

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS KONSELING *GESTALT* MENGGUNAKAN TEKNIK
EMPTY CHAIR UNTUK MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* PADA
PESERTA DIDIK KORBAN *BULLYING***



*Disusun dan diajukan sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana
Pendidikan di Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.*

Oleh

Nama : Linda Mey Lestari

NIM : 16862011007

Program studi : Bimbingan dan Konseling

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL-GHAZALI CILACAP

TAHUN 2020

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : LINDA MEY LESTARI

Nim : 16862011007

Program studi : BIMBINGAN DAN KONSELING

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “EFEKTIVITAS KONSELING *GESTALT* MENGGUNAKAN TEKNIK *EMPTY CHAIR* UNTUK MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* PADA PESERTA DIDIK KORBAN *BULLYING*” ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Cilacap, 1 Desember 2020

Yang membuat pernyataan

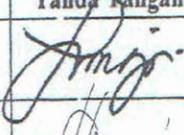
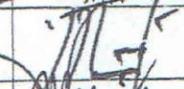
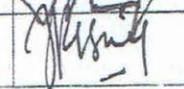


PENGESAHAN

Nama : LINDA MEY LESTARI
NIM : 16862011007
Judul : Efektivitas Konseling *Gestalt* Menggunakan Teknik *Empty Chair* untuk Meningkatkan *Self Esteem* Pada Peserta Didik Korban *Bullying*

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada sidang skripsi hari Senin, tanggal 21, bulan Desember tahun 2020 dengan hasil LULUS. Skripsi ini telah direvisi dan mendapatkan persetujuan dari Tim Penguji.

Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji :

Jabatan	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua/Penguji 1	Wahyu Nuning Budiarti, M.Pd.		28 Desember 2020
Penguji 2	Lumaurredlo, M.Pd.		28 Desember 2020
Sekretaris	Tatang Agus Pradana, M.Pd.		28 Desember 2020
Pembimbing 1	Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.		28 Desember 2020
Pembimbing 2	Aris Naeni Dwiyantri, M.Pd.		28 Desember 2020

Skripsi disahkan oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada :

Hari : Selasa

Tanggal : 29 Desember 2020

Mengesahkan
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan


Wahyu Nuning Budiarti, M.Pd.
NIDN. 0628098303

PERSETUJUAN

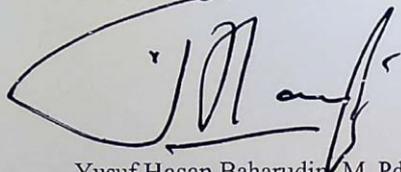
Nama : LINDA MEY LESTARI
NIM : 16862011007
Judul Skripsi : EFEKTIVITAS KONSELING *GESTALT* MENGGUNAKAN
TEKNIK *EMPTY CHAIR* UNTUK MENINGKATKAN *SELF*
ESTEEM PADA PESERTA DIDIK KORBAN *BULLYING*

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali
Cilacap.

Cilacap, 1 Desember 2020

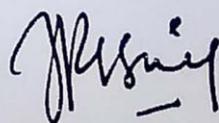
Persetujuan Pembimbing

Pembimbing I,



Yusuf Hasan Baharudin, M. Pd.1
NIDN. 0629019101

Pembimbing II,



Aris Naeni Dwiyantri, M. Pd
NIDN. 0620018902

NOTA KONSULTAN

Hal : Naskah Skripsi Linda Mey Lestari
Lamp : -

Kepada
Yth. Dekan FKIP
Universitas Nahdlatul Ulama
Al Ghazali Cilacap
Di-
Cilacap

Assalamualaikum Wr.Wb

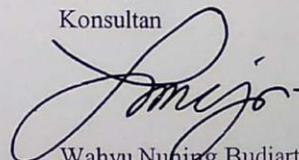
Setelah membaca, mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka konsultan berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : LINDA MEY LESTARI
NIM : 16862011007
Fakultas/ Prodi : KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN/ BIMBINGAN
DAN KONSELING
Judul Skripsi : EFEKTIVITAS KONSELING *GESTALT*
MENGUNAKAN TEKNIK *EMPTY CHAIR* UNTUK
MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* PADA PESERTA
DIDIK KORBAN *BULLYING*

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar Strata Satu (S-1).

Wassalamualaikum Wr. Wb

Cilacap, 23 Desember 2020
Konsultan



Wahyu Nuning Budiarti, M.Pd
NIDN. 0628098303

MOTTO

Perfect Is My Life, bersikaplah seperti air ia mengalir, jatuh dan tergenang dimanapun sesuai arah kehidupannya, dimana kehidupan yang baik akan berujung sempurna(Peneliti).

Bersungguh-sungguhan engkau dalam menuntut ilmu , jauhilah kemalasan dan kebosanan karena jika tidak demikian engkau akan berada dalam bahaya kesesatan(Imam Ghazali).

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Bapak Budiono dan Ibu Sulastri tercinta

“Doamu yang tak pernah terputus, kerja keras tiada henti, pengorbanan yang tak terbatas dan kasih sayang sepanjang masa. Semuanya membuatku bangga memiliki kalian. Kalian yang selalu menjadi penyemangat hidupku dalam menghadapi dunia yang penuh lika-liku. Tiada kasih sayang yang seindah dan seabadi kasih sayangmu”.

2. Keluarga besar dan sahabatku yang selalu memberi semangat.

ABSTRAK

Linda Mey Lestari. 16862011007. EFEKTIVITAS KONSELING *GESTALT* MENGGUNAKAN TEKNIK *EMPTY CHAIR* UNTUK MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* PADA PESERTA DIDIK KORBAN *BULLYING*. Cilacap: Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap, Desember 2020. Di dunia pendidikan banyak peserta didik yang menjadi korban *bullying*. Dimana korban perisakan tersebut memperoleh dampak yang luar biasa berpengaruh terhadap psikis dan psikologi peserta didik. Dampak yang sangat melekat akibat kegiatan *bullying* salah satunya yaitu harga diri rendah. Harga diri rendah mengakibatkan peserta didik kurang fokus dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar di kelas serta kegiatan sosial menjadi terhambat. Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas konseling *gestalt* menggunakan teknik *empty chair* untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *bullying*.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian Eksperimen jenis *Pra-Eksperimen* dengan desain *one group pretest-posttest* yang dilaksanakan dari mulai *pretest*, pemberian *treatmen* dan berakhir dengan *posttest*. Populasi dalam penelitian ini yaitu peserta didik kelas VIII SMP N 3 Kedungreja yang menjadi korban *bullying* yang kemudian mendapatkan 4 sampel peserta didik yang berkriteria korban *bullying* yang memiliki harga diri rendah. Empat sampel tersebut diberi *treatmen* berupa konseling individu dengan teknik *empty chair* untuk mengatasi permasalahan harga diri rendah pada peserta didik korban *bullying* tersebut. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode angket dan observasi.

Berdasarkan hasil perhitungan *pretest-posttest* menunjukkan hasil yang signifikan, dapat dilihat dari hasil *pretest* yaitu 382 dan hasil *posttest* mengalami peningkatan menjadi 541. Maka dapat disimpulkan bahwa konseling *gestalt* menggunakan teknik *empty chair* efektif untuk mengatasi permasalahan pada peserta didik korban *bullying* yang memiliki harga diri rendah.

Kata Kunci: *bullying, self esteem, empty chair.*

ABSTRACT

Linda Mey Lestari. 16862011007. *EFFECTIVENESS OF GESTALT COUNSELING USING EMPTY CHAIR TECHNIQUES TO IMPROVE SELF ESTEEM IN BULLYING VICTIM STUDENTS*. Cilacap: Faculty of Teacher Training and Education, University Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap, December 2020. In the world of education, many students are victims of bullying. Where the victim of bullying has a tremendous impact on the psychology and psychology of students. One of the most inherent impacts due to bullying is low self-esteem. Low self-esteem results in students being less focused in participating in teaching and learning activities in class and hampering social activities. The aim of this research is to know the effectiveness of gestalt counseling using empty chair technique to increase self-esteem in bullying victim students.

This study used a pre-experimental experimental research method with a one-group pretest-posttest design, which was carried out from pretest, giving treatments and ending with posttest. The population in this study were students of class VIII SMP N 3 Kedungreja who were victims of bullying who then obtained 4 samples of students who were victims of bullying who had low self-esteem. The four samples were given treatments in the form of individual counseling with the empty chair technique to overcome the problems of low self-esteem in the bullying victim students. Methods of data collection in this research using questionnaires and observation methods.

Based on the results of the calculation of the pretest-posttest shows significant results, it can be seen from the results of the pretest which is 382 and the results of the posttest have increased to 541. So it can be concluded that gestalt counseling uses the empty chair technique is effective to solve problems in bullying victim students who have low self-esteem. .

Keywords: *bullying, self-esteem, empty chair.*

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT Tuhan semesta alam, semoga kita selalu mendapat taufiq dan hidayah-Nya. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada baginda nabi Muhammad SAW. Atas kehendak-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“EFEKTIVITAS KONSELING *GESTALT* MENGGUNAKAN TEKNIK *EMPTY CHAIR* UNTUK MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* PADA PESERTA DIDIK KORBAN *BULLYING*”**. Semoga kita termasuk umatnya yang akan mendapat syafa'atnya di yaumul akhir. Amin.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapat gelar Sarjana pada Program Studi Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap. Peneliti menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan pengarahan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti menyampaikan terimakasih kepada:

1. Bapak Drs. KH. Nasrulloh, MH selaku Rektor UNUGHA Cilacap.
2. Ibu Wahyu Nuning Budiarti, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.
3. Bapak Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I selaku Ketua program studi Bimbingan dan Konseling sekaligus dosen pembimbing I.
4. Ibu Aris Naeni Dwiyantri, M.Pd selaku dosen pembimbing II.
5. Bapak Joko Mulyana, S.Pd selaku kepala sekolah SMP N 3 Kedungreja.

6. Ibu Titi Rahayu, S.Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling di SMP N 3 Kedungreja.
7. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Saran dan kritik yang membangun diharapkan peneliti demi perbaikan tulisan-tulisan di masa yang akan datang. Peneliti berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi peneliti, para pembaca penelitian lanjutan dan bagi pengembangan ilmu.

