

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Konseling *Gestalt*

a. Konsep Dasar

Teori konseling *gestalt* merupakan sebuah teori yang dikembangkan oleh Frederick Perls dalam bentuk *eksistensial*. Teori ini memandang bahwa individu harus menemukan jalan hidupnya sendiri dan menerima tanggung jawab sepenuhnya agar dapat mencapai kedewasaan. Pendekatan konseling ini lebih menekankan pada kondisi disini dan sekarang pada diri individu untuk menentukan jalan hidupnya(Corey, 2013: 117).

b. Pandangan Tentang Manusia

Pandangan pendekatan *gestalt* tentang manusia adalah bahwa individu dapat mengatasi permasalahan hidupnya secara mandiri terutama dalam penggunaan kesadaran yang dialaminya tentang dunia di sekitarnya. Pendekatan ini memandang bahwa individu yang memiliki masalah adalah individu yang berusaha menghindari permasalahan(Gantina., et al. 2011: 290).

c. Asumsi Tingkah Laku Bermasalah

Asumsi tingkah laku bermasalah menurut teori *gestalt* ada 6 yaitu :

1. Individu bermasalah terjadi karena adanya suatu pertentangan antara kekuatan “*top dog*” dan “*under dog*” yang berujung pada tindakan *bullying*.
2. Perkembangan yang terganggu atau terhambat akibat ketidakseimbangan antara *ekspektasi* dan *realita*.
3. Terjadi pertentangan antara keberadaan sosial dan biologis.
4. Ketidakmampuan individu menselaraskan antara pikiran, perasaan, dan tingkah laku.
5. Mengalami gap di masa sekarang dan berpotensi juga pada masa yang akan datang.
6. Lari dari kenyataan tanpa mencoba menyelesaikan permasalahan (Febrini, 2011: 71).

d. Tujuan Konseling

Konseling menurut pandangan *gestalt* adalah menciptakan uji percobaan pada konseli untuk membantu konseli:

- 1) Mencapai tingkat kesadaran atas apa yang konseli lakukan dan tentang bagaimana dia akan melakukannya
- 2) Mampu bersosialisasi dengan individu lain dengan baik.
- 3) Memiliki kemampuan menganalisa, menghafal dan mengekspresikan perasaan dan pikiran (Gantina., et al. 2011: 310).

e. Peran dan Fungsi Konselor

Peran dan fungsi konselor dalam konseling *gestalt* yaitu antara lain membantu konseli melaksanakan peralihan dari dukungan *eksternal* terhadap dukungan *internal* dengan menentukan titik dimana individu menghindari permasalahan dan munculnya perasaan tidak nyaman, konselor membantu konseli dalam melangsungkan hidup konseli, membantu menyadarkan konselor bahwa konseli harus yakin jika dirinya mampu keluar dari rasa tidak nyaman tersebut. Konselor juga berperan sebagai layar proyeksi dari konseli dan dipandang sebagai pembanding bagian diri konseli yang hilang. Fungsi konselor yang sangat penting yaitu memberikan perhatian pada bahasa tubuh konseli (Corey. 2013: 125-128).

f. Tahapan Konseling

Ketika melakukan proses konseling *gestalt* ada 5 tahapan yang harus dilalui yaitu antara lain:

1) Tahap pertama (*the beginning phase*)

Pada tahap ini merupakan tahap menciptakan hubungan antara konseli dan konselor sehingga menghasilkan hubungan yang aman dan nyaman dan meningkatkan *self-support*.

2) Tahap kedua (*clearing thr ground*)

Tahap ini konseling berlanjut pada eksplorasi introyeksi dan berbagai modifikasi serta *unfinnised bussiness* (Gantina., et. al . 2011: 312-313).

3) Tahap ketiga (*the existential encounter*)

Tahap ini ditandai dengan aktivitas yang dilakukan oleh konseli dengan menampilkan masalahnya secara lebih mendalam dan membuat perubahan yang tampak(Safaria dalam Gantina. 2011: 313).

4) Tahap keempat (*integration*)

Pada tahap ini konseli sudah mulai mengatasi permasalahan yang di eksplor pada tahap-tahap sebelumnya.

