

Studi kepustakaan penerapan terapi kursi kosong (*empty chair*) dalam terapi gestalt

Intan Prawitasari ¹

¹ Guru BK, SD Muhammadiyah
15 Surabaya

Korespondensi

Jalan Mastrip No. 174 Jajar
Tunggal, Wiyung-Surabaya,
prawita78@gmail.com

Abstract

The purpose of this study is to describe the empty chair technique in gestalt therapy regarding: 1) the successful application of the empty chair technique, 2) the goal and setting of the empty chair technique, 3) the procedure and duration of empty chair technique therapy, 4) suggestions and recommendations about the empty chair technique. The research method of applying the empty chair technique in gestalt therapy was library research. The 14 journals would be grouped and summarized into a table into 4 focus discussions. The main focus in Gestalt counseling is to help individuals through their transition from a state that is always assisted by the environment to a state of self-sufficiency (self-support).

KEYWORDS:

Library research, Gestalt therapy, Empty chair.

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini untuk mendeskripsikan teknik kursi kosong dalam terapi gestalt mengenai: 1) keberhasilan penerapan teknik kursi kosong, 2) Sasaran dan setting teknik kursi kosong, 3) prosedur dan lama terapi teknik kursi kosong, 4) saran dan rekomendasi tentang teknik kursi kosong. Metode penelitian penerapan teknik kursi kosong dalam terapi gestalt merupakan penelitian kepustakaan (Library Research). Terhadap 14 jurnal akan dikelompokkan dan dirangkum kedalam tabel menjadi 4 fokus bahasan. Fokus utama dalam konseing Gestalt adalah membantu individu melalui transisinya dari keadaan yang selalu dibantu oleh lingkungan ke keadaan mandiri (self-support).

KATA KUNCI:

Studi Kepustakaan, Terapi gestalt, Kursi kosong.

1 | Pendahuluan

Bimbingan dan Konseling adalah layanan/bantuan yang diberikan kepada peserta didik baik perseorangan maupun kelompok agar mampu mencapai kemandirian serta berkembang secara optimal dalam bidang pribadi, social, akademik, karier, keluarga dan keagamaan melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung berdasar nilai dan norma yang berlaku [1].

Dalam prakteknya bimbingan dan konseling Walfert & Cook (1999) membagi menjadi dua layanan besar yakni layanan bimbingan dan layanan konseling [2]. Kata gestalt berarti “sebuah kesatuan yang bermakna dan terstruktur yang menonjol disbanding latar belakang dalam bidang organisme lingkungan” [3]. Gestalt adalah terapi pengalaman dan eksperimen semacam itu merupakan kata kunci pendekatan.

Yontef [4] menyebutkan terdapat tiga filosofi kunvi yang digambarkan sebagai “pilar gestalt” diantaranya, 1) Teori Medan, pengalaman seseorang dieksplorasi dalam konteks situasi mereka, 2) Fenomenologi, pencarian pemahaman melalui apa yang jelas dan terungkap daripada melalui apa yang

ditafsirkan oleh pengamat, 3) Dialog, bentuk khusus dari kontak (tidak hanya verbal) yang berkaitan antara hubungan dan apa yang muncul antara terapis dan klien.

Dalam terapi gestalt, mengeksplorasi bagaimana seseorang mencapai sisi ke dunia mereka yang lain, bagaimana mereka menanggapi situasi-situasi, bagaimana masa lalu masa, masa sekarang serta ekspektasi dikemudian hari yang berdampak pada proses mencapai *here and now* [5].

Teknik kursi kosong (*empty chair*) berasal dari psikodrama dan dengan mudah diimpor kedalam teori gestalt Fritz Perls [3]. Teknik ini menjadi ikon yang menonjol dari terapi gestalt. Sejumlah penelitian telah dilakukan mengenai keefektifan teknik kursi kosong, dapat melihat pengalaman terapi gestalt dari berbagai sudut pandang yang mengarah pada pemahaman yang lebih lengkap tentang apa yang sebenarnya diperlukan untuk bekerja dalam teknik kursi kosong [6].

Tujuan dari penelitian ini untuk mendeskripsikan teknik kursi kosong dalam terapi gestalt mengenai: 1) keberhasilan penerapan teknik kursi

kosong, 2) Sasaran dan setting teknik kursi kosong, 3) prosedur dan lama terapi teknik kursi kosong, 4) saran dan rekomendasi tentang teknik kursi kosong.

