

BAB III

METODE PENELITIAN

Pada bab ini berisi kesimpulan berdasarkan hasil penelitian dan implikasi penelitian yang dibahas dalam bab 2 diaplikasikan dalam penelitian. Bab ini akan terdiri dari beberapa bagian, yaitu sampel penelitian, desain penelitian, variabel penelitian dan definisi operasional, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, proses pengembangan instrumen, teknik analisis data, serta prosedur pelaksanaan penelitian.

3.1 Desain Penelitian

Rancangan penelitian menggunakan *quasi eksperimental design*. *Quasi eksperimental design* yaitu bentuk desain eksperimen yang mempunyai kelompok kontrol, tetapi tidak dapat sepenuhnya untuk mengontrol variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen. Model penelitian ini digunakan model one group pretest-posttest design. Rancangannya menggunakan *quasi eksperimental design* menggunakan rancangan metode penelitian *Non-Equivalent Pretest-Posttest Control Group*. Metode pretest-posttest adalah salah satu kelompok yang diberikan perlakuan yang sama sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan tertentu untuk mengetahui pengaruh dari variabel satu dengan yang lainnya.

Kelompok	Tes Awal	Perlakuan	Tes Akhir
A	O ₁	X ₁	O ₂
B	O ₃	-	O ₄

Creswell (2012)

Keterangan:

O₁ : Praujian pada kelompok eksperimen dengan mengukur kebosanan akademik subjek sebelum diberikan intervensi.

O₂ : Pascaujian pada kelompok eksperimen dengan mengukur kebosanan akademik subjek setelah diberikan intervensi.

O₃ : Praujian pada kelompok kontrol dengan mengukur kebosanan akademik subjek sebelum diberikan intervensi.

- O₄ : Pascaujian pada kelompok kontrol dengan mengukur kebosanan akademik subjek setelah diberikan intervensi.
- X₁ : Intervensi pada kelompok eksperimen berupa konseling dengan metode bermain Gestalt yang memiliki kebosanan akademik
- : Intervensi pada kelompok kontrol berupa konseling dengan metode bermain Gestalt yang tidak memiliki kebosanan akademik.

3.2 Partisipan Penelitian

Partisipan penelitian ini adalah 20 siswa yang mengalami kebosanan akademik pada Remaja yang berusia 17 hingga 21 tahun yang termasuk siswa yang mengalami kebosanan akademik (Sugiyono, 2015).

3.3 Populasi dan Sampel Penelitian

3.3.1 Populasi

Populasi adalah terdiri objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Suiyono, 2015). Populasi pada penelitian ini adalah remaja yang berusia 17 hingga 21 tahun yang mengalami kebosanan akademik. Peneliti mengambil populasi remaja yang mengalami kebosanan akademik memenuhi kriteria pada penelitian ini. Maka dari itu peneliti mengambil populasi remaja yang merupakan siswa SMAN 1 Cisarua.

3.3.2 Sampel Penelitian

Sampel dalam penelitian ini dipilih melalui teknik penempatan acak (*random assignment*) terjadi ketika para peneliti menempatkan subjek secara kebetulan kedalam kondisi eksperimen dan kontrol, sehingga mengurangi kemungkinan bahwa hasil eksperimen akan disebabkan oleh beberapa perbedaan yang telah ada sebelumnya.

Penempatan acak atau random assignment adalah peneliti menempatkan sebuah subjek penelitian ke dalam suatu kelompok tanpa disengaja. Teknik ini mengurangi kecenderungan bahwa hasil eksperimen akan sangat dipengaruhi oleh perbedaan antar kelompok yang sudah ada sebelumnya.

3.4 Variabel Penelitian

Penelitian ini memiliki dua variabel, yaitu variabel X dan Y. Variabel X adalah variabel bebas (*independent variable*) dan variabel Y yaitu variabel terikat (*dependent variable*). Berikut variabel X dan Y dalam penelitian ini: Variabel X atau variabel bebas dalam penelitian ini adalah Metode Bermain Gestalt. Kemudian variabel Y atau variabel terikat dalam penelitian ini adalah Kebosanan Akademik.

