

**MENINGKATKAN REGULASI DIRI SISWA SEKOLAH DASAR
DENGAN TEKNIK PERMAINAN GESTALT**

(Studi Eksperimen Kuasi Siswa Kelas IV SD Istiqamah Bandung
Tahun Ajaran 2018/2019)

TESIS

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Memperoleh Gelar Magister
Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling



**Oleh:
Nenden Nurrohmah
NIM. 1605128**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG
2019**

**MENINGKATKAN REGULASI DIRI SISWA SEKOLAH DASAR
DENGAN TEKNIK PERMAINAN GESTALT**

(Studi Eksperimen Kuasi Siswa Kelas IV SD Istiqamah Bandung
Tahun Ajaran 2018/2019)

Oleh
Nenden Nurrohmah

Sebuah tesis yang diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat memperoleh
gelar Magister Pendidikan Bimbingan dan Konseling

© Nenden Nurrohmah 2019
Universitas Pendidikan Indonesia
Juli 2019

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang,
difoto kopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

HALAMAN PENGESAHAN

Nenden Nurrohmah
1605128

TESIS
MENINGKATKAN REGULASI DIRI SISWA SEKOLAH DASAR DENGAN
TEKNIK PERMAINAN GESTALT
(Studi Eksperimen Kuasi Siswa Kelas IV SD Istiqamah Bandung
Tahun Ajaran 2018/2019)

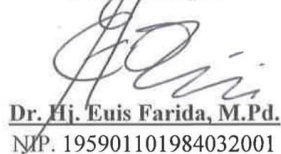
DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH

Pembimbing I



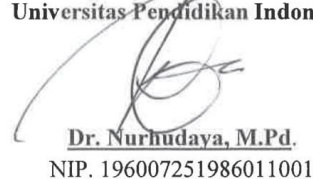
Dr. H. M. Solehuddin, M.Pd., M.A.
NIP.196202081986011002

Pembimbing II



Dr. Hj. Euis Farida, M.Pd.
NIP. 195901101984032001

Mengetahui,
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Sekolah Pasca Sarjana
Universitas Pendidikan Indonesia



Dr. Nurhudaya, M.Pd.
NIP. 196007251986011001

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh maraknya kasus kekerasan pada dunia anak. Secara internal hal tersebut dapat disebabkan oleh ketidakmampuan mereka dalam mengendalikan reaksi emosi. Kemampuan regulasi diri untuk mencapai tujuan positif dapat dikuasai anak melalui proses pengamatan diri, penilaian diri, dan respon diri sehingga mereka dapat mengendalikan diri secara emosional. Dalam cara berpikir tersebut, teknik permainan Gestalt merupakan suatu intervensi yang tepat untuk membantu anak dalam meningkatkan kemampuan regulasi diri. Terkait dengan isu tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik permainan Gestalt dalam meningkatkan kemampuan regulasi diri siswa Sekolah Dasar. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah eksperimen kuasi. Teknik pengumpulan datanya menggunakan instrumen regulasi diri siswa Sekolah Dasar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan teknik permainan Gestalt ini efektif untuk meningkatkan regulasi diri siswa sekolah dasar. Hal ini dilihat dari rerata nilai posttes kedua kelas yang menunjukkan nilai uji *Mann Whitney* dengan nilai *Asymp. Sig* 0.044 yang lebih besar dari nilai signifikan 0,05.

Kata Kunci: Teknik Permainan Gestalt, Regulasi Diri Siswa Sekolah Dasar

ABSTRACT

The research was supported by many cases of violence in the world children. Internally caused by their inability to control emotional reactions. Self-regulation ability to achieve positive goals can be mastered by children through the process of self-observation, self-assessment, and self-response so that they can control themselves emotionally. In this way of thinking, Gestalt playing techniques can be an appropriate intervention to help children improve self-regulation skills. Related to this issue, this study aims to determine the effectiveness of Gestalt game techniques in improving the ability of self-regulation of elementary school students. The method used in this study was a quasi experiment. The data collection technique is using the self-regulation instruments of elementary school students. The results of the study show that the use of Gestalt game techniques is effective for improving self-regulation of elementary school students. This is seen from the average posttest value of the two classes which shows the value of the Mann Whitney test with the value *Asymp. Sig* 0.044 which is greater than the significant value of 0.05.

