

EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK GESTALT DENGAN TEKNIK PEMBALIKAN UNTUK MENGURANGI INFERIORITAS REMAJA

Nadia Naila Nurazizah*, Muhammad Japar, Nofi Nur Yuhanita.

¹Nadia Naila Nurazizah, S.Pd* Bimbingan dan Konseling/FKIP, Universitas Muhammadiyah Magelang.

²Prof. Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons Bimbingan dan Konseling/FKIP, Universitas Muhammadiyah Magelang.

³Nofi Nur Yuhanita, M.Psi Bimbingan dan Konseling/FKIP, Universitas Muhammadiyah Magelang.

*Email: nadia.naila13@gmail.com, muhammadjapar69@gmail.com, nofinury@ummgl.ac.id

Abstrak

Keywords:
*konseling kelompok;
pembalikan;
inferioritas.*

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas konseling kelompok gestalt dengan teknik pembalikan untuk mengurangi inferioritas remaja. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen murni menggunakan model Pretest-Posttest Control Group Design. Subjek penelitian ini dipilih secara random. Sampel yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 10 remaja terdiri dari 5 remaja sebagai kelompok eksperimen dan 5 remaja sebagai kelompok kontrol. Metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket inferioritas remaja. Metode analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan analisis Statistic Parametric One Way Anova dengan bantuan SPSS For Windows versi 24.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok gestalt teknik pembalikan efektif untuk mengurangi inferioritas remaja. Hal ini dibuktikan dari hasil uji Statistic Parametric One Way Anova dengan probabilitas sig. (2-tailed) $0,007 < 0,05$. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, terdapat perbedaan skor rata-rata angket inferioritas remaja antara kelompok eksperimen 33,91% dan kelompok kontrol sebesar 8,35%. Hasil dari penelitian dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok gestalt dengan teknik pembalikan efektif untuk mengurangi inferioritas remaja.

1. PENDAHULUAN

Pada masa remaja terutama remaja awal, individu dihadapkan dengan perubahan, baik itu perubahan fisik maupun sosial. Masa kini, perubahan fisik dan ekspektasi atau harapan dari lingkungan membuat remaja sadar akan keadaan dirinya. Permasalahan inferioritas kompleks meningkat dimasa remaja, masa remaja adalah masa utama dimana remaja menanggung perasaan rendah diri [1].

Menurut teori psikologi individual, perasaan inferior muncul ketika seseorang tenggelam dalam rasa

ketidakberdayaan atau mengalami suatu peristiwa yang membuat dirinya tidak mampu berbuat apa-apa [2].

Perasaan inferioritas merupakan rasa rendah diri dan rasa kurang berharga dari dalam diri yang muncul karena adanya perasaan ketidakberdayaan dan ketidakmampuan untuk mengaktualisasikan diri sendiri.

Inferioritas yang dialami setiap orang umumnya memiliki dua bentuk, yaitu inferioritas organ dan inferioritas psikologis. Inferioritas organ, pada umumnya akan memiliki perasaan rendah diri dialami oleh individu yang

dilahirkan cacat anggota badannya. Ada diantara individu yang lahir dengan kondisi jantung lemah, maupun mengidap kelainan fisik lainnya. Adler mengungkapkan bahwa banyak orang dalam menghadapi inferioritas organ semacam ini dengan cara kompensasi dimana individu berusaha menutupi kelemahannya dengan berbagai cara. Kekurangan fisik bisa diatasi dengan cara melatihnya bahkan bisa menjadi lebih kuat dibanding yang lain, ada lagi individu yang mengkompensasi kelemahan fisiknya secara psikologis karena masalah-masalah pada fisik bisa mendorong perkembangan bakat atau gaya kepribadian tertentu [3].

Inferioritas psikologis merupakan bentuk perasaan inferior yang dinilai Adler lebih banyak dialami individu. Pada seseorang yang anggap sebagai orang bodoh, nakal, lemah dan sebagainya, ada individu yang meyakini dirinya tidak mampu berbuat hal baik. Di lingkungan individu dilecehkan karena tampang yang jelek sehingga tidak punya teman, sehingga individu perlahan lahan mulai membenci diri sendiri. Bahkan ada sebagian yang tidak mampu mengembangkan sisi baik apapun dalam keadaan seperti ini, sehingga individu akan menjadi pemalu, penakut, merasa tidak aman, tertindas dan sebagainya. Seseorang mulai mempercayakan diri kepada orang lain untuk mengatur hidupnya, atau mulai memanfaatkan orang lain.

