

**GROUP ART THERAPY DALAM MENINGKATKAN KETERAMPILAN  
SOSIAL SISWA INTROVERT KELAS X MADRASAH ALIYAH  
DI GARUT**



**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Strata I**

**Oleh:**

**Ismailia Muwaffaqoh Arifah  
NIM.16220020**

**Pembimbing:**

**A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.  
NIP. 19750427 200801 1 008**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2020**



## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-636/Un.02/DD/PP.00.9/08/2020

Tugas Akhir dengan judul : GROUP ART THERAPY DALAM MENINGKATKAN KETERAMPILAN SISWA INTROVERT KELAS X MADRASAH ALIYAH

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : ISMAILIA MUWAFFAQOH ARIFAH  
Nomor Induk Mahasiswa : 16220020  
Telah diujikan pada : Senin, 20 Juli 2020  
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang  
A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 5f598889eaf22



Penguji I  
Slamet, S.Ag, M.Si  
SIGNED

Valid ID: 5f4c23f2614a1



Penguji II  
Citra Widyastuti, M.Psi.  
SIGNED

Valid ID: 5f53c02027412



Yogyakarta, 20 Juli 2020  
UIN Sunan Kalijaga  
Plt. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Dr. Hj. Nurjannah, M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 5f599088e00a3



## SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:  
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
DI Yogyakarta

*Assalamu'alaikum wr. wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi sertamengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudari:

Nama : Ismailia Muwaffaqoh Arifah  
NIM : 16220020  
Jurusan : Bimbingan Konseling Islam  
Judul Skripsi : *Group Art Therapy* dalam Meningkatkan Keterampilan Siswa *Introvert* Kelas X Madrasah Aliyah di Garut

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan/ Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Bimbingan Konseling Islam.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqosyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Mengetahui,  
Ketua Program Studi  
Bimbingan Konseling Islam

A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.  
NIP. 19750427200801 1 008

Yogyakarta, 16 Juli 2020  
Pembimbing

A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.  
NIP. 19750427 200801 1 008

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ismailia Muwaffaqoh Arifah

NIM : 16220020

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul **Group Art Therapy dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa Introvert Kelas X Madrasah Aliyah** adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tatacara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penyusun siap mempertanggungjawabkannya sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 16 Juli 2020

Yang Menyatakan,



**Ismailia Muwaffaqoh Arifah**

NIM. 16220020

## SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Saya yang bertanda tangan disini:

Nama : Ismailia Muwaffaqoh Arifah

NIM : 16220020

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya tidak menuntut kepada Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta atas pemakaian jilbab dalam ijazah Strata Satu saya. Seandainya suatu hari terdapat instansi yang menolak ijazah tersebut karena penggunaan jilbab.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh dan penuh kesadaran Ridho Allah SWT.

Yogyakarta, 16 Juli 2020

Yang Menyatakan,



**Ismailia Muwaffaqoh Arifah**

NIM. 16220020

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Diiringi rasa syukur, skripsi ini saya persembahkan untuk orang tua tercinta

Papah Yuyu Wahyudin dan Mamah Ida Nurfarida

yang telah memberikan kekuatan serta dukungan melalui do'a

dan kasih sayang tanpa batas.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## MOTTO

...لِكُلِّ جَعَلْنَا مِنْكُمْ شِرْعَةً وَمِنْهَاجًا وَلَوْ شَاءَ اللَّهُ لَجَعَلَكُمْ أُمَّةً وَاحِدَةً

وَلَكِنْ لِيَبْلُوَكُمْ فِي مَا آتَاكُمْ فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ ﴿٤٨﴾

...Kami berikan aturan dan jalan yang terang. Kalau Allah menghendaki, niscaya kamu dijadikan-Nya satu umat (saja), tetapi Allah hendak menguji kamu terhadap karunia yang telah diberikan-Nya kepadamu, maka berlomba-lombalah berbuat kebajikan. (Al-Maidah: 48)<sup>1</sup>



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

---

<sup>1</sup> Adi Hidayat, *At-Taisir*, (Bekasi: Quantum Akhyar Institute, 2019), hlm. 116.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT atas berkah dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*Group Art Therapy* dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa *Introvert* Kelas X Madrasah Aliyah di Garut”. Skripsi ini disusun untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Peneliti menyadari selama proses penyusunan skripsi ini banyak pihak yang dengan tulus membantu melalui bimbingan, dukungan, kritik, dan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. KH. Yudian Wahyudi, B.A., B.A., M.A., Ph.D. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Dr. Hj. Nurjannah, M.Si. selaku dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Rifa'i selaku Dosen Penasihat Akademik yang telah membantu dalam segala urusan akademik dan memberikan dukungan selama peneliti menuntut ilmu di kampus.
4. Bapak A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si. selaku Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam sekaligus Dosen Pembimbing Skripsi yang dengan sabar memberikan arahan dan membimbing peneliti.



5. Bapak Nailul Falah, S.Ag., M.Si., sebagai *professional judgement* yang telah membantu peneliti dalam menyusun skala penelitian, serta dengan tulus membimbing peneliti.
6. Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan Konseling Islam yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan juga wawasan kepada peneliti.
7. Orang tua tercinta, Papah Yuyu dan Mamah Ida yang tiada henti mendukung baik moril maupun materil, dan selalu mendo'akan dengan kasih sayangnya.
8. Adik-adikku tercinta, Farhan, Rahmania, Bilqis, dan Sitta yang selalu memberikan semangat dan keceriaan.
9. Keluarga besarku, Almh. Ema Titik yang selalu mendo'akan dan memberikan kasih sayang kepada cucunya, Bani Sulaiman dan Bani Arifin yang selalu mengingatkan untuk terus berjuang.
10. Teman-teman baru Kelompok X dan Kelompok Y yang sudah bersedia menjadi responden dan meluangkan waktunya untuk mengikuti praktik *group art therapy* ini.
11. Lailatul Widha yang sudah menjadi fasilitator yang luar biasa memberikan energi positif dalam praktik *group art therapy*, sehingga praktik yang dilakukan secara daring ini menjadi seru.
12. Sahabat Mus-On, Vera, Fifah, Aini, Ayu. Terimakasih sudah kebersamai perjalanan dari awal perkuliahan, menjadi *support system*, alarm pengingat disaat lengah, dan juga tempat bercerita paling nyaman. Karena kalian kuliahku jadi menyenangkan.

