

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN
PENDEKATAN *GESTALT* UNTUK MENGATASI
KECEMASAN PESERTA DIDIK MENGHADAPI UJIAN
PRAKTIK DI SMK NEGERI 1 SUNGAISELAN**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

Oleh :

WIDIA OKTAVIANI

1915083

Fakultas Tarbiyah

Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Kepada:

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK

BANGKA BELITUNG

TAHUN 2024



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM

Jalan Raya Petaling, Km. 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka Prov. Kep. Bangka Belitung
E-mail: humas@iainsabbel.ac.id Website: www.iainsabbel.ac.id Kode Pos: 33173

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI

Nomor : B-03/BKPI/5.5/PP.00.9/10/2024

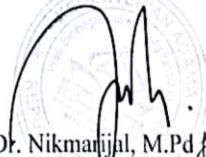
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah
Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan
bahwa mahasiswa dengan identitas berikut :

Nama	:	Widia Oktaviani
NIM	:	1915083
Program	:	Strata 1
Fakultas	:	Tarbiyah
Program Studi	:	Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul Skripsi	:	Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan <i>Gestalt</i> Untuk Mengatasi Kecemasan Peserta Didik Menghadapi Ujian Praktek di SMKN 1 Sungaiselan.

Hasil cek plagiasi sebesar 18%, dan di nyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25% pada skripsi yang disusunnya.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 17 Oktober 2024
Ka. Program Studi BKPI


Dr. Nikmanijal, M.Pd.
NIP. 19861282018011001

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Widia Oktaviani

NIM : 1915083

Fakultas / Prodi : Tarbiyah / Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul **“PENGARUH KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN PENDEKATAN GESTALT UNTUK MENGATASI KECEMASAN PESERTA DIDIK MENGHADAPI UJIAN PRAKTEK DI SMK NEGERI 1 SUNGAI SELAN”** adalah asli dari hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan diperguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang tertulis dijadikan acuan ataupun kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 16 Oktober 2024



Widia Oktaviani

NIM: 1915083



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: stainbangkabelitung@kemenag.go.id, stain32_sasbabel@yahoo.co.id
BANGKA 33173

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal: Skripsi

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di-
tempat

Assalamu'alaikum Wr,Wb

Setelah membaca, mencermati dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan sebelumnya, baik dari segi isi, bahasa, serta teknik penulisan maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : WIDIA OKTAVIANI
NIM : 1915083
Fakultas : Tarbiyah
Prodi : BIMBINGAN KONSELING DAN PENDIDIKAN ISLAM
(BKPI)
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan Gestalt Untuk Mengatasi Kecemasan Peserta Didik Menghadapi Ujian Praktek Di SMK Negeri 1 Sungaiselan.

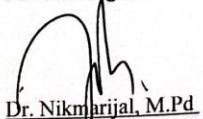
Telah dapat iajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). harapan kami semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqosyahkan.

Demikian Nota Dinas Pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

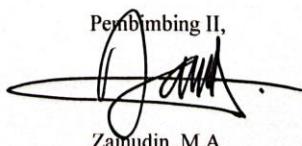
Wssalamu'alaikum Wr,Wb.

Bangka, 16 Oktober 2024

Pembimbing I,


Dr. Nikmarijal, M.Pd
NIP. 198611282018011001

Pembimbing II,


Zamudin, M.A
NIP. 2010089301



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: stainbangkabelitung@kemenag.go.id, stain32_sasbabel@yahoo.co.id
BANGKA 33173

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal: Skripsi

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di-
tempat

Assalamu'alaikum Wr,Wb

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi serta mengadakan perbaikan sebelumnya, baik dari segi isi, bahasa, serta teknik penulisan maka kami selaku konsultan berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama	:	WIDIA OKTAVIANI
NIM	:	1915083
Fakultas	:	Tarbiyah
Prodi	:	BIMBINGAN KONSELING DAN PENDIDIKAN ISLAM
Judul Skripsi	:	Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan Gestalt Untuk Mengatasi Kecemasan Peserta Didik Menghadapi Ujian Praktek Di SMK Negeri 1 Sungaiselan.

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). harapan kami semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqosahkan.

Demikian Nota Dinas Konsultan ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wssalamu'alaikum Wr,Wb.

Bangka, 06 November 2024

Konsultan I,

Wahyudin Noor, M.S.I
NIP. 197909292009121002

Konsultan II,

Saiful Anwar
NIDN. 2003128003

KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH
Jalan Raya Petaling Km.13 Kee Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id, Website: www.iainsasbabel.ac.id
BANGKA 33173

PENGESAHAN

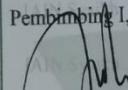
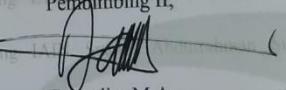
Nomor: 317.B9/FT/PP.00.9/11/2024

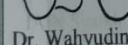
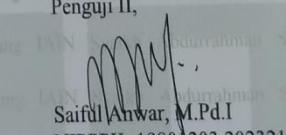
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik IAIN
Skripsi dengan judul: Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Gestalt* untuk Mengatasi Kecemasan Peserta Didik Menghadapi Ujian Praktik di SMK Negeri 1 Sungaiselang
Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

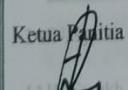
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik IAIN
Nama : Widia Oktaviani
NIM : 1915083
Fakultas Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik IAIN
dengan nilai A (86.40), dan
telah dimunaqasyahkan pada hari: Kamis, tanggal 31 Oktober 2024 dengan nilai A (86.40), dan
dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar S.Pd.

DEWAN SIDANG MUNAQASYAH

Pembimbing I,  Pembimbing II, 
Dr. Nikmarijal, M.Pd. NIP. 19861128 201801 1 001 Zainudin, M.A. NIDN. 2010089301

Pengaji I,  Pengaji II, 
Dr. Wahyudin Noor, M.S.I. NIP. 19790929 200912 1 002 Saiful Anwar, M.Pd.I. NIPPK. 19801203 202321 1 006

Ketua Panitia  Bangka Belitung IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik IAIN
Dr. Febriyo, M.A. NIP. 19890201 201503 1 004 Bangka, 11 November 2024

Dekan Fakultas Tarbiyah,  Dr. Hj. Soleha, M.A.
NIP. 19750527 200501 2 008

HALAMAN MOTTO

“ketahuillah bahwa kesuksesan itu milik mereka yang sabar”

(Umar Bin Khatab)

“raihlah ilmu dan untuk meraih ilmu, belajarlah untuk tenang dan sabar”

(Umar Bin Khatab)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah dengan mengucapkan syukur atas kehadiran Allah SWT atas berkat dan rahmat serta kemudahannya sehingga bisa menyelesaikan karya sederhana ini dengan rasa bangga dan bahagia saya persembahkan kepada:

Kepada kedua orang tua saya, Bapak (Masuka) dan Ibu (Musati), yang selalu memberi doa, motivasi, semangat, tempat berkeluh kesah dan yang telah membiayai sampai di tahap ini tanpa kenal lelah semoga selalu diberi kesehatan dan umur yang panjang aamiin, dan kakak-kakak saya (Andi Yusuanda dan Endang Mayang Sari), yang sedikit banyaknya sudah memberikan dukungan selama proses pembuatan kripsi ini.

Saya juga mempersembahkan karya ini kepada Almamater tercinta kampus perjuangan Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, yang telah menaungi dalam menuntut ilmu semoga ilmu yang diperoleh dapat bermanfaat. Terimakasih telah memberikan fasilitas untuk kami terus berproses.

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN
PENDEKATAN *GESTALT* UNTUK MENGATASI KECEMASAN
PESERTA DIDIK MENGHADAPI UJIAN PRAKTIK DI SMK NEGERI 1
SUNGAISELAN**

Widia Oktaviani
Fakultas Tarbiyah
Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik

Abstrak

Penelitian ini berdasarkan permasalahan yang peneliti temukan di SMK Negeri 1 Sungaiselan yang menunjukkan bahwa cukup banyak peserta didik yang mengalami kecemasan menghadapi ujian praktik. Permasalahan tersebut didasarkan pada laporan guru BK maupun guru mata pelajaran bahwa masih banyak peserta didik yang mengalami kecemasan menghadapi ujian praktik. Dalam hal ini Kecemasan menghadapi ujian menjadi penghambat belajar yang mengganggu kinerja fungsi-fungsi psikologis seseorang seperti konsentrasi, takut, akan kegagalan, pembentukan konsep dan pemecahan masalah. Penelitian ini menggunakan Konseling kelompok dengan *gestalt* bertujuan untuk membantu peserta didik mencapai kesadaran tentang apa yang mereka rasakan dan lakukan, memahami kenyataan serta bertanggungjawab terhadap pilihannya.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan dengan metode eksperimen dengan desain (*One-Group Pretest-Posttest Designs*). Populasi penelitian ini adalah peserta didik SMK kelas XI kecamatan Sungaiselan yang berjumlah 54 peserta didik. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner atau angket. Teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan *purposive sampling* di mana sampel berjumlah 12 peserta didik yang diambil dari peserta didik kelas XII SMK Negeri 1 Sungaiselan.

Teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan uji prasyarat, melakukan uji normalitas (*Shapiro Wilk*) karena jumlah sampel <50 maka didapatkan sig. sebesar $0,427 > 0,05$ dan hal ini menunjukkan data hasil penelitian normal. Dilakukan uji homogenitas nilai Sig. sebesar $0,114 > 0,05$ dan hal ini menunjukkan pada kecemasan, pada hasil *pretest* dan *posttest*-nya varians homogen. Uji hipotesis yaitu uji regresi linier sederhana diperoleh untuk nilai signifikan $0,018 < 0,05$ maka variable x terdapat pengaruh secara signifikan terhadap variable y sebesar $0,001$ hipotesis diterima. Uji F (simultan) nilai f hitung $8,007 > F$ tabel $1,812$, maka dapat dapat disimpulkan bahwa hipotesis H^a diterima dan H^o ditolak. Dengan demikian berarti terdapat pengaruh antara (x) secara simultan berpengaruh terhadap (y). Sehingga ada pengaruh penerapan konseling kelompok menggunakan pendekatan *gestalt* untuk mengatasi kecemasan peserta didik menghadapi ujian praktik.

Kata-kata kunci: *konseling kelompok, pendekatan gestalt, kecemasan*

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Assalamu'alaikum Warohmatullahi Wabarakatu

Alhamdulillah, puji syukur atas kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan segala rahmat, hidayah dan karunia-Nya kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam tak henti-hentinya tercurahkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW, atas takdir-Nya yang telah menjadikan saya manusia yang senantiasa berpikir, beriman, berilmu, dan sabar dalam menjalani kehidupan di dunia ini. Semoga keberhasilan ini menjadi langkah awal untuk saya meraih cita-cita yang sudah sejak lama saya cita-citakan. Akhirnya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Gestalt* Untuk Mengatasi Kecemasan Peserta Didik Menghadapi Ujian Praktek di SMK Negeri 1 SungaiSelan”

Suatu kebanggan yang peneliti rasakan dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis sangat menyadari bahwa dalam penyelesaian skripsi ini terdapat banyak kendala. Tanpa adanya bantuan, dorongan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud. Oleh karena itu, dengan kendala hati, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang tiada hingga kepada:

1. Bapak Dr. Irawan, M.S.I., selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
2. Ibu Dr. Hj. Sholeha, M.A., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah.

3. Bapak Dr. Nikmarijal, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam sekaligus Dosen Pembimbing Skripsi I yang telah meluangkan waktu serta dengan penuh kesabaran telah memberikan bimbingan dalam penyusunan skripsi.
4. Bapak Wahyudi, S.Pd, M.A., selaku Penasehat Akademik.
5. Bapak Zainudin, M.A., selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu serta dengan penuh kesabaran telah memberikan bimbingan dalam penyusunan skripsi.
6. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
7. Kampus tercinta IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung yang menjadi saksi perjuangan saya menempuh pendidikan kurang lebih 4 tahun.
8. Kepala sekolah, seluruh guru dan staf pegawai di SMK Negeri 1 Sungai Selan.
9. Teristimewa kepada kedua orang tua tercinta (Masuka dan Musati) yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan serta semangat bagi saya.
10. Kakak-kakak saya (Andi Yusuanda dan Endang Mayang Sari) yang selalu membantu dan mendukung saya.
11. Diri sendiri karena tidak pernah memutuskan untuk menyerah dengan sesulit apapun selama proses penyusunan skripsi.
12. Kepada Detty Agustini dan Didin Syafudin yang telah memberikan support, dukungan dalam setiap perjuangan dan hal apapun.

13. Sahabat saya yang selalu mendukung dan men-*support* dalam hal apapun (Zilwidia, Winda Erlangga, Zunnita Ummalah Tiara Novianti, Sinta Bela, Juwita Pariska, Juliani Parmida dll), semoga sukses dan bahagia selalu.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat-lipat ganda untuk semuanya. Penulis menyadari dengan keterbatasan pengetahuan yang penulis punya, tentulah ada banyak kekurangan dan kelemahan yang penulis temui dalam penyusunan skripsi ini, untuk itu penulis mengucapkan banyak terima kasih untuk kritik dan saran yang penulis terima dan yang penulis terima akhir kata penulis berharap semoga tulisan ini dapat bermanfaat bagi semuanya.

