# BAB I

# PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Tugas perkembangan pada masa remaja menuntut perubahan besar dalam sikap dan pola perilaku anak. Tugas-tugas perkembangan masa remaja yang penting akan menggambarkan seberapa jauh perubahan yang harus dilakukan dan masalah yang timbul dari perubahan itu sendiri.[1]. Pada dasarnya untuk menjadikan remaja mampu berperan serta dan melaksanakan tugasnya, baik sebagai individu maupun sebagai anggota masyarakat tidaklah mudah, karena masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Dalam hal ini permasalahan siswa tidak boleh dibiarkan begitu saja, termasuk perilaku siswa yang tidak dapat mengatur perilakunya yang sesuai dengan apa yang dibutuhkan, diatur, atau diharapkan.

Sehubungan dengan hal tersebut adanya aksi negatif yang dilakukan dalam lingkungan pendidikan seperti pemalakan, perpoloncoan, mendorong, mengejek, mencemooh, mengolok-olok bahkan memukul antara teman sebaya, antara junior dan senior, maupun antara guru dan siswa. Kekerasan-kekerasan yang dilakukan siswa tersebut yang berlangsung secara sistematis disebut dengan istilah *bullying.*

Olweus menyatakan bahwa *bullying* adalah ketika siswa secara berulang-ulang dan setiap saat berperilaku negatif terhadap seorang atau lebih

[1] Hurlock, E.B. *Psikologi Perkembangan. Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Terjemahan Oleh Isti Hidayati dan Soedjarwo.( Jakarta : Erlangga1980) hlm 209



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

siswa lain.[2] Tindakan negatif disini adalah ketika seseorang secara sengaja melukai atau mencoba melukai, atau membuat sesorang tidak nyaman. Menurut Wulastrisna mendefinisikan *Bullying* adalah suatu bentuk kekerasan anak (*child abuse*) yang dilakukan teman sebaya kepada seseorang (anak) yang lebih 'rendah' atau lebih lemah untuk mendapatkan keuntungan atau kepuasan tertentu. Biasanya *bullying* terjadi berulang kali. Bahkan ada yang dilakukan secara sistematis.

Alexander menjelaskan bahwa *bullying* adalah masalah kesehatan publik yang perlu mendapatkan perhatian karena orang-orang yang menjadi korban *bullying* kemungkinan akan menderita depresi dan kurang percaya diri. Penelitian-penelitian lain juga menunjukkan bahwa peserta didik yang menjadi korban *bullying* akan mengalami kesulitan dalam bergaul. Para korban pada umunya akan diam saja tanpa berbuat apa-apa untuk melawan karena mereka takut jika mereka melawan atau melaporkan pada guru dan konselor aksi yang akan dilakukan pelaku akan lebih parah dari aksi *bullying* sebelumnya.[3]

Olweus dalam kajiannya menemukan ciri yang berbeda. Ada penjelasan yang agak berbeda dari kenyataan yang ada membuat anak-anak tertentu berpotensi menjadi sasaran pemalakan. Dia menyimpulkan bahwa anak-anak tidak dikhususkan menjadi sasaran pemalakan hanya karena fisiknya yang berbeda saja (umpama saja mengenakan kaca mata, memiliki perbedaan bahasa atau tuturan, berbadan gemuk, atau mempunyai ekspresi wajah yang

---

[2] Widiharto, Chrishtoporus Argo, dkk.. *Perilaku bullying ditinjau dari harga diri dan pemahaman moral anak*. (Online). (21-Perilaku-*bullying*-ditinjaudari- harga diri- dan -pemahaman –moral-anak- Christhoporus-argo-mpsi.pdf (SECURED)-Adobe Reader) hal 22

[3] Sejiwa. 2008. *BULLYING (Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak).(* Gramedia : Jakarta2008) hlm 10

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tidak biasa, sikap badan atau berpakaian), tapi pelaku pemalakan mungkin menggunakan beberapa keanehan yang terdapat pada calon korbannya sebagai dalih untuk dijadikan sasaran pemalakan.

Dalam riset pustaka Yayasan SEJIWA atas beberapa surat kabar yang memberitakan bunuh diri di kalangan anak remaja antara tahun 2002-2005, terdapat sekitar lima kasus tindakan atau percobaan bunuh diri itu telah menjadi korban *bullying.* Bunuh diri bukanlah satu-satunya dampak *bullying*. Ada korban lainnya yang terus hidup namun menanggung luka batin karena tidak semua anak dapat menerima ledekan.

Anak yang menjadi korban *bullying* akan merasa dirinya tidak berguna, selalu berpikiran negatif, dan akan merasa dirinya dibayang-bayangi oleh ketakutan dan kecemasan. Sehingga mereka akan menarik diri dari pergaulan dan selalu menghindar dengan cara tidak masuk sekolah, pindah sekolah, bahkan bunuh diri. Jika tidak ada intervensi dari konselor maupun guru atau orangtua, anak yang menjadi korban *bullying* akan mengalami depresi dan trauma yang berkepanjangan yang akan menyebabkan mereka kedepannya tidak dapat menjadi pribadi yang mandiri, bertanggungjawab terhadap dirinya dan percaya bahwa dirinya mampu sehingga akan berpengaruh pada belajar, sosial, dan karir mereka.