2 | Metode

Metode penelitian penerapan teknik kursi kosong dalam terapi gestalt merupakan penelitian kepustakaan (*Library Research*). Penelitian kepustakaan ini mempelajari berbagai sumber referensi seperti buku serta beberapa hasil penelitian sebelumnya yang sejenis yang berguna dalam mendapatkan landasan teori mengenai masalah yang akan diteliti [7].

Prosedur penelitian kepustakaan ini digunakan untuk menyusun konsep serta deskripsi mengenai penerapan teknik kursi kosong dalam terapi gestalt. Berikut langkah-langkah dalam penelitian studi kepustakaan menurut Zed [8]: 1) Memiliki ide umum mengenai topik penelitian, 2) Mencari informasi yang mendukung topik, 3) Pertegas fokus penelitian, 4) Mencari dan menemukan bahan bacaan yang diperlukan dan mengklasifikasi bahan bacaan, 5) Membaca membuat catatan penelitian, 6) Mereview dan memperkaya lagi bahan

bacaan, 7) Mengklasifikasi lagi bahan bacaan dan mulai menulis.

Pencarian literatur yang menjadi sumber data didapat melalui offline maupun online. Buku, jurnal, artikel didasarkan pada inisiatif komprehensif untuk menyiapkan database referensi studi yang menyelidiki keefektifan teknik kursi kosong yang diterbitkan dalam kurun waktu 5 tahun terakhir baik dalam Bahasa Indonesia maupun Bahasa Inggris.

3 | Hasil dan Pembahasan

Hasil membaca, menelaah dan mengkaji terhadap 14 jurnal akan dikelompokkan dan dirangkum kedalam tabel menjadi 4 fokus bahasan.

TABEL 1 Hasil Penelitian

Jurnal	Hasil Penelitian
Kusumawati [9] <i>Prosiding Bimbingan dan Konseling</i>	Teknik kursi kosong berpengaruh positif dalam mengurangi ketidakmampuan klien untuk menjalin hubungan pertemanan
Agustin [10] <i>Proceeding Humanities: Teacher Training and Education</i>	Penerapan konseling gestalt teknik kursi kosong dapat meminimalisir perasaan trauma korban bullying pada siswa SMA Negeri 1 Srono
Suryaman & Karneli [11] <i>Terapeutik Jurnal</i>	Berhasil mengatasi masalah kedukaan dan <i>unfinished business</i> melalui teknik kursi kosong dan <i>reframing</i>

Jurnal	Hasil Penelitian
<i>Bimbingan dan Konseling</i>	
Muthohharoh & Karneli [12] <i>Guidance Jurnal Bimbingan dan Konseling</i>	Teknik kursi kosong efektif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal
Aldina [13] <i>Jurnal Ilmiah Prodi Pendidikan Agama Islam</i>	Teknik kursi kosong dan teknik <i>self talk</i> efektif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal
Wardhani & Mudarya [14] <i>DAIWI WIDYA Jurnal Pendidikan</i>	Penerapan teknik kursi kosong mampu menurunkan perilaku membolos pada siswa
Trijayanti, Nurihsan & Hanifa [15] <i>Islamic Guidance and Counseling</i>	Konseling gestalt dengan teknik kursi kosong secara umum efektif untuk mengurangi rasa bersalah
Fauzi [16] <i>PEKSOS: Jurnal Ilmiah Pekerjaan Sosial</i>	Terapi gestalt menggunakan kursi kosong menunjukkan perubahan positif korban bullying
Kurniawan, Nusantoro & Saraswati [17] <i>Muria Jurnal Layanan Masyarakat</i>	Teknik <i>empty chair</i> dapat menambah keterampilan interpersonal guru dalam upaya optimalisasi pelayanan guru BK di SD
Konghoiro, Kartasmita & Subroto [18] <i>Jurnal Muara</i>	Adanya penurunan tingkat kecemasan pada warga binaan menjelang bebas melalui terapi kelompok

