulit dalam mengungkapkan perasaan kepada orang lain, cenderung pendiam, menarik diri dari lingkungan, selalu bersikap dingin, termasuk anak yang cengeng, selalu memisahkan diri

dari dunia luar, selalu melakukan perbuatan baik kepada orang lain, termasuk anak yang pemikir dalam suatu hal, sering melakukan sesuatu untuk menghibur diri disaat sendirian, memiliki sedikit kontak dengan dunia nyata atau lingkungan luar, suka menyendiri, termasuk anak yang suka mengkhayal, suka memperhatikan orang sekitar, sulit mengatasi masalah yang dihadapinya dan memiliki kemampuan untuk memahami orang lain.

Tabel 1: Hasil Observasi Sebelum Konseling dan Sesudah Konseling Terhadap "MRT"

No.	Aktivitas	Sebelum Konseling	Sesudah Konseling Siklus I	Sebelum Konseling Siklus II
1	Perhatian konseli tertuju pada dunia di dalam dirinya, suka berkomunikasi secara tulisan, memiliki minat yang mendalam, lebih banyak berpikir sendiri dibandingkan berdiskusi dengan orang lain.	Tidak terlihat	Tidak terlihat	Tidak terlihat
2	Konseli berpikir dahulu sebelum berbicara, tidak banyak mengungkapkan perasaannya.	Ya, terlihat	Ya, terlihat	Ya, terlihat
3	Konseli memiliki kesulitan dalam menjalin hubungan sosial dengan orang lain, pemalu dan sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, memiliki sifat tertutup, lebih menyukai bekerja individual, kurang komunikatif	Ya, terlihat	Tidak terlihat	Tidak terlihat
	JUMLAH	7	4	2

Maka dapat disimpulkan bahwa pemberian layanan konseling *Gestalt* dengan teknik pembalikan dalam dua kali ini sudah sangat terlihat perubahan yang nampak pada "MRT pertemuan" yaitu ketika sebelum konseling menunjukkan 7 ciri-ciri *introvert*, pada saat sesudah konseling siklus I "MRT"

menunjukkan 4 ciri-ciri *introvert* maka dapat di nyatakan bahwa *introvert* “MRT” sudah terlihat menurun. Sedangkan sesudah konseling siklus II “MRT” hanya menunjukkan 2 ciri-ciri *introvert* saja dan perubahan yang sangat signifikan terjadi pada “MRT” adalah sudah mulai berkomunikasi dan tidak pemalu maupun tertutup dengan orang lain, walaupun ketika mengungkapkan perasaannya “MRT” lebih banyak berfikir dulu sebelum berbicara, sehingga dapat dinyatakan bahwa “MRT” sudah mengubah *introvert* yang sangat tinggi menjadi *introvert* yang rendah.

Setelah dilaksanakannya observasi kepda “MRT”, maka selanjutnya ialah wawancara kepada beberapa informan sehingga dapat disimpulkan bahwa dari hasil wawancara dengan beberapa informan yaitu wali kelas VI, guru mata pelajaran “MRT” dan teman sekelas “MRT”, bahwa menunjukkan beberapa perubahan dari sebelum konseling sampai dengan sesudah konseling dengan dua kali pertemuan yaitu yang awalnya penutup, pemalu dan susah bersosial dengan orang banyak. Setelah dilakukannya konseling menggunakan penerapan konseling *Gestalt* dengan teknik pembalikan “MRT” terlihat sekali perubahannya terutama pada hal komunikasi dengan orang lain.

Setelah dilaksanakannya wawancara terhadap informan maka ditemukanlah hal-hal yang menggambarkan bahwa “MRT” benar-benar *introvert*, maka informasi yang didapat tidak cukup hanya dari informan saja sehingga dilakukanlah wawancara terhadap konseli yaitu “MRT” subjek yang memiliki sifat *introvert*. Dari wawancara ini terdapat 28 pertanyaan yang ditujukan pada “MRT” yang hanya memiliki dua jawaban yaitu “Ya” dan “Tidak”.Berikut ini adalah hasil data wawancara sebelum dan sesudah konseling terhadap “MRT” sebagai berikut:

Tabel 2: Hasil Wawancara Terhadap “MRT” Sebelum Konseling dan Sesudah Konseling

No	Sebelum Koseling		Sesudah Konseling		Hasil Wawancara
	Jawaban	Jawaban	Jawaban	Jawaban “Tidak”	

	“Ya”	“Tidak”	“Ya”		
1	20	8	-	-	72%
2	-	-	13	15	47%
3	-	-	8	20	29%

Maka berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat dilihat bahwa adanya perubahan dan penurunan pada setiap kali pertemuan konseling individual, dari kategori tinggi menjadi kategori sedang dan dari kategori sedang menjadi kategori rendah *introvert* yang dimiliki “MRT”.

Hasil angket MBTI (*Mayer Briggs Type Indicator*) dengan “MRT” yang dilaksanakan sebelum konseling individual dengan hasil 87% dan setelah pemberian layanan konseling *Gestalt* terhadap “MRT” maka didapat hasil akhir yaitu 27%. Sehingga dengan adanya pemberian angket MBTI (*Mayer Briggs Type Indicator*) sebelum konseling individual tingkatan *introvert* “MRT” yang awalnya sangat tinggi menjadi *introvert* yang rendah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah dilakukannya wawancara, pemberian angket dan penerapan konseling kepada “MRT” maka terlihat sekali yang awalnya sangat *introvert* menjadi *introvert* yang rendah. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan penerapan *Gestalt* dengan teknik pembalikan untuk mengatasi anak yang *introvert*. Teknik pembalikan memiliki beberapa langkah pelaksanaan dimana pada saat pelaksanaan “MRT” sangat terlihat sekali perubahannya yaitu pada saat peneliti meminta kepada “MRT” untuk dapat berperan menjadi seorang yang percaya diri seperti memiliki sifat *ekstrovert*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling *Gestalt* dengan teknik pembalikan sangat efektif untuk mengubah sifat yang sangat *introvert* menjadi *introvert* yang rendah.