13. Sahabat Pe-Lor, Aini, Ira, Teh Ayu. Terimakasih sudah kebersamai mengisi hari-hari selama di Jogja, dan menjadi teman kontrakan yang luar biasa. Tanpa kerecehan kalian kontrakan gak seru.
14. Sahabat Jogjaers, Ira, Teh Ayu, Aini, Uyuy, Eceu, Dhea, Yafi, Ilham, Bunda, Alfa, Cakrun, Reynaldi, Ihsan. Terimakasih sudah sama-sama menjadi anak rantau dan keluarga kecil yang berjuang bersama di Jogja dari masa registrasi kuliah sampai akhirnya mengenal Jogja dengan cara masing-masing.
15. Fauzan Abdullah Juliano teman baik yang selalu ada dan siap mendukung, memberikan semangat, juga membantu peneliti. Yola, Amel, Arin, Sela, Willi teman-teman baikku di rumah.
16. Salma, Dhea, Sania, Shinta, Beti, Tasya, Ghina, Odod, Matin, Dineu yang sama-sama berjuang di kampus masing-masing. Terimakasih sudah menjadi teman yang saling mendo'akan dalam hal kebaikan, dan memberikan keceriaan walaupun kita berjarak.
17. Khawa dan Hafizh teman baru yang seru, dan teman-teman yang kebersamai selama di Pripih.
18. Vera, Fifah, Fahril, Shovia, teman-teman PPL ku yang sudah belajar bersama di MANSA.
19. Teh Silma, Teh Santi, Faul, dan teman-teman kontrakan Mojang Kece yang selalu membuat kontrakan berisik, selalu memberikan arahan dan membantu sepenuh hati.
20. Mbak Tatik, Mbak Tatum, Ustadz, Asma, dan seluruh keluarga TPA Masjid Baiturrahman yang sudah memberikan pengalaman berharga.

21. Teman-teman Bimbingan Konseling Islam angkatan 2016 yang telah menemani selama proses perkuliahan.
22. Teman-teman LAB BKI, Ara, Lail, Ayu, Aini, Zai, yang luar biasa semangatnya untuk sama-sama mengabdikan di BKI.
23. Keluarga PERSIS Jogja yang sudah menjadi keluarga di perantauan.
24. Semua pihak yang telah memberikan bantuan selama proses penyusunan ini baik secara moril maupun materil yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Yogyakarta, 16 Juli 2020

Penulis,

Ismailia Muwaffaqoh Arifah

NIM. 16220020

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## ABSTRAK

Ismailia Muwaffaqoh Arifah. (NIM. 16220020). *Group Art Therapy* dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa *Introvert* Kelas X Madrasah Aliyah di Garut. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2020.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh keadaan siswa *introvert* yang memerlukan lingkungan untuk mendukung perkembangan keterampilan sosial, maka peneliti bermaksud membuat penelitian eksperimen dengan melakukan perlakuan berupa *group art therapy*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas *group art therapy* dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa *introvert* kelas X di Madrasah Aliyah. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan menggunakan desain quasi eksperimental yang menggunakan dua kelompok dalam penelitian yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen melalui empat tahap-tahap perlakuan yaitu: tahap pengenalan dan pemanasan, tahap pembuatan karya seni, tahap diskusi, dan tahap akhir. Perlakuan dilakukan sebanyak tiga kali pertemuan yang dilakukan secara daring. Sedangkan kelompok kontrol hanya diberi materi dalam bentuk video yang sama dengan kelompok eksperimen terkait dengan keterampilan sosial.

Hasil penelitian menunjukkan tidak adanya perubahan yang signifikan dari perlakuan dengan menggunakan *group art therapy* terhadap siswa *introvert* kelas X Madrasah Aliyah. Hal ini dapat diketahui dari hasil uji *Independent Sample T-test* dengan hasil nilai signifikansi (*2-tailed*)  $> 0,05$  atau nilai  $t_{hitung} < t_{tabel}$  ( $0,234 < 2,144$ ) yang membuat hipotesis nol ( $H_0$ ) diterima. Jika dilihat dari rata-rata peningkatan kedua kelompok tersebut, rata-rata dari kelompok eksperimen adalah 63.13 untuk *Pre-Test* dan 63.38 untuk *Post-Test*. Sedangkan rata-rata dari kelompok kontrol adalah 62.88 untuk *Pre-Test* dan 64.50 untuk *Post-Test*. Berdasarkan data tersebut, peningkatan skor dari kedua kelompok sangat rendah dan nilai rata-rata kelompok kontrol lebih besar dibandingkan dengan nilai rata-rata kelompok eksperimen. Artinya, *group art therapy* pada penelitian ini tidak efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa *introvert*.

Kata kunci: *Group Art Therapy*, *Introvert*, dan Keterampilan Sosial.

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI .....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
ABSTRAK .....	xii
DAFTAR ISI .....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A.Latar Belakang Masalah.....	1
B.Rumusan Masalah .....	7
C.Tujuan Penelitian.....	8
D.Kegunaan Penelitian .....	8
E.Kajian Pustaka.....	9
BAB II KAJIAN TEORI.....	14
A. Tinjauan Tentang Keterampilan Sosial Siswa <i>Introvert</i> .....	14
B. Tinjauan Tentang <i>Group Art Therapy</i> .....	34
C. Dinamika <i>Group Art Therapy</i> dengan Keterampilan Siswa <i>Introvert</i>	46
D. Hipotesis.....	49

BAB III METODE PENELITIAN.....	50
A. Jenis Penelitian.....	50
B. Variabel Penelitian .....	52
C. Definisi Operasional Variabel.....	52
D. Populasi dan Sampel .....	54
E. Metode Pengumpulan Data .....	57
F. Desain Penelitian .....	59
G. Instrumen Penelitian .....	64
H. Uji Instrumen Penelitian .....	65
I. Analisis Data.....	69
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	72
A. Hasil Penelitian .....	72
B. Pembahasan.....	82
BAB V PENUTUP.....	88
A. Kesimpulan .....	88
B. Saran .....	89
C. Kata Penutup.....	90
DAFTAR PUSTAKA .....	91