Keywords: Gestalt Game Techniques, Self Regulation of Elementary School Students

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN	i
PERNYATAAN HAK CIPTA	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TESIS	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian	5
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.5 Struktur Organisasi Tesis	9
BAB II KONSEP REGULASI DIRI SISWA SEKOLAH DASAR DENGAN TEKNIK PERMAINAN GESTALT	
2.1 Konsep Regulasi Diri	11
2.2 Konsep Teknik Permainan Gestalt	18
2.3 Meningkatkan Regulasi Diri Siswa Sekolah Dasar dengan Teknik Permainan Gestalt	28
2.4 Penelitian Terdahulu Mengenai Regulasi Diri dan Relevansinya dengan Teknik Permainan Gestalt	35
2.5 Posisi Teoritis	36
BAB III METODE PENELITIAN	

3.1 Pendekatan dan Desain Penelitian	37
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	39
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	40
3.4 Instrumen Penelitian	44
3.5 Proses Rancangan Program	56
3.6 Prosedur Penelitian	59
3.7 Teknis Analisis Data	60
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Temuan Penelitian	61
4.2 Pembahasan Penelitian	82
4.3 Keterbatasan Penelitian	89
BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	
5.1 Kesimpulan	90
5.2 Rekomendasi	90
DAFTAR PUSTAKA	93
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR PUSTAKA

- Aliyati, A. N. (2013). Pengaruh Pemberian Metode Bermain Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Anak. *Empathy Jurnal Fakultas Psikologi*, 2(1). Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta. Vol 012.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Alice, Zellawati. (2011). *Terapi Bermain Untuk Mengatasi Permasalahan Pada Anak*. Majalah Ilmiah Informatika Vol. 2 No. 3, September 2011
- Australia Plus ABC, *Murid Laki-laki di SD Australia Alami Masalah Emosional*
<https://news.detik.com/australia-plus-abc/d-3612825/murid-laki-laki-di-sd-australia-alami-masalah-emosional>.
- Bandura, A. (1991). Social Cognitive Theory of Self-Regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 248-287.
- Baumeister, R.F. & Vhos, K.D. (2004). *Handbook Of Self-Regulation Research, Theory, And Applications*. New York: The Guilforde Press.
- Bloom, Rinda. (2006) *The Handbook Of Gestalt Play Therapy: Practical Guidelines for Child Therapists*. London: Jessica Kingsley Publisher
- Boekaerts, M., Pintrich, P.R., & Zeidner, M.. (2000). *Handbook Of Self-Regulation*. San Diego: Academic Press.
- Borbely, Graber, Nichols, Brooks-Gunn, & Botvin. (2005). Sixth Graders' Conflict Resolution In Role Plays With A Peer, Parent, And Teacher. *Journal of Youth and Adolescence*, 34(4), 279-291.
- Boss, A. D., & Sims Jr, H. P. (2008). Everyone Fails! Using Emotion Regulation And Self-Leadership For Recovery. *Journal of Managerial Psychology*, 23(2), 135-150.
- Broadhead, dkk. (2017). *Bermain dan Belajar pada Usia Dini*. Jakarta: Indeks.

- Calitz, Magdalena Gertruide. (2009). *A Cultural Sensitive Therapeutic Approach To Enhance Emotional Intelligence In Primary School Children*. University Of South Africa:Pretoria.
- Cave, Susan (1999). *Therapeutic Approaches ni Psychology*. New York: Routlede.
- Creswell, W.J. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, And Evaluating Quantitative And Qualitative Research (Fourth Edition)*. New Jersey: Person Prentice Hall.
- Dachrud, M., & Nuryoto, S. (2005). *Efektivitas Pelatihan Pesantren Kilat Terhadap Kemampuan Regulasi Diri Ditinjau Dari Kecerdasan Emosi Dan Kematangan Sosial Pada Remaja. (Doctoral Dissertation, Universitas Gadjah Mada*.
- de Ridder, D. & de Wit, J. (2006). Self-Regulation Of Health Behavior. Concepts. Theories And Central Issues. Dalam de Ridder, D. & de Wit, J. (Eds.), *Self-Regulation in health behavior*, pp. 1-23. Chichester, UK: Wiley.
- Departemen Agama Republik Indonesia. (1999). *Al-Qur'an dan Terjemahan*. Jakarta: Depag RI.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2005). *Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Nasional Pendidikan*. Jakarta: Depdiknas.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2003). *Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003, Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Depdiknas.
- Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan Nasional. (2008). *Penataan Pendidikan Profesional Konselor dan Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal*. Jakarta: Kementerian Diknas.
- Eisenberg, Nancy and Sulik, Michael J. (2012). Emotion-Related Self-Regulation in Children. *Journal Teaching of Psychology* 39(1) 77-83 DOI: 10.1177/0098628311430172. <http://sagepub.com/journalsPermissions.nav>.
- Fried, Leanne. (2011). *Teaching Teacher About Emotion Regulation In Classroom*. *Australian Journal Of Teacher Education*. Vol.36: Iss 3, Article 2. Availaible at: <http://ro.ecu.edu.au/ajte/vol36/iss3/2>.