Bangka, 05 November 2024

Widia Oktaviani

NIM. 1915083

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN.....	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iii
NOTA DINAS KONSULTAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	2
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Telaah Pustaka	6
F. Hipotesis Penelitian.....	34

BAB II LANDASAN TEORI

A. Bimbingan Kelompok	11
1. Pengertian Konseling Kelompok	11
2. Tujuan Konseling Kelompok	12
3. Asas-Asas Konseling Kelompok	13
4. Tahap Pelaksanaan Konseling Kelompok.....	15
B. Pendekatan <i>Gestalt</i>	17
1. Pengertian <i>Gestalt</i>	17
2. Tujuan <i>Gestalt</i>	18
3. Teknik Konseling <i>Gestalt</i>	19
4. Tahap Pendekatan <i>Gestalt</i>	21
C. Kecemasan	26
1. Pengertian Kecemasan	26
2. Gejala-Gejala Kecemasan	28

3. Jenis-Jenis Gangguan Kecemasan.....	28
4. Penyebab Kecemasan.....	31
5. Aspek-Aspek Dalam Kecemasan.....	33
6. Definisi Peserta Didik Menghadapi Ujian	34

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	36
B. Waktu Dan Tempat Penelitian	37
C. Populasi Dan Sampel	38
D. Teknik Pengumpulan Data.....	41
E. Instrument Penelitian	43
1. Kisi-Kisi Instrument Penelitian.....	44
2. Uji Keabsahan Instrument Penelitian.....	46
F. Teknik Analisis Data.....	52

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Deskriptif	56
B. Uji Prasyarat Analisis.....	61
C. Pengujian Hipotesis Penelitian.....	62
D. Pembahasan Hasil Penelitian	64

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	68
B. Saran.....	68

DAFTAR PUSTAKA **69**

LAMPIRAN..... **74**

DAFTAR TABEL

Tabel III.1 Rumus <i>Pretest</i> Dan <i>Posttest</i>	37
Tabel III.2 Jumlah Populasi	39
Tabel III.3 Jumlah Sampel	40
Tabel III.4 Pemberian Skor Pada Pilihan Jawaban Angket	42
Tabel III.5 Kisi-Kisi Instrument Kecemasan	44
Tabel III.6 Kisi-Kisi Instrument <i>Gestalt</i>	45
Tabel III.7 Hasil Uji Validitas Kecemasan	48
Tabel III.8 Hasil Uji Validitas <i>Gestalt</i>	49
Tabel III.9 Kisi-Kisi Instrument Kecemasan Setelah Uji Valid	50
Tabel III.9 Kisi-Kisi Instrument <i>Gestalt</i> Setelah Uji Valid	51
Tabel IV. 1 Data Angket <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kecemasan	60
Tabel IV.2 Hasil Angket <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	60
Tabel IV.3 Uji Normalitas.....	61
Tabel IV.4 Uji Homogenitas.....	61
Tabel IV.5 Uji Regresi Linier Sederhana.....	62
Tabel IV.3 Uji F	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Pembimbing.....	77
Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Penelitian	81
Lampiran 3. Surat Balasan Permohonan Penelitian	82
Lampiran 4. Profil Sekolah SMK	83
Lampiran 5. Visi dan Misi SMK	84
Lampiran 6. Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) Bimbingan Kelompok ...	86
Lampiran 7. Angket Kecemasan	87
Lampiran 8. Angket Gestalt	94
Lampiran 9. Tabulasi Uji Validitas Angket Kecemasan	96
Lampiran 10. . Tabulasi Uji Validitas Angket Gestalt	97
Lampiran 11. Output SPSS 25 Uji Validitas Angket Kecemasan, <i>Gestalt</i>	98
Lampiran 12. Output SPSS 25 Uji Reliabilitas Angket Kecemasan, <i>Gestalt</i> ..	98
Lampiran 13. Tabulasi Hasil <i>Pretest</i> Kecemasan Peserta Didik	98
Lampiran 14. Tabulasi Hasil <i>Posttest</i> Kecemasan Peserta Didik	99
Lampiran 15. Output SPSS 25 Uji Normalitas Angket <i>Pretest</i> Dan <i>Posttest</i> ..	100
Lampiran 16. Output SPSS 25 Uji Homogenitas	100
Lampiran 17. Output SPSS 25 Uji Regresi Linier Sederhana	101
Lampiran 18. Output SPSS 25 Uji F (simultan)	101
Lampiran 19. Dokumentasi	102
Lampiran 20. Judgment angket	105
Lampiran 21. Riwayat Hidup.....	110