3.5 Definisi Operasional

3.5.1 Konseling Kelompok dengan Metode Bermain Gestalt

Konseling kelompok dengan metode bermain Gestalt adalah salah satu metode dimana siswa sadar akan dirinya dalam bentuk persepsi melihat suatu objek yang menghasilkan satu kesatuan dari hasil proses pembelajaran dan juga pengalaman siswa tersebut. Hal ini bertujuan untuk membuat anak menyadari tentang apa yang dilakukannya, bagaimana ia melakukannya, dan memberikan kesempatan bagi anak untuk memilih dengan cara bagaimana ia ingin bereaksi. Hal ini, untuk mendorong anak dapat berkomunikasi dalam situasi yang menyenangkan bagi dirinya dengan tidak adanya tekanan untuk langsung berbicara secara spontan, ekspresif, dan terbuka. Secara tahapan dalam pelaksanaan konseling kelompok dengan metode bermain Gestalt, yaitu:

1. **Membangun hubungan terapeutik**, tahap ini menekan kepada hubungan konselor dan konseli dalam segi penilaian dan merencanakan perlakuan, bagian dari menilai proses unik anak-anak selama bermain, konselor harus memperhatikan bagaimana respons konseli dari stimulus konselor yang diberikan. Pada karakter unik setiap anak karena hal itu berkontribusi pada karakteristik bawaan dalam mengetahui masalah dan gangguan pada konseli, tingkat resistensi dan masalah yang terlibat dalam riwayat hidup anak.
2. **Meningkatkan keterampilan dan membangun kemandirian diri**, tahap ini memfokuskan dari keahlian dari konseli perhatian khusus pemberian kontak sensorik dan tubuh dan penguatan rasa percaya diri konseli. Sehubungan hal itu dengan tahap ini konselor memberikan perhatian khusus pada apa yang

- diberikan dari mulai konseli mengenal definisi diri, pemilihan keputusan, wewenang dan kendali; memikirkan batasan-batasan perlakuan yang negatif.
3. **Ekspresi emosional**, Tahap ini memfokuskan kepada observasi kepada konseli yang melihat bagaimana respons konseli terhadap apa yang dirasakan yang di buktikan dari gesture, mimik wajah, dan muncul-muncul emosi.
 4. **Memelihara sendiri**, pemeliharaan diri berarti bahwa anak-anak belajar menerima bagian-bagian dari diri mereka yang mereka untuk mencapai integrasi (memelihara diri mereka sendiri). Mereka harus belajar untuk memelihara diri mereka sendiri untuk mempertahankan kendali mereka. Mereka harus bisa memaafkan diri sendiri dan menyadari polaritas dalam hidup mereka, baik yang buruk maupun yang baik.
 5. **Menangani persepsi diri yang negatif**, Anak-anak menyalahkan diri mereka sendiri atas trauma dalam hidup mereka, terlepas dari jumlah dukungan yang mereka terima dari terapis atau orang tua mereka. Meski trauma yang mereka alami bukanlah kesalahan mereka, namun seringkali hal itu seolah menjadi introjeksi dalam hidup mereka. Anak-anak di bawah delapan tahun bersifat egosentris dan oleh karena itu mereka tidak memiliki keterampilan untuk memahami bahwa mereka tidak bertanggung jawab atas hal-hal buruk yang terjadi pada mereka. Emosi yang mereka alami ketika menyalahkan diri sendiri dapat berkontribusi pada fragmentasi diri.
 6. **Penutup**, konseling sampai batas tertentu dapat dianggap sebagai sosok di latar depan anak dan penyelesaian Gestalt ini memberi anak lampu hijau untuk pindah ke tempat baru. Ketika kebutuhan anak-anak terpenuhi, mereka mendapatkan kontrol dan penguasaan baru, membuat penemuan baru.