Swearer menemukan bahwa baik pelaku maupun korban *bullying* memiliki harga diri (*self esteem)* yang rendah. Coopersmit, memberikan penjelasan bahwa harga diri merupakan penilaian individu terhadap kehormatan dirinya, yang diekspresikan melalui sikap terhadap dirinya. Buss , memberikan pengertian harga diri (*self esteem)* sebagai penilaian individu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terhadap dirinya sendiri, yang sifatnya implisit dan tidak diverbalisasikan. Santrock mengungkapkan bahwa *self esteem* adalah evaluasi global terhadap diri, yaitu apakah secara keseluruhan seseorang merasa dirinya baik atau buruk[4]. Merujuk beberapa pendapat tersebut, maka harga diri dapat diartikan sebagai penilaian keseluruhan individu terhadap dirinya yang tampak dari perasaan berharga atau tidak berharganya seseorang yang sifatnya implisit dan tidak diverbalisasikan.

Harga diri yang rendah melekat pada korban *bullying* karena kurang menghargai diri mereka sendiri. Para korban menyalahkan diri mereka sendiri pada kegagalan yang mereka alami dan menganggap diri mereka bodoh. Sehingga dengan anggapan seperti itu mereka selalu menjadi sasaran para pelaku *bullying.* Selain itu, adanya tekanan dari pelaku seperti kata-kata ejekan, komentar negatif, dan ancaman bisa membuat harga diri korban menjadi rendah. Dengan tidak adanya kepercayaan diri yang tinggi, tidak memiliki kekuatan, tidak memiliki kebebasan ini berarti korban tidak memiliki pengetahuan tentang dirinya sendiri bahwa dirinya berharga sehingga berdampak korban ingin bunuh diri dan menyakiti diri sendiri. Melihat fenomena tersebut tugas konselor adalah untuk meningkatkan *self esteem* yang rendah pada korban *bullying*. Jika para korban mempunyai harga diri (*self esteem* ) yang tinggi maka akan menghargai dirinya sendiri sehingga tidak lagi menyalahkan dirinya dalam kegagalan selain itu juga diharapkan akan mengurangi tingkat *bullying* yang tinggi yang ada di sekolah.

[4] Santrock.2003. *Adolescence Perkembangan Remaja.* (Jakarta : Erlangga 2003) hlm.336

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Salah satu cara agar dapat meningkatkan harga diri (*self esteem*) siswa korban *bullying* adalah dengan menggunakan salah satu teknik konseling yaitu teknik kursi kosong (*empty chair*) dari konseling Gestalt, dengan tokoh utamanya adalah Frederick Fritz Perls. Ramli menjelaskan bahwa Perls yakin manusia adalah makhluk yang mempunyai kemampuan untuk membebaskan dirinya dari pengaruh pengalaman masa lalunya, memiliki kemampuan untuk mengatasi lingkungan yang afektif, mengarahkan perkembangan dirinya sendiri dan menyelesaikan masalah-masalah yang dialaminya.[5]

Teknik kursi kosong adalah suatu teknik permainan peran yang semua perannya dimainkan oleh konseli. Teknik permainan peran dimana konseli memerankan dirinya sendiri dan peran orang lain atau beberapa aspek kepribadiannya sendiri yang dibayangkan duduk atau berada dikursi kosong. Dalam teknik ini dua kursi diletakkan di tengah ruangan. Konselor meminta konseli untuk untuk duduk di kursi yang satu dan memainkan peran sebagai *top dog*. *Top dog* adalah peran yang otoriter, menuntut, dan berlaku sebagai majikan. Kemudian pindah ke kursi lain dan menjadi *underdog*. *Underdog* adalah peran yang tak berdaya, lemah, dan tidak berkuasa. [6]

Fauzan menyatakan " Tujuan yang utama teknik kursi kosong ini adalah mengakhiri konflik-konflik dengan jalan memutuskan urusan-urusan yang tidak selesai yang berasal dari masa lampau individu". Urusan yang tidak selesai adalah perasaan-perasaan yang terpendam yang ingin diungkapkan oleh individu seperti dendam, kemarahan, kebencian, sakit hati,

[5] Ramli, M. 1999. *Konseling Gestalt*. (Malang : UM.1999) hlm 10
[6] Corey, G. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. (Bandung : PT.Refika Aditama.2003) hlm 135

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan kecemasan. Teknik kursi kosong (*empty chair)* juga dapat membantu individu agar berani mengahadapi berbagai macam tantangan maupun kenyataan yang harus dihadapi. Selain itu teknik kursi kosong ini digunakan sebagai suatu cara untuk memahami dan memiliki kembali kualitas-kualitas diri individu yang selama ini terasing atau disangkalnya, dan tidak ingin dialaminya. Individu yang bermasalah seperti korban *bullying* pada umumnya belum memanfaatkan potensinya secara penuh, melainkan baru memanfaatkan sebagian dari potensinya yang dimilikinya.