Cilacap, 1 Desember 2020

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I : PENDAHULUAN.....	xi
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II : KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. Kajian Teori.....	9
1. <i>Konseling Gestalt</i>	9
2. <i>Self Esteem (Harga diri)</i>	14
3. <i>Bullying</i>	18
B. Kajian Penelitian yang Relevan	26
C. Kerangka Pikir	31
D. Hipotesis Penelitian	33

BAB III METODE PENELITIAN	34
A. Jenis Penelitian	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian	35
C. Populasi dan Sampel Penelitian	36
D. Variabel Penelitian	36
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	37
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	40
G. Teknik Analisis Data	42
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN	44
A. Deskripsi Hasil Penelitian	44
B. Hasil Uji Hipotesis	67
C. Pembahasan	70
D. Keterbatasan Penelitian	83
BAB V : SIMPULAN IMPLIKASI DAN SARAN	84
A. Simpulan	84
B. Impikasi	84
C. Saran	85
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN-LAMPIRAN	89

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tabel Prosedur Penelitian	35
Tabel 3.2 Tabel Pedoman Observasi	38
Tabel 3.3 Tabel Angket Harga Diri	39
Tabel 3.4 Tabel Skor Skala Harga Diri	39
Tabel 3.5 Tabel Uji Validitas	40
Tabel 3.6 Tabel Uji Reliabilitas Instrumen	42
Tabel 4.1 Tabel Kategori Harga Diri	45
Tabel 4.2 Tabel Hasil <i>Pretest</i> Peserta Didik	64
Tabel 4.3 Tabel Hasil <i>Posttest</i> Peserta Didik	65
Tabel 4.4 Tabel <i>Pretest-Posttest-Gain Score</i>	66
Tabel 4.5 Tabel Perbandingan <i>Pretest-Posttest-Gain score</i>	66
Tabel 4.6 Tabel Analisis Data Deskriptif	68
Tabel 4.7 Tabel Uji <i>Wilcoxon</i>	69
Tabel 4.8 Tabel <i>Test Statistics</i>	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gambar Kerangka Pikir.....	32
Gambar 3.1 Gambar <i>One Group Pretest-Posttest Design</i>	34
Gambar 4.1 Gambar Grafik Hasil <i>Pretest</i>	64
Gambar 4.2 Gambar Grafik Hasil <i>Posttest</i>	65
Gambar 4.3 Gambar Grafik <i>Pretest-Posttest-Gain Score</i>	67
Gambar 4.4 Gambar Kurva Probabilitas.....	70

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Deskripsi Lokasi Penelitian (Profil Sekolah)	90
2. Rubik dan Lembar Uji Validasi Ahli	94
3. Hasil Uji Angket Valid	103
4. Angket <i>Pretest-Postest</i>	104
5. RPL dan Laporan Konseling	107
6. Pedoman dan Laporan Wawancara Guru BK	155
7. Notulen Bahasa Asli Konseli	158
8. Dokumentasi Foto Kegiatan	160
9. Surat Keterangan Observasi	166
10. Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian	167
11. Daftar Riwayat Hidup Peneliti.....	168

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.

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.

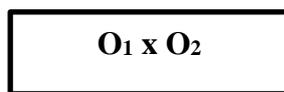
Ha : Konseling *gestalt* menggunakan teknik *emphy chair* (kursi kosong) efektif untuk meningkatkan harga diri pada peserta didik korban *bullying* kelas VIII di SMP N 3 Kedungreja tahun ajaran 2020.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimen, dimana penelitian tersebut adalah sebuah pendekatan yang mengkaji suatu jenis uji coba. Dalam penelitian ini peneliti ingin meneliti tentang efektivitas konseling *gestalt* menggunakan teknik *empty chair* (kursi kosong) yang dieksperimenkan secara *Pra-eksperimen* untuk meningkatkan *self esteem* (harga diri) pada peserta didik korban *bullying*. Peneliti menggunakan pendekatan tersebut dikarenakan penelitian jenis ini dianggap sangat cocok karena populasi yang terbatas sehingga gagal memasukan kelompok kontrol jadi hanya ada kelompok tunggal yang akan diteliti. Desain penelitian dalam penelitian ini menggunakan *One-Group Pretest-Posttest Design* yaitu dengan melakukan pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan diberikan kepada kelompok eksperimen. Desain tersebut dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.1 *One-Group Pretest-Posttest Design*

Keterangan:

O₁ = Nilai *pretest* (sebelum diberi perlakuan)

O₂ = Nilai *posttest* (setelah diberi perlakuan)

Pengaruh perlakuan = (O₂-O₁) (Sugiyono, 2016: 74-75).

Pelaksanaan penelitian ini akan bekerja sama dengan Kepala sekolah, guru BK dan pihak lain yang dapat membantu memperlancar jalannya penelitian dengan prosedur penelitian sebagai berikut:

Tabel 3.1 Prosedur Penelitian

Pertemuan	Tahapan konseling	Kegiatan
1	Persiapan	<ul style="list-style-type: none"> • Pra konseling • <i>Pretest</i>
	Membina hubungan	<ul style="list-style-type: none"> • Membina hubungan baik dengan konseli • Kesepakatan proses konseling
2	Identifikasi	<ul style="list-style-type: none"> • Identifikasi permasalahan konseli
3		<ul style="list-style-type: none"> • Identifikasi permasalahan konseli lebih dalam
4	Inti	<ul style="list-style-type: none"> • Penerapan <i>treatment</i> kursi kosong sebagai <i>topdog</i> maupun <i>underdog</i>
5	Inti	<ul style="list-style-type: none"> • Penerapan <i>treatment</i> kursi kosong sebagai <i>topdog</i> maupun <i>underdog</i>
6	Akhir	<ul style="list-style-type: none"> • Pengambilan keputusan • Diagnosis perasaan konseli setelah melakukan treatment • Evaluasi • Pemberian <i>posttest</i>

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Kegiatan penelitian ini dilaksanakan di SMP N 3 Kedungreja yang bertempat di Jl Bendung Menganti Bojongsari Kecamatan Kedungreja Kabupaten Cilacap Kode Pos 53263.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini berlangsung selama kurang lebih 9 bulan, mulai bulan Februari sampai dengan November 2020.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan dalam suatu subjek penelitian. “Anggota populasi dapat berupa benda hidup maupun benda mati dan manusia, dimana sifat-sifat yang ada padanya dapat diukur atau diamati”(Syahrums & Salim. 2012: 113). Populasi dalam penelitian ini yaitu semua peserta didik korban *bullying* di kelas VIII yang terdiri dari 12 peserta didik.

2. Sampel

Sampel adalah suatu bagian kecil dari perkumpulan atau himpunan yang membentuk populasi dalam sebuah penelitian. Pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan cara *Non Probability sampling* dengan teknik *sampling purposive*, teknik ini adalah penentuan sampel dengan memperhatikan dasar tertentu. Pengambilan sampel pada penelitian ini mempertimbangkan tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk meningkatkan *self esteem* (harga diri) peserta didik korban *bullying*.

Pemilihan sampel dalam penelitian ini mengacu pada kriteria sebagai berikut:

- a. Peserta didik kelas VIII di SMP N 3 Kedungreja tahun ajaran 2020.
- b. Peserta didik korban *bullying* yang memiliki *self esteem* (harga diri) rendah.

D. Variabel Penelitian

“Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh

informasi tentang hal tersebut kemudian ditarik kesimpulannya”(Sugiyono, 2018: 55). Variabel dalam penelitian ini ada dua yaitu variabel *independen* atau variabel bebas dan variabel *dependen* atau variabel terikat, yaitu untuk lebih jelasnya diuraikan sebagai berikut:

1. Variabel *independen* atau variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah konseling *gestalt* dengan menggunakan teknik *empty chair*.
2. Variabel *dependen* atau variabel terikat (Y) dalam penelitian ini adalah sikap *self esteem* pada peserta didik korban *bullying*.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan data primer berupa observasi dan angket. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini antara lain:

1. Observasi

Observasi dapat diartikan sebagai kegiatan pengamatan yang dilakukan secara sistematis yang melibatkan indra manusia dengan tujuan memahami suatu subjek maupun objek yang diteliti dan hasilnya dicatat serta dimaknai secara detail dan teliti(Rahardjo & Gudnanto, 2013: 47). Jadi, dalam penelitian ini observer hanya mengamati peserta didik teridentifikasi sebagai korban *bullying* harga diri rendah sebelum melakukan *pretest* yang kemudian dicatat, dianalisa serta ditarik kesimpulan berdasarkan hasil observasi.

Tabel 3.2 Pedoman Observasi

Aspek yang diobservasi		Kemunculan		Ket
		Muncul	Tidak muncul	
Perilaku Peserta Didik				
1. Perasaan berharga	<ul style="list-style-type: none"> • Diremehkan • Dihormati • Disegani • dihargai 			
2. Perasaan mampu	<ul style="list-style-type: none"> • Menjalin hubungan dengan baik • Mengendalikan emosi • Tampil diantara teman-temannya • Mengemban tugas perkembangannya • Bersosialisasi dengan baik 			
3. Perasaan diterima	<ul style="list-style-type: none"> • Diterima dalam kelompok • Diterima dalam lingkungan sekolah 			

2. Angket

Metode pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket yang pengukurannya menggunakan skala. Angket disebut juga dengan kuesioner. Kuesioner adalah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden yang isinya mengenai hal yang ingin diteliti (Arikunto, 2013: 194). Penelitian ini menggunakan skala harga diri yang dibuat oleh peneliti yang sebelum digunakan dilakukan uji coba validitas dan reliabilitas terlebih dahulu. Bentuk kisi-kisi angket harga diri dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.3 Angket Harga Diri

Var	Sub Variabel	Indikator sub variabel	Item		Σ
			(+)	(-)	
Self Esteem (Harga Diri)	1. Perasaan berharga	- Diremehkan - Dihormati - Disegani - Dihargai	2, 3 5 7, 10 12, 14	1, 4 6 8, 9 11,13	14
	2. Perasaan mampu	- Menjalin hubungan dengan baik - Mengendalikan emosi - Tampil diantara teman-teman - Mengemban tugas perkembangan - Bersosialisasi dengan baik	18, 19, 20 21 23 7, 28 30, 32, 34	15, 16, 17 25 22 24, 26 29, 31, 33	20
	3. Perasaan berarti	- Diterima dalam kelompok - Diterima dalam lingkungan sekolah	37, 39, 40 41	35, 36, 38 42	8
Jumlah item					42

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala *likert* dengan 5 alternatif pilihan jawaban yaitu SS, S, RG, TS, STS. Skor untuk skala harga diri adalah sebagai berikut:

Tabel 3.4 Skor Skala Harga Diri

Pilihan Jawaban	Skor	
	Favouable (+)	Unfavourable (-)
Sangat Sesuai (SS)	5	1
Sesuai (S)	4	2
Ragu-ragu (RG)	3	3
Tidak Sesuai (TS)	2	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	5

(Sugiono, 2018: 153)

F. Validitas dan Reliabilitas Butir Instrumen

1. Validitas Butir Instrumen

Validitas adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur tingkat valid atau keakuratan suatu butir instrumen penelitian. Untuk menghitung validitas butir instrumen digunakan rumus *korelasi product moment* sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} : indeks korelasi

X : skor X

Y : skor Y

N : jumlah responden”(Lumaauridlo, 2019: 144).