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Aspek Keterampilan Sosial Stephens .....	24
Tabel 3.1 Desain Penelitian .....	51
Tabel 3.2 Populasi Penelitian .....	54
Tabel 3.3 Sampel Eksperimen.....	56
Tabel 3.4 Skor Alternatif Jawaban.....	58
Tabel 3.5 Kisi-kisi Keterampilan Sosial Siswa <i>Introvert</i> Kelas X .....	59
Tabel 3.6 Gambaran pelaksanaan .....	62
Tabel 3.7 Hasil Validitas Instrumen Skala Keterampilan Siswa <i>Introvert</i> .....	66
Tabel 3.8 Nomor Aitem Valid dan Nomor Aitem Gugur .....	68
Tabel 3.9 Interpretasi Koefisien Alpha .....	69
Tabel 3.10 Uji Reliabilitas Instrumen .....	69
Tabel 4.1 Data <i>Pre-Test</i> Kelompok Eksperimen .....	73
Tabel 4.2 Data <i>Pre-Test</i> Kelompok Kontrol .....	74
Tabel 4.3 Data <i>Post-Test</i> Eksperimen.....	75
Tabel 4.4 Data <i>Post-Test</i> Kontrol.....	76
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas .....	77
Tabel 4.6 Hasil Uji Homogenitas.....	78
Tabel 4.7 Hasil <i>Uji Independent Sample T-Test</i> .....	79
Tabel 4.8 Perbandingan Nilai <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> .....	80

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	.....	95
Lampiran 2	.....	96
Lampiran 3	.....	101
Lampiran 4	.....	104
Lampiran 5	.....	106
Lampiran 6	.....	127
Lampiran 7	.....	130
Lampiran 8	.....	132



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Manusia sebagai makhluk sosial tentu akan berinteraksi dengan orang lain dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari. Interaksi tersebut memerlukan keterampilan yang disebut keterampilan sosial untuk dapat menyesuaikan diri dan mampu menampilkan diri sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku di masyarakat. Selain itu, setiap individu dituntut untuk dapat mengatasi permasalahan-permasalahan yang timbul akibat interaksi dengan orang lain.

Keterampilan sosial menurut Mu'tadin, Zainun dalam Wati Sudarsih adalah:

Kemampuan atau kecakapan yang dimiliki seseorang untuk menyesuaikan diri dan berinteraksi dengan lingkungannya yang meliputi kemampuan berkomunikasi, menjalin hubungan dengan orang lain, menghargai diri sendiri dan orang lain, memberi dan menerima kritik yang diberikan orang lain.<sup>2</sup>

Memiliki keterampilan sosial yang baik bisa membantu proses komunikasi dengan individu lain, terutama bagi remaja yang mulai memasuki fase mengenal dunia luar yang lebih luas lagi, perlu memilah dan memilih lingkungan juga pertemanan di luar jangkauan orang tua. Kegagalan remaja dalam menguasai keterampilan-keterampilan sosial akan menyebabkan remaja

---

<sup>2</sup> Wati Sudarsih, *Keterampilan Sosial Siswa ADHD di Sekolah Dasar Negeri Y Pangkalpinang*, Tesis (Bandung: Pendidikan Kebutuhan Khusus, Universitas Pendidikan Indonesia, 2011), hlm. 14.

tersebut sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. Dampaknya terhadap perilaku yang menimbulkan rasa rendah diri, dikucilkan dari pergaulan, cenderung berperilaku yang kurang normatif, misalnya perilaku asosial atau antisosial.<sup>3</sup>

Salah satu faktor yang mendukung keterampilan sosial adalah kepribadian seseorang. Adapun pengertian kepribadian menurut Ujam Jaenudin adalah:

Belajar menggunakan cara-cara baru dalam mendiskusikan tegangan yang timbul karena individu menghadapi berbagai hal yang dapat menjadi sumber tegangan. Sumber tegangan dibagi menjadi empat pokok, yaitu proses pertumbuhan fisiologis, frustrasi, konflik, dan ancaman.<sup>4</sup>

Setiap individu tentu mempunyai cara yang berbeda dalam mengatasi sumber tegangan sesuai dengan tipe kepribadiannya. Para ahli mengklasifikasikan tipe kepribadian berdasarkan pada pengamatannya masing-masing. Carl Gustav Jung seorang tokoh penting bagi psikoanalisis membedakan dua sikap atau orientasi utama kepribadian, yakni sikap *ekstrovert* dan sikap *introvert*. *Ekstrovert* adalah kecenderungan yang mengarahkan kepribadian lebih banyak keluar daripada ke dalam diri sendiri. *Introvert* adalah kebalikannya, yaitu kepribadian yang mengarahkan lebih banyak ke dalam diri sendiri.<sup>5</sup> Orang dengan kepribadian *introvert* bersikap subjektif dan cenderung menyendiri, dalam memecahkan sumber tegangan yang terjadi orang *introvert* merasa bisa melakukannya sendiri.

---

<sup>3</sup> Syamsul Bachri Thalib, *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*, (Jakarta: Kencana, 2010), hlm. 159.

<sup>4</sup> Ujam Jaenudin, *Psikologi Kepribadian*, (Bandung: Pustaka Setia, 2012), hlm. 71.

<sup>5</sup> Adang Hambali dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Kepribadian Lanjutan Studi atas Teori dan Tokoh Psikologi Kepribadian*, (Bandung: Pustaka Setia, 2013), hlm. 70.

Penyesuaian diri menjadi tantangan bagi *introvert*, berdasarkan hasil penelitian siswa *introvert* dikategorikan kurang dapat menyesuaikan diri di sekolah.<sup>6</sup> Seorang *introvert* di sekolah tentu membutuhkan waktu dan dukungan sosial untuk nyaman berinteraksi. Sebagai siswa *introvert*, pemikiran dan ketakutan dirinya dapat menghambat interaksi untuk tampil di depan orang banyak. Sikap tersebut membuat siswa *introvert* tidak banyak memiliki teman. Begitupun dalam hal belajar, siswa *introvert* dapat mengalami kesulitan jika melakukan kerja kelompok karena sulit merespon secara cepat dan tidak mudah menyampaikan pendapat.

