

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini menyajikan tentang hasil penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti yang kemudian diolah serta dianalisis dengan tujuan untuk mengetahui efektivitas teknik kursi kosong (*empty chair*) terhadap peningkatan harga diri (*self esteem*) peserta didik korban *bullying* yang semula rendah.

A. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Gambaran Hasil Kegiatan Penelitian

a. Deskripsi data harga diri rendah

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti melakukan pengambilan sampel menggunakan teknik *sampling purposive* terlebih dahulu dengan memperhatikan kriteria tertentu. Kriteria tersebut yaitu:

- 1) Peserta didik kelas VIII di SMP N 3 Kedungreja.
- 2) Peserta didik korban *bullying* yang memiliki harga diri rendah.

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, rekomendasi dan pertimbangan yang matang oleh peneliti maka ada 4 peserta didik yang memiliki kriteria tersebut dan layak dijadikan sampel penelitian.

Hal pertama yang dilakukan peneliti yaitu memberikan angket *pretest* kepada seluruh peserta didik yang menjadi subjek penelitian. Setelah angket diisi oleh responden kemudian peneliti menghitung, mengevaluasi dan mengkategorikan tingkat harga diri berdasarkan skala *likert* yaitu sangat tinggi, tinggi, rendah dan sangat rendah.

Untuk menentukan kategori harga diri dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut:

- 1). Menentukan skor maksimal: $5 \times 42 = 210$
- 2). Menentukan skor minimal : $5 \times 1 = 5$
- 3). Menentukan nilai median : $(210+5) : 2 = 107,5$
- 4). Menentukan nilai kuartil 1 : $(5+107,5) : 2 = 53,75$
- 5). Menentukan nilai kuartil 3 : $(210+107,5) : 2 = 158,75$ (Jainuri, M. www.slideshare.net)

Keterangan:

- 1) Kategori sangat tinggi yaitu daerah yang dibatasi oleh kuartil tiga dan skor maksimal.
- 2) Kategori tinggi yaitu daerah yang dibatasi oleh median dan kuartil tiga.
- 3) Kategori rendah yaitu daerah yang dibatasi oleh kuartil satu dan median.
- 4) Kategori sangat rendah yaitu daerah yang dibatasi oleh skor minimal dan kuartil satu.

Berdasarkan keterangan di atas maka dapat dikategorikan sebagai berikut:

Tabel 4.1 Kategori Harga Diri

Kategori	Frekuensi
Sangat Tinggi	158,75 - 210
Tinggi	107,5 - 158,75
Rendah	53,75-107,5
Sangat Rendah	53,75-5

b. Pelaksanaan penelitian

Kegiatan penelitian ini dilaksanakan bertepatan pada saat wabah pandemi *covid-19* melanda bumi pertiwi. Penelitian ini tidak dilakukan secara tatap muka langsung, melainkan menggunakan sistem *daring* yang memanfaatkan media sosial berupa *video call whatsapp*. Hal tersebut berlangsung karena keadaan dan situasi yang tidak memungkinkan untuk melaksanakan kegiatan penelitian secara *luring*.

Kegiatan penelitian ini dilaksanakan secara konseling individual yang terdiri dari 6 sesi pertemuan. Sesi tersebut dimulai dari *pretest* dan membina hubungan baik (pertemuan pertama), indenifikasi masalah (pertemuan kedua), identifikasi permasalahan lebih dalam (pertemuan ketiga), penerapan *treatment* (pertemuan keempat), penerapan *treatment* (pertemuan kelima) serta evaluasi dan *postest* (pertemuan keenam). Ketika memasuki sesi penerapan *treatment*, ada beberapa langkah yang harus dilakukan yaitu antara lain:

1) Tahap 1

Tahap pertama ini konselor menjelaskan maksud dan tujuan pelaksanaan konseling. Kemudian konselor meminta konseli memaparkan bagaimana perasaannya yang saat ini konseli rasakan secara jujur dan terbuka. Tujuan keterbukaan dan kejujuran tersebut yaitu agar konselor dapat mengidentifikasi permasalahan konseli serta membantu mengentaskannya.

2) Tahap 2

Menyiapkan dua buah kursi kosong, seharusnya konselor yang menyiapkannya tetapi karena proses konseling dilakukan secara *daring*, maka konselor meminta konseli menyiapkan dua kursi kosong. Setelah itu konselor juga meminta konseli memberi tulisan diatas kertas untuk ditempelkan di kursi. Kursi pertama ditempel dengan kertas bertuliskan “*topdog*” dan kursi kedua ditandai dengan tulisan “*underdog*”.

3) Tahap 3

Konselor membuat sebuah peraturan dengan konseli agar proses konseling berjalan dengan lancar dan konseli lebih menjiwai perannya. Peraturan tersebut yaitu antara lain:

- a) Konselor meminta konseli untuk berperan sebagai *topdog* (pelaku *bully*) dan *undegdog* (dirinya selaku korban) secara bergantian.
- b) Konseli harus melakukan perannya dengan jujur dan serius
- c) Konseli harus mengikuti semua yang diinstrusikan oleh konseli selama proses berlangsung
- d) Konseli tidak bisa berpindah kursi sesuka hati

4) Tahap 4

Setelah konseli selesai memainkan perannya, konselor meminta konseli menceritakan bagaimana perasaannya.

5) Tahap 5

Pada tahap terakhir konselor melakukan evaluasi berlangsungnya kegiatan konseling.

Penelitian ini melibatkan peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 3 Kedungreja yang memiliki kriteria korban *bullying* dengan harga diri rendah yang berjumlah 4 peserta didik yaitu sebagai berikut:

1) AAP

a) Pertemuan Pertama

Hari/ Tanggal : Selasa, 17 November 2020

Waktu : 10.13-10.53

Metode : *Video Call Whatsapp*

Hal pertama yang dilakukan peneliti yaitu peneliti berkenalan serta berbincang-bincang agar peserta didik merasa nyambung dan nyaman sebelum melaksanakan sesi konseling. Pada sesi ini peneliti membangun hubungan baik dengan konseli agar konseli merasa diterima dengan baik. Peneliti kemudian membagikan *link* angket *pretest* pada konseli serta menunggu peserta didik selesai mengerjakan *pretest*.