Gall, M.D., Gall, J.P., dan Borg, W.R. (2003). *Educational Research: An introduction*. Boston: Pearson education

[Gerintya](https://tirto.id/737-persen-anak-indonesia-mengalami-kekerasan-di-rumahnya-sendiri-cAnG), Scholastica. (2017). *73,7 Persen Anak Indonesia Mengalami Kekerasan di Rumahnya Sendiri*. Berita online <https://tirto.id/737-persen-anak-indonesia-mengalami-kekerasan-di-rumahnya-sendiri-cAnG> di akses pada tanggal 1 Maret 2018.

Gibson & Mitchell. (2011). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Ghuffon, M. Nur. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Gladding, S. T. (2012). Terjemahan: PM Winarno., *Konseling: Profesi yang Menyeluruh*. Edisi Keenam, Jakarta: PT Indeks

Goleman, Daniel. (2007). Terjemahan: T. Hermaya., *Kecerdasan Emosi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Gross, J. J. (2008). Emotion Regulation. *Handbook Of Emotions*, 3(3), 497-513.

Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2006). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. *Handbook Of Emotion Regulation*.

Gross, J.J. & Jhon, O.P (2003). Individual differences in two emotion regulation process: implication for affect, relationships, and well-being. *Journal Of Personality And Social Psychology* By The America Psychological Association, Inc. Vol. 85, No. 2, 348-362.

Hall, T.M.C.E. Schaefer, & Kaduson, H.G. (2002). Fifteen effective play therapy techniques. *Professional Psychology: Research and Practice*. Vol 3 (66). Pages 515-522.

Hinksman, Barrie. (2009). "The Compatibility of Feminist Theology and Gestalt Therapy: A Study of Practical-Values". *British Journal of Guidance & Counseling*, 29(4), 39-402

Hondrich, A. L., & Naumann, A. (2015). *Impact of Additional Guidance in Science Education on Primary Students Conceptual Understanding*. 358–

370. <https://doi.org/10.1080/00220671.2014.899957>.

Horner, R.H., Carr, E., Halle, J., McGee, G., Odom, S., & Wolery, M. (2005). The use of single-subject research to identify evidence-based practice in special education. *Council for Exceptional Children*, 71(2), 165-179.

Houser, (2009). *Counseling and Educational Research (Evaluation and Application)*. USA:SAGE Publications, Inc.

Irmayanti, R. (2014). *Keefektifan Teknik Bermain Peran Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa SD*. Pada Tesis Pasca Sarjana Universitas Pendidikan Indonesia Bandung: Tidak Diterbitkan.

Kartadinata, dkk. (2002). *Bimbingan di Sekolah Dasar*. Bandung: CV Maulana

Kowalski, R. M., & Leary, M. R. (1999). *The Social Psychology of Emotional and Behavioural Problems: Interfaces Of Social and Clinical Psychology*. Washington DC: American Psychological Association.

Komalasari, Gantina. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta:PT Indeks.

Levitsky & Perls. (1970). *Gestalt Therapy: One of Guidance and Counseling Approaches*. Retrieved 25 Agustus 2018 from <http://www.belajar.konseling.com/berita-164-terapi-gestalt-salah-satu-pendekatan-bimbingan-dan-konseling.html>

Liew, J., Eisenberg, N., Spinrad, T. L., Eggum, N. D., Haugen, R. G., Kupfer, A., ... & Baham, M. E. (2011). Physiological Regulation And Fearfulness As Predictors Of Young Children's Empathy-Related Reactions. *Social Development*, 20(1), 111-134.