Berbeda dengan karakteristik siswa *ekstrovert* yang mudah bergaul dan mudah terbuka kepada orang baru sehingga akan memudahkan jalannya interaksi dengan orang sekitar yang ditemuinya, siswa *ekstrovert* dapat bersikap lebih ramah dan terbuka sehingga dalam penyesuaian diri dengan orang lain akan relatif cepat membaaur dan terampil dalam berkomunikasi.<sup>7</sup>

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Luqman Basith Pradana, ada beberapa pernyataan yang dapat mengidentifikasi permasalahan siswa *introvert*. Pertama, “Saya merasa masih sulit untuk selalu berfikir positif”. Kedua “Saya belum bisa memiliki kepekaan diri dan sosial”. Ketiga “Saya belum tahu cara

---

<sup>6</sup> Lien Sugiasih, *Perbedaan Penyesuaian Diri di Sekolah antara Siswa yang Berkepribadian Ekstrovert dengan yang Berkepribadian Introvert pada Kelas X SMA N 1 Kutosari, Kabupaten Purbalinggo Tahun Ajaran 2008/2009*, Abstrak Tesis, (Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2009)

<sup>7</sup> Yuliana Mita Kristiyani, *Hubungan Antara Tipe Kepribadian Ekstrovert-Introvert dengan Orientasi Keterampilan Komunikasi Interpersonal pada Distributor Multi Level Marketing Tianshi*, Skripsi, (Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma, 2009), hlm. 4.

berkomunikasi yang efektif”. Keempat “Saya merasa saat ini belum banyak memiliki teman”. Kelima “Saya merasa sulit untuk belajar kelompok”.<sup>8</sup>

Permasalahan di atas tentu berpengaruh pada proses belajar dan interaksi siswa *introvert* di sekolah. Sikap tertutup dan lebih fokus terhadap diri sendiri yang dimiliki siswa *introvert* bisa menghambat kegiatan di sekolah. Komunikasi yang canggung dan jarang berinteraksi dengan teman juga dapat membuat temannya menilai negatif siswa *introvert*. Sikap dan permasalahan siswa *introvert* tersebut tentu harus menjadi perhatian bagi guru, termasuk Guru Bimbingan dan Konseling.

Berdasarkan Peraturan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan No 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling Pasal 3 bahwa Layanan Bimbingan dan Konseling memiliki tujuan membantu konseli mencapai perkembangan optimal dan kemandirian secara utuh dalam aspek pribadi, belajar, sosial, dan karir.<sup>9</sup> Berpedoman pada peraturan tersebut, tentu permasalahan-permasalahan siswa *introvert* seperti permasalahan untuk berinteraksi di lingkungan sekolah, tampil percaya diri, aktif dalam kerja kelompok, serta cara berkomunikasi perlu mendapat perhatian khusus dari guru Bimbingan dan Konseling. Sebagaimana Prayitno menjelaskan bahwa dalam mengatasi permasalahan, menjadi tugas konselor untuk mengoptimalkan perkembangan dan pendayagunaan predisposisi ataupun ciri

---

<sup>8</sup> Luqman Basith Pradana, *Implementasi Konseling Individu dalam Mengatasi Problem Penyesuaian Diri Siswa Introvert di MAN 2 Sleman Yogyakarta*, Skripsi (Yogyakarta: Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2017), hlm. 62-63.

<sup>9</sup> Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, *Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah*, 2014, hlm. 3.

kepribadian individu ke arah hal-hal positif sesuai dengan tingkat perkembangan dan kebutuhan individu yang bersangkutan.<sup>10</sup>

Ada banyak intervensi yang dapat dipakai dalam mengatasi permasalahan siswa *introvert*. Pada penelitian ini, peneliti memandang *group art therapy* dapat menjadi salah satu intervensi dalam membantu permasalahan siswa *introvert*. *Group art therapy* adalah pengungkapan pengalaman dan perasaan secara lisan dan tertulis melalui media seni atau *art* dalam kelompok terapi.<sup>11</sup> Dengan menggunakan media seni dinilai sebagai suatu bentuk bahasa visual individu untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan yang tidak bisa mereka ungkapkan. Selain itu, *group art therapy* dapat menjadi cara dalam mengomunikasikan pengalaman yang sulit untuk diverbalisasikan yang dilakukan secara berkelompok.<sup>12</sup> Hal ini dapat membuat siswa *introvert* lebih mudah untuk mengungkapkan emosi yang dirasakannya karena dituangkan ke dalam media seni yang akan menghindari dari perasaan terbebani oleh pertanyaan yang harus dijawab secara lisan.

*Group art therapy* mempunyai jenis yang bermacam-macam. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *group art therapy* dengan jenis *writing therapy* atau terapi seni menulis, dengan harapan konseli yaitu siswa *introvert* dapat memanfaatkan kata-kata sebagai katarsis dan penyampaian pesan melalui tulisan.

---

<sup>10</sup> Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 168.

<sup>11</sup> Bagus Mahardika, *Efektivitas Metode Art Therapy Group Dalam Mengembangkan Kemampuan Sosial Emosional Anak Didik Di TKIT As-Salam Murtigading Sanden Bantul Yogyakarta*, Tesis (Yogyakarta: Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies* Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam UIN Sunan Kalijaga, 2016), hlm. 37.

<sup>12</sup> Aniek Wirastania, *Penggunaan Clay Therapy dalam Program Bimbingan untuk Peserta Didik Tingkat Sekolah Dasar*, *Jurnal Fokus Konseling* vol. 2: 1 (Januari, 2016), hlm. 70.

Terapi menulis ini sangat sesuai untuk individu yang mempunyai tipe kepribadian *introvert* yang sukar meluapkan perasaannya lewat kata-kata secara verbal. Hasil penelitian membuktikan bahwa dengan menulis ekspresif mampu menurunkan masalah hidup karena telah lepasnya tekanan hidup yang dituangkan lewat penulisan.<sup>13</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu Guru Bimbingan dan Konseling di MAS Persis Tarogong, siswa tentu memiliki kepribadian yang berbeda, dan jumlahnya seimbang antara siswa *introvert* dengan siswa *ekstrovert*. Peran Guru BK di sekolah yaitu menurunkan tingkat *introvert* siswa yang tinggi menjadi normal dengan konsultasi, konseling, yang disesuaikan dengan permasalahan siswa. Kemudian bekerja sama dengan beberapa pihak untuk menciptakan lingkungan yang baik bagi perkembangan seluruh siswa.<sup>14</sup> Siswa di sekolah memang tidak dapat menyeluruh dipastikan memiliki keterampilan sosial yang baik. Siswa juga tidak semua dapat terlibat aktif dalam pembelajaran. Apalagi jumlah siswa yang banyak membuat guru tidak dapat membimbing secara intensif semua siswa agar dapat memiliki keterampilan sosial yang baik.