Pretest tersebut bertujuan untuk mengetahui gambaran awal peserta didik sebelum diberikan *treatment*. Pada saat kegiatan *videocall* sesi pertama berlangsung, AAP menunjukkan sikap pasif, cuek dan malu. Di sesi akhir

pertemuan pertama ini konseli dan konselor juga mengadakan kesepakatan waktu untuk sesi konseling berikutnya.

b) Konseling sesi ke-2

Hari/ Tanggal : Rabu, 18 November 2020

Waktu : 10.09-10.49

Metode : *Video Call Whatsapp*

Pada sesi ini peneliti melakukan identifikasi awal permasalahan yang dihadapi konseli terkait kegiatan *bullying* yang pernah dialami konseli. Pada saat itu konseli sulit terbuka dan hanya sedikit informasi yang didapatkan oleh konselor, awalnya konseli tidak berkata jujur dan terus mengelak bahwa dirinya adalah korban *bullying*. Kemudian setelah beberapa menit konseli bercerita bahwa dia sering *dibully*, bentuk *bully* yang diterima yaitu berupa kalimat ejekan yang selalu terngiang-ngiang yang membuat konseli sakit hati. Kegiatan itu berlangsung ketika AAP berada di kelas tujuh tetapi masih membekas sampai sekarang.

c) Konseling sesi ke-3

Hari/ Tanggal : Kamis, 19 November 2020

Waktu : 11.00-11.40

Metode : *Video Call Whatsapp*

Pada sesi konseling ke-3 ini, peneliti menggali permasalahan lebih detail pada diri konseli dan konseli

menceritakan kronologi terjadinya bullying. Jadi pada saat itu konseli dia masih kelas VII, AAP sedang duduk sendirian dan tiba-tiba salah satu temannya mengejek dia dengan sangat kasar dan kejadian itu berlangsung tidak hanya satu atau 2x. Kemudian pada waktu lain ada kejadian juga, saat itu belum waktunya pulang tetapi AAP pulang saja karena dia fikir sudah selesai jam KBM (Kegiatan Belajar Mengajar).

Esok harinya ada teman yang mempermalukan dia di depan kelas kemudian AAP menangis karena malu pada teman lainnya. Semenjak kejadian itu AAP menjadi tidak bebas jika ingin berbuat sesuatu. AAP merasa tertekan dengan ejekan temannya tetapi dia hanya diam saja dan menyimpannya di dalam hati.

d) Konseling sesi ke-4

Hari/ Tanggal : Jumat, 20 November 2020

Waktu : 10.23-11.07

Metode : *Video Call Whatsapp*

Pada sesi ini konselor mulai menggunakan intervensi yaitu teknik *empty chair* (kursi kosong). Karena pelaksanaannya secara daring, maka semua hal yang dibutuhkan untuk proses konseling konseli yang menyiapkannya. Hal tersebut yaitu 2 kursi kosong yang saling berhadapan dan kertas bertuliskan “*topdog*” dan

“*underdog*”. Pada sesi ini konseli berperan sebagai “*topdog*” maupun “*underdog*”. Saat konseli berperan sebagai “*topdog*” AAP mengatakan “huu dasar masa perempuan suka *naruto*” “huuu norak banget ngga ada keperempuannya sama sekali”. Ketika berperan sebagai “*underdog*” AAP mengatakan “emangnya salah ya kalo perempuan suka banget sama *naruto*, itu kan hak saya”, “emangnya saya norak, kumuh dan kampungan banget ya”. Setelah melakukan konseling konseli merasa sedikit lega.

e) Konseling sesi ke-5

Hari/ Tanggal : Sabtu, 21 November 2020

Waktu : 11.33-12.07

Metode : *Video Call Whatsapp*

Seperti sesi sebelumnya, pada sesi ini dilakukan konseling individu dengan teknik kursi kosong yang ke-2 dengan tujuan menampilkan perasaannya secara keseluruhan dan yang dikatakannya sama seperti pada sesi sebelumnya. Setelah melakukan konseling pada sesi ini, konseli merasa lebih lega karena selama ini AAP hanya diam saja jika diejek.

f) Konseling sesi ke-6

Hari/ Tanggal : Senin, 23 November 2020

Waktu : 10.50-11.30

Metode : *Video Call Whatsapp*

Pada sesi ini, konselor mengajak konseli mengevaluasi terhadap proses dan hasil konseling dari sesi pertama hingga sesi terakhir. Konseli menyimpulkan bahwa dia merasa terbantu dengan adanya konseling ini. Kegiatan konseling ditutup dan diakhiri dengan memberikan *link* angket *postest* serta lembar kepuasan pada peserta didik.

2) CK

a) Konseling sesi ke-1

Hari/ Tanggal : Selasa, 17 November 2020

Waktu : 09.00-09.40

Metode : *Video Call Whatsapp*

Hal pertama yang dilakukan peneliti yaitu peneliti mencoba membangun hubungan yang positif dengan konseli. Peneliti juga berkenalan serta berbincang-bincang agar peserta didik merasa nyambung dan nyaman saat melaksanakan sesi konseling. Peneliti kemudian membagikan *link* angket *pretest* pada konseli serta menunggu peserta didik selesai mengerjakan *pretest*.

Pretest tersebut bertujuan untuk mengetahui gambaran awal peserta didik sebelum diberikan *treatment*. Pada saat kegiatan *videocall* sesi pertama berlangsung CK menunjukkan sikap malu, ceria, dan ramah. Pada pertemuan pertama ini

konseli dan konselor juga mengadakan kesepakatan waktu untuk sesi konseling berikutnya

b) Konseling sesi ke-2

Hari/ Tanggal : Rabu, 18 November 2020

Waktu : 09.00-09.40

Metode : *Video Call Whatsapp*

Pada sesi ini konseli bercerita bahwa dirinya memang benar merasakan menjadi korban bullying. Pada waktu itu dia juga pernah tidak masuk sekolah selama 1 minggu karena capai *di bully* terus oleh temannya. Dalam hati CK juga sempat berfikir ingin pindah sekolah karena merasa tidak nyaman dengan perlakuan teman-temannya. AAP seringkali mendapatkan perilaku agresif dari temannya yang berinisial I dan B. Pada saat pulang sekolah dia menjadi sering merenung dan kurang konsentrasi dengan belajarnya.

c) Konseling sesi ke-3

Hari/ Tanggal : Kamis, 19 November 2020

Waktu : 09.00-09.40

Metode : *Video Call Whatsapp*

Pada sesi ke-3 ini, konseli menceritakan lebih detail tentang kejadian-kejadian dan kronologi kegiatan bullying yang dia alami. Konseli bercerita bahwa pada saat ini di kelas tujuh dia beranggapan bahwa teman yang berinisial I tersebut

iri dengan konseli dan memerintahkan B sebagai *asisten bully* untuk berperilaku yang jahat kepada konseli.

B sering sekali memukul konseli tanpa alasan, sasaran yang pernah dipukul yaitu pada bagian kepala. Konseli sendiri bercerita bahwa dirinya juga tidak tahu pasti kenapa I dan B sangat membenci dirinya padahal konseli selaku berbuat baik dan tidak pernah mencari masalah dengan mereka. Konseli juga mengaku pernah diadu domba dengan kakak kelasnya oleh I. I juga mengajak teman satu kelasnya untuk mengucilkan konseli.

d) Konseling sesi ke-4

Hari/ Tanggal : Jumat, 20 November 2020

Waktu : 09.00-09.40

Metode : *Video Call Whatsapp*

Sesi keempat ini, konselor mulai menerapkan teknik kursi kosong untuk membantu meningkatkan harga diri akibat kegiatan bullying. Pada sesi ini konseli memainkan peran sebagai *topdog* dan *underdog*. Pada saat memerankan “topdog” konseli mengeluarkan kata-kata seperti “awaslah jangan deket-deket sama aku”, “teman-teman kita jangan temenan sama dia ya dia itu nyebelin banget, biarin aja jangan ditemenin biar tau rasa sendirian ngga punya temen hahahaha”, “bisa nyanyi aja bangga” . dan pada saat

memerankan sebagai *underdog* dia hanya bersikap diam saja dan berkata sesuatu yang sebenarnya ingin dia sampaikan kepada si pelaku *bullying*. AAP berkata “kamu kenapa sih tan saya salah apa sih ke kamu, perasaan saya ngga pernah nakal sama kamu, kenapa kamu kaya benci banget sama saya”, “saya salah apa si yu sama kamu, kenapa kamu sering mukulin, sengaja banget mukul bola biar kena kepalaku kan sakit” “saya juga punya perasaan, saya pengen bebas sama semua perlakuan kalian, saya pengen hidup tenang dan damai”.