3.5.2 Kebosanan Akademik

Kebosanan akademik adalah keadaan emosional yang kurang menyenangkan sehingga menimbulkan penurunan performa siswa dalam pencapaian prestasi yang ditandai dengan mengalami kejenuhan, menurunnya konsentrasi, dan kurangnya mengatur waktu belajar. Kebosanan akademik juga muncul dari pengalaman negatif yang berhubungan dengan hasil pencapaian prestasi yang kurang di apresiasi oleh guru/pembimbing yang melumpuhkan

keinginan individu untuk mencapai sesuai yang diharapkannya. Kebosanan akademik mengakibatkan menurunnya kualitas pembelajaran, menurunnya semangat dalam kegiatan pembelajaran dan tidak menyukai pembelajaran yang bersifat monoton juga kurang menarik bagi siswa. Pemicu munculnya kebosanan akademik dari beberapa faktor yakni, pelajaran yang tidak disukai juga kurang diminati, lingkungan yang tidak mendukung (lingkungan sosial), kegiatan pembelajaran bersifat monoton dan tidak ada gaya pembelajaran baru juga menyenangkan yang disukai para siswa.

Aspek-aspek yang sudah dijelaskan para ahli sebelumnya, bahwa kebosanan akademik memiliki tiga aspek penting, yakni:

1. Merasa Jenuh: hilangnya keinginan dan ketertarikan belajar siswa yang menimbulkan penurunan performa siswa pada suasana proses belajar. Hal ini terjadi ketika individu tidak berkeinginan dengan aktivitas atau kegiatan yang dirasa sulit, tidak menyenangkan, dan bersifat monoton dilihat dari proses pengalaman yang sudah dilalui sebagai contoh gambaran aktivitas pembelajaran tidak sesuai ekspektasi individu. Ciri-cirinya adalah siswa tidak bergairah saat pembelajarannya berulang-ulang dan monoton. Kemudian siswa tidak tertarik saat pembelajaran berlangsung.
2. Menurunnya Konsentrasi: penurunan pemusatan perhatian atau pikiran dalam kegiatan pembelajaran. Konsentrasi sangat penting bagi siswa pada saat kegiatan pembelajaran sebagai penerimaan informasi yang tepat dan dapat diingat bagi siswa dengan waktu jangka panjang. Ketika siswa menurunnya konsentrasi dicirikan dari siswa yang perhatiannya tidak pada guru atau pembimbing, tidak bersemangat saat kegiatan pembelajaran berlangsung, dan kurangnya motivasi. Maka dari itu pentingnya meningkatkan fokus siswa dalam keseharian yang dianggap dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa.
3. Kurangnya Pengelolaan Waktu: kesulitan siswa dalam mengatur kegiatan/aktivitas dan tidak dapat menentukan prioritas belajar dalam kehidupan sehari-hari. Ciri-cirinya ialah siswa sulit mengatur waktu dan sulit menyusun jadwal kegiatan. Pengolaan waktu dibutuhkan sebagai cara membuat perencanaan, pengorganisasian, pengarahan dan pengawasan waktu

agar tercapai tujuan yang telah ditetapkan. Faktor yang mempegaruhi dari faktor internal, diakibatkan dari individu sendiri yang tidak bisa mengatur jadwal kegiatannya, jika faktor eksternal terjadi karena ada tuntutan luar yang menajdikan kegaitan dan aktivitas individu terganggu. Ciri-cirinya adalah individu merasa kurang melakukan kegiatan yang harus diprioritaskan dalam kegiatan sehari hari dan individu tidak bisa mengatur waktu dalam kegiatan dalam situasi apa pun di rumah. Manfaat siswa yang dapat mengatur kegiatan pembelajaran yakni, siswa akan sehat secara mental dan fisik ketika siswa tidak dapat mengatur waktu, mereka akan mudah sakit, lelah, jenuh, dan kurang termotivasi.

3.6 Instrumen Penelitian

3.6.1 Instrumen Metode Bermain Gestalt

Pada instrumen yang akan di gunakan dengan adaptasi dari penelitian sebelumnya yaitu di kembangkan oleh (Rinda Blom, 2004).