5) Tahap kelima (*ending*)

Tahapan terakhir konseli mencoba nelanjutkan hidupnya tanpa ada supervisi apapun dari konselor(Gantina.,et al. 2011: 215).

g. Kelebihan dan Kekurangan

Kelebihan konseling *gestalt* yaitu konseling ini menangani permasalahan dari masa lampau yang kemudian dibawa ke masa sekarang dan diselesaikan dengan baik, menambah gairah hubungan dan perasaan yang terpendam dan menampilkan perasaan tersebut ke permukaan, waktu yang digunakan terlalu singkat sehingga konseli dapat dengan mudah menampilkan perasaannya melalui konseling *gestalt*. Kelebihan lainnya yaitu menolak bahwa menjadi lemah tidak menutup kemungkinan untuk berubah. Sedangkan kekurangannya yaitu teori tidak berlandaskan pada teori yang kukuh, cenderung tidak memperhatikan kemampuan kognitif (berfikir) serta hanya

menekankan kemampuan pada diri sendiri tanpa memperdulikan tanggungjawab orang lain(Academia. Suryani. 22 Desember 2020).

h. Teknik Konseling

Teori ini memiliki banyak sekali teknik konseling yang dapat digunakan untuk membantu memecahkan permasalahan yaitu antara lain: teknik *empty chair*, *topdog versus underdog*, membuat serial, “saya bertanggungjawab atas...”, bermain proyeksi, pembalikan, latihan gladiresik, latihan melebih-lebihkan, tetap pada perasaan dan bahasa “saya”. Dalam penelitian ini peneliti memilih teknik *empty chair* karena teknik ini yang paling tepat untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *bullying* dimana melalui teknik ini konseli dapat menampilkan semua perasaan dan ekspresi mereka dengan leluasa serta dapat meminimalisir perasaan negatif pada diri mereka yang selama ini terpendam.

Teknik *Empty chair* (kursi kosong) merupakan intervensi yang cocok dalam konseling untuk membantu memecahkan permasalahan konseli dari semua umur yang memiliki hambatan dan konflik dengan pihak ketiga atau pihak lain meskipun pihak tersebut tidak hadir ketika proses konseling berlangsung karena pada teknik ini lebih menekankan penyelesaian permasalahan dalam diri peserta didik yang bermasalah(Gantina, et al., 2014: 318). Teknik ini merupakan intervensi dengan media dua kursi yang diletakan ditengah ruangan untuk bermain peran. Teknik tersebut dilakukan

dengan cara memainkan sebuah peran dengan proses konseling secara umum yaitu konselor meminta konseli untuk duduk di kursi yang satu dan memainkan peran sebagai *top dog*, kemudian pindah ke kursi lain menjadi *underdog*, teknik ini dapat dimainkan dengan dialog maupun monolog.

Ciri khas teknik ini yaitu teknik permainan peran yang semua perannya dimainkan oleh konseli dengan bantuan dua kursi kosong berdasarkan arahan dari konselor, konseli dapat dengan leluasa menampilkan perasaannya dan memunculkan ke permukaan kemudian terjadi proses memasukkan pendapat konselor yang dianggap baik ke dalam pribadi konseli (Mahmud & Kustiyah, 2012: 29). Teknik *empty chair* (kursi kosong) dilaksanakan dengan menggunakan konseling individu. Konseling individual merupakan proses interaksi yang unik antara konselor dengan konseli yang mengarah pada perubahan perilaku, membangun pribadi, kemampuan mengatasi situasi hidup dan keterampilan mengambil keputusan (Kemendikbud, 2016: 48). Teknik tersebut sering digunakan untuk mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan masalah *interpersonal* seperti harga diri.

2. *Self Esteem* (Harga diri)

a. Definisi *Self Esteem* (Harga Diri)

Istilah *Self esteem* jika diartikan dalam bahasa Indonesia berarti harga diri, harga diri adalah segala bentuk penilaian tentang diri yang

meliputi keseluruhan aspek dalam diri individu. Penghargaan diri dianggap sebagai pengaturan untuk menguji seseorang yang dianggap lihai menguasai tantangan hidup dan berhasil menciptakan kebahagiaan yang sesungguhnya (Branden, 2011: 49). Kebahagiaan yang sebenarnya tercipta apabila individu menemukan sesuatu yang dapat membuat ia lebih baik dalam segala hal terutama kedudukan diri.