e) Konseling sesi ke-5

Hari/ Tanggal : Sabtu, 21 November 2020

Waktu : 10.04-10.44

Metode : *Video Call Whatsapp*

Sesi ini merupakan sesi pemberian intervensi yang kedua, dimana konseli memerankan perannya sebagai *topdog* dan *underdog* lagi. Selain kata-kata yang sudah disebutkan di sesi enam terdapat tambahan kata yang dikeluarkan ketika pada peran sebagai “*underdog*” yaitu “saya bisa nyanyi juga biasa aja ko, saya ngga pernah pamer atau gimana-gimana, kenapa kamu benci banget sih? Kaya apa yang saya lakuin semuanya salah dimata kalian”.

f) Konseling sesi ke-6

Hari/ Tanggal : Senin, 23 November 2020

Waktu : 09.00-09.40

Metode : *Video Call Whatsapp*

Pada sesi ini konseli mengevaluasi hasil dan proses berlangsungnya konseling dari awal hingga akhir dan menyimpulkan bahwa dia merasa senang karena dapat meluapkan semua perasaanya meskipun hanya melalui peran.

3) NQ

a) Konseling sesi ke-1

Hari/ Tanggal : Selasa, 17 November 2020

Waktu : 10.54-11.36

Metode : *Video Call Whatsapp*

Hal pertama yang dilakukan peneliti yaitu peneliti mencoba berkenalan serta berbincang-bincang agar peserta didik merasa nyambung dan nyaman saat melaksanakan sesi konseling. Peneliti kemudian membagikan *link* angket *pretest* pada konseli serta menunggu peserta didik selesai mengerjakan *pretest*. *Pretest* tersebut bertujuan untuk mengetahui gambaran awal peserta didik diberikan *treatment*. Pada saat kegiatan *videocall* sesi pertama berlangsung NQ menunjukkan sikap pendiam, bingung, cemas dan belum terbiasa. Pada pertemuan pertama ini konseli dan konselor

juga mengadakan kesepakatan waktu untuk sesi konseling berikutnya.

b) Konseling sesi ke-2

Hari/ Tanggal : Rabu, 18 November 2020

Waktu : 10.50-11.30

Metode : *Video Call Whatsapp*

Pada sesi konseling ini konselor mengidentifikasi permasalahan konseli berdasarkan cerita yang dipaparkan pada saat proses konseling. NQ merupakan peserta didik yang pasif dan pemalu serta sulit diajak berkomunikasi. Konseli pada awalnya tidak mau terbuka dan merasa cemas dan kebingungan. Kemudian setelah konselor mencoba meyakinkan konseli akhirnya konseli mau terbuka dan sedikit bercerita tentang perilaku *bullying* yang pernah dialami. Konseli bercerita pada saat itu dia sedang tidak mempunyai uang dan kas kelas sudah menumpuk belum dibayar, kemudian dia selalu ditagih oleh temannya dan dibilang kere di depan teman-teman yang lainnya. Kejadian itu membuat peserta didik merasa dipermalukan yang berujung merasa tersakiti dan tertekan dengan perlakuan tersebut serta minder dengan teman-temannya yang lebih kaya.

c) Konseling sesi ke-3

Hari/ Tanggal : Kamis, 19 November 2020

Waktu : 10.19-10.59

Metode : *Video Call Whatsapp*

Sesi ketiga ini konselor mencoba menggali permasalahan secara lebih dalam. Konseli juga mengalami tindakan agresif yang diterima yaitu selalu disepelekan oleh teman ketika memberi saran. Akibat dari kejadian yang telat membayar kas hingga menumpuk, konseli merasa dikucilkan oleh teman satu kelasnya karena dia miskin. Teman-teman juga sering menyinggung penampilan konseli yang tidak keren. Semua itu menyebabkan konseli merasa rendah diri dan minder.

d) Konseling sesi ke-4

Hari/ Tanggal : Jumat, 20 November 2020

Waktu : 11.10-11.50

Metode : *Video Call Whatsapp*

Pada sesi ini konselor menerapkan teknik kursi kosong untuk menampilkan perasaan-perasaan konseli yang terpendam sebagai sumber *unfinished bussiness* (urusan yang tidak selesai). Disini konseli memerankan peran sebagai *topdog* dan *underdog* berdasarkan arahan dari konselor. Pada saat memerankan sebagai *topdog* konseli mengungkapkan kata yang diucapkan oleh pelaku *bullying*. kata-kata tersebut yaitu “huuuu miskin banget si kamu, bayar dong kas kelasnya udah numpuk belum dibayar-bayar, huu miskin”, “gaul dong

jadi anak”, “kalo bicara yang keras dong jangan bibirnya aja yang bergerak”.

Pada saat memerankan sebagai “*underdog*” konseli mengungkapkan kata-kata yang sempat terucapkan maupun yang belum dan tidak sempat diucapkan kepada pelaku *bullying*. kata-kata tersebut yaitu “iya besok saya bayar ko kalo udah punya uang”, “iya maaf”, “iya saya tau ko”. Setelah mengungkapkan semuanya konseli merasa lebih lega dan bisa memaki pelaku *bullying* meski dalam sebuah peran saja.

e) Konseling sesi ke-5

Hari/ Tanggal : Sabtu, 21 November 2020

Waktu : 10.59-11.31

Metode : *Video Call Whatsapp*

Pada sesi konseling, konseli kembali melakukan sebuah konseling teknik kursi kosong dengan tema yang sama seperti sebelumnya. Konseli mengatakan hal yang sama ketika memerankan dirinya sebagai *topdog* dan *underdog*. Pada sesi ini konselor juga mencoba mengurangi perasaan-perasaan negatif yang dirasakan konseli. Setelah proses konseling berakhir, konseli merasa lebih tenang dan mencoba berfikir lebih jernih serta meyakinkan konseli tentang bagaimana dia bersikap yang seharusnya ketika di *bully*.

f) Konseling sesi ke-6

Hari/ Tanggal : Senin, 23 November 2020

Waktu : 10.00-10.40

Metode : *Video Call Whatsapp*

Pada sesi terakhir konseli dan konselor mengevaluasi jalannya konseling dari sesi pertama hingga terakhir. dan konseli merasa puas dan terbantu dengan adanya konseling individu teknik kursi kosong. Dan ditutup dengan pemberian *link posttest* pada peserta didik.

4) YD

a) Konseling sesi ke-1

Hari/ Tanggal : Selasa, 17 November 2020

Waktu : 14.00-14.40

Metode : *Video Call Whatsapp*

Hal pertama yang dilakukan peneliti yaitu peneliti mencoba berkenalan serta berbincang-bincang agar peserta didik merasa nyaman dan nyaman saat melaksanakan sesi konseling. Peneliti kemudian membagikan *link* angket *pretest* pada konseli serta menunggu peserta didik selesai mengerjakan *pretest*. *Pretest* tersebut bertujuan untuk mengetahui gambaran awal peserta didik dengan harga diri rendah sebelum diberikan *treatment*.