Keterampilan sosial yang baik akan efektif jika seorang siswa bersikap terbuka dan dapat memahami lawan bicaranya. Siswa yang terlalu *introvert* dapat kehilangan objektivitas dalam memahami pesan yang disampaikan oleh orang lain.

---

<sup>13</sup> Mohd Riddwan bin Samsuddin, *Terapi Menulis dalam Meningkatkan Self Confidence Seorang Mahasiswi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*, Skripsi (Surabaya: Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, UIN Sunan Ampel, 2018).

<sup>14</sup> Wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling, Ela Nurhafsari, 16 September 2020.

Oleh karena itu, perlu membuat lingkungan yang nyaman bagi siswa *introvert* untuk berlatih dalam meningkatkan keterampilan sosialnya.

Penelitian ini difokuskan untuk anak kelas X Madrasah Aliyah. Alasan pemilihan kelas X ini karena termasuk kepada angkatan yang baru selesai menamatkan Sekolah Menengah Pertama/ sederajat kemudian harus berinteraksi dengan lingkungan baru di Madrasah Aliyah. Tidak semua siswa kelas X dapat menyesuaikan diri di sekolah dengan baik, terlebih jika siswa merupakan seorang *introvert*. Sedangkan siswa Madrasah Aliyah dipilih karena masuk di fase remaja akhir yang merupakan masa transisi menuju dewasa, yang mana setelah lulus dari sekolah harus berinteraksi dengan lingkungan yang lebih luas lagi, dalam hal ini siswa tentu memerlukan keterampilan sosial sedangkan siswa Madrasah Aliyah banyak yang kurang mengeksplor dunia luar sekolah karena kegiatan di lingkungan sekolah sudah cukup padat.

Dari uraian di atas, maka peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan judul “*Group Art Therapy* dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa *Introvert* Kelas X Madrasah Aliyah di Garut”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah *group art therapy* efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa *introvert* kelas X Madrasah Aliyah di Garut?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai penulis dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana efektivitas *group art therapy* dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa *introvert* kelas X Madrasah Aliyah di Garut.

### **D. Kegunaan Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai kegunaan pada bidang pendidikan baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **1. Kegunaan Teoretis**

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah khazanah keilmuan Bimbingan Konseling Islam, khususnya yang berkaitan dengan efektivitas *group art therapy* dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa *introvert*.

#### **2. Kegunaan Praktis**

Secara praktis, penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang terlibat dalam proses layanan bimbingan dan konseling yaitu sebagai berikut:

##### **a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling**

Menjadi bahan rujukan bagi guru bimbingan dan konseling dalam membantu permasalahan konseli dengan merencanakan, melaksanakan layanan bimbingan dan konseling, sehingga dapat memperbaiki dan



menyempurnakan serta meningkatkan efektivitas layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

b. Bagi Siswa

Khususnya siswa yang mempunyai kepribadian *introvert* dapat belajar untuk meningkatkan keterampilan sosial melalui efektivitas *group art therapy* yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadikan penelitian ini sebagai salah satu referensi atau dasar bagi pengembangan penelitian selanjutnya untuk memahami lebih mendalam mengenai efektivitas *group art therapy* untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa *introvert*.

## E. Kajian Pustaka

Sejauh yang peneliti ketahui berdasarkan pada kajian pustaka yang diperoleh, pembahasan dan penelitian mengenai *group art therapy* dalam Bimbingan dan Konseling Islam khususnya untuk siswa *introvert* belum ada yang meneliti. Oleh karena itu, terlebih dahulu peneliti akan menguraikan tinjauan pustaka berupa karya-karya yang relevan dari penelitian terdahulu. Tinjauan pustaka penting dilakukan untuk mengetahui dan menunjukkan adanya persamaan dan perbedaan penelitian. Berikut beberapa penelitian yang telah diidentifikasi oleh peneliti sebagai bahan rujukan, diantaranya sebagai berikut:

Pertama, skripsi dengan judul “Peningkatan Keterampilan Sosial Melalui Bimbingan Kelompok Berbasis *Cooperative Learning* di SMP Negeri 2 Pakem

Kelas VIII C” disusun oleh Eprilia Kusuma Dewi, Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, tahun 2013. Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan dengan subjek penelitian 12 siswa kelas VIII C SMP Negeri 2 Pakem. Penelitian dilakukan dengan 2 siklus yang masing-masing terdiri dari 5 tindakan. Metode pengumpulan data menggunakan skala keterampilan sosial yang diuji validitas dan reliabilitas. Analisis data menggunakan kuantitatif deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan keterampilan sosial yang dibuktikan dengan perolehan rata-rata pra tindakan sebesar 221,6 menjadi 230,2 pada pasca tindakan siklus 1 dan 241,8 pada pasca tindakan siklus 2.<sup>15</sup>

Perbedaan penelitian Eprilia Kusuma Dewi dengan peneliti terletak pada metode dan jenis penelitian yang digunakan dalam meningkatkan keterampilan siswa. Eprilia Kusuma Dewi menggunakan jenis penelitian tindakan kelas (*classroom action research*) dengan *cooperative learning*. Sedangkan peneliti menggunakan jenis penelitian *quasi eksperimental* dengan *group art therapy*.