Jurnal	Hasil Penelitian
Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni	gestalt dengan menerapkan teknik kursi kosong
Romadhon & Senyata [19] <i>Advances in Social Science, Education and Humanities Research</i>	Melalui kombinasi strategi <i>empty chair</i> dan <i>reframing</i> menunjukkan terdapat peningkatan kohesivitas keluarga
Nauli, Ratnasari & Permatasari [20] <i>Konselor</i>	Terapi gestalt menggunakan teknik kursi kosong dapat mengatasi trauma pada remaja atas perceraian orang tua
Gading [21] <i>Internastional Journal of Emerging Technologies in Learning</i>	Kelompok konseling gestalt teknik kursi kosong dapat mengurangi prokrastinasi akademik pada siswa SMA
Permatasari & Inayah [22] <i>Advances in Social Science, Education and Humanities Research</i>	Konseling individu dengan teknik kursi kosong efektif dalam mengatasi kesulitan komunikasi verbal

TABEL. 2 Setting & Ruang Lingkup

Jurnal	Sampel dan Pengambilan Sampel	Setting & Ruang Lingkup
Kusumawati [9] <i>Prosiding Bimbingan dan Konseling</i>	-	Universitas Tunas Pembangunan Surakarta
Agustin [10] <i>Proceeding Humanities: Teacher Training and Education</i>	5 siswa korban bullying berdasarkan hasil observasi, wawancara dan kuisisioner	SMA Negeri 1 Srono
Suryaman & Karneli [11] <i>Terapeutik Jurnal Bimbingan dan Konseling</i>	Seorang klien wanita berusia 20 tahun yang mengalami kedukaan berdasar hasil intrumen DASS	-
Muthohharoh & Karneli [12] <i>Guidance Jurnal Bimbingan dan Konseling</i>	Seorang klien (S) berusia 20 tahun yang memiliki komunikasi interpersonal rendah berdasar hasil instrument DASS	-
Aldina [13] <i>Jurnal Ilmiah Prodi Pendidikan Agama Islam</i>	20 siswa yang dipilih secara proposive dari 82 siswa	SMA Negeri Padang Tiji
Wardhani & Mudarya [14] <i>DAIWI WIDYA Jurnal Pendidikan</i>	5 siswa yang memiliki perilaku membolos sedang berdasar hasil kuesioner	SMP Negeri 4 Gerokgak

Jurnal	Sampel dan Pengambilan Sampel	Setting & Ruang Lingkup
	didukung hasil observasi	
Trijayanti, Nurihsan & Hanifa [15] <i>Islamic Guidance and Counseling</i>	3 remaja dengan tingkat rasa bersalah berdasarkan instrument bersalah	Yayasan Rumah Tumbuh Harapan Bandung
Fauzi [16] <i>PEKSOS: Jurnal Ilmiah Pekerjaan Sosial</i>	1 siswa (AD) korban bullying	SMP Negeri 26 Bandung
Kurniawan, Nusantoro & Saraswati [17] <i>Muria Jurnal Layanan Masyarakat</i>	Guru SD yang tergolong dalam kelompok kerja guru (KKG)	Gugus Pandanaran Semarang Tengah
Konghoiro, Kartasasmita & Subroto [18] <i>Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni</i>	5 orang warga binaan yang akan bebas kurang lebih 6 bulan yang mengalami kecemasan berdasar Beck Anxiety Inventory	Lapas Narkotika X
Romadhon & Senyata [19] <i>Advances in Social Science, Education and Humanities Research</i>	3 siswa dengan menggunakan angket kohesivitas keluarga	-

Jurnal	Sampel dan Pengambilan Sampel	Setting & Ruang Lingkup
Nauli, Ratnasari & Permatasari [20]Konselor	Seorang remaja yang trauma atas perceraian orang tua	-
Gading [21] Internastional Journal of Emerging Technologies in Learning	Siswa yang mengalami prokrastinasi akademik berdasarkan hasil <i>Academic Procrastination Behavior Measurement Instrument (APBMI)</i>	4 sekolah yang ada di Bali
Permatasari & Inayah [22] Advances in Social Science, Education and Humanities Research	8 siswa yang memiliki komunikasi verbal rendah	SMP Negeri 31 Banjarmasin

TABEL 3. Setting Terapi

Jurnal	Desain & Rancangan Penelitian	Setting Terapi & Lama Perlakuan
Kusumawati [9] <i>Prosiding Bimbingan dan Konseling</i>	Pendekatan kuantitatif review literatur tentang teknik kursi kosong dalam mengurangi ketidakmampuan menjalin	-