Pada saat kegiatan *videocall* sesi pertama berlangsung YD menunjukkan sikap malu dan terbuka. Pada pertemuan pertama ini konseli dan konselor juga mengadakan kesepakatan waktu untuk sesi konseling berikutnya.

b) Konseling sesi ke-2

Hari/ Tanggal : Rabu, 18 November 2020

Waktu : 13.00-13.40

Metode : *Video Call Whatsapp*

Pada sesi ini konselor mencoba mengidentifikasi permasalahan yang dihasapi konseling terkait korban *bullying*. Konselor menggali permasalahan yang dialami konseli yaitu konseli merupakan peserta didik yang sering *dibully* oleh teman-temannya dengan nama sebutan yang sebenarnya YD sama sekali tidak suka. Selain itu, konseli juga seringkali diejek dengan nama orangtuanya yang dijadikan bahwan candaan.

c) Konseling sesi ke-3

Hari/ Tanggal : Kamis, 19 November 2020

Waktu : 13.00-13.40

Metode : *Video Call Whatsapp*

Pada sesi ini, konseli menjelaskan kronologi kegiatan *bullying* yang sering dia rasakan dan sebenarnya itu sangat mengganggu dirinya tetapi konseli hanya bersikap diam saja.

Pada game atau permainan ada istilah/nama jumaster sedangkan nama ibu dari konseli YD bernama Jumairah, jika sedang bermain game bersama, pelaku *bully* selalu melesetkan kata jumaster dengan Jumairah. Dan mengajak teman-temannya untuk melakukan hal yang sama.

Ketika berada di kelas, konseli juga sering dipanggil dengan sebutan orangtua padahal menurut konseli itu bukan hal yang baik apalagi kesannya seperti mengejek nama orangtua. Karena YD termasuk anak yang pendiam maka dia tidak pernah melawan atas semua perlakuan pelaku *bully*. Konseli merasa sikap teman yang seperti itu membuatnya tidak nyaman dan merasa harga dirinya diinjak-injak. Hal tersebut mempengaruhi sikap dan perilaku peserta didik pada saat berinteraksi sosial terutama dalam pelajaran.

d) Konseling sesi ke-4

Hari/ Tanggal : Jumat, 20 November 2020

Waktu : 13.00-13.40

Metode : *Video Call Whatsapp*

Pada sesi ini konselor melaksanakan konseling dengan menerapkan *treatment* kursi kosong. Dimana dalam proses konseling tersebut konseli diminta memainkan peran sebagai *topdog* dan *underdog*. Ketika konseli memerankan peran sebagai *topdog*, dia mengatakan kata-kata yang sering

diucapkan pelaku bully kepada konseli. Perkataan tersebut adalah “Jumirah heh Jumirah”, “Doyok”. Pada sesi ini konseli agak malu-malu dalam memperagakan dan menirukan perlakuan pelaku *bully*.

e) Konseling sesi ke-5

Hari/ Tanggal : Sabtu, 21 November 2020

Waktu : 14.20-15.00

Metode : *Video Call Whatsapp*

Pada sesi konseling, konseli kembali melakukan sebuah konseling teknik kursi kosong dengan tema yang sama seperti sebelumnya. Konseli mengatakan hal yang sama ketika memerankan dirinya sebagai *topdog* dan *underdog*. Pada sesi ini konselor juga mencoba mengurangi perasaan-perasaan negatif yang dirasakan konseli. Setelah proses konseling berakhir, konseli merasa lebih tenang dan mencoba berfikir lebih jernih serta meyakinkan konseli tentang bagaimana dia bersikap yang seharusnya ketika di *bully*.

f) Konseling sesi ke-6

Hari/ Tanggal : Senin, 23 November 2020

Waktu : 14.00-14.40

Metode : *Video Call Whatsapp*

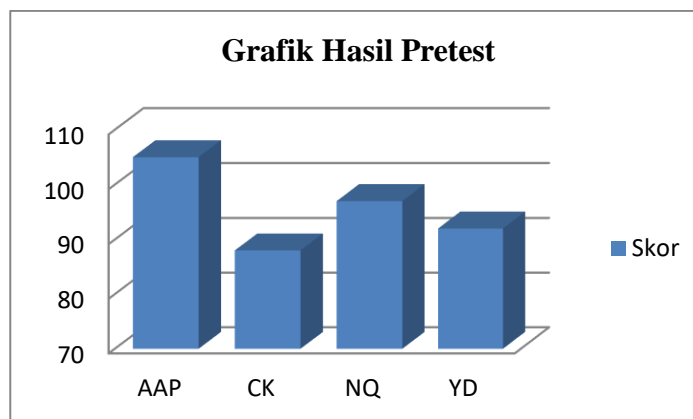
Pada sesi terakhir konseli dan konselor mengevaluasi jalannya konseling dari sesi pertama hingga terakhir. dan

konseli merasa puas dan terbantu dengan adanya konseling individu teknik kursi kosong. Terakhir, ditutup dengan pemberian *link posttest* pada peserta didik untuk mengetahui tingkat harga diri konseli setelah mengikuti konseling.

Berdasarkan pelaksanaan konseling di atas, hasil *pretest* peserta didik adalah sebagai berikut:

Tabel 4.2 Hasil *Pretest* Peserta Didik

No	Nama	Skor	Kriteria
1	AAP	105	Rendah
2	CK	88	Rendah
3	NQ	97	Rendah
4	YD	92	Rendah
N = 4		Σ382	
Mean		95,5	



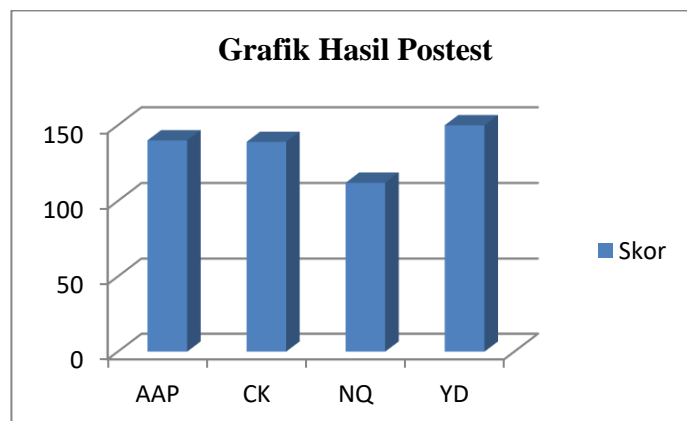
Gambar 4.1 Grafik Hasil *Pretest*

Bersumber dari hasil *pretest* yang disajikan pada tabel dan grafik di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa peserta didik yang menjadi sampel penelitian ada 4 dengan hasil sebagai berikut yaitu AAP dengan skor 105, CK mendapat skor 88, NQ mendapat skor 97 dan YD mendapat skor 92. Dari keempat peserta didik tersebut diperoleh

skor total 382 dan nilai rata 95,5. Maka dapat disimpulkan keempat peserta didik tersebut termasuk dalam kategori peserta didik harga diri rendah akibat tindakan *bullying*. Kemudian 4 peserta didik tersebut diberi *treatment* berupa konseling individu dengan *intervensi* teknik kursi kosong (*empty chair*). Pada sesi pertemuan yang terakhir semua subjek penelitian diberi *posttest*. Hasil *posttest* tersebut dirinci dalam tabel berikut:

Tabel 4.3 Hasil *Posttest* Peserta Didik

No	Nama	Skor	Kriteria
1	AAP	140	Tinggi
2	CK	139	Tinggi
3	NQ	112	Tinggi
4	YD	150	Tinggi
N = 4		Σ541	
Mean		135,25	



Gambar 4.2 Grafik Hasil *Posttest*

Singkatnya dari tabel 4.9 dan grafik 4.2 dapat disimpulkan bahwa hasil *posttest* semua peserta didik yang menjadi subjek penelitian memiliki kategori harga diri tinggi. Dengan rincian sebagai berikut: AAP mendapat skor 140, CK mendapat skor 139, NQ mendapat skor

112 dan YD mendapat skor 150. Skor total yang diperoleh dari hasil posttest yaitu 541 dan nilai rata-rata 135,25.

Tabel 4.4 *Pretest-Posttest* Peserta Didik

No	Nama	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Skor	Kriteria	Skor	Kriteria
1	AAP	105	Rendah	140	Tinggi
2	CK	88	Rendah	139	Tinggi
3	NQ	97	Rendah	112	Tinggi
4	YD	92	Rendah	150	Tinggi
N = 4		Σ382		Σ541	
Mean		95,5		135,25	

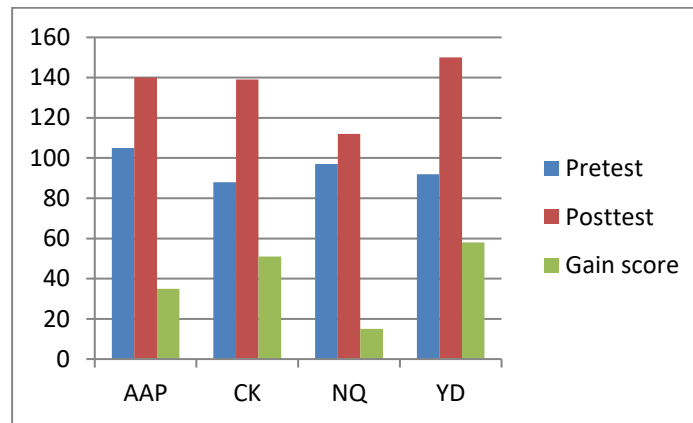
Jika dilihat dari tabel 4.10 maka dapat disimpulkan bahwa antara hasil *pretest* dan *posttest* terdapat peningkatan pada skor total dari 382 menjadi 541. Peningkatan juga terdapat pada nilai rata-rata yaitu dari 95,5 menjadi 135,25.

Tabel 4.5 Perbandingan *Pretest, Posttest, dan Gain Score*

No	Nama	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain score</i>
1	AAP	105	140	35
2	CK	88	139	51
3	NQ	97	112	15
4	YD	92	150	58
N=4		Σ382 X̄ 95,5	Σ541 X̄ 135,25	Σ159 X̄ 39,75

Berlandaskan data perbandingan di atas maka didapat nilai *pretest* < *posttest*. Jadi, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan harga diri pada peserta didik korban *bullying* setelah pemberian *treatmen*. Hal tersebut juga dapat dilihat dari nilai *gain score*. Untuk lebih

jelasnya peningkatan *gain score* dapat dilihat pada grafik di bawah ini:



Gambar 4.3 Grafik *Pretest-Posttest-Gain Score*

Apabila dilihat dari grafik 4.3, nilai *gain score* paling tinggi diperoleh YD dan nilai terendah NQ. *Gain score* adalah selisih antara nilai *pretest* dan *posttest*. Nilai *gain score* di atas dirinci sebagai berikut: AAP dengan nilai 35, CK: 51, NQ: 15, dan YD: 58 dan nilai rata-rata *gain score* yaitu 39,75. Berdasarkan rata-rata tersebut maka dapat dikatakan bahwa penerapan *treatment* yang paling efektif yaitu pada CK dan YD.

B. Hasil Uji Hipotesis

1. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui efektivitas penggunaan konseling gestalt dengan intervensi *empty chair* pada peserta didik korban *bullying* yang harga dirinya rendah. Sebelum melakukan uji hipotesis, dilakukan terlebih dahulu analisis data deskriptif untuk memaparkan data penelitian.

Tabel 4.6 Analisis Data Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean		Std. Deviation
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic
Pretest	12	88	140	1502	125,17	6,421	22,242
Posttest	12	112	150	1661	138,42	2,545	8,816
Valid N (listwise)	12						

Dari tabel di atas dapat dilihat nilai rata-rata sebelum diberi perlakuan yaitu 125,17 dan setelah diberi perlakuan mengalami peningkatan menjadi 138,42. Apabila sampel berpasangan berjumlah lebih dari 25 maka dapat dikatakan mendekati distribusi normal, dan sebaliknya jika kurang dari 25 maka data dikatakan tidak berdistribusi normal (Sugiono, 2018: 333). Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon Match Pairs Test* (uji Z) karena data yang diperoleh tidak berdistribusi normal.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 4 sampel, kemudian sampel tersebut diberi *treatment* berupa konseling individu dengan teknik *empty chair*. Tetapi sebelum itu 4 sampel tersebut diberikan *pretest* dan setelah konseling berakhir peneliti memberi tes yang disebut *posttest*. Tujuan pemberian tes berupa *pretest-posttest* yaitu untuk membandingkan serta mengetahui apakah *treatment* tersebut efektif atau tidak.

Hasil uji *wilcoxon* dalam penelitian ini dianalisis dan diolah menggunakan aplikasi *SPSS 22.0 for windows* sebagai berikut:

Tabel 4.7 Uji Wilcoxon

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	0 ^a	,00	,00
	Positive Ranks	4 ^b	2,50	10,00
	Ties	8 ^c		
	Total	12		

a. Post Test < Pre Test
b. Post Test > Pre Test
c. Post Test = Pre Test

adalah 0 dan *mean rank* adalah 00 serta *sum of ranks* 00. Sedangkan *positive ranks* menunjukkan N 4 artinya peserta didik yang menjadi sampel tersebut mengalami peningkatan, *Mean rank/* rata-rata peningkatannya yaitu 2,50 dan *sum of ranks /*jumlah rangking positif 10,00. *Ties* menunjukkan kesamaan nilai *pretest-postest*, berdasarkan tabel nilai *ties* tersebut yaitu 8.

Tabel 4.8 Test Statistics

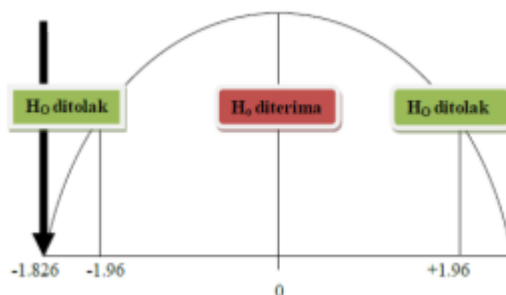
Test Statistics ^a	
	Post Test - Pre Test
Z	-1,826 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,068

a. Wilcoxon Signed Ranks Test
b. Based on negative ranks.