Harga diri menggambarkan sejauh mana individu menilai diri sendiri sebagai orang yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga dan kompeten. Kemampuan disini melibatkan sebuah bakat dalam diri individu yang diakui oleh orang lain secara terbuka sehingga ia mampu eksis dan tidak bergantung kepada orang lain. Keberartian yang membuat orang di sekeliling mereka merasakan kehadirannya dan individu tersebut merupakan sosok yang berarti bagi individu lain. Keberhargaan yang dirasakan individu ketika tidak ada di tempat kemudian individu lain merasa kehilangan seseorang yang sangat berarti. Kompeten dalam mengerjakan semua hal yang menjadikan diri sangat sempurna sehingga memiliki taraf hidup yang lebih baik (Suhron, 2017: 29).

b. Faktor yang Mempengaruhi *Self Esteem* (Harga diri)

Loed, et al (dikutip di Suhron, 2017: 31-32) mengatakan faktor yang mempengaruhi kualitas diri antara lain: usia, ras, etnis, pubertas, berat badan dan gender.

1) Usia

Seiring berkembangnya usia seseorang akan semakin dihargai.

2) Ras

Ber macam ras serta kebudayaan dapat mempengaruhi harga diri seseorang

3) Etnis

Dalam kehidupan masyarakat berbagai etnis akan menjunjung tinggi masing-masing etnis mereka.

4) Pubertas

Pubertas adalah masa transisi dari masa anak-anak menuju masa remaja yang salah satunya ditandai dengan muncul perasaan tertarik antar lawan jenis yang dapat mempengaruhi *self esteem* (harga diri).

5) Berat badan

Berat badan akan mempengaruhi *self esteem* karena ada perubahan fisik sehingga seseorang mulai terlihat perbedaan nilai dalam dirinya.

6) Gender (jenis kelamin)

Remaja putri lebih sensitif daripada remaja putra yang akan mempengaruhi tingkat taraf diri.

c. Aspek-Aspek Self Esteem

“Self esteem is very important to our ability to live a productive and healthy life”(Basuki, 2015: 6). Kehidupan yang sehat dan produktif dipengaruhi oleh beberapa aspek dalam diri. Coopersmith

(dikutip di Suhron, 2017: 32-33) Aspek yang terkandung dalam taraf diri ada tiga yaitu: perasaan berharga, perasaan mampu dan perasaan diterima.

1) Perasaan berharga

Perasaan berharga merupakan perasaan yang dimiliki individu ketika individu merasa ia berharga dan dapat menghargai orang lain.

2) Perasaan mampu

Perasaan mampu merupakan perasaan yang dimiliki oleh individu pada saat dia mampu mencapai suatu hasil yang diharapkan.

3) Perasaan diterima

Perasaan diterima merupakan perasaan yang dimiliki individu ketika ia merasa diterima sebagai diri sendiri oleh suatu kelompok.

d. Karakteristik Individu dengan *Self Esteem* (Harga Diri) Tinggi dan Rendah.

Coopersmith (dikutip di Suhron, 2017: 34) mengatakan tingkat kedudukan diri dibagi dalam dua golongan yaitu individu dengan pamor diri tinggi dan rendah.

1) Individu dengan pamor diri tinggi

Harga diri akan membangkitkan perasaan percaya diri, berguna, yakin atas kemampuan diri, penghargaan diri, serta

mempunyai pola pikir bahwa dirinya sangat diperlukan dalam dunia ini (Refnadi, 2018: 19). Peserta didik dengan harga diri tinggi memiliki ciri-ciri: superior, mampu mengekspresikan diri dengan baik, aktif bersosial, prestasi akademik yang bagus, bersedia menerima kritik dan masukan serta bertindak sebagai pemimpin.

2) Individu dengan pamor diri rendah

Remaja dengan harga diri rendah cenderung merasa dirinya tidak mampu dan tidak berharga. Peserta didik tersebut biasanya memiliki karakter interior, selalu diselimuti rasa takut, pesimis, sering putus asa, mudah stres, depresi dan tidak pandai berinteraksi dalam lingkungan (Rohmah, 2012: 5).