Jika $r_{xy} > r_{tabel}$ dan $\alpha = 5\%$ maka alat ukur dikatakan valid atau akurat. Pada penelitian ini uji validitas dilakukan dengan menggunakan *software SPSS (Statistical Program For Sosial Science) 22.0 windows*. Berdasarkan perhitungan tersebut terhadap 70 butir pernyataan, sebanyak 42 item dinyatakan valid dan 28 item dinyatakan tidak valid.

Tabel 3.5 Uji Validitas

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	12	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	12	100,0

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa semua butir pernyataan tersebut valid dan layak digunakan sebagai item *pretest* dan *posttest*.

2. Reliabilitas Butir Instrumen

Alat ukur yang baik harus valid dan reliabel, hasil penelitian dikatakan reliabel ketika terdapat kesamaan data dalam waktu yang berbeda (Sugiyono, 2016: 121). Dapat disimpulkan bahwa alat ukur yang reliabel merupakan alat ukur yang dapat dipercaya kebenarannya dari waktu ke waktu.

“Rumus *Spearman-Brown* untuk menghitung reliabilitas belah dua:

$$r_1 = \frac{2r_b}{1 + r_b}, \text{ dengan}$$

$$r_b = \frac{N \sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{(N \sum X^2 - (\sum X)^2)(N \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan:

r_b = koefisien korelasi antara dua belahan

X = belahan pertama

Y = belahan kedua

N = jumlah responden

r_1 = koefisien reliabilitas” (Lumaauridlo, 2019: 145).

Jika r_1 dikonsultasikan dengan r *product moment*, $r_1 > r_{\text{tabel}}$ dan $\alpha = 5\%$ maka alat ukur dikatakan reliabel. Uji reliabilitas dilakukan pada butir angket yang sudah diuji validitasnya serta dinyatakan valid. Pada

penelitian ini peneliti menggunakan aplikasi *SPSS 22.0 for windows* untuk menghitung reliabilitas yaitu sebagai berikut:

Tabel 3.6 Uji Reliabilitas Instrumen

Reliability Statistics				
Cronbach's Alpha	Part 1	Value	,943	
		N of Items	21 ^a	
	Part 2	Value	,953	
		N of Items	21 ^b	
	Total N of Items			42

Hasil uji reliabilitas di atas menggunakan rumus *Spearman Brown* mendapatkan nilai koefisien 0.959, jika hasil analisis korelasinya $\geq 0,80$ maka instrumen penelitian dinyatakan reliabel (Jonathan Sarwono, 2015: 249). Jika dibandingkan maka $0.959 \geq 0,80$ artinya item butir instrumen dinyatakan reliabel dan layak digunakan.

G. Teknik Analisis Data

Untuk menganalisis data, maka dilakukan uji *Wilcoxon Match Pairs Test* dengan menggunakan aplikasi *IBM SPSS statistic 22*. “Rumus uji z yaitu:

$$Z = \frac{T - \mu_T}{\mu_T} = \frac{T - \frac{n(n+1)}{4}}{\sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}}$$

Keterangan:

Z : Uji *wilcoxon*

T : Jumlah jenjang / rangking yang kecil

n : Jumlah sampel” (Sugiono, 2018: 334).

Jika $Z_{hitung} < Z_{tabel}$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, dan jika nilai probabilitas $> 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hasil pelaksanaan uji *Wilcoxon Math Pairs Test* tersebut kemudian disimpulkan untuk membuktikan bahwa pendekatan konseling *gestalt* dengan menggunakan teknik *empty chair* ini efektif untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *bullying*.

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*

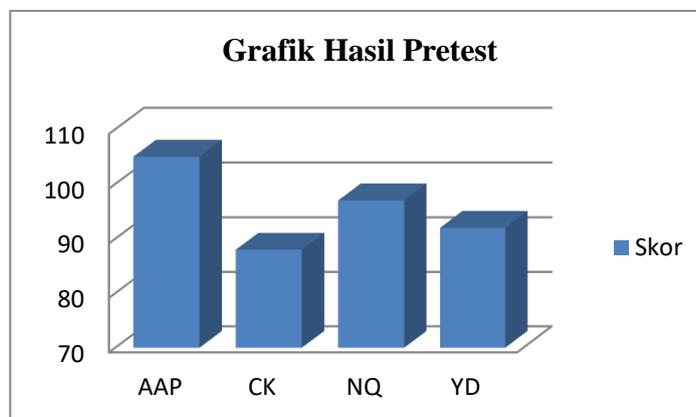
Pada sesi terakhir konseli dan konselor mengevaluasi jalannya konseling dari sesi pertama hingga terakhir. dan

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			$\Sigma 382$
Mean			95,5



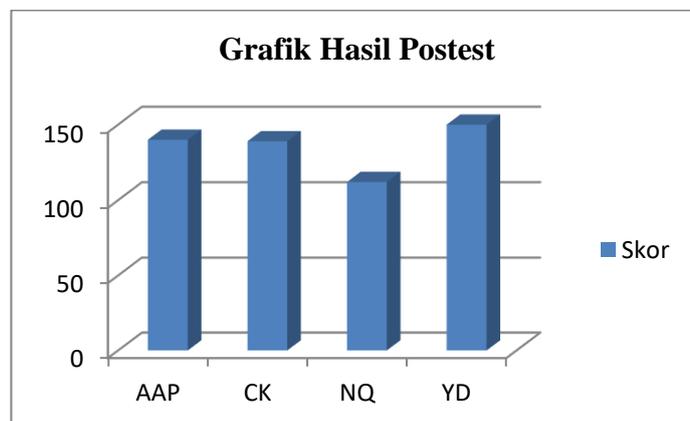
Gambar 4.1 Grafik Hasil *Pretest*

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	

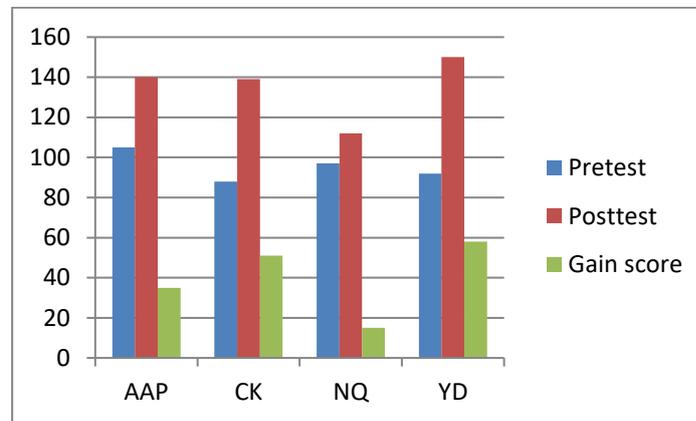
Jika dilihat dari tabel 4.10 maka dapat disimpulkan bahwa antara hasil *pretest* dan *posttest* terdapat peningkatan pada skor total dari 382 menjadi 541. Peningkatan juga terdapat pada nilai rata-rata yaitu dari 95,5 menjadi 135,25.

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

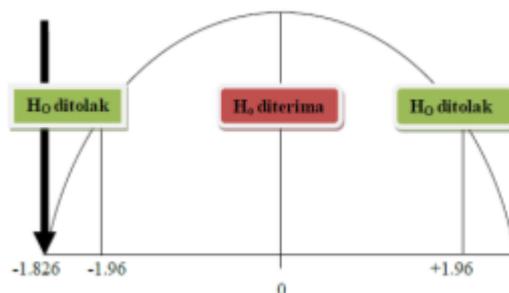
Test Statistics ^a	
	Post Test - Pre Test
Z	-1,826 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,068

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: “huu dasar masa perempuan suka *naruto*”, “huuu 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 dibully 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 mengatakakan 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 mengurangi 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-posttest* 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 *pebully* sehingga tolak ukur peserta didik naik.

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMP N 3 Kedungreja dengan sampel 4 peserta didik, maka dapat dikatakan bahwa penggunaan konseling *gestalt* dengan teknik *empty chair* efektif untuk meningkatkan *self esteem* peserta didik korban bullying. Hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan peningkatan yang signifikan terhadap sikap peserta didik ke arah yang lebih baik.

Jika dilihat dari tabel perbandingan *pretest-posttest* (Tabel 2.4) yakni terdapat peningkatan yang sangat jelas pada skor *pretest-posttest* yang semula dengan jumlah skor total 382 menjadi 541. Dilihat dari Z hitung dan Z tabel menunjukkan $-1,826 < 1,96$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak dan berdasar dari probabilitasnya yaitu $0,068 > 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat peningkatan yang signifikan. Jadi secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa konseling *gestalt* menggunakan teknik *empty chair* efektif untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *bullying*.

B. Implikasi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa harga diri rendah pada peserta didik korban *bullying* dapat ditingkatkan dengan baik berkat konseling individu teknik kursi kosong. Dalam proses penelitian ada beberapa kendala yang dihadapi yaitu:

1. Berada di tengah-tengah pandemi *covid-19* sehingga penelitian tidak boleh dilakukan secara tatap muka langsung dengan peserta didik.
2. Pelaksanaan konseling dilaksanakan secara daring sehingga kurang efektif dalam memberikan *treatment*.
3. Keterbatasan waktu dalam proses konseling.
4. Koneksi internet yang kurang stabil akibat daerah peserta didik dan peneliti yang berada di pelosok desa.
5. Konseli kurang terbuka pada saat konseling sehingga mempersulit berjalannya konseling.

Meskipun terdapat beberapa kendala, akhirnya penelitian tetap dapat dilaksanakan dengan baik dan seoptimal mungkin. Mengoptimalkan layanan konseling individu dengan efektif akan berimplikasi pada hasil yang dicapai peserta didik kedepannya yaitu harga diri peserta didik korban *bullying* lebih seimbang bahkan tinggi. Implikasi lain dari penelitian ini diharapkan pihak sekolah lebih mengupayakan layanan bimbingan dan konseling agar semakin efektif dan efisien.

C. Saran

Berdasarkan proses dan hasil penelitian di atas, peneliti ingin memberikan beberapa saran yang ingin penulis curahkan. Semoga dapat diterima dan bermanfaat bagi semua pihak serta dapat dikembangkan kedepannya.

1. Bagi Sekolah

Sekolah hendaknya lebih mengontrol perilaku peserta didik dengan baik agar peserta didik dapat mengoptimalkan prestasi mereka tanpa terhambat

dengan kasus-kasus seperti *bullying*. Berkolaborasi dengan semua pihak sangat penting dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi peserta didik.

2. Bagi Kepala Sekolah

Kepala sekolah sebagai pimpinan hendaknya memberikan fasilitas yang memadai untuk ruang BK sehingga pada saat pelaksanaan konseling berjalan dengan lancar dan azas kerahasiaan lebih terjaga dengan baik.