Dasar pengambilan keputusan dengan membandingkan z hitung dengan z tabel. Jika z hitung < z tabel maka Ho diterima dan Ha ditolak, dan jika z hitung > z tabel maka Ho ditolak dan Ha diterima. Jika probabilitas < dari 0,05 maka Ho ditolak dan Ha diterima. Bersumber

pada perhitungan tersebut diperoleh z hitung yaitu -1,826 dan nilai z tabel dengan taraf kesalahan 5% yaitu $\pm 1,96$. Dengan demikian nilai -1,826 < 1,96 maka H_0 diterima dan H_a ditolak, jadi dapat dikatakan jika teknik korsi kosong tidak berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan harga diri pada peserta didik korban *bullying*. Cara mencari z tabel dengan taraf kesalahan 5% yaitu sebagai berikut:

- 1) $\frac{\alpha}{2} = \frac{5\%}{2} = 2,5\%$
- 2) $50\% - 2,5\% = 47,5\%$
- 3) $47,5\% = 1,96$



(Nandari, 2019: 93)

Gambar 4.4 Kurva Probabilitas

Berdasarkan tes *statistick* dapat dilihat nilai probabilitas menunjukkan angka 0,068, nilai $0,068 > 0,05$ maka H_0 ditolak. Jadi dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling *gestalt* menggunakan teknik *empty chair* efektif untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *bullying*.

C. Pembahasan

Peserta didik kelas VIII di SMP N 3 Kedungreja yang menjadi korban *bullying* dan memiliki kriteria harga diri rendah terdiri atas 4 peserta didik. Harga diri yang rendah berdampak pada perkembangan psikologis peserta

didik tersebut, sikap yang ditunjukkan peserta didik yaitu lebih sering merenung, melamun, minder, kegiatan belajar mengajar menjadi kurang optimal, malas masuk sekolah,dll. Peserta didik korban bullying yang termasuk pada kategori harga diri rendah rata-rata memiliki sifat pemalu, pendiam, dan kurang dapat bergaul.

Peserta didik korban bullying dengan harga diri rendah yang menjadi sampel dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. AAP

AAP adalah peserta didik dengan tipikal cuek, pasif dan malu. Pada sesi pertama dia sangat sulit diajak berkomunikasi dengan baik hal itu terjadi ketika konselor sedang bertanya sesuatu tetapi dirinya jarang menjawabnya. Hal itu terjadi karena AAP baru pertamakali mengikuti kegiatan konseling individu seumur hidupnya. AAP merasa sedikit takut jika salah menjawab pertanyaan yang dilontarkan oleh konselor pada saat konseling berlangsung.

Pada sesi kedua masih belum banyak perubahan atas sikapnya, hal ini berpengaruh terhadap berjalannya proses konseling. AAP masih sulit terbuka kepada konselor pada awal kegiatan berlangsung karena merasa belum terbiasa. Kemudian setelah konselor meyakinkan konseli akhirnya konseli sedikit bercerita tentang kejadian *bullying* yang dialaminya. Konseli menceritakan bahwa dirinya pernah dan bahkan sering *dibully* dalam bentuk *bullying* verbal seperti kalimat-kalimat ejekan yang

membuat konseli merasa tidak nyaman dan merasa tersakiti di dalam hatinya.

Konseling sesi ketiga, pada sesi ini konseli sudah mulai terbuka dengan konselor dan banyak bercerita. Konseli menceritakan tentang proses kejadian *bullying* yang dialaminya dari awal mula kejadian. Pada saat itu AAP masih duduk di kelas VII, dia sedang duduk sendirian tiba-tiba ada teman yang datang dan langsung mengejek dan menghina dirinya dengan nada sangat kasar. Kejadian itu tidak hanya berlangsung satu atau dua kali saja tetapi cukup sering.

Hari berikutnya konseli pulang kerumah sangat awal saat bel pulang berbunyi dan dia pikir sudah waktunya pulang maka AAP langsung saja pulang. Pada keesokan harinya ada salah satu temannya yang mempermalukan AAP karena dia pulang lebih awal padahal belum waktunya pulang. AAP mengatakan dia sampai menangis pada saat itu karena malu terhadap teman-teman yang lain walaupun itu masalah yang sepele. Semenjak kejadian itu konseli merasa tertekan dengan sikap temannya yang selalu mengejeknya dengan berlebihan tetapi konseli bersikap diam saja dan hanya menyimpan di dalam hati.

Sesi keempat yaitu sesi dimana konselor mulai menerapkan intervensi kursi kosong (*empty chair*). Konseli menunjukkan sikap yang malu dan tidak percaya diri saat memerankan sebagai *topdog* maupun *underdog*. Pada sesi ini AAP mengungkapkan semua yang pernah dialaminya melalui sebuah peran. Pada saat berperan sebagai *underdog* konseli

berekspresi sedih dengan nada seperti orang menangis dengan melontarkan kata-kata sebagai berikut: “emang salah yah kalo perempuan suka banget sama *naruto*, itukan hak saya”, “emangnya saya norak, kumuh dan kampungan banget ya”. Kemudian saat berperan sebagai *topdog* konseli mengatakan dengan nada bicara yang tinggi menirukan si pelaku *bully*. Kata-kata tersebut yaitu: “huh dasar masa perempuan suka *naruto*”, “huhu norak banget ngga ada keperempuanannya sama sekali”. Setelah selesai memerankan kedua peran tersebut konseli merasa sedikit lebih lega.

Sesi kelima, sesi dimana konseli melakukan *treathmen* yang sama seperti sebelumnya dan mengatakan hal yang sama persis seperti pada sesi konseling keempat. Ketika sesi ini berlangsung konseli merasa agak jauh lebih lega dari sesi konseling sebelumnya. Pada sesi konseling terakhir konselor dan konseli melakukan evaluasi dari sesi awal konseling hingga terakhir, konseli mengatakan cukup puas hasil yang didapatkan dari kegiatan konseling individu dan AAP merasa sangat terbantu. Hasil *pretest-posttest* konseli mengalami peningkatan dari 105 (kriteria rendah) menjadi 140 (kriteria tinggi).

2. CK

Pada sesi pertama konseli menunjukkan sikap yang ramah, ceria, dan sedikit malu-malu. Pada sesi ini konseli sangat menerima dan menghargai konselor dengan baik. Konseli mengungkapkan bahwa dia merasa senang ada yang memperhatikannya dan peduli dengan dirinya. Konseli juga

mudah diajak bicara dan mampu mengungkapkan ekspresinya dengan baik.

Pada sesi kedua konselor mencoba mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi konseli terkait *bullying*. Konseli bercerita bahwa dia sampai tidak masuk sekolah karena capai *di-bully* terus oleh temanya. CK sering mendapat perlakuan yang agresif dari temannya yang berinsial I dan B. Ketika sampai rumah dia sering sekali termenung dan melamun yang menjadikan dirinya kurang fokus dalam belajar di sekolah dan sempat berfikir ingin pindah kelas atau pindah sekolah.