Dengan permainan peran pada teknik kursi kosong, anak yang menjadi korban *bullying* akan dapat meningkatkan harga dirinya. Dalam permainan ini anak yang menjadi korban *bullying* akan belajar untuk mengeluarkan apa yang sebenarnya diinginkan selama ini sehingga dengan berlatih beberapa kali akan sedikit demi sedikit mengurangi rasa takut, cemas, malu, dan pikiran negatif yang selama ini menghinggapi anak yang menjadi korban *bullying.* Dengan tujuan utama teknik kursi kosong yaitu menyelesaikan urusan yang tidak selesai maka dengan dilatihkan beberapa kali akan membantu anak yang menjadi korban *bullying* akan bangkit dari keterpurukan dan menjadi pribadi yang mempunyai harga diri dan mandiri sehingga dapat bertanggungjawab terhadap dirinya sendiri.

Berdasarkan fakta di atas, maka peneliti ingin melakukan penelitian eksperimen mengenai efektifitas tehnik kursi kosong dalam meningkatan self esteem bagi siswa korban *bullying.*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dirumusan masalah dari penelitian ini adalah "apakah teknik kursi kosong efektif untuk meningkatkan harga diri siswa korban *bullying*?"

## C. Tujuan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas teknik kursi kosong untuk meningkatkan harga diri siswa korban *bullying*.

## D. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah teknik kursi kosong efektif untuk meningkatkan harga driri siswa korban *bullying*.

## E. Lingkup penelitian

Sehubungan dengan kegiatan penelitian ini, maka perlu diberikan batasan penelitian dengan tujuan agar penelitian tidak terlalu luas dan sesuai dengan harapan peneliti, yaitu kepada efektifitas teknik kursi kosong untuk meningkatkan *self estem bagi siswa korban bullying.*

## F. Manfaat Penelitian

Penelitian dilakukan untuk mendapat jawaban dari tujuan penelitian. Selain itu, juga agar hasil yang diperoleh dapat dimanfaatkan oleh berbagai pihak, khususnya dalam upaya peningkatan layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh semua pihak yang terkait.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Manfaat teoritis, hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan di bidang Bimbingan dan Konseling

2. Manfaat Praktis

   a. Sebagai studi tentang pengaplikasian teknik kursi kosong melalui contoh kasus, penelitian ini memberikan kontribusi pada lembaga pendidikan khususnya dalam pelayanan Bimbingan dan Konseling

   b. Sebagai bahan masukan bagi konselor untuk melaksanakan kegiatan Bimbingan dan Konseling dengan menggunakan teknik kursi kosong untuk meningkatkan self esteem siswa.

## G. Definisi Operasional

a. *Bullying* adalah ketika siswa secara berulang-ulang dan setiap saat berperilaku negatif terhadap seorang atau lebih siswa lain. Tindakan negatif adalah ketika seseorang secara sengaja melukai atau mencoba melukai, atau membuat sesorang tidak nyaman.

b. Harga diri merupakan evaluasi terhadap diri secara keseluruhan dari perasaan berharga atau tidak berharganya individu dan tampak dalam perilakunya selama ini dalam menghadapi situasi apapun. Dalam lingkungan yang terdapat perilaku *bullying* , individu yang menjadi korban *bullying* adalah individu yang mempunyai harga diri yang rendah. Harga diri rendah adalah percaya bahwa dirinya cacat, tidak berguna, tidak dicintai, dan atau tidak mampu dalam hal apapun. Harga diri yang rendah diperoleh dari hasil pengukuran Sorensen Self Esteem Test.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Teknik kursi kosong adalah suatu teknik permainan peran yang semua perannya dimainkan oleh konseli. Teknik permainan peran dimana konseli memerankan dirinya sendiri dan peran orang lain atau beberapa aspek kepribadiannya sendiri yang dibayangkan duduk atau berada dikursi kosong. Dalam perilaku *bullying*, konseli yang menjadi korban *bullying* dengan harga diri yang rendah memerankan perannya dan peran pelaku *bullying.* Dengan latihan permainan peran teknik kursi kosong, dapat melatih konseli menjadi tegas dalam menghadapi masalah apapun sehingga dapat meningkatkan harga diri korban *bullying.*Tahapan-tahapan yang ada dalam penggunaan teknik kursi kosong yaitu *pertama,* pembinaan hubungan konseling. *Kedua,*pengungkapan kesadaran konseli. *Ketiga,* pengakhiran konseling

d. Siswa SMP adalah peserta didik yang duduk di sekolah lanjutan tingkat pertama setelah jenjang sekolah lanjutan tingkat dasar yang mempersiapkan siswa memiliki kemampuan untuk pemilihan sekolah tingkat lanjutan SMA atau SMK .

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id