Jurnal	Desain & Rancangan Penelitian	Setting Terapi & Lama Perlakuan
	hubungan pertemanan	
Agustin [10] <i>Proceeding Humanities: Teacher Training and Education</i>	Quasi- <i>Experimental</i> dengan rancangan <i>non-equivalent pretest-posttest control group design</i>	Konseling kelompok
Suryaman & Karneli [11] <i>Terapeutik Jurnal Bimbingan dan Konseling</i>	Pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus	Konseling individu
Muthohharoh & Karneli [12] <i>Guidance Jurnal Bimbingan dan Konseling</i>	Pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus	Konseling individu
Aldina [13] <i>Jurnal Ilmiah Prodi Pendidikan Agama Islam</i>	Eksperimen desain <i>randomized pretest-posttest comparison group</i>	Konseling kelompok, terbagi menjadi 2 kelompok masing-masing 10 siswa dengan 5x sesi, 1 sesi 30 menit
Wardhani & Mudarya [14] <i>DAIWI WIDYA Jurnal Pendidikan</i>	Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK)	Siklus pertama 5x pertemuan dan

Jurnal	Desain & Rancangan Penelitian	Setting Terapi & Lama Perlakuan
	dilaksanakan dalam 2 siklus	siklus kedua 3x pertemuan durasi per pertemuan 40 menit
<i>Trijayanti, Nurihsan & Hanifa [15] Islamic Guidance and Counseling</i>	Pendekatan Kuantitatif dengan metode penelitian subjek tunggal, menggunakan desain A-B	Konseling individu
<i>Fauzi [16] PEKSOS: Jurnal Ilmiah Pekerjaan Sosial</i>	Pendekatan kualitatif desain penelitiann tindakan	Konseling individu, sebanyak 3 sesi
<i>Kurniawan, Nusantoro & Saraswati [17] Muria Jurnal Layanan Masyarakat</i>	-	-
<i>Konghoiro, Kartasasmita & Subroto [18] Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni</i>	<i>Mixed method</i> dengan menggabungkan penelitian secara kuantitatif dan kualitatif	Konseling kelompok
<i>Romadhon & Senyata [19] Advances in Social Science,</i>	Pendekatan kuantitatif, metode <i>quasi-experiment</i>	Konseling individu, masing-masing 6 sesi

Jurnal	Desain & Rancangan Penelitian	Setting Terapi & Lama Perlakuan
Education and Humanities Research		
Nauli, Ratnasari & Permatasari [20] Konselor	Pendekatan kualitatif	Konseling individu
Gading [21] Internastional Journal of Emerging Technologies in Learning	Penelitian eksperimental terdiri dari 2 kelompok, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol	Konseling kelompok
Permatasari & Inayah [22] (2017) Advances in Social Science, Education and Humanities Research	Pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian eksperimental	Konseling individu

Tabel. 4 Saran dan Rekomendasi

Jurnal	Saran dan Rekomendasi
<i>Kusumawati [9] Prosiding Bimbingan dan Konseling</i>	Mengadakan penelitian lebih lanjut mengenai teknik kursi kosong untuk mengurangi ketidakmampuan menjalin hubungan pertemanan.
<i>Agustin[10] Proceeding Humanities: Teacher</i>	Mengadakan variasi ketika menggunakan dua kursi atau teknik kursi kosong.

Jurnal	Saran dan Rekomendasi
<i>Training and Education</i>	
Suryaman & Karneli [11] <i>Terapeutik Jurnal Bimbingan dan Konseling</i>	-
Muthohharoh & Karneli [12] <i>Guidance Jurnal Bimbingan dan Konseling</i>	-
Aldina [13] <i>Jurnal Ilmiah Prodi Pendidikan Agama Islam</i>	Memberikan variasi dialog ketika memperagakan <i>topdog</i> dan <i>underdog</i>
Wardhani & Mudarya [14] <i>DAIWI WIDYA Jurnal Pendidikan</i>	-
Trijayanti, Nurihsan & Hanifa [15] <i>Islamic Guidance and Counseling</i>	Dapat dikembangkan untuk beberapa latarbelakang seperti kesehatan, sosial, pendidikan, dll)
Fauzi [16] <i>PEKSOS: Jurnal Ilmiah Pekerja Sosial</i>	Teknik kursi kosong membutuhkan konselor yang kolaboratif, kreatif dan dapat menyakinkan konseli/klien
Kurniawan, Nusantoro & Saraswati[17] <i>Muria Jurnal</i>	Pelaksanaan sesi teknik kursi kosong dapat dilakukan dengan durasi yang lebih lama lagi 30-45 menit