3. Bagi Guru BK/ konselor

Guru BK/ konselor sekolah diharapkan menangani permasalahan peserta didik lebih dini untuk mengurangi dampak *bullying* lebih lanjut yang menimbulkan hal tidak diinginkan.

4. Bagi peserta didik

Peserta didik seharusnya lebih terbuka kepada guru BK/konselor apabila sedang mengalami hambatan atau permasalahan dalam diri, sehingga permasalahan tersebut dapat terpecahkan dan tidak mengganggu kegiatan belajar.

5. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji lebih dalam dan detail tentang peserta didik korban *bullying* yang memiliki harga diri rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimuddin Mahmud, & Sunarty, K. (2012). *Mengenal Teknik-Teknik Bimbingan dan Konseling*. Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Basuki, T. (2015). *Lessons In Self Esteem: How To Not Devastate Yourself*. Surabaya: CV. Garuda Mas Sejahtera.
- Branden, N. (2011). *T.H.E SIX Pillars Of Self-Esteem*. Semarang: Dahara Prize.
- Corey, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- David A Setiadi, W. (Agustus 2015). Harga-diri (Self-esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar. *Jurnal Psikologi* VOLUME 42 (2) 141-156.
- Elly M. Setiadi dan Usman Kolip. 2011. *Pengantar Sosiologi Pemahaman Fakta dan Gejala Permasalahan Sosial: Teori, Aplikasi, dan Pemecahannya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Jainuri, M.(2020). *Skala Pengukuran*.www.slideshare.net(diakses tanggal 22 September 2020)
- Jayani, D. H. (2019, Desember 12). *PISA: Murid Korban 'Bully' di Indonesia Tertinggi Kelima di Dunia*. Dipetik Maret 25, 2020, dari databoks: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2019/12/12/pisa-murid-korban-bully-di-indonesia-tertinggi-kelima-di-dunia>
- Komalasari, G, dkk., (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Kemendikbud. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Pertama (SMP)*. Jakarta: Kemendikbud.
- Kurnia, I. (2016). *Bullying*. Yogyakarta: Relasi Inti Media.
- Meilani Budiarti Santoso, E. S. (Juli 2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan *Bullying*. *Jurnal Penelitian dan PPM*, 326.
- Priyatna, A. (2010). *Lets End Bullying Memahami, Mencegah & Mengatasi Bullying*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Rahardjo, S., & Gudnanto. (2013). *Pemahaman Individu Teknik Non Tes*. Jakarta: Prenada Media.

- Rahayu, T. (2020, April 12). Kasus *Bullying* di SMP N 3 Kedungreja. (L. Mey, Pewawancara)
- Rohmah, F. A. (2012). Pengaruh Pelatihan Terhadap Penyesuaian Diri Pada Remaja. *HUMANITAS (Jurnal Psikologi Indonesia)*, 1(1), 53-63
- Sarwono, Jonathan. 2015. *Membuat Skripsi, Tesis, Dan Disertasi dengan Partial Least Square SEM (PLS-SEM)*. Yogyakarta: ANDI. 226
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suhron, M. (2017). *Asuhan Keperawatan Jiwa Konsep Self Esteem*. Jakarta: Mitra Wacana Media.
- Syahrum, & Salim. (2012). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Citapustaka Media.
- Wijayani, N. (2012). *Save Our Children from School Bullying*. Jogjakarta: Arr-Ruzz Media.

LAMPIRAN – LAMPIRAN

Lampiran 1 Deskripsi Lokasi Penelitian/ Profil Sekolah

Profil Sekolah

1. Identitas Sekolah	
1 Nama Sekolah	SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA
2 NPSN	20331747
3 Jenjang Pendidikan	SMP
4 Status Sekolah	Negeri
5 Alamat Sekolah	Jl. Bendung Menganti
RT / RW	1 / 9
Kode Pos	53263
Kelurahan	Bojongsari
Kecamatan	Kec. Kedungreja
Kabupaten/Kota	Kab. Cilacap
Provinsi	Prov. Jawa Tengah
Negara	Indonesia
6 Posisi Geografis	-7,5456 Lintang 108,8047 Bujur
3. Data Pelengkap	
7 SK Pendirian Sekolah	421.3/378/30/TAHUN 2003
8 Tanggal SK Pendirian	2003-08-28
9 Status Kepemilikan	Pemerintah Daerah
10 SK Izin Operasional	Perlu Update
11 Tgl SK Izin Operasional	1910-01-01
12 Kebutuhan Khusus Dilayani	
13 Nomor Rekening	
14 Nama Bank	BPD Jateng
15 Cabang KCP/Unit	Sidareja
16 Rekening Atas Nama	SMP N 3 KEDUNGREJA
17 MBS	Tidak
18 Memungut Iuran	Tidak
19 Nominal/siswa	0
20 Nama Wajib Pajak	
21 NPWP	003577699522000
3. Kontak Sekolah	
20 Nomor Telepon	08112610181
21 Nomor Fax	
22 Email	smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
23 Website	http://
4. Data Periodik	
24 Waktu Penyelenggaraan	Pagi/6 hari
25 Bersedia Menerima Bos?	Ya
26 Sertifikasi ISO	Belum Bersertifikat
27 Sumber Listrik	PLN
28 Daya Listrik (watt)	4400
29 Akses Internet	Lainnya
30 Akses Internet Alternatif	Lainnya
5. Sanitasi	
Sustainable Development Goals (SDG)	
31 Sumber air	Ledeng/PAM
32 Sumber air minum	Air kemasan
33 Kecukupan air bersih	Cukup sepanjang waktu
34 Sekolah menyediakan jamban yang dilengkapi dengan fasilitas pendukung untuk digunakan oleh siswa berkebutuhan khusus	Tidak
35 Tipe jamban	Leher angsa (toilet duduk/jongkok)
36 Sekolah menyediakan pembalut cadangan	Tidak ada
37 Jumlah hari dalam seminggu siswa mengikuti kegiatan cuci tangan berkelompok	Tidak pernah
38 Jumlah tempat cuci tangan	25
39 Jumlah tempat cuci tangan rusak	2

41 Sekolah memiliki saluran pembuangan air limbah dari jamban	:	Ada saluran pembuangan air limbah ke tangki septik atau IPAL
Sekolah pernah menguras tangki septik dalam 3 hingga 5 tahun terakhir dengan truk/motor sedot tinja	:	Tidak/Tidak tahu
Stratifikasi UKS		
43 Sekolah memiliki selokan untuk menghindari genangan air di setiap ruang kelas (Sesuai permendikbud tentang standar sarpras)	:	Ya
44 Sekolah menyediakan tempat sampah tertutup di setiap unit jamban perempuan	:	Ya
45 Sekolah menyediakan cermin di setiap unit jamban perempuan	:	Tidak
46 sampah sementara (TPS) yang tertutup	:	Ya
47 sampah sementara diangkut secara rutin	:	Ya
48 Ada perencanaan dan penganggaran untuk kegiatan pemeliharaan dan perawatan sanitasi sekolah	:	Ya
49 Ada kegiatan rutin untuk melibatkan siswa untuk memelihara dan merawat fasilitas sanitasi di sekolah	:	Tidak
51 Ada kemitraan dengan pihak luar untuk sanitasi sekolah	:	<input checked="" type="checkbox"/> Ada, dengan pemerintah daerah <input type="checkbox"/> Ada, dengan perusahaan swasta <input checked="" type="checkbox"/> Ada, dengan puskesmas <input type="checkbox"/> Ada, dengan lembaga non-pemerintah
52 Jumlah jamban dapat digunakan	:	Jamban laki-laki Jamban perempuan Jamban bersama <input type="text" value="6"/> <input type="text" value="6"/> <input type="text" value="0"/>
53 Jumlah jamban tidak dapat digunakan	:	Jamban laki-laki Jamban perempuan Jamban bersama <input type="text" value="0"/> <input type="text" value="0"/> <input type="text" value="0"/>

Sekolah memiliki kegiatan dan media komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) tentang sanitasi sekolah

Variabel	Kegiatan dan Media Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE)					
	Guru	Ruang Kelas	Toilet	Selasar	Ruang UKS	Kantin
53 Cuci tangan pakai sabun	✓	✓	✓	✓	✓	✓
54 Kebersihan dan kesehatan	✓	✓	✓	✓	✓	✓
55 Pemeliharaan dan perawatan toilet	✓	✓	✓	✓	✓	✓
56 Keamanan pangan					✓	✓
57 Ayo minum air	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Mengetahui
Kepala Sekolah

Joko Mulyana,S.Pd.
NIP. 197008191994121001

Peserta Didik
SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Kecamatan Kec. Kedungreja, Kabupaten Kab. Cilacap, Provinsi Prov. Jawa Tengah
 Tanggal Unduh: 2020-09-24 09:58:17 Pengunduh: Dian Suhari (diansuhari8@gmail.com)

1. Jumlah Peserta Didik Berdasarkan Jenis Kelamin

Laki-laki	Perempuan	Total
258	250	508

2. Jumlah peserta Didik Berdasarkan Usia

Usia	L	P	Total
< 6 tahun	0	0	0
6 - 12 tahun	76	93	169
13 - 15 tahun	171	155	326
16 - 20 tahun	11	2	13
> 20 tahun	0	0	0
Total	258	250	508

3. Jumlah Siswa Berdasarkan Agama

Agama	L	P	Total
Islam	249	245	494
Kristen	2	0	2
Katholik	0	0	0
Hindu	0	0	0
Budha	0	0	0
Konghucu	0	0	0
Lainnya	7	5	12
Total	258	250	508

4. Jumlah Siswa Berdasarkan Penghasilan Orang Tua/Wali

Penghasilan	L	P	Total
Tidak diisi	30	30	60
Kurang dari Rp. 500,000	144	114	258
Rp. 500,000 - Rp. 999,999	69	88	157
Rp. 1,000,000 - Rp. 1,999,999	11	15	26
Rp. 2,000,000 - Rp. 4,999,999	4	3	7
Rp. 5,000,000 - Rp. 20,000,000	0	0	0
Lebih dari Rp. 20,000,000	0	0	0
Total	258	250	508

5. Jumlah Siswa Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan	L	P	Total
Tingkat 9	75	81	156
Tingkat 7	91	81	172
Tingkat 8	92	88	180
Total	258	250	508

**DAFTAR GURU DAN KARYAWAN
SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA**

NO	N A M A	TANDA TANGAN	
1	JOKO MULYANA, S. Pd		
2	SUPRIYANTO WIDODO, S. Pd		
3	SUMINAH, S. Pd		
4	SUTARMAN, S. Pd. M. Pd		
5	HAFID, S. Pd. M. Pd		
6	TITI ANDAYANI, S. Pd		
7	TUKIMIN, S. Pd		
8	TITI RAHAYU, S. Pd		
9	NAALA SYAFIIQOH, S. Pd		
10	SAROMIYATUN, S. Pd		
11	KHAEROH SUMIYATI, S. Pd		
12	SITI KHUZAEMAH, S. Pd. I		
13	AHMAD ROSYIDI, S. Ag		
14	SUYANTI, S. Pd		
15	ADAM MEGATANTRA, S. Pd		
16	SIGIT MARDIYANTO, S. Pd		
17	SUGIYANTO, S. Pd		
18	UJANG MASTUR F, S. Pdi		
19	KHOMSATUN K, S. Pd		
20	FIDI ASRANI, S. Pd		
21	ELA SETYANI DP, S. Sos		
22	RASWATI, S. Pd		
23	DIAN SUHARI, S. Pd. Jas		
24	MUHSIN, S. Pd. I		
25	DEWI PUSPITASARI, S. Pd		
26	EKA BUDI SEPTIANA, S. Pd		
27	INTAN KUSUMA W, S. Pd		
28	DINIS ALIYA, S. Pd		
29	NUNIK DWI R, S. Pd		
30	TIO FANNY K, S. Pd		
31	PIPIT RAPITA, S. Pd		
32	SUSI SETIAWATI, S. Pd		
33	NUR WIJATI LESTARI, S. Pd		
34	FITRI DWI RIZKY AMELIA, S. Pd		
35	YENI SETIADEWI, A. Md		
36	IIM SURYANA, SE		
37	ANDI KUSWARA		
38	ETI SARTIKAWATI		
39	HARYANI, A. Md		
40	AMIYATI		
41	SUTARYO		
42	SARIMIN		
43	WAHIB		
44	LUKMANUDIN		

Lampiran 2 Rubik dan Lembar Uji Validasi Ahli

RUBIK LEMBAR VALIDASI ANGGKET

Aspek penilai an	No	Indikator	Skor	Rubik
Konten	1	Kesesuaian dengan petunjuk pengisian	4	Konten angket dinyatakan sangat baik apabila terdapat petunjuk pengisian angket yang lengkap dan tepat seperti tata letak petunjuk diletakan di bagian awal, petunjuk pengisian jelas, singkat, padat dan mudah dipahami.
			3	Konten angket dinyatakan baik apabila terdapat petunjuk pengisian angket yang lengkap
			2	Konten angket dinyatakan kurang apabila petunjuk pengisian angket diletakan dibagian paling belakang
			1	Konten angket dinyatakan sangat kurang apabila tidak terdapat petunjuk pengisian angket
	2	Jumlah item pernyataan yang memadai	4	Angket dinyatakan sangat baik apabila jumlah item pernyataannya memadai yaitu tidak terlalu banyak atau terlalu sedikit.
			3	Angket dinyatakan baik apabila jumlah pernyataannya berkisar antara 60-100 item.
			2	Angket dinyatakan kurang apabila jumlah pernyataannya terlalu banyak antara 100-200 item.
			1	Angket dinyatakan sangat kurang apabila jumlah item pernyataannya sangat sedikit yaitu antara 1-60 item.
	3	Kejelasan butir pernyataan setiap angket	4	Angket dinyatakan sangat baik apabila setiap butir pernyataan sangat jelas dan baik
			3	Angket dinyatakan baik apabila setiap butir pernyataan jelas dan baik
			2	Angket dinyatakan kurang apabila butir pernyataan angket ada yang kurang jelas
			1	Angket dinyatakan sangat kurang apabila butir pernyataan banyak yang kurang jelas

	4	Pilihan jawaban jelas dan tidak berbelit-belit	4	Angket dinyatakan sangat baik apabila pilihan jawaban sangat jelas, tidak berbelit-belit dan mudah dipahami oleh peserta didik.
			3	Angket dinyatakan baik apabila memiliki pilihan jawabanyang singkat padat dan jelas
			2	Angket dinyatakan kurang apabila pilihan jawaban sudah ada di butir pernyataannya
			1	Angket dinyatakan sangat kurang apabila pilihan jawaban hanya ada satu.
Isi	1	Konsep format angket harga diri	4	Angket dinyatakan sangat baik apabila konsep format angket sesuai dengan kaidah pembuatan angket
			3	Angket dinyatakan baik apabila memiliki format konsep yang baik dan terdapat komponen identitas, petunjuk pengisian, kriteria penilaian, butir pernyataan dan memiliki tata letak yang sesuai.
			2	Angket dinyatakan kurang apabila terdapat konsep format yang salah
			1	Angket dinyatakan sangat kurang apabila tidak sesuai dengan kaidah pembuaan angket
	2	Pernyataan dirumuskan dengan padat, singkat dan jelas	4	Angket dinyatakan sangat baik apabila pernyataan angket dirumuskan dengan singkat, padat dan jelas dan sesuai.
			3	Angket dinyatakan baik apabila pernyataan angket dirumuskan dengan baik dan benar
			2	Angket dinyatakan kurang apabila angket dirumuskan dengan singkat dan jelas
			1	Angket dinyatakan sangat kurang apabila dirumuskan dengan singkat dan kurang jelas

	3	Kesesuaian isi angket relevan dengan perilaku yang dikaji	4	Angket dinyatakan sangat baik apabila isinya sangat relevan dengan perilaku yang dikaji	
			3	Angket dinyatakan baik apabila isinya sesuai dengan perilaku yang dikaji	
			2	Angket dinyatakan kurang apabila isinya kurang relevan dengan perilaku yang dikaji	
			1	Angket dinyatakan sangat kurang apabila isinya tidak relevan dengan perilaku yang dikaji	
	4	Butir pernyataan sesuai dengan indikator	4	Angket dinyatakan sangat baik apabila semua butir pernyataannya sesuai dengan indikator	
				3	Angket dinyatakan baik apabila sebagian besar butir pernyataannya sesuai dengan indikator
				2	Angket dinyatakan kurang apabila sebagian besar butir pernyataan tidak sesuai dengan indikator
1				Angket dinyatakan sangat kurang apabila semua butir pernyataan tidak sesuai dengan indikator	

Bahasa	1	Ketepatan pemilihan kata dan diksi	4	Bahasa dinyatakan sangat baik apabila sangat tepat dalam pemilihan kata dan diksi ketika menyusun kalimat
			3	Bahasa dinyatakan baik apabila pemilihan kata dan diksinya tepat
			2	Bahasa dinyatakan kurang apabila terdapat pemilihan kata yang tidak sedap dibaca
			1	Bahasa dinyatakan kurang sekali apabila pemilihan kata dan diksi tidak tepat
	2	Menggunakan istilah dan kalimat yang konsisten.	4	Bahasa dinyatakan sangat baik apabila istilah dan kalimat yang digunakan sangat konsisten
			3	Bahasa dinyatakan baik apabila istilah yang digunakan konsisten
			2	Bahasa dinyatakan kurang apabila istilah yang digunakan kurang konsisten
			1	Bahasa dinyatakan sangat kurang apabila tidak konsisten pada penulisan kalimat dan istilah

	3	Menggunakan bahasa yang sesuai dengan kaidah bahasa indonesia dan EYD	4	Angket dinyatakan sangat baik apabila bahasa yang digunakan sesuai dengan kaidah penulisan bahasa indonesia dan EYD
			3	Angket dinyatakan baik apabila bahasa yang digunakan sesuai dengan kaidah penulisan
			2	Angket dinyatakan kurang apabila masih terdapat bahasa yang tidak baku
			1	Angket dinyatakan sangat kurang apabila keseluruhan butir pernyataan menggunakan bahasa yang tidak baku
	4	Menggunakan bahasa yang komunikatif	4	Angket dinyatakan sangat baik apabila bahasa yang digunakan sangat komunikatif
			3	Angket dinyatakan baik apabila bahasa yang digunakan komunikatif
			2	Angket dinyatakan kurang apabila bahasa yang digunakan kurang komunikatif
			1	Angket dinyatakan sangat kurang apabila bahasa yang digunakan tidak komunikatif

	5	Tidak menggunakan bahasa yang tabu	4	Angket dinyatakan sangat baik apabila menggunakan bahasa yang sangat jelas dan mudah dipahami oleh semua orang awam
			3	Angket dinyatakan baik apabila menggunakan bahasa yang jelas dan mudah dipahami
			2	Angket dinyatakan kurang apabila menggunakan bahasa asing yang tidak disertai artinya
			1	Angket dinyatakan sangat kurang apabila menggunakan bahasayang tabu

LEMBAR VALIDASI AHLI PENILAIAN

Assalamu'alaikum wr. wb.

Bapak/ibu yang terhormat.

Saya memohon bantuan bapak/ibu untuk mengisi angket ini. Angket ini ditujukan untuk mengetahui pendapat bapak/ibu tentang “*Self esteem* (Harga diri)”. Aspek penilaian angket ini berdasarkan komponen penilaian aspek kelayakan oleh BSNP. Penilaian, saran serta koreksi yang bapak/ibu berikan sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas instrumen. Atas perhatian dan kesediaannya, saya mengucapkan terimakasih.

A. Petunjuk Pengisian

1. Isilah tanda cheklis (√) pada kolom yang bapak/ibu anggap sesuai dengan aspek penilaian yang ada.
2. Kriteria penilaian: Sangat Baik (SB) = 4
Baik (B) = 3
Kurang (K) = 2
Sangat Kurang (SK) = 1

B. Aspek Penilaian

Indikator penilaian	Butir Penilaian	Alternatif pilihan			
		SB	B	K	SK
Konten	<ul style="list-style-type: none">• Kesesuaian dengan petunjuk pengisian• Jumlah item pernyataan yang memadai• Kejelasan butir pernyataan setiap angket• Pilihan jawaban jelas dan tidak berbelit-belit		√ √ √ √		
Isi	<ul style="list-style-type: none">• Konsep format angket harga diri		√		

	<ul style="list-style-type: none"> • Pernyataan dirumuskan dengan padat, singkat dan jelas • Kesesuaian isi angket relevan dengan perilaku yang dikaji • Butir pernyataan sesuai dengan indikator 		√		
Bahasa	<ul style="list-style-type: none"> • Ketepatan pemilihan kata dan diksi • Menggunakan istilah dan kalimat yang konsisten. • Menggunakan bahasa yang sesuai dengan kaidah bahasa indonesia dan EYD • Menggunakan bahasa yang komunikatif • Tidak menggunakan bahasa yang tabu 		√	√	
SKOR TOTAL			13x3 = 39		

No	Bagian yang perlu perbaikan	Saran perbaikan
1.	Jumlah item kurang banyak	Item angketnya diperbanyak
2.	Susunan kalimat	Kalimat sesuaikan dengan SPOK
3.	Kata “tidak” , “sering” dan “selalu”	Meminimaisir kata “tidak”, “sering” dan “selalu” pada butir pernyataan
4.	Kata kebalikan	Jangan membuat kalimat kebalikan sebaiknya cari kata ganti yang lain

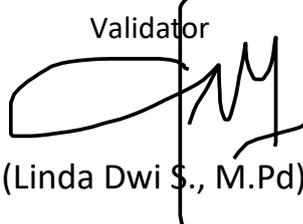
C. Petunjuk penilaian:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor total}}{\text{Skor total keseluruhan}} \times 100\% = \frac{39}{52} \times 100\% = 75\%$$

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, dapat disimpulkan bahwa angket “*Self Esteem* (Harga diri)” dinyatakan:

- Nilai antara 85,01- 100,00%, Sangat valid dapat digunakan tanpa revisi
 - Nilai antara 70,01- 85,00%, Cukup valid dapat digunakan dengan revisi
 - Nilai antara 50,01-70,00%, Kurang valid disarankan tidak digunakan karena perlu revisi besar
 - Nilai antara 01,00- 50,00%, Tidak valid dan tidak boleh digunakan
- (* Mohon dicentang pada kolom yang disediakan.

Cilacap, 17 September 2020

Validator

(Linda Dwi S., M.Pd)

Lampiran 3 Hasil Uji Validitas Angket Valid

No Item	r_{hitung}	r_{tabel}	Keterangan
1	0.639	0.576	Valid
2	0.760	0.576	Valid
3	0.692	0.576	Valid
4	0.822	0.576	Valid
5	0.742	0.576	Valid
6	0.585	0.576	Valid
7	0.814	0.576	Valid
8	0.621	0.576	Valid
9	0.614	0.576	Valid
10	0.758	0.576	Valid
11	0.664	0.576	Valid
12	0.830	0.576	Valid
13	0.750	0.576	Valid
14	0.751	0.576	Valid
15	0.838	0.576	Valid
16	0.763	0.576	Valid
17	0.639	0.576	Valid
18	0.581	0.576	Valid
19	0.659	0.576	Valid
20	0.751	0.576	Valid
21	0.650	0.576	Valid
22	0.729	0.576	Valid
23	0.714	0.576	Valid
24	0.602	0.576	Valid
25	0.649	0.576	Valid
26	0.586	0.576	Valid
27	0.697	0.576	Valid
28	0.757	0.576	Valid
29	0.876	0.576	Valid
30	0.704	0.576	Valid
31	0.599	0.576	Valid
32	0.783	0.576	Valid
33	0.679	0.576	Valid
34	0.741	0.576	Valid
35	0.845	0.576	Valid
36	0.714	0.576	Valid
37	0.712	0.576	Valid
38	0.731	0.576	Valid
39	0.689	0.576	Valid
40	0.744	0.576	Valid
41	0.621	0.576	Valid

42	0.784	0.576	Valid
----	-------	-------	-------

Lampiran 4 Angket *Pretest-Posttest* dan Data Kasar Angket

Angket Harga Diri

Identitas!

Nama peserta didik :

Kelas :

Petunjuk pengisian angket:

1. Bacalah setiap pernyataan dengan baik dan teliti.
2. Jawablah setiap pernyataan dengan sejujur-jujurnya sesuai dengan pendapat anda sendiri.
3. Tidak diperkenankan mencontek atau meniru jawaban dari teman.
4. Berilah tanda (√) pada salah satu pilihan yang menurut anda sesuai dengan diri anda.

Keterangan:

Pilihan jawaban	+	-
SS : Sangat Setuju	5	1
S : Setuju	4	2
RG : Ragu-ragu	3	3
TS : Tidak Setuju	2	4
STS : Sangat Tidak Setuju	1	5

No	Pernyataan	SS	S	RG	TS	STS
1	Saya diremehkan oleh teman satu kelas ketika belajar kelompok					
2	Saya dianggap pintar oleh teman satu kelas					
3	Saya dipercaya sebagai leader di dalam pelajaran tertentu.					
4	Ketika memberi saran, teman kelompok belajar menyepelkan pendapat saya					
5	Teman satu kelas menghormati privasi saya					
6	Teman satu kelas mengucilkan saya karena miskin					
7	Disenangi oleh banyak teman karena prestasi saya baik					

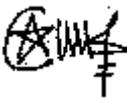
8	Teman satu kelas menjauhi saya karena fisik yang berbeda					
9	Teman-teman membenci penampilan saya yang kumuh					
10	Saya dinilai menyenangkan karena sifat humoris dalam diri					
11	Saya didiskriminasi dalam kelompok karena pendiam dan pemalu					
12	Teman-teman tetap berperilaku baik atas segala kekurangan dalam diri saya					
13	Saya dipermalukan oleh teman di depan orang banyak karena fisik yang berbeda					
14	Teman-teman menganggap saya berarti dalam suatu kelompok					
15	Saya kurang lihai dalam membina hubungan persahabatan					
16	Saya tidak memiliki teman dekat maupun sahabat					
17	Saya sulit bergaul dengan teman di lingkungan sekolah yang baru					
18	Saya memiliki hubungan pertemanan yang baik dengan orang banyak					
19	Saya merasa dibutuhkan oleh orang lain					
20	Saya dianggap sebagai sahabat sekaligus teman curhat yang nyaman					
21	Saya dinilai sebagai pribadi yang penyabar					
22	Saya merasa minder dengan fisik dan penampilan diri					
23	Saya senang diperhatikan oleh orang banyak					
24	Saya malas belajar dan ingin berhenti sekolah					
25	Saya merasa orang lain acuh tak acuh dengan diri saya					
26	Saya menghindari permasalahan yang dihadapi dengan tidak bijak					
27	Saya memiliki cita-cita yang tinggi untuk dicapai					
28	Saya mampu menyelesaikan masalah tanpa bantuan orang lain					
29	Saya merasa malu mengemukakan					

	pendapat di depan forum diskusi					
30	Saya mampu beradaptasi dengan teman satu sekolah dengan baik					
31	Saya merasa didiskriminasi dalam lingkungan sosial					
32	Saya mampu mengemukakan pendapat dengan baik dan logis					
33	Merasa teman-teman menolak keberadaan saya dalam lingkungan sosial					
34	Saya mudah berinteraksi dengan banyak orang maupun teman baru					
35	Saya merasa dasingkan dalam suatu kelompok					
36	Saya merasa depresi dengan sikap teman saya					
37	Saya memiliki banyak sahabat di kelas					
38	Teman berlaku sinis dan tidak suka apabila saya bergabung dalam kelompok tersebut					
39	Saya dianggap sebagai anggota kelompok belajar yang menyenangkan					
40	Teman satu kelompok menerima saya dengan apa adanya					
41	Pihak sekolah menerima kehadiran saya dengan baik dengan segala kekurangan maupun kelebihan dalam diri					
42	Saya tidak suka berada di lingkungan sekolah					
Jumlah skor total						

Data kasar angket *pretest-postest*

Nama	Skor <i>Pretest</i>	Skor <i>Postest</i>
AAP	105	140
CK	88	139
NQ	97	112
YD	92	150

Lampiran 5 RPL dan Laporan Konseling

	<p>SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA</p> <p>Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja Kab. Cilacap kode pos 53263 Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id Tlp. 08112610181</p>														
<p style="text-align: center;">RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020</p> <table><tr><td>1. Nama konseli</td><td>: AAP</td></tr><tr><td>2. Kelas/Semester</td><td>: VIII/Genap</td></tr><tr><td>3. Hari, tanggal</td><td>: Selasa, 17 November 2020</td></tr><tr><td>4. Pertemuan ke-</td><td>: 1 (Satu)</td></tr><tr><td>5. Waktu</td><td>: 1 x 40 menit</td></tr><tr><td>6. Tempat</td><td>: <i>Videocall whatsapp</i></td></tr><tr><td>7. Gejala yang nampak/keluhan</td><td>: Peserta didik korban <i>bullying</i> dengan harga diri rendah.</td></tr></table>		1. Nama konseli	: AAP	2. Kelas/Semester	: VIII/Genap	3. Hari, tanggal	: Selasa, 17 November 2020	4. Pertemuan ke-	: 1 (Satu)	5. Waktu	: 1 x 40 menit	6. Tempat	: <i>Videocall whatsapp</i>	7. Gejala yang nampak/keluhan	: Peserta didik korban <i>bullying</i> dengan harga diri rendah.
1. Nama konseli	: AAP														
2. Kelas/Semester	: VIII/Genap														
3. Hari, tanggal	: Selasa, 17 November 2020														
4. Pertemuan ke-	: 1 (Satu)														
5. Waktu	: 1 x 40 menit														
6. Tempat	: <i>Videocall whatsapp</i>														
7. Gejala yang nampak/keluhan	: Peserta didik korban <i>bullying</i> dengan harga diri rendah.														
<p style="text-align: right;">Cilacap, 17 November 2020</p> <p style="text-align: right;">Konselor/Peneliti</p> <p style="text-align: right;"></p> <p style="text-align: right;">Linda Mey L</p>															
<p>Keterangan : Dokumen ini bersifat rahasia</p>															

SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA



Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : AAP
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Selasa, 17 November 2020
4. Pertemuan ke- : I (Satu)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt*
8. Hasil yang dicapai : Berhasil membina hubungan baik dengan konseli.

Cilacap, 17 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smtiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : AAP
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Rabu, 18 November 2020
4. Pertemuan ke- : II (Dua)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 18 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smtiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : AAP
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Rabu, 18 November 2020
4. Pertemuan ke- : II (Dua)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt*
8. Hasil yang dicapai : Mengidentifikasi permasalahan awal konseli terkait *bullying*.

Cilacap, 18 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : AAP
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Kamis, 19 November 2020
4. Pertemuan ke- : III (Tiga)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 19 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : AAP
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Kamis, 19 November 2020
4. Pertemuan ke- : III (Tiga)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt*
8. Hasil yang dicapai : *Konseli lebih terbuka dan memaparkan semua yang dialami dan dirasakan dengan sangat detail kepada konselor.*

Cilacap, 19 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia

SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA



Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : AAP
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Jumat, 20 November 2020
4. Pertemuan ke- : IV (Empat)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 20 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : AAP
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Jumat, 20 November 2020
4. Pertemuan ke- : IV (Empat)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt teknik empty chair*
8. Hasil yang dicapai : Peserta didik dapat meluapkan semua uneg-uneg yang selama ini tidak tersampaikan, memunculkan perasaan-perasaan negatif yang terpendam.

Cilacap, 20 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : AAP
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Sabtu, 21 November 2020
4. Pertemuan ke- : V (Lima)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 21 November 2020
Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : AAP
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Sabtu, 21 November 2020
4. Pertemuan ke- : V (Lima)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt teknik empty chair*
8. Hasil yang dicapai : Dapat memunculkan sikap yang terpendam sehingga konseli merasa jauh lebih lega dan juga dapat mengurangi perasaan negatif terhadap teman.