Berkaitan dengan inferioritas, berdasarkan dari hasil angket sederhana di google form remaja menarik diri terdapat 56% dan dari wawancara pra penelitian yang dilakukan peneliti pada bulan Juni 2020 dengan ketua RW VII Kelurahan Kedungsari, Kota Magelang, beliau mengatakan bahwa pemuda kedungsari RW VII khususnya remaja kalangan siswa SMP dan SMA

mempunyai banyak permasalahan terkait rasa menarik diri, atau rasa rendah diri (inferioritas), ketika ada kegiatan di lingkungan masyarakat minat sosial remaja menjadi rendah. Selain melakukan wawancara dengan ketua RW VII Kedungsari ditindak lanjuti oleh penulis dengan observasi di lingkungan kedungsari RW VII serta wawancara kepada remaja di lingkungan RW VII tersebut, hasil dari wawancara tersebut kebanyakan remaja kalangan SMP dan SMA bermasalah terkait dengan rasa rendah diri, minder (inferioritas), permasalahan tersebut menjadikan salah satu hambatan yang terjadi dalam minat social di wilayah tersebut. Masalah tersebut timbul sebagai akibat dari remaja yang memiliki rasa inferioritas, rasa inferioritas merupakan salah satu hambatan bagi remaja untuk menjalani hidup dengan baik. Remaja akan membutuhkan kepercayaan diri setiap harinya dalam berbagai hal, termasuk dalam interaksi social di lingkungannya ataupun di luar lingkungan tempat tinggalnya. Jika tingkat kepercayaan diri remaja baik akan memudahkan untuk pengambilan keputusan dan melanjutkan jalan untuk mendapatkan teman, minat sosial yang baik, membangun hubungan atau relasi serta membantu remaja mempertahankan kesuksesan.

Kenyataan di atas yang diperoleh data dari hasil pra penelitian angket sederhana yang diberikan kepada remaja, wawancara dengan ketua RW serta observasi menunjukkan bahwa permasalahan inferioritas pemuda Kedungsari RW VII perlu adanya penanganan dan perhatian lebih dari berbagai pihak seperti Konselor, Teman, dan Orang Tua. Jika tidak dilakukan upaya untuk mengurangi inferioritas pada remaja kalangan siswa SMP dan SMA, maka mereka akan

gagal dalam memenuhi tugas perkembangannya. Sehingga dalam permasalahan ini perlunya dilakukan upaya dalam mengurangi rasa inferioritas remaja kalangan siswa SMP dan SMA melalui pemberian layanan Konseling Kelompok Gestalt dengan teknik Pembalikan untuk siswa yang mengalami permasalahan inferioritas. Teori Gestalt mendorong individu untuk menjalankan terapi sendiri, seperti introspeksi, mencari suatu kesalahan yang ada pada diri sendiri kemudian memperbaikinya. Teknik pembalikan akan mendorong klien terjun kedalam sesuatu yang ditakutinya karena hal tersebut dianggap bisa menimbulkan kecemasan dan menjalin hubungan dengan bagian diri yang telah diingkari. Dalam konseling kelompok gestalt dan melakukan praktik drama dengan teknik pembalikan yang akan memberikan dorongan keyakinan positif terhadap apa yang dilakukan oleh remaja, diharapkan dapat membantu remaja untuk mengurangi inferioritas dan membangun rasa percaya dirinya.

Sejalan dengan penelitian yang berjudul “Pengaruh Teori Gestalt Dengan Teknik Pembalikan Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Melalui Konseling Kelompok”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan teori Gestalt dengan teknik pembalikan terbukti berpengaruh dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa melalui konseling kelompok. Hal ini ditunjukkan pada uji hipotesis bahwa terdapat perbedaan tingkat rasa percaya diri antara kelompok eksperimen setelah mendapatkan treatment dengan kelompok kontrol yang diberi intervensi dengan berbeda teknik. Penelitian ini memiliki kontribusi dalam penelitian yang akan dilakukan yaitu memiliki kesamaan

teknik penelitian. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Andini, Suarni dan Putri teknik teori Gestalt dengan teknik pembalikan mampu untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa melalui konseling kelompok. [4].