Jurnal	Saran dan Rekomendasi
<i>Layanan Masyarakat</i>	
Konghoiro, Kartasasmita & Subroto [18] <i>Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni</i>	Konselor dapat mengkombinasi teknik kursi kosong dan teknik yang lain
Romadhon & Senyata [19] <i>Advances in Social Science, Education and Humanities Research</i>	Konselor dapat melakukan variasi ketika konseli melakukan <i>topdog</i> dan <i>underdog</i>
Nauli, Ratnasari & Permatasari [20] <i>Konselor</i>	-
Gading [21] <i>Internastional Journal of Emerging Technologies in Learning</i>	-
Permatasari & Inayah [22] <i>Advances in Social Science, Education and Humanities Research</i>	Sekolah dapat memfasilitasi layanan konseling dengan menyediakan tempat konseling dan beberapa property seperti kursi yang nyaman untuk teknik kursi kosong

Dalam pendekatan konseling Gestalt, individu bermasalah karena terjadi pertentangan antara kekuatan “top dog” dan keberadaan “under dog”. *Top dog* adalah kekuatan yang mengharuskan, menuntut, mengancam. *Underdog* adalah keadaan defensif, membela diri, tidak berdaya, lemah, pasif, ingin dimaklumi. Perkembangan yang terganggu adalah tidak terjadi keseimbangan antara apa-apa yang harus (*self-image*) dan apa-apa yang diinginkan. Terjadi pertentangan antara keberadaan sosial dan biologis. Ketidakmampuan individu mengintegrasikan pikiran, perasaan, dan tingkah lakunya mengalami gap atau kesenjangan sekarang dan yang akan datang melarikan diri dari kenyataan yang harus dihadapi.

Fokus pendekatan konseling Gestalt adalah terletak pada bagaimana keadaan konseli sekarang serta hambatan-hambatan apa yang muncul dalam kesadarannya. Oleh karena itu, tugas konselor adalah mendorong konseli untuk dapat melihat kenyataan yang ada pada dirinya serta mau mencoba menghadapinya. Dalam hal ini perlu diarahkan agar konseli mau belajar menggunakan perasaannya secara

penuh. Untuk itu konseli bisa diajak untuk memilih dua alternatif, ia akan menolak kenyataan yang ada pada dirinya atau membuka diri untuk melihat apa yang sebenarnya terjadi pada dirinya sekarang.

4 | Penutup

Tujuan utama konseling Gestalt adalah meningkatkan proses pertumbuhan klien dan membantu klien mengembangkan potensi manusiawinya. Fokus utama dalam konseling Gestalt adalah membantu individu melalui transisinya dari keadaan yang selalu dibantu oleh lingkungan ke keadaan mandiri (*self-support*).