Kedua, skripsi yang disusun oleh Tita Setiani dengan Judul “Peningkatan Keterampilan Sosial Siswa Melalui Penerapan Metode Simulasi pada Pembelajaran IPS Kelas V SD Negeri Pakem 2 Sleman”, Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Jurusan Pendidikan Prasekolah dan Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, tahun 2014. Latar belakang

---

<sup>15</sup> Eprilia Kusuma Dewi, *Peningkatan Keterampilan Sosial Melalui Bimbingan Kelompok Berbasis Cooperative Learning di SMP Negeri 2 Pakem Kelas VIII C*, Skripsi (Yogyakarta: Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, 2013).

dilakukannya penelitian karena kurangnya keterampilan sosial yang dimiliki siswa. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindak kelas (*classroom action research*) dengan subjek 30 siswa kelas V SD Negeri 2 Pakem Sleman. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan penerapan metode simulasi pada mata pelajaran IPS dapat meningkatkan keterampilan sosial siswa, peningkatan tersebut ditunjukkan dengan meningkatnya jumlah skor keterampilan siswa sebesar 22% pada siklus I dibanding prasiklus dan 62% pada siklus II dibanding siklus I.<sup>16</sup>

Perbedaan penelitian peneliti dengan Tita Setiani terletak pada metode dan jenis penelitian yang digunakan dalam meningkatkan keterampilan siswa. Tita Setiani menggunakan jenis penelitian tindakan kelas (*classroom action research*), sedangkan peneliti menggunakan jenis penelitian quasi eksperimen. Metode yang digunakan Tita Setiani yaitu metode simulasi, sedangkan peneliti menggunakan *group art therapy*.

Ketiga, skripsi karya Luqman Basith Pradana yang berjudul “Implementasi Konseling Individu dalam Mengatasi Problem Penyesuaian Diri Siswa *Introvert* di MAN 2 Sleman Yogyakarta”, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, tahun 2017. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan dengan menggunakan metode pendekatan deskriptif kualitatif. Subjek penelitian terdiri dari guru BK, siswa, dan

---

<sup>16</sup> Tita Setiani, *Peningkatan Keterampilan Sosial Siswa Melalui Penerapan Metode Simulasi pada Pembelajaran IPS Kelas V SD Negeri Pakem 2 Sleman*, Skripsi (Yogyakarta: Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Jurusan Pendidikan Prasekolah dan Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2014).

staff guru. Objek penelitian adalah tahap-tahap dan faktor-faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan konseling individu dalam mengatasi problem penyesuaian diri siswa *introvert*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru BK melaksanakan konseling individu dalam mengatasi problem penyesuaian diri siswa *introvert* melalui tiga tahapan yaitu tahap pra konseling, tahap proses konseling, dan tahap pasca konseling. Masing-masing tahapan tersebut disertai dengan faktor-faktor pendukung dan penghambatnya.<sup>17</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Luqman ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif untuk mengetahui implementasi konseling individu dalam mengatasi permasalahan penyesuaian diri siswa *introvert*. Sedangkan peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif untuk mengetahui efektivitas tahapan *group art therapy* dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa *introvert*.

Keempat, penelitian Bagus Mahardika, S. Pd., meneliti “Efektivitas Metode *Art Therapy Group* Dalam Mengembangkan Kemampuan Sosial Emosional Anak Didik Di TKIT As-Salam Murtigading Sanden Bantul Yogyakarta”. Penelitian ini menggunakan rancangan eksperimen dengan desain *pretest-posttest*. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan melalui metode *art therapy group*, sedangkan kelompok kontrol dibelajarkan melalui metode pembelajaran konvensional. Subjek penelitian adalah seluruh anak didik kelas B di TK IT Assalam Murtigading Sanden Bantul Yogyakarta yang berjumlah 16 anak didik di kelas B kelompok strobery dan

---

<sup>17</sup> Luqman Basith Pradana, *Implementasi Konseling Individu dalam Mengatasi Problem Penyesuaian Diri Siswa Introvert di MAN 2 Sleman Yogyakarta*, Skripsi (Yogyakarta: Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2017).

anak didik kelas B kelompok mangga yang berjumlah 16 anak didik. Berdasarkan hasil tes akhir pembelajaran, diketahui bahwa nilai rata-rata kemampuan emosional kelompok eksperimen adalah 70,06 dan kelompok kontrol adalah 62,93. Berdasarkan analisis menggunakan statistik uji T, diperoleh  $t$  hitung  $>$   $t$  tabel (5,158  $>$  2,042). Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran sosial emosional dengan metode *art therapy group* berpengaruh terhadap kemampuan sosial emosional anak didik kelas B di TK IT Assalam Murtigading Sanden Bantul Yogyakarta.<sup>18</sup>

Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada variabel penelitian, variabel Y yang pada penelitian Bagus yaitu kemampuan sosial emosional anak didik di TKIT As-Salam Sanden Bantul. Sedangkan variabel Y peneliti yaitu keterampilan sosial siswa *introvert* kelas X Madrasah Aliyah. Jenis penelitian yang digunakan oleh Bagus dan peneliti sama yaitu *quasi eksperimental design*.

Kelima, skripsi yang ditulis oleh Suandara Pratiwi, program studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang berjudul “Penggunaan *Islamic Creative Art Therapy* (I-CAT) dalam Konseling Individu Untuk Mengatasi Masalah Pribadi di Pusat Kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan Malaysia”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan tahap-tahap penggunaan I-CAT dalam konseling individu untuk

---

<sup>18</sup> Bagus Mahardika, *Efektivitas Metode Art Therapy Group Dalam Mengembangkan Kemampuan Sosial Emosional Anak Didik Di TKIT As-Salam Murtigading Sanden Bantul Yogyakarta*, Tesis (Yogyakarta: Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies* Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam UIN Sunan Kalijaga, 2016).

mengatasi masalah pribadi di Pusat konseling MAINS Malaysia. Subjek penelitian adalah seorang konseli yang mempunyai masalah pribadi dan konselor PK MAINS cabang Seremban yang menjadi konselor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan I-CAT dalam konseling individu dapat mempermudah konseli dalam penyampaian permasalahan yang ada kemudian ketika proses berbagi pengalaman antara konselor dan konseli, konselor memasukkan nilai-nilai keagamaan sebagai refleksi dalam konseling.<sup>19</sup>

Persamaannya terletak pada penggunaan *art therapy*, namun penelitian Suandara mengambil metode *Islamic Creative Art Therapy* (I-CAT) dalam konseling individu melalui pendekatan kualitatif deskriptif, sedangkan yang peneliti gunakan yaitu metode *group art therapy* melalui pendekatan kuantitatif dengan *quasi eksperimental design*.