Penelitian lain dengan judul “Efektivitas Teknik Manajemen Diri Untuk Mengatasi Inferiority Feeling” Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi menggunakan konseling kelompok dengan teknik manajemen diri efektif untuk menurunkan inferiority feeling pada subyek penelitian. Penelitian ini memiliki kontribusi dalam penelitian yang akan dilakukan yaitu memiliki kesamaan di dalam fokus penelitian mengenai mengurangi inferioritas. Metode penelitian yang dilakukan menggunakan metode kuasi eksperimen dengan desain non equivalent pretest-posttest design, sedangkan penelitian yang akan dilakukan peneliti menggunakan metode true experiment dengan Pretest-Post Test Control Group Design. Penelitian yang akan dilakukan menggunakan layanan konseling kelompok Gestalt dengan teknik Pembalikan[5].

Berdasarkan penelitian di atas, maka penelitian menggunakan teknik pembalikan diharapkan dapat membantu remaja dalam mengurangi inferioritas remaja.

Layanan Konseling Kelompok Gestalt dengan teknik Pembalikan merupakan salah satu upaya dalam membantu seseorang untuk mengatasi masalahnya dalam suasana kelompok dalam kegiatan konseling yang terorganisir. Dimana juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut [6].

Gestalt berfokus pada apa dan bagaimana tingkah laku serta pengalaman di sini dan juga sekarang dengan memadukan atau mengintegrasikan bagian kepribadian yang terpecah dan tak diketahui, sebab Gestalt bekerja di atas prinsip kesadaran individu [7].

Kegiatan konseling kelompok yang menekankan pada interaksi individu dan didukung dengan pendekatan Gestalt mampu menciptakan reaksi bagi individu untuk mempercepat individu dalam mengintergrasikan diri pada kenyataan.

Teknik pembalikan (*reversal technique*) adalah teknik tingkah laku yang sering kali mempresentasikan pembalikan implus-implus kesadaran yang mendasari kepribadian individu tersebut [8]. Teknik pembalikan juga mampu meminimalisir sikap malu yang berlebihan yang membuat individu menghambat interaksi dalam proses belajarnya.

Berdasarkan uraian di atas menunjukkan perlunya kajian secara ilmiah tentang pentingnya Konseling Kelompok Gestalt teknik Pembalikan dalam mengurangi Inferioritas remaja, hal ini menjadi fokus peneliti dan merencanakan penelitian Efektifitas Konseling Kelompok Gestalt dengan Teknik Pembalikan.

2. METODE

Desain rancangan penelitian yang dilakukan adalah penelitian eksperimen. Penelitian yang digunakan adalah *True Eksperiment* dengan menggunakan model *Pretest-Posttest Control Group Design*. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen yang akan diberikan perlakuan (*Treatment*) dan kelompok kontrol sebagai kelompok pembanding yang diberikan perlakuan konseling

kelompok gestalt teknik bermain proyeksi. Desain penelitian ini diberi *pre-test* untuk mengetahui keadaan awal kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebagai pembanding. Setelah pemberian perlakuan maka akan diukur kembali dengan *post-test* yang akan dianalisis untuk menarik kesimpulan penelitian. Hasil pengukuran dianggap sebagai efek dari perlakuan.

Langkah-langkah pelaksanaan eksperimen ini yaitu (1) Sebelum perlakuan diberikan langkah yang harus dilakukan adalah memberikan *pre-test* kepada semua subjek kelompok eksperimen dan kelompok kontrol untuk mengukur kondisi awal subjek penelitian yaitu tentang tingkat Inferioritas remaja; (2) Memberikan perlakuan kepada kelompok eksperimen dengan konseling kelompok gestalt teknik pembalikan. Sedangkan kelompok pembanding diberikan konseling kelompok gestalt teknik bermain proyeksi; (3) Dilakukannya pengukuran kembali *post-test* untuk mengukur apakah terdapat pengaruh atau perbedaan nilai skor sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Langkah keempat yaitu membandingkan hasil *pre-test dan post-test*. Selain itu dalam penelitian ini terdapat kelompok kontrol yaitu kelompok pembanding, dalam kelompok ini diberikan perlakuan konseling kelompok gestalt teknik bermain proyeksi.

Dalam penelitian ini inferioritas remaja adalah variabel *dependent* (variabel terikat). Konseling Kelompok Gestalt teknik Pembalikan adalah variabel *independent* (variabel bebas). Populasi dari penelitian ini adalah remaja kelurahan Kedungsari RW VII Kota Magelang yang berjumlah sekitar 40 orang dimana dalam hasil wawancara dan observasi sebagian

besar remaja memiliki ciri-ciri permasalahan inferioritas sehingga populasi dianggap homogen. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah pemuda dari anggota populasi yaitu dari 40 remaja akan diambil sample sebanyak 10 orang remaja. Dari 10 remaja tersebut dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 5 orang remaja sebagai kelompok eksperimen dan 5 orang remaja sebagai kelompok kontrol. Dalam menentukan sampel kelompok, peneliti menggunakan teknik *Simple Random Sampling* yaitu teknik pengambilan sample yang dilakukan secara acak yaitu dapat melalui metode undian, ordinal, maupun tabel bilangan random. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah (1) wawancara; (2) Angket. Instrumen penelitian ini menggunakan skala Likert dengan model empat pilihan (skala empat) yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), KS (Kurang Sesuai), dan TS (Tidak Sesuai).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian diuji validitas dan reliabilitas. Pengujian ini dilakukan agar instrumen penelitian yang disebar melalui kuesioner tersebut valid dan reliabel, alat ukur untuk mendapatkan data sudah dapat digunakan. Pelaksanaan uji validitas dan reliabilitas tersebut dibantu dengan SPSS 24 *For Windows*. Jumlah item pertanyaan adalah 42 dengan jumlah responden 42, dengan kriteria valid adalah $r_{hitung} > r_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5%. Dari analisis didapatkan hasil item pertanyaan valid berjumlah 32 dan item gugur atau tidak valid berjumlah 10 item. Instrumen dikatakan reliabel jika nilai *alpha cronbach* lebih besar dari r-tabel. Nilai r-tabel dengan jumlah 32 adalah 0,349 pada taraf signifikan 5%. Hasil analisis instrument inferioritas remaja adalah 0,896 ($0,896 > 0,349$). Sehingga item

dalam skala inferioritas remaja dinyatakan reliabel dan bisa digunakan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Permasalahan yang muncul terkait dengan perasaan inferioritas yang terdapat di remaja kelurahan kedungsari yaitu remaja cenderung menarik diri dari lingkungannya, memiliki hubungan pertemanan yang tidak bagus, memiliki citra diri yang negatif, dan bahkan merasa nyaman dengan kesendiriannya. Dalam perkembangannya, remaja tidak bisa untuk mengatasi kegagalan dan remaja merasa bahwa mereka tidak akan bisa menjadi orang yang sukses. Inferiority feeling memberikan dampak yang sangat buruk bagi remaja. Melalui permasalahan yang ada, penanganan dalam menyelesaikan permasalahan salah satunya dengan menggunakan layanan konseling kelompok gestalt teknik pembalikan teknik pembalikan dari konseling gestalt sangat cocok untuk membantu remaja yang memiliki perasaan inferioritas tinggi dimana teknik pembalikan konseling gestalt ini merupakan teknik yang dapat memberikan kesadaran dengan cara membalikkan imfuls – imfuls atau fikiran – fikiran negatif tentang masa lalu yang berpengaruh terhadap masa sekarang sehingga akhirnya mencapai kesadaran maksimal apa yang harus dilakukan untuk memotivasi diri agar lebih baik lagi. Teknik pembalikan ini menimbulkan kesadaran bagaimana remaja mencoba menemukan harapan-harapan orang lain atas dirinya untuk menerima, dan menyukai dirinya.

Penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimen, hasil yang diperoleh berupa deskripsi pelaksanaan penelitian, deskripsi tiap- tiap variabel, uji prasyarat analisis, uji hipotesis serta uji besar pengaruh. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik

random sampling yaitu dengan metode acak yang dilaksanakan peneliti kepada remaja kelurahan Kedungsari RW VII. Proses ini dilakukan dengan cara sistem undian dengan mengambil 10 nama remaja yang terpilih untuk dijadikan sampel tersebut. *Preetest* dilaksanakan pada kelompok eksperimen dan kontrol yang masing-masing berjumlah 5 remaja.

3.1. Hasil *Preetest* dan *Posttest*

Tabel 1
Perbandingan Skor *Preetest* dan *Posttest* Kelompok Eksperimen

No	Pret est	Postte st	Penurunan	
			Nilai	%
1	102	53	49	48,03%
2	60	48	12	20%
3	81	59	22	27,16%
4	77	56	21	27,27%
5	87	46	41	47,12%
Mean			29	33,91%
Min			12	20%
Max			49	48,03%

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa peningkatan skor tertinggi adalah 49 atau 48,03% dan terendah 12 atau 20% dengan rata-rata perubahan skor sebanyak 29 atau 33,91%. Pada tabel tersebut terdapat peningkatan jumlah skor sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan inferioritas remaja setelah dilakukan perlakuan pada kelompok eksperimen.

Tabel 2
Perbandingan Skor *Preetest* dan *Posttest* Kelompok Kontrol

No	Prettest	Posttest	Peningkatan	
			Nilai	%
1	56	55	1	1,78%
2	86	73	13	15,11%
3	75	72	3	4%
4	85	74	11	12,94%
5	63	58	5	7,93%
Mean			6,6	8,35%
Min			1	1,78%
Max			13	15,11%

Berdasarkan tabel dan grafik diatas dapat diketahui bahwa peningkatan skor tertinggi adalah 13 atau 15,11% dan terendah 1 atau 1,78% dengan rata-rata perubahan skor sebanyak 6,6 atau 8,35%. Pada tabel tersebut terdapat penurunan skor, sehingga dapat disimpulkan bahwa rata-rata penurunan skor skala inferioritas remaja pada kelompok eksperimen mengalami penurunan.

3.2. Uji Prasyarat

Analisis data untuk uji hipotesis harus melewati uji prasyarat hipotesis terlebih dahulu. Pengujian prasyarat dilakukan sebelum pengujian hipotesis bertujuan untuk mengetahui data yang digunakan berdistribusi normal dan homogen. Uji prasyarat hipotesis pada penelitian ini meliputi uji normalitas dan homogenitas. Hasil perhitungan analisis dari masing-masing uji adalah sebagai berikut:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas data dilakukan dengan bantuan program SPSS versi 24 for Windows. Penentuan normal dan tidaknya distribusi skor yaitu dengan menggunakan uji Kolmogorov Smirnov. Asumsi yang digunakan apabila nilai signifikan ($Asymp.sig$) > Alpha 5% berarti data berdistribusi normal, sebaliknya apabila signifikansi ($Asymp.sig$) < Alpha 5% maka data tersebut berdistribusi tidak normal. Hasil pengujian normalitas menggunakan uji Kolmogorov Smirnov disajikan dalam tabel berikut :

Tabel 3
Uji Normalitas

Subyek Variabel	Nilai Statistik	Sig	Keterangan
Pre test Eksperimen	0,191	0,200	Berdistribusi Normal
Post Test	0,192	0,200	Berdistribusi

Eksperimen			Normal
Pre test	0,220	0,200	Berdistribusi
Kontrol			Normal
Post test	0,243	0,200	Berdistribusi
Kontrol			Normal

Berdasarkan uji normalitas data pada tabel 11, diketahui bahwa signifikansi skor pretest dan post test baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol adalah lebih dari 0,05. Data penelitian ini memiliki sebaran data normal karena memiliki tingkat probabilitas (p value) lebih besar dari 0,05, sehingga data dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan dengan menggunakan program komputer SPSS versi 24 for Windows. Uji homogenitas ini menggunakan uji Levene's test of equality of error variances. Tujuan dilakukannya uji homogenitas yaitu untuk mengetahui apakah sampel yang digunakan mempunyai variasi yang sama. Kriteria pengambilan keputusan dalam uji homogenitas dilakukan apabila nilai signifikansi >0,05 berarti varian bersifat homogeny, sebaliknya apabila nilai signifikansi <0,05 maka varian bersifat heterogen. Berikut dapat dilihat hasil uji homogenitas:

Tabel 4
Uji Homogenitas

Levene Statistic	df1	df2	Sig
1,276	3	16	,316

Berdasarkan uji homogenitas yang telah dilakukan, diketahui bahwa nilai signifikansi 0,316 berarti lebih dari 0,05 dengan demikian varian dalam penelitian ini memiliki sifat

homogen atau memiliki varian yang sama.