McMahon, L., & McMahon, L. (2003). *The Handbook of Play Therapy*. London: Routledge.

Nourbakhsh, Mohammad Reza & Ottenbacher, Kenneth J. (1994). The Statistical Analysis Of Single-Subject At: Comparative Examination. *Journal of American Physical Therapy Association*. Vol 74. No. 8, pp. 768-776.

Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 Tentang Standar Nasional Pendidikan

- Perls, F., dkk. (1951). *Gestalt Therapy*. New York: Julian Press.
- Putri, Dewi WM. (2014). Gestalt Play Therapy Untuk Menangani Masalah Penyesuaian Sosial: Studi Kasus Pada Siswa Taman Kanak-Kanak. *Seminar Nasional Riset Inovatif II*. ISSN : 2339-1553. eproceeding.undiksha.ac.id/index.php/senari/article/download/331/222/
- Oaklander, V. (1988). *Window to Our Children: A Gestalt Therapy Approach to Children and Adolescents*. New York: Center for Gestalt Development
- Rahman, Imas K. (2011). *Teknik Permainan Gestalt (TPG) Untuk Meningkatkan Adaptabilitas Santri Pondok Pesantren*. Pada Disertasi Pasca Sarjana Universitas Pendidikan Indonesia Bandung: Tidak Diterbitkan
- Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skill for Overcoming Life's Inevitable Obstacle*. New York: Random House, Inc.
- Riduwan. (2010). *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru, Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta
- Riza & Awalya. (2014). Meningkatkan Kematangan Emosi Melalui Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik Bermain (Games). *Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol 3 No 1, ISSN 2252-6374*. Diakses Melalui <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk/article/view/3750>.
- Rusmana, Nandang. (2009). *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah (Metode, Teknik, dan Aplikasi)*. Bandung: Rizqi Press.
- Safaria, T. (2005). *Interpersonal Intelligence: Metode Pengembangan Kecerdasan Interpersonal Anak*. Yogyakarta: Amara Books.
- Santrock, J.W. (2007). Terjemahan: Shinto A., Sherly S., (2010) *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Setyawan, D. (2017). *Indonesia Peringkat Tertinggi Kasus Kekerasan di Sekolah*. www.kpai.go.id/berita/indonesia-pringkat-tertinggi-kasus-kekerasan-di-sekolah/.

- Shanker, S. (2010). Self-Regulation: Calm, Alert And Learning. *Education Canada*, 50(3), 105-138.
- Suharto, E (2015). *Kekerasan Terhadap Anak: Respon Pekerjaan Sosial*. Direktur Bidang Kesejahteraan Sosial Anak.
- Sukardi. (2008). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Penerbit Bumi Aksara.
- Sukardi dan Sukmawati. (2008). *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukmadinata, Nana Syaodih. (2007). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Supriatna, M. (2011). *Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Suyadi. (2009). *Permainan Edukatif yang Mencerdaskan*. Yogyakarta: Power Books (IHDINA).
- Suyati. (1992). *Psikologi Industri dan Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta
- Syahadat, Yustisi Maharani. (2013). *Pelatihan Regulasi Emosi Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Pada Anak*. 20 Humanitas, Vol. X No.1 Januari 2013
- Van Zyl, E. W. (2011). *Exploring How Gestalt Play Therapists Establish Sensory Contact With Children Who Have Sensory Integration Disorders* (Doctoral Dissertation).
- Vávrová, S., & Gavora, P. (2015). *Comparison of Self-regulation in Children and Adolescents in Children's Home and Protective Educational Facility*. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 174, 2524–2531. doi:10.1016/j.sbspro.2015.01.926
- Winkel dan Hastuti. (2010). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (Edisi Revisi). Yogyakarta: Media Abadi
- Undang-Undang Republik Indonesia No. 23 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Surabaya: Karina

Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2011). Self-Regulated Learning And Performance. *Handbook Of Self-Regulation Of Learning And Performance*, 1-12.

Zimmerman, B.J. (2008). Investigating Self-Regulation And Motivation: Historical Background, Methodological Developments, And Future Prospects. *American Educational Research Journal*, 45(1), 166-183.

Zinker, J. (1978). A Review Of Simkin's Gestalt Therapy Mini-Lectures. *The Gestalt Journal*, 1(1), 122-125.