3. *Bullying*

a. Definisi *Bullying*

Bullying adalah tindakan yang dilakukan secara sengaja dan berulang oleh pelaku *bully* kepada korban atas dasar perbedaan kekuatan yang berbanding terbalik sehingga korban merasa tertekan. *Bullying* memiliki banyak nama lain yaitu perundungan, perisakan dan pengintimidasian. Tindakan tersebut dapat dikatakan *bullying* apabila pelaku perisakan lebih kuat secara mental maupun fisik jauh di atas korban. Biasanya pelaku akan mencari mangsa pada peserta didik yang memiliki ciri khas seperti jangkung, kurus, pendek, hitam

gemuk atau sesuatu yang tidak sama dengan temannya(Priyatna. 2010: 2-3)

Bullying termasuk perilaku *agresif* dan negatif dalam diri individu yang menyalahgunakan kekuatan dengan tujuan menyakiti korban baik secara mental maupun fisik yang dilakukan secara berulang. Perundungan kerap dialami oleh individu yang lemah dan pasrah sehingga individu yang lebih kuat akan ketagihan untuk melakukan tindakan *agresif* serta menganggap hal itu menyenangkan untuk dilakukan. Perilaku *agresif* yang dilakukan pada saat melakukan perundungan yaitu seperti mengejek, mencemooh dan mencela. Yang perlu diperhatikan secara khusus, tidak hanya tindakan perundungan tersebut tetapi juga dampak yang dihasilkan, sebagai contoh peserta didik ditampar oleh senior dengan keras kemudian ia merasa tertindas dan ketakutan maka dapat dikatakan bahwa tindakan tersebut termasuk perundungan tetapi jika ia merasa biasa saja setelah ditampar maka belum termasuk tindakan perisakan(Wiyani, 2012: 14).

Jadi, dapat disimpulkan bahwa perundungan terjadi karena korban tidak berdaya secara fisik maupun mental sehingga tidak mampu melawan atau sekedar mempertahankan hak mereka. Pada dasarnya perisakan dapat terjadi di lingkungan sekolah tanpa memandang umur, jenis kelamin, ras dan agama. Korban penindasan umumnya terjadi pada peserta didik yang memiliki

pribadi pemalu, lemah, pendiam dan istimewa (yang dapat menjadi bahan ejekan/ sasaran *bully*). Bullying biasanya terjadi pada pihak yang tidak berimbang secara kekuasaan maupun kekuatan dan korban telah diincar atau diposisikan sebagai target(Kurnia, 2016: 46).

b. Peran Dalam Kegiatan *Bullying*

Pada saat kejadian *bullying* berlangsung, biasanya ada lima pihak yang terlibat yaitu *bully*, *asisten bully*, *reinforcer*, *defender* dan *outsider*(Wiyani, 2012: 60).

- 1) *Bully* adalah siswa yang bertindak sebagai pemimpin perisakan.
- 2) *Asisten bully* yaitu ia yang terlibat aktif mengikuti perintah dari pelaku. Dia berfikir, bahwa dengan membantu tindakan tersebut, ia akan terbebas dari aksi jail pelaku *bullying* dan merasa dirinya aman(Priyatna, 2010: 18).
- 3) *Reinforcer* adalah mereka yang ada ketika kejadian, ikut bersorak dan mentertawakan korban serta menambah keruh pengintimidasian.
- 4) *Defender* adalah ia yang membela korban dan berpotensi menjadi korban juga.
- 5) *Outsider* adalah orang yang tahu sedang terjadi kegiatan *bullying*, tetapi mereka acuh tak acuh dan tidak bertindak apapun(Wiyani, 2010: 60).

c. Karakteristik Korban *Bullying*

Karakteristik adalah suatu bentuk ciri khas atau biasa disebut dengan karakter yang menggambarkan tentang sesuatu. Sedangkan korban *bullying* adalah seseorang yang berulang kali mendapat perlakuan jahat dari seseorang yang berbentuk serangan fisik, verbal, bahkan psikologis (Kurnia, 2016: 3). Dapat disimpulkan bahwa karakteristik korban *bullying* adalah suatu ciri khas seseorang yang sering mendapat perlakuan jahat dan mereka tidak mampu melawan serta mempertahankan diri maupun hak dari tindakan penindasan.

Suatu praktik kegiatan perundungan sering dijumpai di lingkungan sekolah yang ditandai dengan suatu gejala tertentu. Gejala tersebut yang mengindikasikan dan memudahkan untuk menemukan peserta didik yang menjadi korban penindasan. Gejala peserta didik yang menjadi korban perisakan antara lain: sering memar, terluka, barang pribadi sering rusak, sulit mengikuti pelajaran, sering bolos, ketakutan, prestasi belajar menurun, malu, tidak bergaul atau sulit bergaul, gelisah, muram, suka menyendiri dan mencoba melakukan bunuh diri (Wiyani, 2012: 59-60).