3.3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis *Statistic Parametric One Way Anova*. Model analisis ini menggunakan dua cara yaitu berdasarkan signifikansi dan nilai F. Pengambilan kesimpulan berdasarkan nilai signifikansi yaitu jika signifikansi > 0,05 maka Ho diterima, namun jika signifikansi < 0,05 maka Ho ditolak. Apabila pengambilan kesimpulan berdasarkan F yaitu jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$ maka Ho diterima namun jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka Ho ditolak. Hasil uji *Anova* disajikan dalam tabel berikut :

Tabel 5.
Uji Anova

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	sig
Between Groups	2257,200	3	752,400	5,722	,007
Within Groups	2104,000	16	131,500		
Total	4361,200	19			

Berdasarkan hasil uji Anova pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa signifikansi 0,007 kurang dari 0,05 maka Ho ditolak. Nilai Fhitung 5,722 lebih besar dari Ftabel 3,238 maka Ho ditolak. Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok gestalt teknik pembalikan dan dan konseling kelompok gestalt teknik bermain proyeksi dapat menurunkan inferioritas remaja.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa

konseling kelompok gestalt teknik pembalikan efektif dalam mengurangi inferioritas remaja. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan adanya peningkatan hasil skor remaja, penurunan tersebut dapat dilihat pada hasil *pretest* dan *posttest*. Konseling kelompok gestalt dengan teknik pembalikan dapat memberikan kesadaran dengan cara membalikkan impuls – impuls atau pikiran – pikiran negatif tentang masa lalu yang berpengaruh terhadap masa sekarang sehingga akhirnya mencapai kesadaran maksimal apa yang harus dilakukan untuk memotivasi diri agar lebih baik lagi. Teknik pembalikan ini menimbulkan kesadaran bagaimana remaja mencoba menemukan harapan-harapan orang lain atas dirinya untuk menerima, dan menyukai dirinya serta diharapkan dapat membantu konseli dalam menyelaraskan berpikir, merasa dan bertindak lebih baik. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa konseling kelompok gestalt dengan teknik pembalikan efektif dalam mengurangi inferioritas remaja. Hal ini dibuktikan dari adanya perbedaan penurunan skor hasil pretest dan posttest pada kelompok eksperimen. Sedangkan pada skor pretest dan posttest kelompok kontrol tidak menunjukkan peningkatan yang signifikan. Hal ini dapat membuktikan bahwa konseling kelompok gestalt teknik pembalikan dapat mengurangi inferioritas remaja.

REFERENSI

- [1] Kenchappanavar, R. N. (2012). *Relationship between Inferiority Complex and Frustration in Adolescents*. IOSR Journal of Humanities and Social Science (JHSS) Vol. 2, Issue 2.
- [2] Friedman, Howard S. & Schustack, Miriam W. (2006). *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern Edisi Ketiga*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- [3] Boeree, C George. (2010). *Personality theories melacak kepribadian anda bersama psikolog dunia*. Jogjakarta: PrismaSophie.
- [4] Andini, Suarni, dan Putri. *Pengaruh Teori Gestalt Dengan Teknik Pembalikan Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Melalui Konseling Kelompok*. Vol. 2. No. 1. (2014)
- [5] Kartika. Juntika Nurihsan “*Efektivitas Teknik Manajemen Diri untuk Mengatasi Inferiority Feeling*” *Jurnal Penelitian Pendidikan*. Vol. 16. No. 1. (2016).
- [6] Nasrina Nur Fahmi & Slamet, “*Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMK Negeri 1 Depok Sleman*”, *Jurnal Hisbah*, (Vol. 13. No 1.Thn. 2016), 71.
- [7] Corey, Gerald. (2010). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- [8] Herna, Antari, dan Dantes. (2014). *Penerapan Konseling Gestalt Dengan Menggunakan Teknik Pembalikan Untuk Meningkatkan Intensitas dalam Interaksi Belajar Siswa di Kelas 8D SMP Negeri 3 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014*. Vol. 2. No. 1.