Cilacap, 21 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : AAP
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Senin, 23 November 2020
4. Pertemuan ke- : VI (Enam)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 23 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : AAP
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Senin, 23 November 2020
4. Pertemuan ke- : VI (Enam)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt teknik empty chair*
8. Hasil yang dicapai : *Konseli merasa terbantu*

Cilacap, 23 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : CK
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Selasa, 17 November 2020
4. Pertemuan ke- : I (Satu)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 17 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : CK
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Selasa, 17 November 2020
4. Pertemuan ke- : I (Satu)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt*
8. Hasil yang dicapai : Pada sesi ini konseli dapat membina hubungan baik dengan konselor

Cilacap, 17 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia

SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA



Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : CK
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Rabu, 18 November 2020
4. Pertemuan ke- : II (Dua)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 18 November 2020
Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : CK
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Rabu, 18 November 2020
4. Pertemuan ke- : II (Dua)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt*
8. Hasil yang dicapai : Peserta didik merasa senang karena ada yang memperdulikannya lagi. Pada sesi ini konseli memaparkan permasalahannya dan konselor mencoba memahaminya serta mengidentifikasi permasalahan tersebut.

Cilacap, 18 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : CK
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Kamis, 19 November 2020
4. Pertemuan ke- : III (Tiga)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 19 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : CK
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Kamis, 19 November 2020
4. Pertemuan ke- : III (Tiga)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt*
8. Hasil yang dicapai :

Konselor mengidentifikasi permasalahan konseli lebih lanjut yaitu peserta didik merasa jika dirinya terganggu akibat *bullying* dan menjadi sering merenung serta tidak fokus belajar.

Cilacap, 19 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : CK
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Jumat, 20 November 2020
4. Pertemuan ke- : IV (Empat)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 20 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : CK
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Jumat, 20 November 2020
4. Pertemuan ke- : IV (Empat)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt teknik empty chair*
8. Hasil yang dicapai : Peserta didik merasa lebih tenang dan puas karena sudah mengungkapkan perasaannya yang selama ini terpendam serta dapat memerankan baik sebagai *topdog*(pelaku *bully*) atau sebagai *underdog*(korban/dirinya). Konseli lebih mengetahui apa yang harus dilakukan ketika kejadian tersebut berulang. Konseli merasa lega setelah melaksanakan proses konseling.

Cilacap, 20 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : CK
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Sabtu, 21 November 2020
4. Pertemuan ke- : V (Lima)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 21 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : CK
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Sabtu, 21 November 2020
4. Pertemuan ke- : V (Lima)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt teknik empty chair*
8. Hasil yang dicapai : konseli dapat menampilkan sikap dan perasaan seperti yang seharusnya.

Cilacap, 21 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : CK
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Senin, 23 November 2020
4. Pertemuan ke- : VI (Enam)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 23 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : CK
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Senin, 23 November 2020
4. Pertemuan ke- : VI (Enam)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt teknik empty chair*
8. Hasil yang dicapai :

Konseli merasa terbantu dan puas karena dapat mengungkapkan perasaannya sehingga ia merasa lebih plong dan mengerti bagaimana dirinya bersikap dengan seharusnya.

Cilacap, 23 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : NQ
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Selasa, 17 November 2020
4. Pertemuan ke- : I (Satu)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 17 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : NQ
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Selasa, 17 November 2020
4. Pertemuan ke- : I (Satu)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt*
8. Hasil yang dicapai : Membina hubungan baik dengan konseli

Cilacap, 17 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : NQ
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Rabu, 18 November 2020
4. Pertemuan ke- : II (Satu)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 18 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : NQ
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Rabu, 18 November 2020
4. Pertemuan ke- : II (Dua)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt*
8. Hasil yang dicapai : Identifikasi permasalahan berjalan dengan lancar

Cilacap, 18 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : NQ
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Kamis, 19 November 2020
4. Pertemuan ke- : III (Tiga)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 19 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : NQ
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Kamis, 19 November 2020
4. Pertemuan ke- : III (Tiga)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt*
8. Hasil yang dicapai : *Konseli memaparkan permasalahan dengan sangat detail dan terbuka.*

Cilacap, 19 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : NQ
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Jumat, 20 November 2020
4. Pertemuan ke- : IV (Empat)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 20 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : NQ
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Jumat, 20 November 2020
4. Pertemuan ke- : IV (Empat)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt teknik empty chair*
8. Hasil yang dicapai : *Konseli merasa agak lega setelah melakukan proses konseling*

Cilacap, 20 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : NQ
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Sabtu, 21 November 2020
4. Pertemuan ke- : V (Lima)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 21 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : NQ
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Sabtu, 21 November 2020
4. Pertemuan ke- : V (Lima)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt teknik empty chair*
8. Hasil yang dicapai : *Konseli merasa lebih lega karena dapat menampilkan sikap yang seharusnya.*

Cilacap, 21 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : NQ
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Senin, 23 November 2020
4. Pertemuan ke- : VI (Enam)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 23 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : NQ
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Senin, 23 November 2020
4. Pertemuan ke- : VI (Enam)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt teknik empty chair*
8. Hasil yang dicapai : *Konseli merasa terbantu*

Cilacap, 23 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : YD
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Selasa, 17 November 2020
4. Pertemuan ke- : I (Satu)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 17 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : YD
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Selasa, 17 November 2020
4. Pertemuan ke- : I (Satu)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt teknik empty chair*
8. Hasil yang dicapai : Membina hubungan dengan baik

Cilacap, 17 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : YD
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Rabu, 18 November 2020
4. Pertemuan ke- : II (Dua)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 18 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : YD
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Rabu, 18 November 2020
4. Pertemuan ke- : II (Dua)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt teknik empty chair*
8. Hasil yang dicapai : Identifikasi permasalahan konseli dengan baik

Cilacap, 18 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : YD
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Kamis, 19 November 2020
4. Pertemuan ke- : III (Tiga)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 19 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : YD
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Kamis, 19 November 2020
4. Pertemuan ke- : III (Tiga)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt teknik empty chair*
8. Hasil yang dicapai : *Konseli memaparkan permasalahan dengan sangat detail.*

Cilacap, 19 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : YD
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Jumat, 20 November 2020
4. Pertemuan ke- : IV (Empat)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 20 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : YD
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Jumat, 20 November 2020
4. Pertemuan ke- : IV (Empat)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt teknik empty chair*
8. Hasil yang dicapai : *Konseli merasa lebih lega karena dapat mengungkapkan dan mengekspresikan hal yang selama ini ditutup-tutupi.*

Cilacap, 20 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : YD
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Sabtu, 21 November 2020
4. Pertemuan ke- : V (Lima)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 21 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : YD
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Sabtu, 21 November 2020
4. Pertemuan ke- : V (Lima)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt teknik empty chair*
8. Hasil yang dicapai : *Konseli dapat memunculkan sikap yang seharusnya dan merasa lebih lega setelah proses konseling*

Cilacap, 21 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : YD
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Senin, 23 November 2020
4. Pertemuan ke- : VI (Enam)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Gejala yang nampak/keluhan : Peserta didik korban *bullying* dengan harga diri rendah.

Cilacap, 23 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia



SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA

Jln. Bendung Menganti Bojongsari Kec. Kedungreja
Kab. Cilacap kode pos 53263
Smptiga_kedungreja@yahoo.co.id
Tlp. 08112610181

LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL SEMESTER GANJIL TAHUN PELAJARAN 2020

1. Nama konseli : YD
2. Kelas/Semester : VIII/Genap
3. Hari, tanggal : Senin, 23 November 2020
4. Pertemuan ke- : VI (Enam)
5. Waktu : 1 x 40 menit
6. Tempat : *Videocall whatsapp*
7. Pendekatan yang digunakan : *Konseling gestalt teknik empty chair*
8. Hasil yang dicapai : *Konseli lebih dapat mereduksi perasaan negatif dan merasa terbantu setelah proses konseling berakhir*

Cilacap, 23 November 2020

Konselor/Peneliti

Linda Mey L

Keterangan :
Dokumen ini bersifat rahasia

Lampiran 6 Pedoman dan Laporan Wawancara Guru BK

Pedoman Wawancara

Narasumber	:	Guru BK
Tujuan	:	Untuk menggali data bullying lebih dalam
Tanggal wawancara	:	12 April 2020
Tempat wawancara	:	Ruang BK dan Online

No	Daftar Pertanyaan
1.	Bagaimana pandangan sekolah tentang fenomena <i>bullying</i> di SMP Negeri 3 Kedungreja?
2.	Bagaimana pandangan guru BK tentang fenomena <i>bullying</i> baik di kelas 7, 8 maupun 9?
3.	Seperti apa saja perilaku tindak <i>bullying</i> yang sering terjadi dan dijumpai di lingkungan sekolah SMP N 3 Kedungreja?
4.	Yang ibu ketahui, kira-kira berapa jumlah peserta didik kelas 8 yang benar-benar menjadi korban <i>bullying</i> ?
5.	Yang ibu ketahui, siapa saja daftar nama peserta didik kelas 8 yang termasuk dalam kategori “peserta didik korban <i>bullying</i> yang memiliki harga diri rendah akibat dari <i>bullying</i> ”?
6.	Berdasarkan yang ibu ketahui, siapa saja yang sering melakukan praktik <i>bullying</i> ? Apakah teman satu kelas, senioritas atau yang lainnya?
7.	Bagaimana ciri-ciri peserta didik yang seringkali menjadi sasaran empuk praktik <i>bullying</i> di SMP N 3 Kedungreja?
8.	Apa saja upaya yang sudah dilakukan untuk mengatasi <i>bullying</i> dari pihak guru BK maupun sekolah bagi si korban <i>bullying</i> itu sendiri maupun dari pelaku?

Laporan Hasil Wawancara

Narasumber : Guru BK
Tujuan : Untuk menggali data bullying lebih dalam
Tanggal wawancara : 12 April 2020
Tempat wawancara : Ruang BK dan Online

Hasil Wawancara

P :	“Bagaimana pandangan sekolah tentang fenomena <i>bullying</i> di SMP Negeri 3 Kedungreja?”.
N :	“Fenomena <i>bullying</i> di SMP N 3 Kedungreja perlu mendapat perhatian khusus dan ditangani dengan serius”.
P :	“Bagaimana pandangan guru BK tentang fenomena <i>bullying</i> baik di kelas 7, 8 maupun 9?”.
N :	“ <i>Bullying</i> merupakan fenomena yang mengkhawatirkan karena dapat menciptakan lingkungan yang penuh ancaman dan tekanan emosi serta dapat menghambat proses belajar dan pencapaian prestasi. Bahkan berdampak jangka panjang bagi siswa korban <i>bullying</i> selama hidupnya yang menyebabkan trauma”.
P :	“Seperti apa saja perilaku tindak <i>bullying</i> yang sering terjadi dan dijumpai di lingkungan sekolah SMP N 3 Kedungreja?”.
N :	“Beberapa perilaku agresif yang muncul di kelas 8 berbentuk kekerasan fisik (mendorong, menendang, memukul), kekerasan psikis (menghina, mengancam, mengasingkan, menggossip, memfitnah, mencela, mempermalukan), pelecehan seksual(memegang payudara). Akan tetapi kejadian <i>bullying</i> ini tidak semuanya diketahui oleh guru BK karena dari pihak siswa tidak melapor”.
P :	“Yang ibu ketahui, kira-kira berapa jumlah peserta didik kelas 8 yang benar-benar menjadi korban <i>bullying</i> ?”.

N :	“Ada sekitas 12 siswa”.
P :	“Yang ibu ketahui, siapa saja daftar nama peserta didik kelas 8 yang termasuk dalam kategori “peserta didik korban <i>bullying</i> yang memiliki harga diri rendah akibat dari <i>bullying</i> ”?”.
N :	(mengambil data dari buku kasus)
P :	“Berdasarkan yang ibu ketahui, siapa saja yang sering melakukan praktik <i>bullying</i> ? Apakah teman satu kelas, senioritas atau yang lainnya?”.
N :	“Pelaku <i>bullying</i> biasanya dilakukan oleh teman dan seniornya”.
P :	“Bagaimana ciri-ciri peserta didik yang seringkali menjadi sasaran empuk praktik <i>bullying</i> di SMP N 3 Kedungreja?”.
N :	“Korban biasanya siswa yang tidak punya teman, minder dengan gejala tidak <i>happy</i> di sekolah, berasal dari keluarga yang tidak harmonis”.
P :	“Apa saja upaya yang sudah dilakukan untuk mengatasi <i>bullying</i> dari pihak guru BK maupun sekolah bagi si korban <i>bullying</i> itu sendiri maupun dari pelaku?”.
N :	“Guru BK bekerja sama dengan guru serta memberikan sosialisasi <i>antibullying</i> dalam memberikan layanan dasar. Memberikan layanan konseling dengan korban dan memanggil, mengingatkan dan measihati pelaku dan pemanggilan orangtua”.

Lampiran 7 Notulen Bahasa Asli Konseli

Notulen Bahasa Asli Konseli

Bahasa asli yang diutarakan konseli pada saat kegiatan konseling sesi penerapan *treatment* kursi kosong (*Empty Chair*) yaitu sebagai berikut:

1. AAP

Kata yang muncul ketika konseli berperan sebagai *topdog*:

- “Huu bocah wadon senenge *naruto* gaul yalah”.
- “Huu bocah koh nora banget”.

Kata yang muncul ketika konseli berperan sebagai *underdog*:

- “Emange salah apa seneng *naruto*, gue kan hakku”.
- “emange nora apa? kumuh? Kampungan mbarang”.

2. CK

Kata yang muncul ketika konseli berperan sebagai *topdog*:

- “Ngalihlan usah perek-perek nyong”.
- “Heh batir sekelas aja pada batiran karo bocah kae lah bocah nyengiti bee aja dibatiri”.
- “Bisa nyanyi bee bangga”.

Kata yang muncul ketika konseli berperan sebagai *underdog*:

- “Koe nangapa sih tan? Aku salah apa si meng koe? Ujarku ya aku ora tau nakal meng koe, nangapa koe kayanu sengit banget sih meng aku?”.
- “Aku salah apa sih yu meng koe? Nangapa koe ngeplak-ngeplaki aku? sengaja banget nganu sirah karo bal”.
- Aku juga due perasaan, aku pengen bebas karo perlakuanmu pada, aku pengen uripe tenang”.

- “aku bisa nyanyi be biasa bae koh, aku be ora tau pamer apa kepriwe-kepriwe. Nangapa koe sengit terus sih? Apa-apa sing tek lakukna salah terus nang matamu ketone”.

3. NQ

Kata yang muncul ketika konseli berperan sebagai *topdog*:

- “Huuu kere temen, bayar ya bayar kas e wis numpuk ora dibayar-bayar”.
- “Gaul yalah”.
- “Ngomonge sing seru yalah aja umik-umik tok”.

Kata yang muncul ketika konseli berperan sebagai *underdog*:

- “Iyalah tek bayar ngesuk nek wis ndue duit”.
- “Iya maaf”.
- “iya nyong ngerti ko”.

4. YD

Kata yang muncul ketika konseli berperan sebagai *topdog*:

- “Jumirah heh Jumirah”.
- “Doyok”.
- “Woy siki nek ngomong jumaster diganti karo jumairah ya”.

Kata yang muncul ketika konseli berperan sebagai *underdog*:

- “Apasih tek jotos ngeneh”.
- “Usah ngenyek-ngenyek jenenge biyungku nangapa”.

Lampiran 8 Dokumentasi Foto

Lampiran Foto Kegiatan



Gambar 1 Observasi kelas VIIIA



Gambar 2 Observasi kelas VIIIB



Gambar 3 Observasi kelas VIIIC



Gambar 4 Observasi kelas VIIID



Gambar 5 Observasi VIIIE



Gambar 6 Observasi VIIIF



Gambar 7 Wawancara guru bk



Gambar 8 Pengumpulan data bullying



Gambar 9 Struktur Organisasi Sekolah



Gambar 10 Visi sekolah



Gambar 11 Konseling sesi 1 (CK)



Gambar 12 Konseling sesi 1 (AAP)



Gambar 13 sesi konseling 1 (NQ)



Gambar 14 sesi konseling 1 (YD)



Gambar 15 Konseling sesi ke-2 (CK)



Gambar 16 Konseling sesi ke-2 (AAP)



Gambar 17 sesi kkoneling 2 (NQ)



Gambar 18 sesi konseling 2 (YD)



Gambar 19 Konseling sesi ke-3 (CK)



Gambar 20 Konseling sesi ke-3 (AAP)



Gambar 21 sesi konseling 3 (NQ)



Gambar 22 sesi konseling 3 (YD)



Gambaar 23 Konseling sesi ke-4 (CK)



Gambar 24 konseling sesi ke-4 (AAP)



Gambar 25 konseling sesi 4 (NQ)



Gambar 26 konseling sesi 4 (YD)



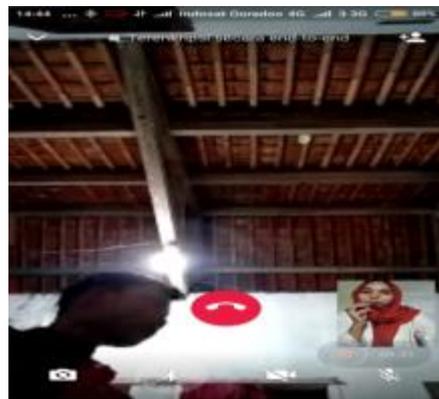
Gambar 27 Konseling sesi ke-5 (CK)



Gambar 28 konseling sesi ke-5 (AAP)



Gambar 29 sesi Konseling 5 (NQ)



Gambar 30 konseling sesi 5 (YD)



Gambar 31 Konseling sesi ke-6 (CK)



Gambar 32 Konseling sesi ke-6 (AAP)



Gambar 33 konseling sesi 6 (NQ)



Gambar konseling sesi 6 (YD)

Lampiran 9 Surat Keterangan Observasi



**PEMERINTAH KABUPATEN CILACAP
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA**

Jln Bendung Manganti, Desa Bojongsari Telp. 08112616333,08112610181

CILACAP

Kode Pos 53263

SURAT KETERANGAN

Nomor : 422/466 / S.49 / 15

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : JOKO MULYANA,S.Pd
NIP : 19700809 199412 1 001
Pangkat/Gol.Ruang : Pembina Tk. I, IV/b
Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : LINDA MEY LESTARI
NIM : 16862011007
PRODI/SMT : Prodi **Bimbingan** dan Konseling
Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali
(UNUGHA) Cilacap

Telah melakukan observasi dengan judul
"EFEKTIVITAS KONSELING *GESTALT* MENGGUNAKAN TEKNIK
EMPTHY CHAIR UNTUK MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* PADA
PESERTA DIDIK KORBAN *BULLYING* " pada tanggal 03 Maret 2020
sampai dengan 07 Maret 2020 di SMP Negeri 3 Kedungreja,
Kabupaten Cilacap .

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya untuk
dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Dikeluarkan di : Kedungreja
Pada tanggal : 15 Desember 2020
Kepala Sekolah,

JOKO MULYANA,S.Pd
NIP. 19700809 199412 1 001

Lampiran 10 Surat Keterangan Pelaksanaan penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN CILACAP
	DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
	SMP NEGERI 3 KEDUNGREJA
	Jln Bendung Manganti, Desa Bojongsari Telp. 08112616333,08112610181
	CILACAP
	Kode Pos 53263
<hr/>	
<u>SURAT KETERANGAN</u>	
Nomor : 422/46 / S.49 / 15	
Yang bertandatangan dibawah ini :	
Nama	: JOKO MULYANA,S.Pd
NIP	: 19700809 199412 1 001
Pangkat/Gol.Ruang	: Pembina Tk. I, IV/b
Jabatan	: Kepala Sekolah
Menerangkan dengan sebenarnya bahwa :	
Nama	: LINDA MEY LESTARI
NIM	: 16862011007
PRODI/SMT	: Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) Cilacap
Telah melakukan penelitian skripsi dengan judul "EFEKTIVITAS KONSELING <i>GESTALT</i> MENGGUNAKAN TEKNIK <i>EMPTHY CHAIR</i> UNTUK MENINGKATKAN <i>SELF ESTEEM</i> PADA PESERTA DIDIK KORBAN <i>BULLYING</i> " pada tanggal 17 November 2020 sampai dengan 29 Desember 2020 di SMP Negeri 3 Kedungreja, Kabupaten Cilacap .	
Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.	
Dikeluarkan di : Kedungreja Pada Tanggal : 15 Desember 2020 Kepala Sekolah,	
 JOKO MULYANA,S.Pd NIP. 19700809 199412 1 001	

Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Biodata Pribadi

1. Nama : Linda Mey Lestari
2. Tempat tanggal lahir : Cilacap, 28 Mei 1998
3. Agama : Islam
4. Alamat : Jln. Suryanom no 2 RT 02 RW 04
Dusun Gebangsari Desa Tambaksari
Kec Kedungreja Cilacap 53263

B. Riwayat Pendidikan

1. TK : TK Pertiwi Tambaksari Lulus tahun 2003
2. SD : SD Tambaksari 03 Lulus tahun 2009
3. SMP : SMP Negeri 2 Sidareja Lulus tahun 2012
4. SMA : SMA Negeri 1 Kedungreja Lulus tahun 2016