Melihat ada perubahan dari kategori *introvert* “MRT” maka model konseling *Gestalt* dengan teknik pembalikan berhasil mengubah permasalahan sifat *introvert* yang disebabkan oleh pola asuh orangtua yang salah. Maka model konseling *Gestalt* dengan

teknik pembalikan memang benar-benar cocok digunakan untuk mengatasi permasalahan yang bersumber pada kepribadian seseorang.

Berdasarkan hasil pembahasan diatas, maka penerapan model konseling *Gestalt* dengan teknik pembalikan terhadap siswa yang *introvert* di SD Islam Daruttaslim Sampit dinyatakan berhasil. Hal itu dapat dilihat dari perolehan data hasil wawancara terhadap "MRT" sebelum konseling 72%, dan setelah dilaksanakannya beberapa kali konseling kepada "MRT" dengan penerapan konseling untuk mengubah yang sangat *introvert* menjadi *introvert* yang rendah yaitu turun menjadi 29%. Hasil observasi pada saat pemberian layanan konseling *Gestalt* terlihat ciri-ciri *introvert* "MRT" sebelum konseling ialah menunjukkan 7 ciri-ciri *introvert*, Pada saat pemberian layanan konseling Siklus I "MRT" menunjukkan 4 ciri-ciri *introvert* dan pada saat pemberian layanan konseling Siklus II "MRT" hanya menunjukkan 2 ciri-ciri *introvert* saja dan dapat disimpulkan bahwa selama pemberian layanan konseling *Gestalt* dengan teknik pembalikan "MRT" terlihat sekali perubahannya terutama pada saat konseling Siklus II ciri-ciri *introvert* "MRT" menurun menjadi 2, yang awalnya sebelum konseling didapati 7 ciri-ciri yaitu "MRT" tidak menunjukkan kesulitan dalam menjalin hubungan orang lain, "MRT" tidak pemalu dan tidak sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, "MRT" lebih menyukai berkerja dalam kelompok dan "MRT" sudah bisa berkomunikasi. Dengan pemberian teknik pembalikan konseling *Gestalt* pada siswa *introvert* di penelitian ini sangat terlihat efektivitas perubahan untuk mengubah sifat *introvert*, yaitu yang awalnya sangat susah dalam berkontak langsung dengan orang banyak dan sulit dalam mengungkapkan perasaan sehingga orang disekitarnya kesulitan dalam berkomunikasi dengan konseli. Dengan pemberian teknik yang sesuai dengan sifat *introvert* konseli didapat perubahan pada diri konseli yaitu konseli menjadi seorang yang dapat menjalin hubungan dengan orang lain, tidak pemalu, dan tidak sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan baru dan dapat berkelompok dengan komunikasi yang baik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka dapat disimpulkan, bahwa penerapan

konseling *Gestalt* dengan teknik pembalikan berhasil mengubah sifat *introvert* pada salahsatu siswa di SD Islam Daruttaslim Sampit, sebagai berikut: (2) Pada saat pemberian angket terlihat perubahan sifat *introvert* yang dirasakan oleh "MRT" yang sebelum konseling sebesar 87%, dan setelah dilaksanakannya beberapa kali konseling kepada "MRT" dengan penerapan konseling untuk mengubah yang sangat *introvert* menjadi *introvert* yang rendah yaitu 27%. (2) Hasil wawancara sebelum konseling sebesar 72%, dan setelah dilaksanakannya beberapa kali wawancara sifat *introvert* "MRT" menurun menjadi 29% yaitu "MRT" masuk dalam tipe *introvert intuitive* bahwa "MRT" berfokus pada intuisi orang, sedikit memiliki kontak dengan dunia nyata, suka mengkhayal dan menyendiri. (3) Dan dari hasil observasi pada saat pemberian layanan konseling terlihat perubahan sifat *introvert* "MRT" yang sangat tinggi menjadi rendah yaitu sebelum konseling menunjukkan 7 ciri-ciri dari 11 ciri-ciri *introvert*, pada saat konseling Siklus I "MRT" menunjukkan 4 ciri-ciri *introvert* dan ketika pemberian layanan konseling Siklus II "MRT" hanya menunjukkan 2 ciri-ciri *introvert*, yaitu "MRT" tidak menunjukkan kesulitan dalam menjalin hubungan orang lain, "MRT" tidak pemalu dan tidak sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, "MRT" lebih menyukai berkerja dalam kelompok dan "MRT" sudah bisa berkomunikasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Gantina Komalasari; Eka Wahyuni, Karsih. (2016). *Teori dan teknik konseling*. Jakarta: Indeks.
- Gantina Komalsari; Eka Wahyuni; Karsih. (2016). *teori dan teknik konseling* , 285.
- Hidayat, D. R. (2015). *Teori dan Aplikasi Psikologi Kepribadian dalam Konseling*. Bogor: Ghalia, Indonesia.
- Komalasari, G. (2016). *teori dan teknik konselling* , 291.
- Nursyahrurahmah. (2017). *Jurnal copy. Hubungan antara kepribadian introvert dan kelekatan teman sebaya dengan kesepian remaja SMK Negeri 1 Kota Bima* , 2.
- Zubaidah, C. (2016). *Hubungan Kepribadian Introvert dengan Komunikasi*

Verbal Siswa Kelas I SMA Negeri
Kademangan Blitar.