Berdasarkan kajian pustaka yang telah dilakukan oleh peneliti, terdapat tulisan ilmiah yang senada dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu tema *art therapy*, variabel terikat yaitu siswa *introvert* dan peningkatan keterampilan sosial. Namun, ada perbedaan dalam penelitian ini yaitu pada spesifikasi pembahasan dan subjek penelitian. Fokus penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu “*Group Art Therapy* dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa *Introvert* Kelas X Madrasah Aliyah di Garut”. Sepanjang pengetahuan peneliti belum pernah ada yang meneliti sebelumnya. Dengan demikian, penelitian ini layak

---

<sup>19</sup> Suandara Pratiwi, *Penggunaan Islamic Creative Art Therapy (I-CAT) Dalam Konseling Individu Untuk Mengatasi Masalah Pribadi Di Pusat Kaunseling Majelis Agama Islam Negeri Sembilan Malaysia*, Skripsi (Yogyakarta: Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2016).

untuk dilaksanakan kepada siswa sekolah dengan proses dan cara penerapan yang berkelanjutan.



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah dipaparkan, maka diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Metode *group art therapy* yang dilaksanakan sebanyak tiga kali pertemuan ini dilakukan secara daring karena kondisi yang tidak memungkinkan untuk bertemu saling tatap muka satu sama lain. Jenis seni yang digunakan yaitu menggunakan seni tulisan atau disebut dengan *writing therapy*. Penelitian ini dilakukan dengan membandingkan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang diberi perlakuan dan kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan. Kelompok kontrol hanya diberikan pemahaman materi terkait keterampilan sosial melalui video. Sedangkan kelompok eksperimen melaksanakan empat tahap kegiatan yaitu: tahap awal, tahap pembuatan karya seni, tahap diskusi, dan tahap akhir. Pada tahap awal, dilakukan pemanasan dan perkenalan yaitu dengan memaparkan gambaran umum terkait dengan kegiatan serta aturan-aturan yang berlaku, kemudian dilanjutkan dengan perkenalan dari fasilitator dan seluruh anggota kelompok. Tahap selanjutnya yaitu tahap pembuatan karya seni dengan durasi 30 menit, sebelum mulai menulis seluruh anggota kelompok menonton video terkait dengan keterampilan sosial. Tahap ketiga, yaitu diskusi yang dilakukan lewat pesan suara di grup *WhatsApp* dan secara tatap muka dengan aplikasi *Zoom*. Tahap terakhir adalah pengakhiran sesi di



mana fasilitator menyampaikan hasil diskusi serta menanyakan kesan dan pesan kepada beberapa anggota kelompok.

2. Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan program *IBM SPSS 23 from Windows* diperoleh hasil bahwa penggunaan *group art therapy* ini tidak memberikan pengaruh yang signifikan kepada responden. Hal itu diketahui dari hasil uji *Independent Sample T-test* dengan hasil nilai signifikansi (2-tailed)  $> 0,05$  atau nilai  $t_{hitung} < t_{tabel}$  ( $0,234 < 2,144$ ) yang membuat hipotesis nol ( $H_0$ ) diterima. Jika dilihat dari rata-rata peningkatan kedua kelompok tersebut, rata-rata dari kelompok eksperimen adalah 63.13 untuk *Pre-Test* dan 63.38 untuk *Post-Test*. Sedangkan rata-rata dari kelompok kontrol adalah 62.88 untuk *Pre-Test* dan 64.50 untuk *Post-Test*. Jadi berdasarkan data tersebut nilai rata-rata kelompok kontrol lebih besar dibandingkan dengan nilai rata-rata kelompok eksperimen.

## **B. Saran**

1. Bagi Guru Bimbingan Koseling

Dapat menjadi media bagi guru bimbingan dan konseling yang bisa dikembangkan di sekolah. Alangkah lebih baik jika praktik kegiatan *group art therapy* ini dilakukan secara tatap muka untuk mendapatkan hasil yang maksimal dan dapat lebih mudah mengondisikan siswa.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penulisan ini masih banyak sekali kekurangan, untuk itu bagi siapa saja yang ingin mengembangkan atau memperbaiki penelitian ini diharapkan untuk mengeksplor lebih banyak literatur sehingga dapat menghasilkan karya yang

lebih baik lagi, selain itu juga dapat menggunakan jenis seni lain yang disesuaikan dengan kondisi responden.

### **C. Kata Penutup**

*Alhamdulillah* *rabbi'l'alamin*, puji serta syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*Group Art Therapy* dalam Meningkatkan Keterampilan Siswa *Introvert* Kelas X Madrasah Aliyah di Garut”. Peneliti sudah berusaha dan mengupayakan yang terbaik dalam penyusunan skripsi ini. Namun, peneliti menyadari bahwa penelitian ini terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, peneliti mengharap kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak sebagai penyempurna penulisan skripsi ini.

Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pengembangan keilmuan bimbingan dan konseling Islam. Dan juga bagi dapat memberikan manfaat bagi peneliti maupun bagi siapa saja yang membacanya. *Aamiin*.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, Malang: UMM Press, 2012.
- American Art Therapy Association, *What is Art Therapy?*, <https://arttherapy.org/about-art-therapy/>, diakses 23 Januari 2020.
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 2013.
- Arlina Shahara, Octavia, *Bimbingan Pribadi Sosial dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Siswa Terisolir di SMP Negeri 5 Banguntapan*, Skripsi, Yogyakarta: Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga, 2013.
- Azwar, Saifuddin, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan*, Yogyakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Azwar, Saifuddin, *Reliabilitas dan Validitas Edisi 4* Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
- Dewi, Eprilia Kusuma, *Peningkatan Keterampilan Sosial Melalui Bimbingan Kelompok Berbasis Cooperative Learning di SMP Negeri 2 Pakem Kelas VIII C*, Skripsi, Yogyakarta: Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, 2013.
- Fattah al-Khalidi, Shalah Abdul, *Mudah Tafsir Ibnu Katsir Jilid 6*, Jakarta: Maghfirah Pustaka, 2017.
- Guta, Chintya Risfiana, dkk, *Persepsi Therapist Tentang Ketepatan Penggunaan Art Therapy untuk Mengurangi Stres Peserta Didik dalam Proses Pendidikan*, Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2017.
- Hambali, Adang dan Ujam Jaenudin, *Psikologi Kepribadian Lanjutan Studi atas Teori dan Tokoh Psikologi Kepribadian*, Bandung, Pustaka Setia, 2013.
- Hambali, Adang *Psikologi Kepribadian Lanjutan Studi atas Teori dan Tokoh Psikologi Kepribadian*, Bandung: Pustaka Setia, 2013.
- Hidayat, Adi, *At-Taisir*, Bekasi: Quantum Akhyar Institute, 2019.
- Jaenudin, Ujam, *Psikologi Kepribadian*, Bandung: Pustaka Setia, 2012.
- Kementerian Agama Republik Indonesia, *Yasmina Al-Qur'an Terjemah dan Tajwid*, Bandung: Sygma, 2014.