Selain memiliki suatu gejala, peserta didik yang menjadi korban penindasan seringkali memiliki karakter tertentu yang berbeda dari peserta didik lain. Anak yang menjadi korban perundungan biasanya memiliki karakter antara lain: culun, pemalu, berbeda suku, cacat dan jelek. Karakter ini yang menyebabkan pelaku *bullying* semakin

merajalela ketika mengejek, menghina, mencemooh serta mengolok yang mengarah pada tindak penindasan yang lebih lanjut. Sedangkan pelaku *bullying* memiliki karakter yang kejam, kurang empati, tidak taat aturan, dan memandang kekerasan sebagai hal yang biasa (Priyatna, 2010: 140).

Beberapa korban perisakan ada yang menolak ketika pelaku meminta untuk melakukan sesuatu, tetapi ada yang terpaksa menuruti permintaan tersebut karena ia tidak berdaya. Korban perundungan yang selalu mengikuti permintaan pelaku *bullying* akan menciptakan sebuah rantai atau siklus dalam perisakan. Siklus ini yang menjadikan korban penindasan selalu merasa tertekan dan takut bahkan mengalami masalah jika tidak menuruti permintaan pelaku.

Disisi lain, korban perundungan yang menolak ketika pelaku meminta korban melakukan sesuatu maka mereka akan menerima konsekuensinya. Mereka akan menerima sebuah tindakan mengerikan seperti diteror, dipukul, disindir dan diancam. Semakin korban tidak bisa melawan atau menghindar maka pengintimidasian akan terus terjadi dimanapun dan kapanpun.

d. Jenis-jenis *bullying*

Bullying dikategorikan dalam empat jenis yaitu: *bullying* fisik, verbal, sosial, dan *cyber* atau elektronik (Priyatna, 2010: 3). Coloroso (dikutip di Kurnia, 2016: 35-36) mengatakan perisakan

terdiri dari empat jenis antara lain *bullying* verbal, fisik, relasi, dan elektronik.

1) *Bullying* fisik

Jenis penindasan ini mudah dilihat hanya dengan mata telanjang yang tidak membutuhkan suatu ketelitian. Contoh dari penindasan bentuk fisik seperti memukul, menendang, merusak barang orang lain, dan mendorong.

2) *Bullying non-fisik*

Jenis ini tidak dapat dilihat dengan kasat mata tetapi masih dapat terdeteksi menggunakan alat indra manusia yaitu indra pendengar (telinga). Contoh dari penindasan ini yaitu menghina, mencaci, memfitnah, memaki dan mempermalukan di depan umum (Priyatna, 2010: 3).

3) *Bullying* mental/ psikologis

Perundungan jenis ini membutuhkan suatu kejelian dalam mendeteksi. Jenis *bullying* ini yaitu mengintimidasi, mengabaikan, mengucilkan, dan diskriminasi (Kurnia, 2016: 1).

4) *Bullying* secara verbal

Jenis penindasan ini melibatkan ucapan kasar dan tidak mengenakan seperti mengejek dan menghina.

5) *Bullying* secara relasi

Perisakan ini berkaitan dengan pelemahan harga diri korban sebagai bentuk pengintimidasian secara sosial dengan cara

mengucilkan, menjauhi dan mendiskriminasi individu dalam suatu relasi.

6) *Bullying* secara elektronik

Penindasan yang memanfaatkan suatu alat elektronik canggih seperti media HP, laptop, notebook dan tablet. Penindasan jenis ini kerap menggunakan media sosial. Sebagai contoh: penggunaan internet, SMS dan email untuk mengancam, mengolok, memfitnah, menyebar gosip serta menyebar informasi pribadi teman secara sepihak (Priyatna, 2010: 33).

e. Faktor Penyebab Terjadinya *Bullying*

Faktor yang memicu terjadinya *bullying* terdiri dari beberapa faktor antara lain faktor keluarga, faktor sekolah dan faktor teman sebaya (Kurnia, 2016: 2).

1) Faktor keluarga

Tempat pertama dimana anak belajar tentang sesuatu, ketika anak sering melihat orang tua atau saudara mereka melakukan suatu tindakan perundungan maka akan menjadi pemicu untuk meniru serta mengembangkan suatu tindakan perisakan. Kurangnya perhatian orang tua juga berpengaruh terhadap kehidupan sosial, hal tersebut menjadikan keadaan diri peserta didik kurang sempurna sehingga muncul perilaku menyimpang (Elly, 2011: 188).