Tabel 3.1
Instrumen Metode Bermain Gestalt

No.	Tahap dalam Proses Konseling	Indikator
1.	Membangun hubungan terapeutik, penilaian dan merencanakan perlakuan	Membangun hubungan saya dan fokus di sini dan sekarang
		Tanggung jawab konselor kepada konseli
		Teknik dan aktivitas yang berfokus pada pengalaman
		Mewujudkan dan penanganan
		Menetapkan batasan dan batasan
		Menilai anak-anak sesuai dengan kriteria penilaian Gestalt
2.	Membuat kontak dan Membangun kemandirian diri	Pembuatan kontak sensorik
		Pembuatan kontak tubuh
		Memperkuat diri
		Main-main, imajinasi dan humor
3.	Ekspresi emosional	Ekspresi energi agresif
		Ekspresi emosi
4.	Memelihara diri sendiri	Pembuatan kontak dengan bagian yang tidak dapat diterima dalam diri
		Mendapatkan keterampilan untuk menggunakan bagian-bagian yang dipelihara untuk mengintegrasikan dan
		Memelihara bagian-bagian yang tidak dapat diterima

No.	Tahap dalam Proses Konseling	Indikator
		Dapatkan keterampilan untuk menjadi baik bagi diri sendiri
5.	Menangani persepsi diri yang negatif	<p>Mempromosikan kesadaran proses sendiri dan perilaku</p> <p>Memperoleh keterampilan untuk membuat pilihan dan bertanggung jawab</p> <p>Pelajari strategi penanganan untuk masalah</p>
6.	Penutup	Evaluasi menyeluruh untuk menentukan waktu yang tepat dan persiapan yang matang

3.6.2 Instrumen Kebosanan Akademik

Instrumen mengenai kebosanan akademik ini dikembangkan oleh peneliti berdasarkan kebosanan akademik yang dikemukakan oleh (Sharp dkk., 2019)

Tabel 3.2
Instrumen Kebosanan Akademik

No.	Aspek	Indikator	Item	Nomor Item		Jumlah Item
				Favorable	Unfavorable	
1.	Merasa Jenuh	1. tidak bergairah saat pembelajaran berulangnya dan monoton	<p>1. Saya merasa pembelajaran saat pandemi sangat monoton.</p> <p>2. Saya terjebak dalam situasi yang mengharuskan untuk melakukan hal-hal tidak berarti.</p> <p>3. Saya malas jika guru menjelaskan materi yang kurang menarik</p> <p>4. Menyimak presentasi teman membuat saya merasa sangat jenuh.</p> <p>5. Saya merasa kurang bersemangat mengerjakan pekerjaan saya di rumah maupun di sekolah</p> <p>6. Saya senang mengerjakan setiap tugas yang diberikan oleh guru</p> <p>7. Saya bersemangat belajar semua mata pelajaran</p>	1, 2, 3, 5, 9	4, 6, 7, 8	9

No.	Aspek	Indikator	Item	Nomor Item		Jumlah Item
				Favorable	Unfavorable	
			8. Saya mudah menghilangkan rasa jenuh saat belajar. 9. Saya enggan membuka buku saat guru memerintahkan saya membaca			
		2. tidak tertarik saat pembelajaran.	10. Saya mengabaikan guru di mata pelajaran yang saya tidak sukai 11. Saya malas dengan pembelajaran di sekolah 12. Saya sulit mengantuk saat pembelajaran berlangsung 13. Saya jengkel ketika guru mengajar terlalu lama 14. Saya aktif saat pembelajaran berlangsung 15. Saya abai dalam belajar 16. Saya menemukan ilmu yang menarik di semua pelajaran saat ini 17. Saya tetap semangat meskipun matapelajaran tersebut tidak saya sukai 18. Menurut saya pelajaran di sekolah kurang menarik	10, 11, 13, 15, 18	12, 14, 16, 17	9
2.	Menu runnya Konse ntrasi	1. Perhatian tidak pada guru yang sedang mengajar	19. Pikiran saya melayang saat guru sedang mengajar 20. Saya fokus kepada guru 21. Saya kerap bermain <i>handphone</i> saat guru sedang mengajar 22. Saya kerap melamun saat guru sedang mengajar	19, 21, 22, 23, 24	20, 25	7

No.	Aspek	Indikator	Item	Nomor Item		Jumlah Item
				Favorable	Unfavorable	
			23. Saya kerap mengabaikan penjelasan guru 24. Saya kerap mengobrol dengan teman saat guru sedang mengajar 25. Saya mendengarkan guru yang sedang mengajar			
		2. Tidak bersemangat saat pembelajaran berlangsung	26. Saya mengatuk saat pembelajaran berlangsung 27. Saya tidak pernah bertanya kepada guru 28. Saya antusias dengan semua pembelajaran di sekolah 29. Saya aktif dan menjawab pertanyaan guru di kelas 30. Saya cenderung terlihat pendiam di bandingkan terlihat aktif di depan guru	26, 27, 30,	28, 29	5
		3. Kurangnya motivasi	31. Saya tidak berkeinginan untuk mendapatkan nilai bagus 32. Saya berambisi dalam belajar 33. Saya berupaya mendapatkan nilai terbaik di kelas 34. Saya abai mengerjakan tugas 35. Saya tergerak untuk lebih dominan dari teman-teman saya 36. Saya berambisi dalam meraih prestasi 37. Saya bersungguh dalam belajar 38. Saya merasa belajar itu membosankan	31, 34, 38	32, 33, 35, 36, 37	8

No.	Aspek	Indikator	Item	Nomor Item		Jumlah Item
				Favorable	Unfavorable	
3.	Kurang nya Penge lolaan Waktu	1. Sulitnya mengatur waktu	39. Saya merasa setiap kegiatan hidup saya menjadi tidak menentu 40. Saya bingung harus berbuat apa jika banyak tugas di sekolah 41. Saya tidak memiliki banyak masalah terhadap rencana yang saya kerjakan. 42. Saya membuat jadwal kegiatan pembelajaran dengan baik.	39, 40	41, 42	4
		2. Sulit menyusun jadwal kegiatan	43. Saya lebih memilih kegiatan yang lebih penting saat pembelajaran. 44. Saya sulit menentukan apa yang diutamakan tugas sekolah dengan membantu orang tua di rumah. 45. Saat di rumah saya merasa terbebani dengan tugas sekolah yang banyak. 46. Saya merasa pusing jika banyak kegiatan di sekolah	44, 45, 46	43	4

Pengisian Instrumen

Alat ukur ini menyediakan empat pilihan jawaban, yaitu “Sangat Sesuai”, “Sesuai”, “Tidak Sesuai”, dan “Sangat Tidak Sesuai”. Sampel penelitian mengisi kuesioner ini dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu pilihan jawaban yang paling sesuai dengan apa yang ia alami untuk setiap item pernyataan.

Penyekoran dan Pengkategorian

Setiap pilihan jawaban pada pernyataan-pernyataan di kuesioner yang sudah dijawab oleh sampel penelitian akan diberikan skor sebagai berikut:

Tabel 3.3
Penyekoran Kebosanan Akademik

Instrumen	Jenis Item	Nilai Item				
		Sangat Sesuai	Sesuai	Kadang-kadang	Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
Kebosanan Akademik	<i>Favorable</i>	1	2	3	4	5
	<i>Unfavorable</i>	5	4	3	2	1

Seluruh skor pada instrumen kebosanan akademik yang telah diperoleh kemudian ditransformasikan menjadi rasio karena hasil data yang dihasilkan kebosanan akademik tidak memiliki jarak sama antar pilihan jawabannya. Data ordinal tersebut belum memenuhi persyaratan untuk dapat dilakukan operasi matematis dalam praktik statistika, dimana perhitungan statistika memiliki persyaratan jenis data harus memiliki jarak yang sama antara pilihan jawaban, maka jenis data tersebut memerlukan transformasi data. Pada penelitian ini skor data ordinal yang telah diperoleh diubah menjadi data rasio melalui permodelan Rasch dengan perangkat lunak Winsteps 3.37 sehingga angka yang didapat adalah data yang memiliki interval jarak yang sama antar pilihan jawabannya. Jenis data ordinal tersebut menggunakan fungsi logaritma maka akan didapatkan acuan pengukuran untuk skala dengan interval yang sama (Sumintono & Widhiarso, 2013). Selanjutnya, subjek penelitian dikategorikan dalam dua kelompok menggunakan rata-rata (mean) dan standar deviasi. Berikut kategorisasi untuk instrumen kebosanan akademik:

Tabel 3.4
Pengkategorian Skor Instrumen Kebosanan Akademik

Kategori	Norma
<i>LowAcademic Boredom</i>	$X \leq M - 1,5SD$
<i>indifferent boredom</i>	$M - 1,5SD < X \leq M - 0,5SD$
<i>searching boredom</i>	$M - 0,5SD < X \leq M + 0,5SD$
<i>calibrating boredom</i>	$M + 0,5SD < X \leq M + 1,5SD$
<i>reactant boredom</i>	$M + 1,5SD < X$

Keterangan:

X = Jumlah nilai partisipan kebosanan akademik

M = Rata-rata skor total nilai kebosanan akademik

SD= Standar Deviasi

Tania Dhali Shonnareta, 2022

KONSELING KELOMPOK DENGAN METODE BERMAIN GESTALT PADA SISWA YANG MENGALAMI
KEBOSANAN AKADEMIK

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3.7 Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilakukan melalui dua tahap, yaitu tahap perancangan dan tahap pelaksanaan. Berikut penjelasan dari tiga tahapan berikut:

3.7.1 Tahap Perancangan

1. Menentukan fenomena yang terjadi saat ini dan di susun rumusan masalah.
2. Menyesuaikan kontes fenomena dan kajian literatur sesuai dengan konteks masalah yang sudah dirumuskan, yaitu mengenai kebosanan akademik siswa terutama pada masa pandemi.
3. Memilih konsep teori dan menganalisis setiap buku dan jurnal yang menjelaskan mengenai layanan bimbingan kelompok, metode bermain Gestalt dan kebosanan akademik
4. Merancang alat ukur yang diadaptasi dari penelitian terdahulu yang sesuai dengan penelitian yang akan di rancang

3.7.2 Tahap Pelaksanaan

1. Praujian

Tahap pelaksanaan di sini dibagi menjadi tiga tahap, yaitu praujian, intervensi dan pascaujian (Constantinou, 2007). Jadwal eksperimen dilakukan dalam sebulan 4 kali pertemuan disesuaikan dengan jadwal mata pelajaran BK yang ada di sekolah tersebut yaitu seminggu sekali Pada bagian ini, peneliti akan melakukannya memberikan rincian proses sesi pelaksanaan metode bermain Gestalt yaitu, teknik pengumpulan data dan prosedur yang digunakan dalam studi penelitian. Prosedur pelaksanaan yang digunakan dalam penelitian akan dijelaskan di bawah ini:

- a. Wawancara Semi-Terstruktur, wawancara yang digunakan dalam hal ini adalah wawancara semi terstruktur satu lawan satu. Wawancara semi terstruktur, peneliti mengajukan pertanyaan yang telah ditentukan pada sebuah wawancara jadwal (kuesioner yang ditulis untuk memandu wawancara). Analisis informasi yang diperoleh dari wawancara melibatkan pencapaian tema yang relevan, atau perhatian yang terkait dengan penelitian. Wawancara juga dilakukan dengan peserta di akhir penelitian. Kuesioner biasanya memerlukan beberapa pertanyaan yang memiliki

kategori respon terstruktur "*Bagaimana perasaan saat ada belajar di Rumah*" disusun oleh peneliti sebaik mungkin instrumen untuk mengidentifikasi dan mendeskripsikan sifat kebosanan akademik anak pada saat penelitian. Kuesioner ini peserta anak diberikan berbagai peristiwa dan perasaan dan mereka perlu memilih apakah mereka pernah atau tidak mengalaminya. Kuesioner ini diberikan kepada anak-anak di awal penelitian.

- b. Pengamatan, apakah yang mereka katakan itu diamati secara lisan melalui wawancara atau dalam bentuk tertulis melalui analisis dokumen atau tanggapan survei (Patton, 2002). Melalui proses observasi partisipan peneliti mencoba untuk mendapatkan wawasan mendalam tentang manifestasi realitas. Apa yang difokuskan dengan prosedur ini adalah pengalaman sehari-hari dan alami peserta. Pengamatan dilakukan, dimana Peneliti membuat catatan lapangan tentang perilaku dan aktivitas masing-masing peserta anak selama sesi bermain bermain. Setelah sesi bermain dilaksanakan, peneliti mengamati kemajuan anak-anak, perilaku dan fungsi keseluruhan, selama setiap sesi; itu prosedur observasi yang sama dilakukan dengan masing-masing anak individu dan selama masing-masing sesi individu. Peneliti mengamati bagaimana anak bereaksi dan berinteraksi dengan permainan. Penjelasan rinci tentang aktivitas, perilaku, tindakan peserta dan berbagai proses interpersonal dan organisasi.
 - c. Partisipan di uji tingkat kebosanan akademik dengan alat ukur Sharp, dkk (2019) agar terbagi dua kelompok tingkat kebosanan akademik yang tinggi dan rendah.
 - d. Melakukan pelaksanaan metode bermain Gestalt dengan layanan bimbingan kelompok dengan alat ukur yang diadaptasi dari penelitian Constantinou (2017).
2. Intervensi:
- Kelompok eksperimen:
- a. Kelompok eksperimen akan diberikan layanan kelompok dengan metode bermain Gestalt yang memiliki kebosanan akademik, yaitu media gambar.

- b. Subjek menyediakan alat-alat seperti pensil warna/crayon/spidol dan kertas HVS.
- c. Peneliti memberi instruksi langkah demi langkah apa yang harus dilakukan siswa dalam pelayanan yang akan dimainkan:

“Berikut terdapat kertas kosong dan alat menggambar. Silahkan menggambar dengan instruksi yang saya berikan. Jika ada yang tidak dipahami silahkan bertanya. Mohon untuk tidak berkomunikasi dengan partisipan lain mengenai gambar personal dimainkan waktu yang akan di berikan terbatas dan sesi akan berlangsung selama sebulan”.
- d. Peneliti mengingatkan untuk tidak berdiskusi dan bercerita mengenai gambar yang digambarkan selama penelitian ini berlangsung, yaitu sebulan.
- e. Subjek diminta untuk menyelesaikan gambar per tahap/bagian, yang berkisar antara 20-30 menit

Kelompok kontrol:

- a. Kelompok kontrol akan diberikan layanan kelompok dengan metode bermain Gestalt yang memiliki kebosanan akademik, yaitu media gambar.
 - b. Subjek menyediakan alat-alat seperti pensil warna/crayon/spidol dan kertas HVS.
 - c. Peneliti memberi instruksi langkah demi langkah apa yang harus dilakukan siswa dalam pelayanan yang akan dimainkan:

“Berikut terdapat kertas kosong dan alat menggambar. Silahkan menggambar dengan instruksi yang saya berikan. Jika ada yang tidak dipahami silahkan bertanya. Mohon untuk tidak berkomunikasi dengan partisipan lain mengenai gambar personal dimainkan waktu yang akan di berikan terbatas dan sesi therapy akan berlangsung selama sebulan”.
 - d. Peneliti mengingatkan untuk tidak berdiskusi dan bercerita mengenai gambar yang digambarkan selama penelitian ini berlangsung, yaitu sebulan.
 - e. Subjek diminta untuk menyelesaikan gambar per tahap/bagian, yang berkisar antara 20-30 menit
3. Pascaujian:
- Pada pertemuan kedelapan, peneliti bertemu dengan subjek untuk melakukan pascaujian, yaitu dengan mengisi kembali angket kebosanan akademik

sebagaimana yang dilakukan pada praujian. Subjek kemudian diberikan hadiah atas partisipasinya dalam penelitian ini.

4. Tahap Akhir

Pengolahan dan analisis data dilakukan pada tahap akhir. Hasil dari pengolahan dan analisis data tersebut kemudian diolah menjadi bahasan dan kesimpulan dari penelitian ini. Tahapan akhir terdiri dari beberapa tahapan, yaitu tahap skoring, tahap pengolahan data dan tahap analisis data.

3.8 Analisis Data

Teknik analisis data yang dipakai adalah paired sample t test untuk menguji hasil perbedaan antara skor kelompok eksperimen dan kontrol. Selain itu, independent t test juga digunakan untuk melihat perbedaan selisih skor pretest dan posttest kedua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.