Pada sesi ketiga konseli menceritakan kejadian yang dialami konseli dengan sangat detail. Konseli menebak bahwa kejadian *bullying* berawal pada saat kegiatan pramuka, jadi pada saat itu I dipilih sebagai ketua regu tetapi tiba-tiba oleh kakak kelas dirubah agar CK aja yang jadi ketua regunya. Konseli merasa bahwa kegiatan tersebut merupakan awal mula I merasa iri dan membenci CK. I juga sering sekali memerintah B sebagai *asisten bully* untuk berperilaku jahat terhadap CK. B sering memukul kepala CK tanpa alasan. CK juga tidak tahu pasti kenapa I dan B sangat membenci CK padahal selama ini konseli merasa selalu berbuat baik kepada temannya itu. Konseli juga mengaku pernah diadu domba oleh I dengan kakak kelasnya serta mengajak teman satu kelas agar mengucilkan CK.

Sesi konseling keempat yaitu sesi mulai diterapkannya teknik *empty chair*, pada sesi ini konseli memerankan dirinya sebagai tokoh *topdog* dan

underdog. Konseli menirukan kata-kata yang sering dilontarkan oleh pelaku *bully* pada saat berperan sebagai *topdog* yaitu sebagai berikut: “kamu kenapa sih tan? Saya salah apa si ke kamu? Perasaan saya ngga pernah nakal sama kamu, kenapa kamu kaya benci banget sama saya?” , “saya salah apa si ke kamu yu? Kenapa kamu sering mukulin saya? Sengaja banget mukul bola biar kena kepalaku, kan sakit”, ”saya juga punya perasaan bay & tan, saya pengen bebas sama semua perlakuan kalian, saya pengen hidup tenang dan damai”.

Kemudian pada saat berperan sebagai *topdog* CK mengatakan kata-kata yakni: “awaslah jangan deket-deket saya”, “temen-temen kita jangan temenan sama dia ya? dia itu nyebelin banget, biarin aja jangan ditemenin biar tau rasa ngga punya temen hahaha”, “bisa nyanyi be bangga”. Setelah melakukan kegiatan konseling di sesi ini CK merasa lebih lega dan senang bisa meluapkan semuanya. Pada sesi kelima, konseli memerankan kembali seperti pada sesi sebelumnya dan menambahkan kata ketika berperan sebagai *underdog*.

Kata tersebut yaitu: “saya bisa nyanyi juga biasa aja kok, saya ngga pernah pamer atau gimana-gimana, kenapa kamu benci banget si? Kaya apa yang saya lakuin semuanya salah dimata kamu”. Pada sesi ini konseli merasa sangat puas karena dapat memerankan kedua peran tersebut. CK juga merasa sangat lega karena sudah memaki-maki dan seolah-olah menjadi si pelaku *bully*. Pada sesi keenam, evaluasi kegiatan konseling dari awal sampai terakhir yaitu hasilnya konseli merasa sangat terbantu

karena ada yang peduli dengan dirinya. Selain itu, konseli juga merasa sangat lega dan lebih dapat berfikir dengan jernih dan penuh semangat. Hasil *pretest-posttest* konseli mengalami peningkatan dari 88 (kriteria rendah) menjadi 139 (kriteria tinggi).

3. NQ

Pada sesi pertama, konseli menunjukkan sikap pendiam, bingung, cemas, dan belum terbiasa. Hal itu dilakukan karena dia merasa agak takut karena belum pernah melakukan proses konseling. NQ sangat sulit diajak berkomunikasi karena dia menganggap bahwa proses konseling hanya untuk anak-anak yang nakal saja. Namun setelah konselor memberi pemahaman dan penjelasan terkait konseling, akhirnya konseli mulai mengerti dan mulai terbuka dengan konselor.

Pada sesi kedua konselor mengidentifikasi permasalahan yang dialami NQ berdasarkan cerita yang dipaparkan pada saat kegiatan konseling berlangsung. Konseli bercerita bahwa saat itu NQ sedang tidak mempunyai uang dan kas kelas yang seharusnya dibayarkan menjadi menumpuk. Kemudian dia selalu ditagih oleh bendahara kelasnya dan ada salah satu teman kelasnya yang mempermalukan NQ di depan teman sekelas dengan menghina dirinya dengan sebutan miskin. Semenjak kejadian itu membuat konseli merasa dipermalukan yang berujung pada perasaan tersakiti dan tertekan dengan perlakuan tersebut serta minder dengan teman-teman yang kaya.

Sesi konseling ketiga, konseli menceritakan bahwa NQ sering menerima tindakan agresif seperti sering disepelkan oleh teman ketika memberi saran. Akibat dari kejadian yang dipermalukan karena telat membayar uang kas, konseli merasa dikucilkan oleh teman satu kelas karena miskin. Pelaku *bully* juga sering menyinggung bahkan mengejek penampilan konseli yang difikir tidak keren. Perlakuan pelaku *bully* yang seperti itu menjadikan konseli merasa minder dan rendah diri.

Sesi konseling keempat, sesi dimana diterapkan intervensi berupa teknik kursi kosong dilakukan dengan memainkan peran sebagai *topdog* maupun *underdog* yang semua perannya dimainkan oleh konseli. Pada sesi ini konseli memunculkan perasaan-perasaan yang bersumber dari *unfinished bussiness* (urusan yang tidak selesai). Ketika berperan sebagai *topdog* konseli mengucapkan kata sebagai berikut: “huuu miskin banget si kamu, bayar dong kas kelasnya udah numpuk belum dibayar-bayar, huu miskin”, “gaul dong jadi anak”, “kalo bicara yang keras dong jangan bibirnya aja yang bergerak”.

Kemudian pada saat konseli memerankan sebagai *underdog* NQ mengucapkan kata yang belum dan tidak tersampaikan pada pelaku *bullying*. Kata-kata tersebut yaitu “iya besok saya bayar ko kalo udah punya uang”, “iya maaf”, “iya saya tau ko”. Setelah mengungkapkan semuanya konseli merasa lebih lega dan bebannya sedikit berkurang.

Sesi konseling kelima, pada sesi ini konseli menampilkan semua perasaanya dan NQ mengatakan hal yang sama seperti pada sesi

berikutnya. Pada sesi ini konselor juga mencoba megurangi perasaan negatif yang dirasakan konseli. Sesi keenam, pada sesi ini konseli melakukan evaluasi dari awal kegiatan konseling sampai terakhir. Setelah konseling berakhir, konseli merasa sangat lega dan dapat lebih berfikir positif. Hasil *pretest-postest* konseli mengalami peningkatan dari 97 (kriteria rendah) menjadi 112 (kriteria tinggi).

4. YD

Pada sesi pertama, konseli menunjukkan sikap malu, terbuka dan agak canggung dengan konselor. Saat kegiatan konseling via *videocall whatsapp* berlangsung, konseli sangat nyambung ketika diajak bicara. Menurut konselor, konseli juga memiliki kepribadian yang baik dan cukup menyenangkan. Sesi kedua, konselor melakukan indentifikasi permasalahan yang dihadapi oleh konseli terkait kegiatan *bullying* yang dia alami. YD mengaku pernah dan bahkan sering *dibully* oleh salah satu teman kelasnya. Bentuk perilaku agresif yang diterima yaitu berupa kalimat ejekan yang berlebihan sehingga membuat konseli merasa tidak nyaman dengan perlakuan pelaku *bully*.

Sesi ketiga, konseli menceritakan secara detail kronologis kegiatan *bullying* yang dialaminya ketika duduk di kelas tujuh sampai sekarang. Selama ini konseli bersikap diam saja seolah tidak terjadi apa-apa tetapi dalam hati dia merasa sangat terganggu dengan perlakuan *bullies* tersebut. Konseli bercerita bahwa YD seringkali dipanggil dengan nama sebutan

yang sangat tidak dia sukai yaitu doyok. Bagi dirinya mungkin itu kelihatan sangat sepele tetapi dia merasa tidak nyaman.

Bagi konseli nama adalah pemberian dari orang tua yang patut dihargai bukannya diganti dengan sebutan yang jelek. Tidak hanya itu saja, konseli juga menceritakan dia sering bermain *game* dengan teman-temannya, dan pada *game* yang sering YD dan temannya mainkan ada istilah atau nama jumaster sedangkan nama ibu konseli bernama Jumairah. Jika sedang bermain *game* bersama, pelaku *bully* selalu melesetkan kata jumaster dan mengganti dengan kata Jumairah serta mengajak teman lain untuk melakukan hal yang sama. Ketika berada di sekolah konseli juga sering dipanggil dengan sebutan orangtua, padahal menurut YD itu bukan hal yang baik apalagi kesannya seperti mengejek nama orangtua.

Konseli merasa sikap temanya sangat berlebihan dan membuat YD merasa tidak nyaman serta harga dirinya terasa seperti diinjak-injak. Pada sesi konseling keempat, konseli memainkan peran sebagai *topdog* dan *underdog* sebagai bentuk penerapan teknik kursi kosong. Ketika YD berperan sebagai *topdog*, dia mengucapkan kata-kata seperti: “Jumairah eh Jumairah”, “doyok”, “woy sekarang kalo bilang jumaster jadi Jumairah aja ya”.

Pada saat berperan sebagai *underdog* dengan malu-malu serta memperagakan dan menirukan perilaku *bullies*. Konseli juga mengucapkan: “apa sih gue tonjok sini”, “ngga usah ejekin nama ibuku

kenapa”. Setelah melakukan sesi konseling ini, konseli merasa bisa meluapkan perkataan yang selama ini YD tidak pernah katakan. Pada sesi kelima, konseli melakukan hal yang sama seperti sesi keempat dan kali ini dia lebih totalitas dalam memainkan peran. Setelah melalui konseling pada sesi ini, konseli merasa dia menjadi lebih tenang dan puas.

Sesi konseling keenam, pada sesi ini konseli melakukan evaluasi terhadap berjalannya sesi konseling dari awal hingga terakhir. Pada sesi ini juga konselor mereduksi perasaan negatif yang konseli rasakan agar tidak mempengaruhi harga dirinya. Setelah melakukan konseling pada sesi ini, konseli merasa jauh lebih lega dan sedikit terpuaskan karena sudah meluapkan amarah yang selama ini terpendam. Hasil pretest-posttest menunjukkan konseli mengalami peningkatan dari 92 (kriteria rendah) menjadi 150 (kriteria tinggi).

Berdasarkan temuan penelitian terdahulu yaitu yang pertama seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Mukamad Fikri Fatoni yang berasal dari prodi BKI (Bimbingan Konseling Islam) Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya dengan judul “Teknik Kursi Kosong untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Terhadap Korban *Bullying* di UIN Sunan Ampel Surabaya” menunjukkan permasalahan pada kurangnya sikap diri peserta didik sehingga peserta didik yang menjadi korban *bullying* menjadi tidak percaya diri. Dalam proses konseling, *treatment* yang digunakan untuk mengatasi permasalahan tersebut yaitu menerapkan teknik kursi kosong dengan melakukan sedikit perubahan sikap dan perasaan. Setelah penerapan

treatment tersebut, konseli menjadi lebih berfikir positif, mampu mengutarakan pendapat dengan baik, lebih bisa menerima kenyataan serta kepercayaan diri mulai tumbuh dan menjadi lebih baik.

Kedua, hasil penelitian yang dilakukan oleh Ignatia Nandari yang berasal dari prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dengan judul “Efektivitas Layanan Konseling Individu dengan Teknik Kursi Kosong *Topdog Versus Underdog* Untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII di SMP N 22 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020”. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa peserta didik yang semula percaya dirinya rendah menjadi meningkat dengan diberlakukannya *treatment* tersebut. Hasil perhitungannya dilihat berdasarkan hasil *pretest-postest* yaitu 95,23 meningkat menjadi 101,90 dan disimpulkan bahwa penerapan teknik tersebut efektif untuk meningkatkan percaya diri pada peserta didik.

Ketiga, hasil penelitian yang dilakukan oleh Meli Agustiani program studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuludin Dakwah dan Adab Institut Agama Islam Negeri Sultan Maulana Hasanudin Banten dengan judul “Teknik Terapi *Empty Chair* dalam Mengatasi Korban Bullying di SMP Negeri 1 Ciomas” menunjukkan bahwa penerapan *treatment* tersebut berdampak positif terhadap permasalahan *unfinished bussiness*, peserta didik korban *bullying* lebih mandiri dan bertanggungjawab serta dapat lebih mengendalikan dirinya agar tidak selalu dikuasai oleh orang lain.

Pembahasan konseling *gestalt* dengan menggunakan teknik *empty chair* untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *bullying* dalam penelitian ini yaitu:

1. Jika dilihat dari hasil perbandingan nilai skor total *pretest-posttest* yaitu diperoleh hasil $382 < 541$ artinya ada peningkatan.
2. Jika dilihat dari nilai rata-rata *pretest-posttest* meningkat dari 95,5 menjadi 135,25 serta nilai rata-rata *gain score* terlihat sangat jelas.
3. Jika dilihat dari z hitung dan z tabel menunjukkan $-1,826 < 1,96$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak.
4. Jika dilihat dari probabilitasnya yaitu $0,068 > 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Berdasarkan pembahasan di atas dapat dinyatakan bahwa konseling *gestalt* menggunakan teknik *empty chair* efektif untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *bullying*.

D. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah segala sesuatu diluar kemampuan peneliti yang dapat mempengaruhi hasil penelitian yaitu antara lain:

1. Keterlibatan peserta didik dalam melaksanakan konseling kurang optimal karena jarak yang berjauhan sehingga fokus peserta didik mudah teralihkan dengan hal disekitarnya.
2. Skor *posttest* meningkat drastis menunjukkan peningkatan yang signifikan dibanding skor *pretestnya*, ini bukan semata-mata karena pemberian

treathmen saja, melainkan dari berbagai faktor salah satunya karena interaksi dengan teman di luar sekolah,

3. Penelitian ini dilaksanakan ditengah-tengah pandemi yang mengakibatkan peserta didik dengan harga diri rendah tidak berhadapan langsung dengan si *pembully* sehingga tolak ukur peserta didik naik.