2) Faktor sekolah

Sekolah merupakan tempat kedua bagi anak dalam melakukan interaksi sosial dan mengembangkan bakat. Pihak sekolah seringkali mengabaikan perilaku perisakan dan menganggap perilaku tersebut sebagai perilaku yang sangat wajar. Sikap tersebut mengakibatkan penindasan di sekolah berkembang dengan pesat dan memberikan masukan negatif pada peserta didik seperti memberikan hukuman yang tidak mendidik.

3) Faktor teman sebaya

Peserta didik dalam berinteraksi baik di lingkungan sosial, sekolah dan masyarakat seringkali terdorong serta memiliki peluang terlibat dalam kegiatan perundungan. Dalam suatu hubungan pertemanan peserta didik akan menjumpai suatu kelompok yang biasa disebut geng. Kadangkala mereka ditantang melakukan perundungan pada peserta didik lain dengan imbalan bisa masuk dalam suatu komunitas tersebut.

f. Dampak Perilaku *Bullying*

Bullying jika dibiarkan secara berkelanjutan dapat berakibat buruk terhadap pelaku maupun korban yang mengalami penindasan. Dampak yang ditimbulkan akibat perilaku penindasan sangat banyak dan semua berdampak buruk bagi korban perisakan. Dampak tersebut dapat mengganggu kehidupan pada korban bahkan dapat

mengakibatkan kematian apabila korban tidak kuat secara mental yang berujung melakukan aksi bunuh diri. Dampak buruk yang terjadi pada korban tindak perisakan antara lain: kecemasan, kesepian, rendah diri, tingkat kompetensi sosial rendah, depresi, keluhan fisik, kabur dari rumah, menggunakan narkoba, bunuh diri dan prestasi belajar menurun atau rendah (Priyatna, 2010: 4-5).

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Dari penelitian terdahulu yang sudah ada, penelitian yang berkaitan dengan teknik *empty chair*, *self esteem* dan *bullying* dimuat dalam rincian sebagai berikut: Pertama Skripsi yang ditulis oleh Meli Agustiani Program studi Bimbingan dan Konseling Islam Institute Agama Islam Negeri Sultan Maulana Hasanudin Banten. Skripsi dengan judul “Teknik Terapi *Empty Chair* dalam Mengatasi Korban *Bullying* di SMP Negeri 1 Ciomas” yang ditulis pada tahun 2017. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini yaitu *treatment* dan sasaran yang sama dengan menggunakan teknik *empty chair* serta sasaran korban *bullying*.

Perbedaan dengan penelitian ini yaitu dalam penelitian tersebut jelas peneliti menggunakan “teknik *empty chair* untuk mengatasi korban *bullying*” sedangkan dalam penelitian ini peneliti ingin meneliti tentang “meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *bullying*” . Selanjutnya, perbedaan juga terletak pada lokasi penelitian dalam penelitian tersebut peneliti mengambil lokasi penelitian di SMP Negeri 1 Ciomas sedangkan dalam penelitian ini peneliti mengambil lokasi di SMP Negeri 3 Kedungreja. Perbedaan yang

lainnya juga terletak pada jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti, dalam penelitian tersebut peneliti menggunakan penelitian kualitatif deskriptif sedangkan dalam penelitian ini menggunakan penelitian *pra-eksperiment* sehingga dalam pelaksanaan dan hasilnya akan jauh berbeda.

Kedua, Skripsi yang ditulis oleh Mukhamad Fikri Fatoni program studi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Negeri Sunan Ampel Surabaya. Skripsi dengan judul “Teknik Kursi Kosong untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Terhadap Korban *Bullying* di UIN Sunan Ampel Surabaya” yang ditulis pada tahun 2018. Persamaan penelitian terletak pada *treatment* dan sasaran yaitu teknik kursi kosong/*empty chair* dan korban *bullying*.

Perbedaan penelitian terletak pada sikap yang ingin ditingkatkan yaitu dalam penelitian tersebut berupaya meningkatkan rasa percaya diri sedangkan dalam penelitian ini untuk meningkatkan *self esteem*. Perbedaan juga terletak pada lokasi penelitian yaitu pada penelitian tersebut bertempat di UIN Sunan Ampel Surabaya sedangkan dalam penelitian ini bertempat di SMP N 3 Kedungreja. Perbedaan yang lainnya juga terletak pada jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti, dalam penelitian tersebut menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *Pra-eksperimen* sehingga dalam proses pelaksanaan dan hasil penelitian akan sangat berbeda.

Ketiga, Skripsi yang ditulis oleh Ighnatia Nandari jurusan bimbingan konseling pendidikan islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Skripsi yang dibuat pada tahun 2019 dengan judul “Efektivitas layanan konseling individu dengan teknik kursi kosong *topdog versus underdog* untuk meningkatkan percaya diri peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 22 Bandar Lampung tahun ajaran 2019/2020. Persamaan dengan penelitian ini yaitu *treatment* yang digunakan sama yaitu berupa teknik kursi kosong serta jenis penelitiannya juga sama menggunakan metode penelitian kuantitatif jenis *pra-eksperiment*. Perbedaan penelitian terletak pada perilaku yang dikaji yaitu pada penelitian ini sikap yang dikaji berupa harga diri sedangkan pada penelitian tersebut mengkaji tentang percaya diri. Sasaran penelitian yang digunakan juga berbeda, dalam penelitian ini sasaran yang digunakan yaitu peserta didik korban *bullying* kelas VIII di SMP N 3 Kedungreja yang memiliki harga diri rendah sedangkan pada penelitian tersebut sasaran yang digunakan yaitu peserta didik kelas VIII di SMP N 22 Bandar Lampung.

Dari sekian banyak buku yang ada, buku yang akan dijadikan referensi dan berkaitan dengan teknik *empty chair*(kursi kosong), teori *gestalt*, *self esteem* (harga diri) dan *bullying* diantaranya yaitu: Pertama, buku dengan judul “*Bullying*” yang ditulis oleh Imas Kurnia pada tahun 2016. Buku ini diterbitkan oleh Relasi Inti Media Group dengan nomor ISBN 978-602-6556-53-0 dan nomor EISBN 978-602-5436-19-2. Isi buku *bullying* ini sangat kompleks diantaranya membahas tentang pengertian *bullying*, bagaimana perilaku *bullying* ditinjau dari berbagai aspek moral dan sosial, dampak perilaku *bullying* dan bagaimana solusi untuk mengatasi perilaku tersebut,dll.

Kedua, buku yang berjudul “*Save Our Children from School Bullying*” yang ditulis oleh Novan Ardy Wiyani pada tahun 2012. Buku ini diterbitkan oleh perusahaan cetak Arr-Ruzz Media dengan nomor ISBN 978-979-25-4926-3 di kota Jogjakarta. Isi buku *bullying* ini sangat kompleks yang menceritakan tentang *school bullying* yang di dalamnya terdapat banyak hasil riset dari peneliti terkemuka.

Ketiga, buku yang berjudul “*Lets End Bullying Memahami, Mencegah & Mengatasi Bullying*” yang ditulis oleh Andri Priyatna pada tahun 2010. Buku ini diterbitkan oleh PT Elex Media Komputindo dengan nomor ISBN 978-979-27-6984-5 di kota Jakarta. Isi buku ini sangat kompleks yang diantaranya menjelaskan tentang *bullying*, *cyberbullying*, ada *bullying* di sekolah, *intervensi* berbasis sekolah, mengapa *bullying* sulit diatasi, membedakan pelaku dan korban *bullying*, *bullying* 101.

Keempat, buku yang berjudul “Mengenal Teknik-Teknik Bimbingan dan Konseling” yang ditulis oleh Alimuddin Mahmud dan Kustiah Sunarty. Buku ini diterbitkan oleh suatu Universitas yaitu Universitas Negeri Makassar pada tahun 2012 di kota Makassar. Buku ini berisi tentang berbagai macam teknik-teknik dalam konseling yang salah satunya terdapat teknik kursi kosong (*empty chair*).

Kelima, buku yang berjudul “Teori dan Praktek Konseling & *Psikoterapi*” yang ditulis oleh Gerald Corey pada tahun 2013. Buku ini diterbitkan oleh Refika aditama di kota Bandung dengan nomor ISBN 979-3304-278. Buku ini diantaranya berisi tentang berbagai macam teori-teori dalam konseling

yang dilengkapi dengan teknik-teknik yang begitu banyak salah satunya didalamnya terdapat teori *gestalt* yang memuat teknik kursi kosong.

Keenam, buku yang berjudul “Teori dan Teknik Konseling” yang ditulis oleh Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, dan Karsih. Buku ini diterbitkan oleh PT Indeks pada tahun 2013 dengan kota terbit kota Jakarta bernomor ISBN 978-979-062-239-5. Buku ini diantaranya berisi tentang teori-teori dalam dunia bimbingan dan konseling yang sangat kompleks yang salah satunya terdapat teori *gestalt*.

Ketujuh, buku yang berjudul “Asuhan Keperawatan Jiwa Konsep *Self Esteem*” yang ditulis oleh Muhamad Suhron. Buku ini dan diterbitkan oleh Mitra Wacana Media pada tahun 2017 dengan nomor ISBN 978-602-318-229-9. Buku ini berisi tentang konsep dasar konsep diri, *self esteem*, serta terapi dan asuhan keperawatan gangguan konsep diri serta aplikasi pengukuran *self esteem* dilengkapi petunjuk teknis pengisian pengkajian jiwa *analisis progres interaksi*..

Kedelapan, buku yang berjudul “*The Six Pillars Of Self-Esteem*” yang ditulis oleh Nathaniel Branden. Buku ini dan diterbitkan oleh Dahara Prize pada tahun 2011 dengan nomor ISBN 979-501-670-9 di kota Semarang. Buku ini berisi tentang penghargaan diri untuk meraih kebahagiaan yang hakiki yang melalui sembilan pilar yang termuat dalam penghargaan diri: prinsip dasar, sumber *internal* penghargaan diri, dan pengaruh-pengaruh *eksternal*: diri sendiri dan orang lain.

C. Kerangka Pikir

Dalam kerangka berfikir ini peneliti ingin melakukan pengaplikasian di lapangan tentang keefektifan konseling *gestalt* dengan menggunakan teknik *empty chair* untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *bullying* di SMP Negeri 3 Kedungreja. Praktik perisakan di sekolah tersebut sampai saat ini masih sering terjadi entah itu secara fisik, *verbal*, *relasional* maupun *cyber-bullying* atau *bullying* elektronik. Hal ini terjadi pada peserta didik kelas pertengahan yaitu kelas VIII (delapan), pada rentan kelas tersebut tindakan *bullying* yang masih terkesan biasa dan wajar padahal memiliki dampak yang luar biasa salah satunya berdampak pada harga diri individu.

Harga diri (*Self Esteem*) adalah sebuah penilaian atau evaluasi terhadap diri sendiri yang meliputi keseluruhan aspek dalam diri individu, aspek tersebut antara lain: perasaan berharga, perasaan mampu dan perasaan diterima. Individu yang memiliki harga diri tinggi cenderung lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan, sedangkan individu dengan taraf diri rendah akan mengalami banyak kesulitan dalam bersosial. Permasalahan harga diri rendah di kelas VIII SMP N 3 Kedungreja merupakan salah satu dampak negatif dari suatu praktik *bullying* yang terjadi.

Bimbingan dan konseling memiliki banyak sekali teori dan pendekatan konseling yaitu salah satunya konseling *gestalt*. Pendekatan konseling tersebut adalah teori yang menjelaskan tentang suatu proses persepsi penggabungan komponen yang memiliki hubungan dan pola yang menjadi kesatuan. Konseling *gestalt* sendiri memiliki banyak intervensi terpercaya,

salah satunya yaitu teknik *empty chair* (kursi kosong). Teknik tersebut merupakan sebuah teknik permainan peran yang dilakukan oleh konseli dengan bantuan dua buah kursi kosong. Dalam penelitian ini, teknik tersebut diterapkan menggunakan layanan konseling individu. Intervensi yang dipadukan dengan konseling individu dapat digunakan untuk meningkatkan *self esteem* (harga diri) pada peserta didik korban *bullying* yang semula rendah menjadi tinggi atau seimbang.

Maka dengan demikian peneliti menggambarkan kerangka berfikir berdasarkan komponen di atas yaitu:



Gambar 2. 1 Kerangka Pikir

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian pustaka dan kerangka berfikir yang telah dipaparkan, maka hipotesis dugaan sementara dari penelitian eksperimen ini ada dua yakni Hipotesis nol (Ho) dan Hipotesis alternatif (Ha). Rumusan hipotesis dalam penelitian ini yaitu:

Ho : Konseling *gestalt* menggunakan teknik *emphy chair* (kursi kosong) tidak efektif meningkatkan harga diri pada peserta didik korban *bullying* kelas VIII di SMP N 3 Kedungreja tahun ajaran 2020.

Ha : Konseling *gestalt* menggunakan teknik *emphy chair* (kursi kosong) efektif untuk meningkatkan harga diri pada peserta didik korban *bullying* kelas VIII di SMP N 3 Kedungreja tahun ajaran 2020.