- Liebmann, Marian, *Developing Games, Activities, and Themes for Art Therapy Groups* dalam Malchodi, *Handbook of Art Therapy*, New York: The Guilford Press, 2003.
- Liebmann, Marian, *Art Therapy for Group: A handbook of themes and exercise*, New York, Taylor & Francis Groups, 2004.
- Mahardika, Bagus *Efektivitas Metode Art Therapy Group Dalam Mengembangkan Kemampuan Sosial Emosional Anak Didik Di TKIT As-Salam Murtigading Sanden Bantul Yogyakarta*, Tesis, Yogyakarta: Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies* Konsentrasi Psikologi Pendidikan Islam UIN Sunan Kalijaga, 2016.
- Martono, Nanang, *Metode Penelitian Kuantitatif: Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder*, Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2012.
- Merrell, Kenneth W. dan Gretchen A. Gimpel, *Social Skills of Children and Adolescents: Conceptualization, Assessment, Treatment*, New York: Taylor & Francis Group, 2014.
- Mita, Kristiyani Yuliana, *Hubungan Antara Tipe Kepribadian Ekstrovert-Introvert dengan Orientasi Keterampilan Komunikasi Interpersonal pada Distributor Multi Level Marketing Tianshi*, Skripsi, Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma, 2009.
- Mohd Riddwan bin Samsuddin, *Terapi Menulis dalam Meningkatkan Self Confidence Seorang Mahasiswi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*, Skripsi, Surabaya: Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, UIN Sunan Ampel, 2018.
- Nurgiyantoro, Burhan Nurgiyantoro, *Statistik Terapan Untuk Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2012.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, *Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah*, 2014.
- Pradana, Luqman Basith, *Implementasi Konseling Individu dalam Mengatasi Problem Penyesuaian Diri Siswa Introvert di MAN 2 Sleman Yogyakarta*, Skripsi, Yogyakarta: Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2017.
- Pranoto, Naning, *Writing for Therapy*, Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2015.
- Prasetyo, Bambang dan Lina Miftahul Jannah, *Metode penelitian Kuantitatif*, Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2012.

- Pratiwi, Suandara *Penggunaan Islamic Creative Art Therapy (I-CAT) Dalam Konseling Individu Untuk Mengatasi Masalah Pribadi Di Pusat Kaunseling Majelis Agama Islam Negeri Sembilan Malaysia*, Skripsi, Yogyakarta: Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga, 2016.
- Prawira, Purwa Atmaja, *Psikologi Kepribadian dengan Perspektif Baru*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016.
- Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta, 2008.
- Purwanto, *Statistika Untuk Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Riowati dan Tamsil Muis, *Penerapan Pelatihan Keterampilan Sosial oleh Bimbingan Teman Sebaya untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas VIII SMP Negeri Menganti*, Jurnal Pelatihan Keterampilan Sosial oleh Bimbingan Teman Sebaya, Surabaya: Jurusan Bimbingan dan Konseling. Universitas Negeri Surabaya.
- Setiani, Tita, *Peningkatan Keterampilan Sosial Siswa Melalui Penerapan Metode Simulasi pada Pembelajaran IPS Kelas V SD Negeri Pakem 2 Sleman*, Skripsi, Yogyakarta: Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Jurusan Pendidikan Prasekolah dan Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, 2014.
- Shalihah, Isna Ni'matus, *Kajian Teoritis Penggunaan Art Therapy dalam Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling di SMK*, *Proceedings International Conference: 1<sup>st</sup> ASEAN School Counselor Conference on Innovation and Creativity in Counseling*, 2017.
- Sudarsih, Wati, *Keterampilan Sosial Siswa ADHD di Sekolah Dasar Negeri Y Pangkalpinang*, Tesis, Bandung: Pendidikan Kebutuhan Khusus, Universitas Pendidikan Indonesia, 2011.
- Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2013.
- Sugiasih, Lien, *Perbedaan Penyesuaian Diri di Sekolah antara Siswa yang Berkepribadian Ekstrovert dengan yang Berkepribadian Introvert pada Kelas X SMA N 1 Kutosari, Kabupaten Purbolinggo Tahun Ajaran 2008/2009*, Abstrak Tesis, Semarang: Universitas Negeri Semarang, 2009.
- Sutanti, Natria Sutanti, *Meningkatkan Perilaku Prososial dengan Menggunakan Art Therapy Group pada Siswa Kelompok B TK Harapan Gondok Sleman*, Skripsi: Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Universitas Negeri Yogyakarta.

Thalib, Syamsul Bachri, *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*, Jakarta: Kencana, 2010.

W.Johnson, David dan Roger T.Johnson, *Cooperative and Competition: Theory and Research*, Edina, MN: *Interaction Book Company*, 1989.

Waller, Diane *Becoming A Profession The History Of Art Therapy In Britain*, New York: Routledge, 2003.

Waller, Diane, *Becoming A Profession The History Of Art Therapy In Britain*, (New York: Routledge, 2003.

Wirastania, Aniek, *Penggunaan Clay Therapy dalam Program Bimbingan untuk Peserta Didik Tingkat Sekolah Dasar*, *Jurnal Fokus Konseling* vol. 2: 1, 2016.

Wirastania, Aniek, *Penggunaan Clay Therapy dalam Program Bimbingan untuk Peserta Didik Tingkat Sekolah Dasar*, *Jurnal Fokus Konseling*, vol 2: 1, 2016.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA