

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Secara umum peserta didik akan menjumpai berbagai kesulitan di lingkungan baru terutama dalam hal mencari teman. Mereka akan mencari sosok sahabat yang cocok sehingga dapat mengerti, memahami, nyaman serta dapat menerima kelebihan maupun kekurangan. Tidak semua peserta didik mudah menemukan teman yang sesuai dengan keinginan dan kriteria mereka. Ada tipikal peserta didik berjiwa *ekstrovert* yang mudah bergaul dan ada juga individu tipe *introvert* dengan kecenderungan sulit berinteraksi.

Kesulitan berinteraksi di lingkungan baru mengindikasikan munculnya perilaku antar teman yang saling mengejek, menghina dan mengolok. Perilaku tersebut terkesan menjadi hal biasa di kalangan masyarakat awam sebagai bentuk gurauan dan canda tawa karena pengetahuan masyarakat yang minim tentang hal itu. Perilaku itu dapat dikategorikan sebagai kegiatan *bullying* apabila berlebihan dan orang yang menjadi bahan candaan merasa tersakiti dan tersiksa.

Dunia pendidikan erat kaitannya dengan interaksi sosial, saat ini masalah di dunia pendidikan cukup memprihatinkan salah satunya yaitu kasus *bullying*. "*Bullying* berasal dari bahasa Inggris yaitu dari kata *bull* yang berarti banteng yang senang merunduk kesana kemari"(Wiyani, 2012: 11).

Perundungan dilakukan oleh individu yang berkuasa dengan merunduk kepada individu yang memiliki fisik maupun mental lemah.

Bullying adalah suatu tindakan yang sangat merugikan dan perlu ditindaklanjuti karena dapat merusak mental maupun fisik seseorang jika terus terjadi. Praktik perisakan sering terjadi dimana saja seperti di lingkungan sosial, lingkungan masyarakat dan lingkungan sekolah. Kasus perundungan di Indonesia banyak terjadi di kalangan sekolah yaitu seperti yang dilansir dalam detik.com oleh Permana yang memberitakan laporan PISA 2018 bahwa 41 % siswa di Indonesia mengaku pernah *bully* beberapa kali dalam sebulan (Detiknews. Permana. 4 Desember 2019).

Fenomena perilaku *bullying* yang terjadi di SMP Negeri 3 Kedungreja digali oleh peneliti melalui wawancara dan observasi pada hari Sabtu 11 April 2020. Berdasarkan hasil wawancara (Lampiran 6) terhadap Guru BK di sekolah tersebut, peneliti memperoleh hasil bahwa banyak peserta didik yang menjadi korban perundungan oleh teman satu kelas maupun senior. Sasaran korban penindasan meliputi peserta didik yang memiliki ciri tidak mempunyai teman, minder, gejala tidak *happy* di sekolah dan berasal dari keluarga *broken home*. Korban perisakan di sekolah tersebut berjumlah 12 peserta didik dengan beberapa perilaku *agresif* yang diterima dari rentang paling tinggi sampai terendah. Perilaku tersebut yaitu berbentuk kekerasan fisik (didorong, ditendang, dipukul terdiri atas 6 peserta didik) dan kekerasan *psikis* (dihina, diancam, diasingkan, digosipi, difitnah dan dipermalukan terdiri dari 5 peserta didik) serta pelecehan seksual (payudara 1 peserta didik).

Dari pihak sekolah sudah mengupayakan dengan cara Guru BK bekerja sama dengan guru lain serta memberikan sosialisasi *antibullying* dalam memberikan layanan dasar, memberikan layanan konseling dengan korban dan memanggil, mengingatkan serta menasihati pelaku juga pemanggilan orangtua (Rahayu, kasus bullying di SMP N 3 Kedungreja, 2020).

Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti pada hari Sabtu 11 April 2020 dengan cara *non partisipan* yaitu korban *bullying* kebanyakan merupakan peserta didik baru yang berawal saling mengejek dan berlanjut ditindas, diolok serta dianiaya oleh teman sebaya maupun senioritas. Tindakan tersebut mengakibatkan mereka tersakiti dan menimbulkan sikap pemalu, rendah diri/ harga diri rendah, tertekan, minder dan tidak berdaya. Ketika kegiatan belajar mengajar berlangsung, peserta didik korban perundungan terlihat kurang maksimal dalam menuntut ilmu karena rendah diri/harga diri rendah akibat sering di akibat sering *dibully* bahkan ada yang sampai bolos sekolah karena lelah *dibully* secara terus menerus.

“Harga diri (*Self Esteem*) merupakan salah satu elemen penting bagi pembentukan konsep diri seseorang yang akan berdampak luas pada sikap dan perilakunya”(Wilis Srisayekti dan David A Setiadi, 2015: 143). Harga diri (*Self Esteem*) adalah sebuah bentuk penilaian tentang diri yang meliputi keseluruhan aspek dalam diri individu. Seseorang yang memiliki taraf diri tinggi memandang bahwa dirinya adalah individu yang wajar dan memiliki keberanian untuk tampil eksis dalam kehidupan sosial tanpa *problem* yang menghambat. Lain halnya dengan individu yang memiliki taraf diri rendah,

mereka memandang itu adalah kekurangan dalam diri yang dapat menjadi penghambat dan mengganggu kehidupannya.

Permasalahan *bullying* yang terjadi di SMP N 3 Kedungreja sudah dilakukan upaya pengentasan masalah berupa pemberian layanan konseling pada korban oleh guru BK. Sayangnya, kegiatan tersebut masih kurang dalam pemberian *treatment* yang berfokus untuk mengurangi akibat atau dampak yang dialami korban. Peserta didik yang menjadi korban perisakan banyak mengalami banyak hal negatif yang mempengaruhi sikap seperti harga diri rendah, tertekan dan stress. Hal tersebut dapat berdampak buruk bagi korban yang *dibully* dalam jangka panjang seperti muncul perasaan negatif pada orang lain, beresiko kabur dari rumah, sering tidak masuk/ malas pergi ke sekolah, resiko lebih tinggi mengalami depresi dan rendah diri dikemudian hari yang berujung pada aksi bunuh diri dan kematian.

Cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan di atas yaitu dengan menerapkan suatu teori yang disebut dengan teori konseling *gestalt*. Peneliti memilih menggunakan teori konseling ini karena teori ini dianggap paling cocok dalam menyadarkan dan mengurangi *mindset* negatif dalam diri konseli. Teori tersebut adalah terapi yang diperkarsai oleh Frederick Fritz dan Laura Perls, teori ini mengajarkan konselor dan konseli sebuah metode kesadaran. Dimana metode tersebut berisi tentang bagaimana individu memahami, merasakan, bertindak serta membedakan dengan menampilkan suatu kejadian dan pengalaman masa lalu(Gantina, et al., 2011: 285).

Teori konseling *gestalt* memiliki berbagai *treatment* yang sangat banyak salah satunya teknik *empty chair* (kursi kosong). Teknik ini merupakan sebuah *treatment* yang dapat diterapkan untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik korban *bullying*. Teknik tersebut adalah sebuah teknik permainan peran dimana peserta didik memerankan perannya sendiri (*under dog*) atau bertindak sebagai orang lain (*top dog*) yang dibayangkan dan diekspresikan di sebuah kursi kosong.

Peneliti memilih menggunakan *treatment* ini karena teknik ini merupakan teknik yang digunakan untuk memecahkan permasalahan *interpersonal*, salah satunya untuk meningkatkan *self esteem* (harga diri) yang dialami oleh peserta didik korban perundungan. Kemudian melalui teknik ini, konseli dapat lebih leluasa meluapkan semua perasaannya baik yang sudah ditampilkan sebelumnya ataupun yang belum pernah ditampilkan. Oleh karena itu, diharapkan dengan menggunakan teknik *empty chair* (kursi kosong) dapat meningkatkan *self esteem* (harga diri) pada peserta didik korban *bullying* di SMP N 3 Kedungreja.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin mengadakan penelitian dengan judul “Efektivitas Konseling *Gestalt* Menggunakan Teknik *Empty Chair* untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Peserta Didik Korban *Bullying*”.

B. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah terkait bullying di kelas VIII SMP N 3 Kedungreja adalah sebagai berikut:

1. Banyak peserta didik yang menjadi korban *bullying*.
2. Harga diri peserta didik menurun akibat sering *dibully*.
3. Peserta didik enggan masuk sekolah karena capai *dibully* secara terus menerus.
4. Peserta didik korban bullying kurang optimal dan tidak fokus dalam belajar.

C. Pembatasan Masalah

Karena keterbatasan ruang, tenaga, dana, pikiran dan waktu, maka tidak semua permasalahan dapat diteliti. Oleh karena itu, permasalahan pada penelitian ini akan dibatasi pada korban *bullying* dan rendahnya harga diri (*Self Esteem*) pada peserta didik.

D. Rumusan Masalah

Bagaimana efektivitas konseling *gestalt* menggunakan teknik *empty chair* untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *bullying*?

E. Tujuan Penelitian

Untuk menguji efektivitas konseling *gestalt* menggunakan teknik *empty chair* untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *bullying*.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Untuk menambah ilmu pengetahuan dan wawasan bagi semua pembaca khususnya teknik *empty chair* (kursi kosong) yang dapat bermanfaat untuk meningkatkan harga diri pada diri peserta didik korban *bullying*.
- b. Untuk membantu memahami disiplin ilmu tentang *bullying*.
- c. Membantu kita sebagai peneliti dalam penggunaan teknik konseling *gestalt*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

- Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan *refleksi* dan evaluasi dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dimana dalam pelaksanaan menggunakan layanan konseling individual dengan *treatment empty chair* (kursi kosong) untuk meningkatkan harga diri pada peserta didik korban *bullying*.

b. Bagi Guru/ Konselor

- Sebagai masukan untuk konselor dalam proses bimbingan dan konseling bahwa dengan menggunakan teknik *empty chair* (kursi kosong) dapat meningkatkan *self esteem*.
- Sebagai bahan pertimbangan dan pelajaran bagi konselor bahwa perilaku *bullying* memiliki akibat yang luar biasa berpengaruh terhadap psikis peserta didik yang harus dicegah dan diantisipasi.

c. Bagi Peserta didik

- Untuk membantu meningkatkan harga diri (*self esteem*) yang rendah pada peserta didik korban *bullying*.
- Agar peserta didik dapat lebih mereduksi perasaan negatif pada diri seperti tertekan, stres, depresi, malu dan minder.