Daftar Pustaka

- [1] Sulistyarini, M Jauhar. Dasar-Dasar Konseling: Panduan Lengkap Memahami Prinsip-Prinsip Pelaksanaan Konseling. Jakarta: Prestasi Pustaka Jakarta; 2014.
- [2] Cowen LW. Hypnotic empty chair. *Australian Journal of Clinical & Experimental Hypnosis*. 2017 Nov 1; 28:28-33.
- [3] Erford BT. Teknik yang harus diketahui setiap konselor. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2017. 40.
- [4] D Mann. Gestalt therapy: 100 key points and technique. New York: Routledge; 2020.
- [5] Konopka A, Hermans HJ, Gonçalves MM. Handbook of dialogical self theory and psychotherapy: Bridging psychotherapeutic and cultural traditions. Routledge; 2019.
- [6] Paruzel-Czachura M, Konieczniak B. Let's introduce order into Gestalt terminology: Method, concepts and techniques, and their development after 70 years of Gestalt psychotherapy. Available from doi:10.31234/osf.io/mxsd2
- [7] Sugiono. Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan RCP. Bandung: CV Alfabeta; 2017.
- [8] M Zed. Metode penelitian kepustakaan. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia; 2004.
- [9] E Kusumawati. Teknik empty chair untuk mengurangi ketidakmampuan menjaga hubungan pertemanan dalam antisocial personality disorder pada mahasiswa. In Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling 2019 Aug 1 (Vol. 3, No. 1, pp. 49-55).
- [10] L.N. Agustin. Efektivitas konseling gestalt teknik kursi kosong untuk meminimalisir perasaan trauma korban bullying. *Proceeding Humanities: Teacher Training and Education*. 2018 1(1): 22–27.
- [11] NT Suryaman, Y Karneli. Studi Kasus: Konseling teknik empty chair dan reframing dalam mengatasi masalah grief (kedukaan) dan unfinished business. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 2020 Nov 1;4(2):101-11. Available from doi: 10.26539/teraputik-42420
- [12] M Muthohharoh, Y Karneli. Layanan konseling perorangan dengan teknik kursi kosong untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal. *Guidance*. 2020 Jun 30;17(01):14-9.
- [13] Fauzi Aldina. Dampak konseling kelompok teknik kursi kosong dan self talk untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa. *At-Ta'dib: Jurnal Ilmiah Prodi Pendidikan Agama Islam*. 2019 Dec 19:120-6.
- [14] J Wardhani, Mudarya I.N. Penerapan teori konseling analisis transaksional dengan teknik kursi kosong untuk meminimalisir perilaku membolos siswa kelas vii d semester genap smp negeri 4 gerokgak tahun pelajaran 2017/2018. *Daiwi Widya*. 2018 Dec 30;5(3).
- [15] YW Trijayanti, J Nurihsan, A Hafina. Gestalt counseling with empty chair technique to reduce guilt among adolescents at risk. *Islamic Guidance and Counseling Journal*. 2019 Jan 30;2(1):1-0. Available from doi: 10.25217/igcj.v2i1.302
- [16] A Fauzi. Penerapan terapi gestalt untuk menangani “ad” siswa yang menjadi korban bullying di smpn 26 bandung.

- Pekerjaan Sosial. 2018 Dec 5;17(2);281–293.
- [17] K Kurniawan, A Awalya, E Nusantoro, S Saraswati, DW Utami, TI Kencana. Peningkatan pelayanan bk di sd melalui teknik empty chair bagi guru sd kkg gugus pandanaran uptd pendidikan kecamatan semarang tengah. *Muria Jurnal Layanan Masyarakat*. 2019 Mar 13;1(1).
- [18] I Konghoiro, S Kartasmita, U Subroto. Penerapan group gestalt therapy bagi warga binaan lapas narkotika x yang mengalami kecemasan menjelang bebas. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*. 2018 Feb 1;1(2):430-8. AF Romadhon, S Sanyata. Implementation of gestalt therapy in counseling to overcome parental divorce trauma in adolescents. In 2nd International Seminar on Guidance and Counseling 2019 (ISGC 2019) 2020 Aug 14 (pp. 171-177). Atlantis Press.
- [19] Romadhon AF, Sanyata S. Implementation of Gestalt Therapy in Counseling to Overcome Parental Divorce Trauma in Adolescents. In 2nd International Seminar on Guidance and Counseling 2019 (ISGC 2019) 2020 Aug 14 (pp. 171-177). Atlantis Press.
- [20] BR Nauli, D Ratnasari, R Permatasari. Meningkatkan kohesivitas keluarga pada siswa remaja menggunakan kombinasi strategi empty chair dan reframing. *Konselor*. 2017 Sep 30;6(3):83-90. Available from: doi:10.24036/02017637926-0-00
- [21] I Gading. Group counseling with the gestalt technique to reduce academic procrastination. *International Journal of Emerging Technologies in Learning (IJET)*. 2020 Jul 31;15(14):262-8. Available from: doi: 10.3991/ijet.v15i14.14465
- [22] N Permatasari, N Inayah. The effectiveness of empty seats technique in resolving verbal communication difficulties. In 5th SEA-DR (South East Asia Development Research) International Conference 2017 (SEADRIC 2017) 2017 May (pp. 327-332). Atlantis Press.