# BAB IV

# HASIL ANALISIS

## A. Hasil Penelitian

### 1. Hasil Pretest

Tahap ini dilakukan setelah subjek terpilih berdasarkan hasil wawancara dengan konselor dan nilai skala harga diri yang memiliki agak rendah dan rendah.

**Tabel 4.1 Skor Pretest**

| No | Subjek | Jenis Kelamin | Kelas | Skor | Kriteria |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | HM | P | VIIA | 24 | Sangat Rendah |
| 2 | VN | P | VIIA | 11 | Agak Rendah |
| 3 | NP | P | VIIA | 39 | Sangat Rendah |
| 4 | FH | P | VIIA | 16 | Agak Rendah |
| 5 | DN | L | VIIC | 29 | Sangat Rendah |

### 2. Pembinaan Hubungan Konseling

Pada pertemuan ini peneliti mengawali dengan pembinaan hubungan baik dengan konseli. Peneliti menjalin kedekatan dengan konseli, setelah itu peneliti menjelaskan gambaran seputar proses konseling yang akan dilakukan. *"Saya akan menjelaskan mengenai gambaran kegiatan yang akan kita lakukan selama enam kali pertemuan. Seandainya nanti kamu belum memahami apa yang saya jelaskan silakan untuk bertanya*". Setelah konseli menyanggupi untuk mengikuti proses konseling individu, maka peneliti mengajak konseli untuk membuat kontrak, yaitu berisi tentang jumlah dan waktu pertemuan. Sehingga tidak menganggu proses belajar mengajar konseli.



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

Dalam tahap ini, peneliti juga menjelaskan mengenai peran peneliti. *"Peran saya di sini adalah untuk membantu memecahkan masalah kamu. Dan kamu tidak usah malu untuk menceritakan semua masalah yang kamu hadapi saat ini. Saya akan menjaga rahasia dari masalahmu dan kamu dapat mempercayai saya"*. Selanjutnya peneliti menjelaskan mengenai tujuan dari konseling individu teknik kursi kosong. *"Tujuan dari konseling individu ini adalah untuk melatih kamu agar berani berbagai macam tantangan dan menjadi tegas dalam menghadapi masalah apapun"* . Setelah konseli memahami peran peneliti dan memahami tujuan dari konseling individu maka peneliti melakukan tahap berikutnya.

**3. Pengungkapan Kesadaran Konseli**

**a. Identifikasi kelebihan dan kekurangan konseli**

Pada tahap ini peneliti mempersilakan konseli untuk menceritakan masalah yang sedang dihadapi sehubungan dengan korban *bullying*. *"Silakan kamu menceritakan masalah kamu yang sedang kamu kamu hadapi di kelas yang selama ini menjadibeban bagi kamu"*. dan peneliti juga menanyakan bagaimana perlawanan konseli sehingga dapat diketahui kelebihan dan kekurangan konseli. *"Apa kamu pernah mencoba untuk membela dirimu atau melawan mereka?"*. Selain itu, peneliti juga menanyakan mengenai tanggapan orang-orang terdekat konseli *"Bagaimana tanggapan orang-orang terdekat kamu mengenai masalah yang kamu alami?"*

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) HM (Konseli 1)**

Pada pertemuan ini dilakukan pada tanggal 2 agustus 2016 di ruang Lab Biologi SMP Baitussalam surabaya selama 60 menit pada pukul 08.00-09.00 WIB. Pada tahap ini peneliti mempersilakan konseli untuk menceritakan masalah yang sedang dihadapi sehubungan dengan masalahnya. Konseli menceritakan masalahnya yaitu konseli merasa teman-temannya hanya mendekat ketika membutuhkan sesuatu dari konseli. Penyebab masalah ini bisa muncul dikarenakan adanya salah paham antara konseli dengan satu teman perempuan di kelasnya, namanya PR. "*Saya ada salah paham dengan satu teman perempuan di kelas, namanya PR. Saya pernah sms dengan pacar PR tetapi PR salah paham akhirnya PR meminta teman satu kelas untuk menjauhi saya pak"*. Konseli pernah *sms* dengan pacar PR tetapi PR salah paham akhirnya PR meminta teman satu kelas konseli untuk menjauhi konseli.

Semenjak kejadian itu, konseli merasa dimanfaatkan oleh teman-temannya dan masalah ini sudah berlangsung selama hampir satu semester. Teman-teman konseli menjauhi konseli dan sekarang tidak ada satupun teman yang mau untuk duduk satu bangku dengan konseli. Selain itu, konseli sering diejek dan pernah di tarik rambutnya oleh PR. Konseli pernah mencoba melawan tapi tidak dianggap dan malah ditinggal pergi oleh teman-temannya. Konseli tidak mau untuk mencoba melawan lagi sehingga memilih untuk diam. Konseli takut masalahnya akan menjadi besar dan membuat gaduh di kelas serta konseli takut jika tidak mendapatkan kelompok saat ada tugas. *"Saya takut jika nanti saya*

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 mendapat kelompok di kelas pak, jadi saya memilih diam saja. Saya tidak mau membuat gaduh di kelas pak kalau saya melawan pak".* Padahal konseli merasa jika dalam kelompok selalu konseli yang mengerjakan tugas kelompok dan teman-teman tidak mau mengerjakan. Tanggapan teman konseli yang diluar sekolah menyuruh konseli untuk bersabar. Konseli tidak pernah menceritakan masalah ini pada teman yang satu sekolah dengan konseli karena konseli takut masalah ini nanti semakin tersebar.

**2) VN (Konseli 2)**

Pada pertemuan ini dilakukan pada tanggal 2 Agustus 2016 di ruang Lab Biologi selama 60 menit pada pukul 10.00-11.00 WIB. Masalah yang dihadapi konseli adalah konseli sering diejek oleh beberapa teman perempuan satu kelasnya. Dan itu berlangsung semenjak awal masuk sekolah. Masalah ini terjadi karena konseli pernah didekati oleh saudara laki-laki teman sekelasnya, namanya EL. EL tidak setuju saudaranya mendekati konseli. Konseli mengatakan *Saya punya teman satu kelas namanya EL, tapi dia sekarang memusuhi saya dan teman-teman satu gengnya pak. Soalnya EL itu gak setuju kalau saudara sepupunya deketin saya pak. Padahal EL itu dulu teman saya SD pak".* Selain itu karena konseli tidak mau membaur dengan teman-teman satu kelas. *"Gak pak, saya gak berani pak. Soalnya memang saya orangnya tidak mau membaur dengan teman-teman yang lain, saya merasa saya tidak pantas pak"*. Konseli adalah seorang anak yang pemalu karena fisiknya yang gendut. Konseli mengatakan *"Saya kan gendut pak,*

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

*sedangkan mereka memang cantik-cantik badannya bagus-bagus. Soalnya kan EL kan seperti model pak".* Konseli tidak pernah membela diri karena konseli merasa takut dan tidak mempunyai keberanian untuk membela diri. Sehingga konseli memilih untuk membolos agar terhindar dari ejekan temannya. Tanggapan dari orangtua konseli menyuruh konseli untuk bersabar dan tanggapan dari teman-teman dekat konseli di sekolah menyuruh konseli untuk membela diri agar konseli tidak terus-menerus di-*bully*.

**3) NP (Konseli 3)**

Pada pertemuan ini dilakukan pada tanggal 03 Agustus 2016 di ruang Lab Biologi selama 60 menit pada pukul 08.00-09.00 WIB. Masalah yang dihadapi konseli adalah konseli sering diejek dan tidak dianggap oleh teman-teman satu kelasnya. Masalah disebabkan ketika ada ulangan harian konseli tidak mau memberi contekan kepada salah satu teman perempuannya, namanya NV. Dengan konseli mengatakan "*Masalahnya itu ketika ada ulangan harian saya tidak mau memberi contekan kepada salah satu teman perempuan saya, namanya NV"*. Semenjak kejadian itu, NV meminta teman-teman untuk menjauhi konseli dan menganggap konseli adalah anak yang sok pintar dan pelit. Masalah ini sudah berlangsung dari semester satu. Konseli tidak pernah sekalipun melawan atau membela diri dikarenakan konseli merasa akan kalah dan konseli tidak dapat mengungkapkan apa yang dipikirkan. Tanggapan dari orangtua konseli menyuruh untuk tetap tegar dan dari

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

teman-teman konseli yang berda di luar kelas konseli diminta untuk bersabar.

**4) FH (Konseli 4)**

Pada pertemuan ini dilakukan pada tanggal 03 agustus 2016 di ruang Lab biologi selama 60 menit pada pukul 10.00-11.00 WIB. Masalah yang dihadapi konseli adalah konseli selalu menjadi bahan ejekan oleh teman-temannya satu kelas. Masalah disebabkan karena pada waktu konseli disuruh membaca di depan kelas, konseli salah membaca kata dan kadang-kadang gagap sehingga teman-teman menertawakan dan mengejek konseli setiap hari. Dengan konseli mengatakan "*Saat itu pelajaran Bahasa Indonesia, saya disuruh maju di depan kelas pak membacakan cerita. Nah, saya kan agak malu pak, saya takut terus saya membaca dengan gugup"*. Dan konseli semakin takut untuk maju di depan kelas. "*Jelas pak, saya jadi semakin takut untuk maju di depan kelas atau menjawab pertanyaan guru pak".* Masalah ini sudah berlangsung sejak pertama masuk sekolah di SMP Baitussalam. Konseli tidak pernah melawan atau membela diri karena konseli merasa orang yang sangat pemalu dan penakut, tetapi konseli merasa dia sudah lelah karena setiap hari diejek teman-teman. *"Saya sudah capek pak, saya sudah tidak terima lagi. Iya memang hanya ejekan tapi lama-lama ya sakit hati pak"*. Tanggapan dari orangtua konseli disuruh untuk bersabar dan dari teman-teman konseli konseli diminta tidak boleh diambil hati karena cuma ejekan dan tujuannya bercanda.

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

**5) DN (Konseli 5)**

Pada pertemuan ini dilaksanakan pada tanggal 03 agustus 2016 di ruang lab biologi selama 60 menit pada pukul 12.00-13.00 WIB. Masalah yang dihadapi konseli adalah konseli menjadi korban pemalakan oleh kakak kelas. Tetapi tidak mengetahui penyebabnya, konseli mengataan "*Saya gak tahu pak, awalnya saya di kantin sama teman-teman satu kelas. Terus saya ditanya, apa saya anak juragan telur. Saya bilang iya. Terus kakak kelas itu langsung minta saya beliin makan pak"*. Konseli sering dimintai uang maupun barang-barang konseli seperti jaket, modem, dan topi. Masalah ini sudah berlangsung sejak tengah semester pada semester satu. Konseli pernah mencoba menolak untuk memberikan barangnya, tetapi kakak kelasnya memberikan ancaman pada konseli. "*Pernah pak, satu kali. Tapi saya malah diancam kalau pulang nanti dihadang terus nanti helm saya mau diambil pak. Lalu sehabis itu saya gak mau melawan lagi pak".* Sehingga konseli tidak dapat melakukan apa-apa. Dari pengalaman tersebut konseli menjadi tidak mau melawan maupun membela diri. Konseli tidak membicarakan masalahnya dengan orangtua karena konseli takut membuat orangtua khawatir. Tanggapan dari teman-teman konseli diminta untuk tidak melawan atau menghindar karena mereka berpikiran bahwa konseli akan kalah.

**b. Diagnosis Perasaan-Perasaan Konseli**

Pada tahap ini peneliti mendiagnosis perasaan-perasaan konseli ketika di-*bully* oleh temannya. "*Apa yang kamu rasakan saat ini dalam diri kamu?"*

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) **HM (Konseli 1)**

Ketika peneliti menanyakan tentang perasaan konseli saat ini, konseli menjawab "*Saya merasa takut ,tidak percaya diri, bingung, dan ingin menjauh dari semuanya pak* ". Pada saat ini konseli merasa dirinya takut, tidak percaya diri, bingung, dan konseli ingin menjauh dari semuanya.

2) **VN (Konseli 2)**

Ketika peneliti menanyakan tentang perasaan konseli saat ini, konseli menjawab *"Saya merasa takut , khawatir, sakit hati tidak percaya diri pak, karena badan saya yang seperti ini".* Konseli merasa malu, tidak berguna, sakit hati, berpikiran negatif, dan tidak percaya diri karena fisiknya yang berbeda dari teman-temannya.

3) **NP (Konseli 3)**

Ketika peneliti menanyakan tentang perasaan konseli saat ini, konseli menjawab "*Saya cemas, takut, dan tidak percaya diri pada apa yang saya lakukan".* Konseli merasa takut, cemas, dan sangat tidak percaya diri pada apa yang ada dalam dirinya dan pada apa yang akan dia lakukan.

4) **FH (Konseli 4)**

Ketika peneliti menanyakan tentang perasaan konseli saat ini, konseli menjawab "*Saya malu, takut, tidak percaya diri, dan saya berpikiran negatif terus pak"*. Konseli merasa sangat malu, takut, berpikiran negatif, dan tidak percaya diri.

5) **DN (Konseli 5)**

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

Ketika peneliti menanyakan tentang perasaan konseli saat ini, konseli menjawab *"Saya sangat takut pak, saya merasa hanya jadi babu terus tidak berguna"*. Konseli merasa tidak punya keberanian, sangat mudah takut, tidak berguna, merasa menjadi babu dan merasa orang lain hanya mengambil keuntungan saja dari konseli.

**c. Identifikasi Keinginan atau Nilai**

Pada tahap ini peneliti mengidentifikasi keinginan konseli setelah mengetahui masalah serta kekurangan dan kelebihan konseli. *"Untuk sekarang, apa yang sebenarnya kamu inginkan ?"*

**1) HM (Konseli 1)**

Pada tahap ini, saat peneliti menanyakan tentang apa yang diinginkan konseli menjawab *"Keinginan saya adalah teman-temannya tidak menjauhinya dan tidak memanfaatkan saat ada tugas kelompok serta saya ingin mempunyai teman sebangku lagi seperti waktu masuk sekolah pertama kali ".* Keinginan konseli adalah teman-temannya tidak menjauhinya dan tidak memanfaatkan konseli saat ada tugas kelompok serta konseli ingin mempunyai teman sebangku lagi seperti waktu masuk sekolah pertama kali. *"Saya ingin menyelesaikan masalah dengan PR pak, saya ingin mengungkapkan perasaan saya bahwa saya sebenarnya sakit hati dengan cara PR yang tidak ingin menyelesaikan masalah secara baik-baik"*. Selain itu konseli ingin menyelesaikan masalahnya dengan salah satu teman perempuannya yang menyebabkan timbulnya masalah konseli dengan teman-teman satu kelasnya yang lain. Konseli ingin mengungkapkan perasaannya bahwa dia sebenarnya sakit hati

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

dengan cara temannya yang tidak ingin menyelesaikan masalah dengan konseli secara baik.

**2) VN (Konseli 2)**

Keinginan konseli adalah ingin diterima oleh teman-temannya dan konseli ingin membaur dengan teman-temannya yang lain. Dengan konseli mengatakan *"Keinginan saya adalah ingin diterima oleh teman-teman di kelas pak, saya ingin membaur dengan teman-teman pak".* Konseli ingin teman-teman menerima konseli untuk berteman. Selain itu konseli ingin membicarakan dengan EL bahwa konseli sudah tidak lagi dekat dengan saudara EL lagi dan konseli ingin meminta maaf.

**3) NP (Konseli 3)**

Keinginan konseli adalah konseli ingin mengatakan kepada NV dan teman-teman bahwa konseli tidak pelit ataupun sok pintar tapi konseli ingin teman-temannya belajar bersama dengan konseli. Dengan konseli mengatakan "*Saya ingin teman-teman dan NV berhenti mengejek saya pelit dan sok pintar pak".* Konseli ingin teman-temannya mendapat nilai tidak hanya dengan mecontek tapi harus dengan usaha yaitu belajar.

**4) FH (Konseli 4)**

Keinginan konseli adalah konseli ingin teman-temannya berhenti mengejeknya, konseli merasa sudah sangat lelah karena itu berlangsung setiap hari. Dengan konseli mengatakan "*Saya ingin teman-teman berhenti mengejek saya pak".* Konseli merasa teman-temannya mengejeknya terlalu berlebihan.

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

**5) DN (Konseli 5)**

Keinginan konseli adalah konseli ingin kakak kelasnya berhenti melakukan pemalakan pada konseli. Dengan konseli mengatakan "*Saya ingin kakak kelas saya berhenti menganggu saya pak* " selain itu "*Saya ingin menghilangkan rasa takut saya pak, saya ingin berani pak. Soalnya setiap apa yang saya lakukan saya takut pak* ". Dan konseli ingin kakak kelasnya tiddak mengancam ataupun memberikan tekanan pada konseli. Karena dengan konseli tidak bisa melakukan apapun, konseli merasa dirinya tidak berguna.

**d. Bermain Peran Kursi Kosong (*EmptyChair)***

Pada tahap ini peneliti melatihkan bermain peran kursi kosong untuk mengetahui pertentangan nilai pada diri konseli dan mengambil keputusan apa yang akan dilakukan sehubungan dengan konflik yang ada pada diri konseli. Dalam bermain peran kursi kosong konseli akan diminta menjadi *top dog* yaitu orang yang selama ini mengejek atau mem-*bully* konseli. "S*ekarang pejamkan mata kamu dan bayangkan kursi kosong itu adalah kamu dan ungkapkan semua yang pernah dikatakan oleh temanmu"*. Selanjutnya konseli bermain peran menjadi *under dog* yaitu konseli menjadi dirinya sendiri. *"Sekarang pejamkan mata kamu dan bayangkan kursi kosong yang ada di depanmu adalah teman yang mem-bully kamu dan ungkapkan pikiran, perasaan dan semua yang ingin kamu katakan"*. Ketika konseli menjadi diri sendiri, peneliti memposisikan diri menjadi teman yang mem-*bully* konseli.

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) Pertemuan 1**

**a) HM (Konseli 1)**

Pada latihan pertama bermain peran, konseli sedikit bingung. Karena konseli mengatakan*"Ehm..saya agak bingung pak, berarti saya jadi PR pak ?"*. Peneliti menjelaskan kembali aturan bermain peran dan konseli dengan perlahan-lahan melaksanakan. Ketika konseli bermain peran menjadi *top dog*, konseli tidak mau mengungkapkan semua apa yang pernah dikatakan oleh teman yang pernah mengejek konseli karena konseli merasa ejekan yang pernah dilontarkan oleh teman konseli keterlaluan. Konseli mengatakan *"Saya malu pak, soalnya kalau mengejek itu keterlaluan menurut saya"*. Ketika pada peran *underdog*, konseli sudah bisa mengungkapakan apa yang sebenarnya ingin dikatakan tetapi ketika ada kata-kata temannya yang mengatakan tentang paras atau wajah, konseli seketika itu menundukkan kepala dan meminta berhenti untuk berperan. Konseli mengatakan *"Saya memang jelek, tapi saya gak punya niat merebut cowokmu. Sudah pak, cukup pak."* Tetapi konseli mengatakan sedikit lega karena bisa mengungkapkan keinginannya walaupun sedikit dengan rasa malu dan takut.

**b) VN (Konseli 2)**

Pada pertemuan pertama latihan bermain peran, pada peran *topdog* konseli sudah bisa mengungkapkan apa yang pernah dikatakan oleh teman konseli, tetapi ketika yang terlontar menyinggung fisik konseli langsung berhenti dan mengatakan kalau konseli malu. Dengan konseli mengatakan *"Haduuuh, saya malu pak"*. Pada posisi *underdog* konseli

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

sudah bisa mengungkapkan apa yang ingin dikatakan, tetapi ketika peneliti membantu dengan konfrontasi dan melontarkan tentang fisik seperti yang diucapkan teman konseli, seketika itu konseli langsung berhenti dan merasa malu. Dengan konseli mengatakan "*Gak apa-apa pak, saya malu pak. Soalnya EL itu mengejek badan saya pak, ya saya malu pak".* Konseli mengungkapkan dia masih khawatir dan takut kalau suatu saat nanti teman konseli akan melakukan aksi *bullying* semakin parah.

**c) NP (Konseli 3)**

Pada pertemuan pertama latihan peran, konseli terlihat sangat takut dan bingung. Pada peran *topdog* konseli sedikit mengungkapkan apa yang pernah dikatakan oleh teman konseli tapi konseli menghentikan karena konseli merasa takut dan konseli tidak menjawab ketika peneliti menanyakan apa yang menyebabkan konseli takut. Dengan konseli mengatakan "*Udah pak, saya takut pak".* Ketika koseli memerankan posisi *underdog* konseli sudah bisa mengungkapan apa yang sebenarnya ingin dikatakan, seperti "*Aku gak merasa paling pintar di kelas, tapi aku ingin kamu belajar, jangan seperti ini. tidak baik untuk kamu"* tetapi memang belum bisa keluar emosi konseli secara penuh. Konseli merasa masih cemas ketika bermain peran teknik kursi kosong tetapi konseli juga merasa sedikit lega.

**d) FH (Konseli 4)**

Pada pertemuan pertama latihan bermain peran, pada peran *topdog* konseli bisa mengungkapkan apa yang pernah dikatakan oleh teman

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

konseli tetapi konseli menghentikan karena masih merasa malu karena konseli menganggap ejekan yang dilontarkan oleh temannya adalah hal yang memalukan. Dengan konseli mengatakan "*Udah pak, saya malu pak kan saya dibilang istrinya aziz gagap pak, ya saya malu pak".* Pada posisi *underdog* konseli sudah bisa sedikit mengungkapkan perasaannya walaupun masih dengan takut dan dengan muka yang tegang. Konseli merasa masih malu dan takut dalam latihan pertama bermain peran teknik kursi kosong.

**e) DN (Konseli 5)**

Pada pertemuan pertama latihan bermain peran, pada posisi *top dog* konseli dapat mengungkapkan semua yang pernah dilontarkan oleh kakak kelasnya seperti *"kamu anak juragan telur ya? Pasti kamu kaya raya kan? Aku belikan makan di tempatnya mbak cantik itu, sama jus mangga ya. Sekarang!!"* Ketika pada posisi *under dog* konseli dapat mengungkapkan apa yang menjadi keinginan dan perasaannya, seperti "*Butuh mas, aku butuh. Buat ngerjain tugas mas. Jangan seenaknya mas ambil, kan aku juga sudah sering memberi uang mas, masak itu juga mau diambil? Kan itu baru beli*". Konseli masih merasa takut tetapi konseli masih merasa takut.

**2) Pertemuan 2**

**a) HM (Konseli 1)**

Pada pertemuan kedua latihan bermain peran, pada posisi peran *topdog* konseli agak ragu untuk mengungkapkan walaupun sudah menunjukkan kemajuan daripada pertemuan pertama. Pada posisi

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

*underdog*, konseli sudah bisa mengungkapkan perasaan konseli selama ini ketika konseli di-*bully*. Konseli sudah merasa lega tetapi konseli mengeluh karena konseli ketika melihat wajah temannya yang pernah mem-*bully* konseli merasa malu dan takut. Konseli mengatakan *"Lega pak, sebenarnya saya bisa ya pak. Tapi kalau lihat wajahnya itu lo pak saya jadi malas dan takut untuk ngomong".*

**b) VN (Konseli 2)**

Pada pertemuan kedua latihan bermain peran, pada posisi *topdog* konseli sedikit dapat mengungkapkan tetapi konseli menghentikan ketika menyinggung fisik yang dilontarkan. Dengan konseli mengatakan *"gendutmu itu lho berlebihan gak wajar, gitu aja kamu kok tetep sombong" udah ya pak ?"*. Konseli terlihat malu karena mukanya merah dan dia menundukkan kepala. Pada peran *underdog*, konseli sudah mulai sedikit demi sedikit mengungkapkan perasaannya ketika diejek oleh temannya. Dengan konseli mengatakan "Kalau kamu malu, kamu *gak* usah berteman denganku *gak* apa-apa daripada aku kamu kayak *giniin.* Rasanya *gak* enak. Sakit hati ya asal kamu tahu" Konseli sudah merasa lega, tetapi konseli mengeluh karena teman konseli adalah orang yang sangat cerewet dan konseli merasa pasti tidak bisa berbicara apa-apa. *"Lega pak, sebenarnya saya bisa ya pak. Tapi dia itu orangnya cerewet banget lho pak"*

**c) NP (Konseli 3)**

Pada pertemuan kedua latihan bermain peran, pada peran *topdog* konseli sudah dapat mengungkapkan walaupun konseli masih terlihat

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

tegang. Pada peran *underdog* konseli sudah dapat mengungkapkan perasaannya. Dengan konseli mengatakan "*Kamu jangan mengancam aku, hanya karena gak mau nyonteki bukan berarti kamu bisa mengancam aku seenaknya".* Tetapi konseli masih merasa cemas, konseli ragu dengan kemampuan yang dimilikinya, konseli merasa tidak bisa melakukan apa-apa atau konseli merasa tidak berguna. Dengan konseli mengatakan "*Lega pak. Tapi apa saya bisa ya pak gak cemas lagi? Soalnya setiap apa-apa saya selalu merasa tidak bisa".*

**d) FH (Konseli 4)**

Pada pertemuan kedua latihan bermain peran, pada peran *topdog* konseli sudah dapat mengungkapkan apa yang pernah dilontarkan oleh teman-teman konseli. *"kalau ada acara pensi di sekolah kamu yang mewakili ya, kan kamu artis shoimah, pasti pintar nyanyi. Tapi shoimah kok badannya gede kayak gardu"*. Pada posisi *underdog* konseli dapat mengungkapkan perasaan dan apa yang diinginkan. Dengan konseli mengatakan "*Kenapa kalau badanku gede? Kamu ada masalah? Aku mensyukurinya. Kalau kamu gak terima, jangan begitu caranya"* Tetapi konseli merasa ragu apakah bisa menghilangkan rasa malunya, selain itu konseli merasa tidak percaya diri karena konseli merasa kata yang dilontarkan teman-teman memang benar. "*Lega pak. Tapi apa saya bisa ya pak gak malu lagi? Soalnya memang benar kata teman-teman badan saya gede, tapi saya gak bisa apa-apa pak. Saya tidak percaya diri pak."*

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

**e) DN (Konseli 5)**

Pada pertemuan kedua latihan bermain peran, pada peran *topdog* konseli sudah dapat mengungkapkan semua apa yang pernah dilontarkan oleh kakak kelasnya, seperti "*Pokoknya sebelum kamu masuk ke kelas, kamu harus belikan aku makan, teman-temanku juga. Kamu jangan lupa, itu PR kamu. Awas kalau lupa"* Pada posisi *underdog* konseli juga sudah bisa mengungkapkan semua perasaan dan keinginannya, seperti "*Aku gak punya uang banyak mas, maaf aku tidak bisa. Kenapa harus aku yang membelikan mas? Kan mas dengan teman-teman punya uang saku sendiri"*. Tetapi konseli ragu apakah konseli bisa menghilangkan rasa takut yang selama ini menghinggapinya. Dengan konseli mengatakan *"Lega pak. Tapi saya bisa gak ya pak?saya bisa gak menghilangkan rasa takut saya".*

**3) Pertemuan 3**

**a) HM (Konseli 1)**

Pada pertemuan ketiga latihan bermain peran, pada peran *topdog* konseli sudah dapat melontarkan semua yang pernah diungkapkan oleh temannya. Konseli mengatakan apa yang pernah dikatakan temannya "*sok pintar, sukanya cari muka di depan guru. Pokoknya besok kan aku satu kelompok sama kamu, semua harus kamu yang ngerjain kan kamu sering cari muka sama guru.*". Pada posisi *underdog* konseli juga sudah mulai bisa mengungkapkan apa yang menjadi keingiinanya dan perasaannya. Konseli mengatakan *"Aku gak mau, aku bukan babu kamu. Kalau pengen dapat nilai ya kerjain dong masak aku terus. Ini kan tugas*

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

*kelompok. sebenarnya guru juga udah tahu kamu ngerjain apa gak"*. Pada latihan ketiga ini konseli menyadari bahwa konseli sebenarnya bisa menjadi dirinya sendiri sesuai dengan keinginannya. Dengan konseli mengatakan *"Lega pak, sebenarnya saya bisa ya pak."*

**b) VN (Konseli 2)**

Pada pertemuan ketiga latihan bermain peran, pada peran posisi *topdog* konseli sudah dapat mengungkapkan apa yang pernah dilontarkan oelh temannya. Dengan konseli mengatakan apa yang pernah dikatakan oleh temannya *" kamu itu kayak bapakmu hitam dan gendut kayak babi aja, tentara apa bapak kamu itu, tentara gadungan. Mentang-mentang bapakmu tentara, kamu sombong gak mau membaur dengan kita? Suka pamer bawa laptop. Sombong!"*. Pada posisi *underdog* konseli juga sudah mulai bisa mengungkapkan apa yang menjadi keinginannya. dengan konseli mengatakan *"Aku begitu bukannya sombong tapi memang aku kalau belum kenal ya diam aja, karena aku orangnya pemalu. Jadi aku harus didekati duluan baru berani ngomong"*. Konseli merasa lega dan berharap dapat menghilangkan rasa takutnya.

**c) NP (Konseli 3)**

Pada pertemuan ketiga latihan bermain peran, pada peran posisi *topdog* konseli sudah mengeluarkan semua perkataan yang pernah dilontarkan oleh temannya, seperti "*sekarang kamu udah mulai berani, liat aja nanti. Awas !" terus teman-teman yang lain juga ikut-ikutan begini pak "dasar sok pintar, cari muka di depan guru ya ? gak ayu tapi gaya banget! Awas ya kalau gak mau kasih jawaban waktu ulangan*

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

*besok!"* Pada posisi *underdog* konseli sudah mengeluarkan emosi, perasaan, dan keinginannya. Dengan konseli mengatakan "*Aku gak cari muka di depan guru tapi aku gak mau kasih contekan karena aku sudah capek, kamu tidak mau belajar. Kamu mau enaknya aja. Terus aku yang belajar dari kemarin dengan enak kamu mencontek. Lha aku? Ya rugi".* Konseli sudah terlihat tegas terhadap diri sendiri. Konseli merasa lega dan merasa berkurang kecemasannya.

**d) FH (Konseli 4)**

Pada pertemuan ketiga latihan bermain peran, pada peran posisi *topdog* konseli sudah mengeluarkan semua perkataan yang pernah dilontarkan oleh temannya walaupun masih dengan rasa malu, seperti *"kalau ada acara pensi di sekolah kamu yang mewakili ya, kan kamu artis shoimah, pasti pintar nyanyi. Tapi shoimah kok badannya gede kayak gardu. Apa gak lucu. Coba sekarang kamu jadi sinden, pakai konde besar. Pasti cocok" terus mereka tertawa pak".* Pada peran *underdog* konseli sudah dapat mengungkapkan apa yang menjadi keinginannya. Dengan konseli mengatakan *"Kenapa kalau badanku gede? Kamu ada masalah? Aku mensyukurinya. Kalau kamu gak terima, jangan begitu caranya. Kamu tiap hari mengejek aku, iya dulu-dulu aku masih terima. Tapi kalau sekarang gak lagi. Aku anggap kamu sudah keterlaluan"*. Konseli menyadari bahwa sebenarnya konseli mampu untuk menjadi diri sendiri. *"Lega pak, ternyata saya bisa ya pak*".

**e) DN (Konseli 5)**

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

Pada pertemuan ketiga latihan bermain peran, pada peran posisi *topdog* konseli sudah mengeluarkan semua perkataan yang pernah dilontarkan oleh kakak kelasnya, seperti *"Kalau di kelas begini pak "heh, DN mana? Sini minta uangmu, cepat berikan. Kalau aku minta uang segini palingan uang kamu juga banyak, kan bapakmu kaya, pasti kalau segini kayak receh".* Pada peran *underdog* konseli mampu untuk meluapkan emosi, keinginan, dan perasaannya. Dengan konseli mengatakan "*Tidak mas, tapi saya memang tidak punya uang. Dan saya memang gak berani, tapi kalau terus seperti ini saya ya capek mas. Silakan mau mengancam saya apa aja aku gak takut !"*. Konseli merasa sudah tidak takut lagi. Konseli menjadi yakin kalau sudah mampu untuk menjadi diri sendiri. Dengan konseli mengatakan "*Saya lega pak, saya merasa tidak takut pak".*

**4) Pertemuan 4**

**a) HM (Konseli 1)**

Pada pertemuan keempat ini, setelah tiga kali latihan bermain peran pada teknik kursi kosong konseli merasa lega dan konseli menyadari bahwa sebenarnya konseli mampu untuk menolak mengerjakan semua tugas kelompok, *"Ada pak, saya menjadi lega. Saya menjadi yakin kalau diri saya mampu sebenarnya untuk sekedar menolak"* . Pada peran posisi *topdog* konseli sudah mengungkapkan semua yang perkataan teman yang mem-*bully* konseli dengan konseli mengatakan apa yang pernah dikatakan temannya *"sok pintar, sukanya cari muka di depan guru. Pokoknya besok kan aku satu kelompok sama*

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

*kamu, semua harus kamu yang ngerjain kan kamu sering cari muka sama guru. Terus kalau minggu depan presentasi pokoknya juga harus kamu yang bagian menjawab pertanyaan, aku maunya bagian moderator aja ”.* Pada peran posisi *underdog* konseli sudah mampu untuk tegas terhadap diri sendiri, dan konseli sudah berani untuk memberikan solusi dalam mengerjakan tugas kelompok, dengan konseli mengatakan “*gak ! kita bagi aja bagiannya kalau kayak gitu aku yang remok. Terserah kamu mau apa tidak ngerjain apa tidak, kalau kelompok sekarang kita bagi aja biar dapat bagian semua”.*

**b) VN (Konseli 2)**

Pada pertemuan keempat ini, setelah tiga kali latihan bermain peran pada teknik kursi kosong konseli merasa lega dan konseli yakin bahwa konseli dapat membela diri ketika teman-temannya mengejek. Dengan konseli mengatakan *“Ada pak, saya menjadi lega. Saya menjadi yakin kalau diri saya mampu sebenarnya untuk membela diri pak kalau teman-teman mengejek”.* Pada peran *topdog* konseli sudah dapat mengungkapkan semua yang pernah dikatakan oleh temannya dan konseli sudah tidak terlihat malu ataupun takut. Pada peran *underdog* konseli sudah mengungkapkan semua yang menjadi keinginan dan perasaannya. Konseli sudah tidak merasa malu ketika menyinggung fisik, konseli sudah dapat menerima dirinya. Konseli merasa sudah bisa melawan rasa takut. Dengan konseli mengatakan *“Aku gak manja, kalau memang semua yang aku mau dikabulkan oleh orangtuaku itu karena mereka mampu dan sayang sama aku. Toh barang yang aku minta buat*

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

*keperluan belajarku juga! Jadi aku harap kamu jangan menghina atau menyimpulkan sesuatu yang belum kamu ketahui benarnya"*

**c) NP (Konseli 3)**

Pada pertemuan keempat ini, setelah tiga kali latihan bermain peran pada teknik kursi kosong konseli merasa lega dan konseli yakin bahwa konseli dapat mengurangi sedikit demi sedikit rasa cemas. Dengan konseli mengatakan "*Ada pak, saya menjadi lega. Saya menjadi yakin sedikit demi sedikit saya bisa mengurangi rasa cemas saya pak"* Pada peran *topdog* konseli sudah dapat mengungkapkan semua yang pernah dikatakan oleh teman-temannya walaupun konseli masih terlihat cemas dan mukanya agak tegang. Pada peran posisi *underdog* konseli sudah bisa mengungkapkan apa yang menjadi keinginan dan perasaannya. Dengan konseli mengatakan "*Gak mau! Aku sudah capek, harusnya kamu mengerti! Jangan paksa aku lagi! Kamu itu tiap ulangan nyontek terus , PR juga gitu. Aku capek. Kamu gak mau mengerti kalau aku sakit hati kamu gituin terus, kalau gak nyonteki aku kamu ejek seenak kamu!".* Selain itu konseli sudah dapat menolak bahwa konseli tidak mau untuk memberikan contekan kepada teman-temannya. Konseli merasa lega tetapi masih sedikit merasa cemas dan konseli dapat menumbuhkan percaya dirinya.

**d) FH (Konseli 4)**

Pada pertemuan keempat ini, setelah tiga kali latihan bermain peran pada teknik kursi kosong konseli merasa yakin dapat mengurangi rasa malu dan takut. Dengan konseli mengatakan "*Ada pak, saya menjadi*

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

*lega. Saya menjadi yakin sedikit demi sedikit saya bisa mengurangi rasa malu dan takut saya pak".* Pada posisi *topdog* memang konseli sudah dapat mengungkapkan semua yang dikatakan oleh teman-temannya tetapi wajah konseli terlihat memerah karena mungkin masih merasa malu. Pada posisi *underdog* konseli sudah dapat mengungkapkan semua yang menjadi keinginan dan perasaannya. Konseli menyadari bahwa dirinya mampu.

**e) DN (Konseli 5)**

Pada pertemuan keempat ini, setelah tiga kali latihan bermain peran pada teknik kursi kosong konseli merasa sudah dapat mengurangi rasa takutnya. Dengan konseli mengatakan *"Ada pak, saya menjadi lega. Saya menjadi bisa mengurangi rasa takut saya pak, saya dulu sangat takut sekali bu, sampai jantung saya berdegup kencang. Tapi sekarang sudah tidak bu"*. Pada posisi *topdog* konseli mengungkapkan semua yang pernah dikatakan oleh kakak kelasnya tanpa rasa takut dan malu lagi, seperti *"Pokoknya sebelum kamu masuk ke kelas, kamu harus belikan aku makan, teman-temanku juga. Kamu jangan lupa, itu PR kamu. Awas kalau lupa! Gak bakal selamat pulangmu! Diingat-ingat itu, jangan Cuma didengerin dari kuping kanan keluar dari kuping kiri!"* Pada posisi *underdog,* konseli sudah dapat mengungkapkan apa yang menjadi keinginannya dan perasaannya selain itu konseli sudah berani dan tidak takut terlihat dari cara konseli menolak untuk memberikan barangnya ketika ada peran kakak kelas meminta barangnya, seperti "*Butuh mas, aku butuh. Buat ngerjain tugas mas. Jangan seenaknya mas ambil, kan*

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

*aku juga sudah sering memberi uang mas, masak itu juga mau diambil? Kan itu baru beli.dan aku gak mau pamer mas, modem itu aku beli pakai uang tabunganku sendiri! jadi aku gak mau memberikan modemku, terserah mas mau ngapain aja. Aku udah gak peduli. Dan mas gak bisa selalu memaksa aku terus menuruti keinginan mas yang aneh-aneh itu!"*

**5) Pertemuan 5**

**a) HM (Konseli 1)**

Pada pertemuan kelima latihan bermain peran teknik kursi kosong, konseli sudah dapat meluapkan emosinya. Pada posisi *topdog* konseli mengungkapkan semua yang dikatakan oleh temannya yang tidak hanya mengejek konseli dengan mengatakan "sok pintar" tapi juga mengejek pacar konseli. Konseli mengatakan apa yang pernah dikatakan temannya *"cowok kamu itu buta, gak liat kamu sebenarnya. Cuma manfaatin tok. Kamu itu goblok di suruh beliin pulsa beliin ini itu, mau aja. Gak mungkin cowokmu itu bener-bener sayang sama kamu"*. Pada posisi *underdog* konseli dapat meluapkan semua emosi dan mengungkapkan semua apa yang menjadi keinginan, perasaan, dan semua pikiran konseli yang selama ini terpendam. Konseli mengatakan *"Darimana kamu tahu dia gak sayang? Jangan seenaknya ngomong. Aku itu selama ini kamu suruh ini itu, semuanya aku turutin. Kalau satu kelompok sama kamu aku semua yang ngerjain. Aku sekarang jadi anak yang penakut. aku capek. Aku udah gak mau lagi jadi seperti ini."* Konseli merasa sangat lega.

**b) VN (Konseli 2)**

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

Pada pertemuan kelima latihan bermain peran teknik kursi kosong, pada posisi *topdog* konseli sudah bisa mengungkapkan semua yang dikatakan oleh teman-temannya dan konseli sudah tidak merasa malu. Seperti konseli memerankan apa yang diaktakan oleh temannya *" kamu itu kayak bapakmu hitam dan gendut kayak babi aja, tentara apa bapak kamu itu, tentara gadungan. Mentang-mentang bapakmu tentara, kamu sombong gak mau membaur dengan kita? Suka pamer bawa laptop. Sombong! Sana ngadu bapakmu yang tentara itu, aku gak takut. Kamu kan anak manja, sana ngadu. Anak mama, ke laut aje!"* Pada posisi *underdog* konseli sudah bisa meluapkan emosi dan bisa mengungkapkan apa yang semua diinginkan dan perasaannya selama ini. Konseli merasa sudah tidak takut lagi. "*Sangat lega pak, saya ternyata bisa melawan rasa takut pak."*

**c) NP (Konseli 3)**

Pada pertemuan kelima latihan bermain peran teknik kursi kosong, pada peran posisi *topdog* konseli mengungkapkan semua perkataan teman-temannya yang mengejek konseli pelit ataupun sok pintar dan konseli tidak terlihat takut lagi. Pada posisi *underdog* konseli sudah dapat mengungkapkan semua apa yang dipikirkan dan konseli sudah terlihat tegas terhadap dirinya sendiri. Dengan konseli mengatakan "*Aku gak sok pintar, tapi aku ingin kamu belajar. Biar nanti kamu bisa mengerti pelajaran"*

**d) FH (Konseli 4)**

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

Pada pertemuan kelima latihan bermain peran teknik kursi kosong, pada peran posisi *topdog* konseli mengungkapkan semua perkataan teman-temannya walaupun masih banyak dipandu peneliti dan konseli terlihat sedikit malu. Pada posisi *underdog* konseli sudah dapat mengungkapkan semua yang menjadi keinginannya yaitu teman-temannya berhenti mengejeknya. Dengan konseli mengatakan *"Kamu gak capek ya mengejek aku terus-terusan? Aku aja yang dengerin capek. Sudahlah, berhenti! Aku sudah tidak kuat mendengarnya !"*. Konseli dapat mengatakan dengan tegas. Konseli merasa lega dan yakin terhadap dirinya.

**e) DN (Konseli 5)**

Pada pertemuan kelima latihan bermain peran teknik kursi kosong, pada peran posisi *topdog* konseli mengungkapkan semua yang dikatakan kakak kelasnya tanpa rasa takut lagi. Dan pada posisi *underdog* konseli sudah dapat mengungkapkan semua pikiran dan keinginannya. Selain itu konseli sudah dapat dengan tegas menolak untuk memberikan barang atau uangnya, seperti "*Aku gak mau mas. Aku gak banyak uang. Apalagi untuk beliin semua teman-teman mas. Maaf mas, aku gak punya uang. Aku mendengarkan, tapi aku gak mau menuruti mas. Gak ada untungnya buat aku juga. Mas mau mengancam aku? Aku gak takut mas, silakan saja. Yang nentuin selamat apa gak itu bukan mas! Kalau mas mau helm itu ya beli, jangan kerjaannya cuma minta aja*". Emang mas pikir aku toko serba ada? Toko serba ada *aja* bayar. Ini kok minta gratis! Enak *aja!*Konseli merasa tidak takut lagi.

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

**6) Pertemuan 6**

**a) HM (Konseli 1)**

Pada pertemuan keenam latihan bermain peran kursi kosong, pada posisi *topdog* konseli dengan tegas mengungkapkan semua yang pernah dikatakan oleh temannya tanpa rasa ragu ataupun malu lagi. Pada posisi *underdog* konseli mengungkapkan semua keinginannya dengan tegas, tanpa ragu ataupun takut lagi. Konseli terlihat tegas terhadap diri sendiri.

**b) VN (Konseli 2)**

Pada pertemuan keenam latihan bermain peran kursi kosong, pada posisi *topdog* konseli mengungkapkan semua yang dikatakan oleh teman-temannya dan konseli sudah tidak peduli saat konseli memerankan temannya yang berkata tentang fisik konseli. Pada posisi *underdog* konseli mengungkapkan dengan tegas dan meminta temannya untuk berhenti mengejeknya.

**c) NP (Konseli 3)**

Pada pertemuan keenam latihan bermain peran kursi kosong, pada posisi *topdog* konseli sudah tidak cemas lagi, konseli lebih berani mengungkapkan semua yang dikatakan oleh teman-temannya. Pada posisi *underdog* konseli sudah tidak malu, cemas, dan takut untuk mengungkapkan semua perasaan dan yang diinginkan oleh konseli.

**d) FH (Konseli 4)**

Pada pertemuan keenam latihan bermain peran kursi kosong, pada posisi *topdog* konseli mengungkapkan semua yang pernah dikatakan oleh

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

teman-temannya. Pada posisi *underdog* konseli sudah mengungkapkan semua apa yang diinginkan, perasaannya selama ini tanpa rasa malu lagi.

**e) DN (Konseli 5)**

Pada pertemuan keenam latihan bermain peran kursi kosong konseli terlihat sudah dapat menghilangkan rasa takut dan cemasnya. Pada peran *topdog* konseli sudah mengungkapkan tanpa ragu perkataan yang pernah dilontarkan oleh kakak kelasnya. Pada posisi *underdog* konseli dapat mengungkapkan semuanya apa yang diinginkan dan perasaannya. Selain itu konseli sudah terlihat tegas terhadap diri sendiri.

**4. Pengakhiran Konseling**

**a. Pengambilan Keputusan**

Pada tahap ini peneliti membantu konseli untuk mengambil keputusan untuk membela diri atau hanya diam dan menuruti tuntutan lingkungan yang selama ini dialami konseli. "*Setelah berlatih teknik kursi kosong, apa yang akan kamu lakukan membela diri sesuai keinginan kamu atau menuruti tuntutan lingkungan kamu?".*

**1) HM (Konseli 1)**

Konseli akan membela diri dengan mengungkapkan keinginan konseli. Dengan konseli mengatakan *"Saya akan membela diri saya pak, karena memang saya gak mau seperti dulu, serasa diinjak-injak".* Dan konseli akan mencoba untuk mengungkapkannya hati-hati agar tidak menyinggung perasaan teman-teman konseli.

**2) VN (Konseli 2)**

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

Konseli akan mencoba mengungkapkan keinginan yang sebenarnya kepada temannya karena konseli tidak ingin masalah ini semakin parah. Dengan konseli mengatakan *"Membela diri pak, karena kalau saya pikir lagi kalau didiamkan pasti EL akan lebih parah mengejek saya pak. Dan saya tidak mau"*. Dengan konseli mencoba mendekati atau membaur dengan teman-temannya karena konseli tidak mau dianggap lagi tidak bisa membaur.

**3) NP (Konseli 3)**

Konseli akan mencoba membela diri dan mengungkapkan perasaannya selama ini karena konseli takut kalau dibiarkan konseli takut semakin merasa cemas dan pada akhirnya akan stres sendiri. dengan konseli mengatakan "*Membela diri pak, karena kalau saya diam saja dan selalu merasa cemas nanti saya malah stres pak".*

**4) FH (Konseli 4)**

Konseli ingin membela diri sesuai keinginannya dan mengungkapkan bagaimana perasaannya selama ini ketika teman-temannya mengejek. Dengan konseli mengatakan "*Membela diri pak, karena kalau saya biarkan, teman-teman semakin keterlaluan pak."* Saya capek Konseli tidak mau kalau dibiarkan teman-teman konseli semakin keterlaluan dan konseli merasa sudah lelah.

**5) DN (Konseli 5)**

Konseli akan mengumpulkan keberanian dan mencoba untuk membela diri sesuai dengan keinginannya selama ini yang membuat konseli

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

merasa menjadi orang tidak berguna. Kalau konseli membiarkan konseli merasa semakin gila kalau terus memikirkan hal ini. Dengan konseli mengatakan "*Membela diri pak, karena kalau saya biarkan ya nanti saya yang lama-lama gila sendiri pak"*selain itu "*Saya juga ingin mengungkapkan pada kakak kelas saya pak, saya gak mau di palak lagi".*

**b. Diagnosis Perasaan-Perasaan Konseli Setelah Bermain Peran**

Pada tahap ini peneliti mendiagnosis perasaan konseli setelah melakukan latihan bermain peran. *"Bagaimana perasaan kamu setelah berlatih bermain peran kursi kosong? Apakah ada perubahan dari sebelum berlatih dan setelah berlatih?"*.

**1) HM (Konseli 1)**

Konseli merasa masih takut tetapi tidak seperti sebelum melakukan latihan bermain peran teknik kursi kosong dan konseli sudah percaya diri dengan apa yang ada pada dirinya. Dengan konseli mengatakan *"Saya sekarang memang masih takut pak, tapi takutnya sudah tidak seperti dulu pak. Dan saya merasa percaya diri pak".*

**2) VN (Konseli 2)**

Konseli merasa sudah tidak khawatir dan takut lagi. Tetapi konseli masih merasa malu dan tidak percaya diri karena fisiknya yang sedikit berbeda dengan teman-temannya. Dnegan konseli mengatakan *"Saya sudah tidak khawatir lagi pak, tapi saya yakin kalau saya tidak takut lagi pak. Tapi saya masih merasa malu dan gak percaya diri sebenarnya pak"*

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

**3) NP (Konseli 3)**

Konseli masih merasa cemas tetapi tidak seperti dulu lagi dan konseli sudah percaya diri dengan apa yang dilakukan dan apa yang ada pada dirinya. Dengan konseli mengatakan "*Saya masih cemas pak, tapi sudah tidak seperti dulu lagi pak. Sudah rasanya nyaman. Terus sekarang sudah percaya diri dengan apa yang saya lakukan pak. Soalnya saya masak mau seperti ini terus pak".*

**4) FH (Konseli 4)**

Konseli masih merasa malu tetapi tidak seperti sebelum diberi latihan bermain peran teknik kursi kosong tetapi konseli sudah tidak takut lagi. Dengan konseli mengatakan *"Saya masih malu pak, tapi saya tidak takut lagi pak"*

**5) DN (Konseli 5)**

Konseli merasa sudah berani dan sudah tidak takut lagi. Tetapi konseli masih berpikiran negatif terhadap dirinya sendiri. Dengan konseli mengatakan "*Saya sudah tidak takut pak, tapi saya masih berpikiran negatif pak".*

**c. Evaluasi efektivitas individu dan evaluasi diri**

Pada tahap ini peneliti mempersilakan konseli untuk menyampaikan pengalaman apa yang didapatkan selama proses pertemuan konseling iindividu. "*Pengalaman apa yang bisa kamu dapatkan dari berlatih peran selama enam kali berlatih?".*Setiap konseli menjawab sesuai dengan pendapat dan pengalaman masing-masing.

**1) HM (Konseli 1)**

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

Konseli mengatakan untuk mengungkapkan apa yang menjadi keinginan itu sulit tapi dengan berlatih dan yakin pasti bisa untuk menjadi pribadi yang mandiri dan tegas. Dengan konseli mengatakan *"Memang untuk mengungkapkan sesuatu yang ada dalam hati itu sulit pak, tapi kalau kita berlatih ternyata bisa pak, dan saya menjadi yakin pada diri saya pak".*

**2) VN (Konseli 2)**

Konseli mengatakan dengan berlatih bermain peran teknik kursi kosong bisa mengurangi rasa khawatir dan malu. Dengan konseli mengatakan *"Pengalaman saya, sebenarnya kalau mau berusaha berlatih seperti yang diajarkan bapak tadi pasti bisa mengurangi rasa malu dan rasa khawatir pada diri".*

**3) NP (Konseli 3)**

Konseli mengatakan dengan berlatih bermain peran teknik kursi kososng bisa mengurangi rasa cemas. Dengan konseli mengatakan "*Pengalaman saya, kalau kita yakin itu kita bisa menghilangkan rasa cemas kita ya pak. Tapi memang harus berlatih pak".*

**4) FH (Konseli 4)**

Konseli mengatakan dengan berlatih bermain peran teknik kursi kosong bisa mengurangi rasa takut, malu, dan menumbuhkan percaya diri. Dengan konseli mengatakan *"Pengalaman saya, kalau ada niat pasti bisa mengurangi rasa takut , malu dan meningkatkan percaya diri pak, tapi harus dengan berlatih".*

**5) DN (Konseli 5)**

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

Konseli mengatakan dengan berlatih bermain peran teknik kursi kosong bisa melawan rasa takut sehingga konseli menjadi berani. Dengan konseli mengatakan "*Pengalaman saya, kalau dengan berlatih itu bisa menghilangkan rasa takut dan saya jadi berani pak".*

**5. Evaluasi Hasil (*Posttest)***

Selama pelaksanaan konseling, peneliti mengamati perubahan sikap pada setiap konseli. Peneliti menanyakan mengenai perubahan pada diri konseli "*Apakah ada perubahan pada diri kamu setelah berlatih bermain peran teknik kursi kosong?".* Pada tahap ini peneliti menyebar angket *post-test* kepada konseli. Hasil dari posttest dapat dilihat pada tabel 4.2

**Tabel 4.2 Hasil skor *Post-Test***

| No | Subjek | Skor Pre-Test | Kriteria | Skor Post-Test | Kriteria | Beda |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | HM | 24 | Sangat Rendah | 14 | Agak Rendah | 10 |
| 2 | VN | 11 | Agak Rendah | 08 | Rendah | 03 |
| 3 | NP | 39 | Sangat Rendah | 21 | Agak Rendah | 08 |
| 4 | FH | 16 | Agak Rendah | 07 | Rendah | 09 |
| 5 | DN | 29 | Sangat Rendah | 07 | Agak Rendah | 22 |
| **Jumlah** | | **119** | | **57** | | **52** |

Dari tabel 4.2 maka dapat dilihat perincian perubahan tingkat harga diri dari setiap konseli , yaitu sebagai berikut :

**a. HM (Konseli 1)**

Dari hasil pretest sebelum diberi treatment menunjukkan skor 24 dan setelah diberi treatment hasil skor post test menunjukkan skor 10. Konseli

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

mengalami penurunan skor walaupun masih pada kriteria yang sama. Konseli mengungkapkan adanya perubahan pada dirinya yaitu sebelumnya konseli selalu mengerjakan tugas kelompok sendirian sekarang konseli dapat menolak secara halus dan mengajak teman satu kelompok untuk bekerja sama. "*Aku ya nggak mau kalau mengerjakan sendiri, ini kan tugas kelompok. Ayo kita kerjakan bersama dengan membagi tugas masing-masing, jadi semua kebagian mengerjakan"*

**b. VN (Konseli 2)**

Dari hasil pretest sebelum diberi treatment menunjukkan skor 11 dan setelah diberi treatment hasil skor post test menunjukkan skor 8. Konseli mengalami penurunan skor dari kriteria harga diri rendah menjadi kriteria agak rendah itu berarti konseli mengalami peningkatan harga diri. Konseli mengungkapkan adanya perubahan yaitu sebelumnya konseli tidak pernah membaur dengan teman sekelasnya, sekarang konseli mencoba mengajak berbicara teman sekelasnya. "*Aku minta diajarin matematika dong. Aku masih belum paham dari penjelasan guru tadi"* . Selain itu, pada satu teman perempuannya konseli sudah meminta maaf.

**c. NP (Konseli 3)**

Dari hasil pretest sebelum diberi treatment menunjukkan skor 39 dan setelah diberi treatment hasil skor post test menunjukkan skor 21. Konseli mengalami penurunan skor dari kriteria harga diri sangat rendah menjadi kriteria rendah, itu berarti konseli mengalami peningkatan harga diri. Konseli mengungkapkan adanya perubahan pada diri konseli yaitu dari sebelumnya konseli hanya diam saja ketika teman-temannya mengejek sekarang konseli

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

berani mengungkapkan pikirannya.*"Aku nggak pelit, tapi jangan mencontek waktu ujian. Ayo belajar bersama".*Konseli juga mengungkapkan sekarang teman-temannya mulai berkurang mengejek konseli.

**d. FH (Konseli 4)**

Dari hasil pretest sebelum diberi treatment menunjukkan skor 16 dan setelah diberi treatment hasil skor post test menunjukkan skor 7. Konseli mengalami penurunan skor dari kriteria harga diri rendah menjadi kriteria agak rendah, itu berarti konseli mengalami peningkatan harga diri. Konseli mengungkapkan perubahan yang ada pada dirinya yaitu sebelumnya konseli selalu diejek dan diam saja sekarang konseli sudah mulai berani untuk membela diri dengan mengatakan "*Jangan begitu, aku ya capek kamu ejek terus-terusan".* Setelah konseli berani membela diri, teman-teman konseli meminta maaf kepada konseli.

**e. DN (Konseli 5)**

Dari hasil pretest sebelum diberi treatment menunjukkan skor 29 dan setelah diberi treatment hasil skor post test menunjukkan skor 7. Konseli mengalami penurunan skor dari kriteria harga diri sangat rendah menjadi kriteria rendah, itu berarti konseli mengalami peningkatan harga diri. Konseli mengungkapkan ada perubahan pada dirinya yaitu sebelumnya konseli tidak mau menolak lagi ketika dipalak sekarang konseli mulai berani mengutarakan keinginannya kepada kakak kelas waktu dipalak. *"Maaf mas, aku tidak punya uang. Memang saya hanya adik kelas, tetapi tidak seharusnya mas memalaki seperti yang mas lakukan selama ini. Aku minta maaf kalau memang pernah ada salah sama mas".*

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. Deskripsi Data

Merujuk pada tabel 4.2 dapat diketahui bahwa jumlah hasil *pre-test* harga diri siswa sebesar 119 dan jumlah hasil *post-test* sebesar 57 dengan selisih sebesar 52 atau dapat dikatakan bahwa harga diri siswa mengalami peningkatan sebesar 52 dari saat siswa belum mendapatkan *treatment*. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa secara keseluruhan harga diri siswa yang mendapatkan *treatment* berupa konseling individu dengan teknik kursi kososng mengalami peningkatan.

Setelah diketahui data dari hasil *pretest* dan *postest* dilakukan analisis data menggunakan uji Wilcoxon dengan menggunakan bantuan SPSS 16 *for windows*. Dimana hasilnya dapat dilihat pada tabel 4.3 berikut:

**Tabel 4.3 Hasil Uji Wilcoxon *Pre-Test* dan *Post-Test***

**Descriptive Statistics**

| | N | Mean | Std. Deviation | Minimum | Maximum |
|---|---|---|---|---|---|
| Pretest | 5 | 23.80 | 10.986 | 11 | 39 |
| Posttest | 5 | 11.40 | 6.107 | 7 | 21 |

**Test Statistics[b]**

| | posttest – pretest |
|---|---|
| Z | -2.023[a] |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .043 |

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Berdasarkan tabel 4.3 di atas dapat diketahui bahwa sebelum siswa mendapatkan *treatment* hasil *pre-test* dari 5 orang siswa menunjukkan skor

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

minimal sebesar 11 dan skor maksimal sebesar 39 dengan *mean* sebesar 23,80 Setelah siswa mendapatkan *treatment* berupa konseling individu dengan menggunakan teknik kursi kosong maka skor *post-test* siswa menunjukkan nilai minimal sebesar 7 dan skor maksimal sebesar 21 dengan *mean* sebesar 11,40. Sedangkan nilai Wilcoxon pada *post-test* sebesar ($Z = -2{,}023^a$) dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0.043. Nilai *probability error post-test* kurang dari 0,05 ($p = 0.043 < 0.05$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat harga diri siswa antara sebelum dan sesudah mendapatkan *treatment* berupa konseling individu dengan teknik kursi kosong.

Dalam penelitian ini hipotesis yang diajukan adalah 1) $H_1$: teknik kursi kosong efektif untuk meningkatkan harga diri siswa korban *bullying*, 2) $H_0$: teknik kursi kosong tidak efektif untuk meningkatkan harga diri siswa korban *bullying*. Selanjutnya dari hasil pengujian hipotesis yang menggunakan uji beda *two related samples tests* Wilcoxon diperoleh nilai Wilcoxon sebesar ($Z = -2.023^a$) pada *post-test*, maka dapat disimpulkan bahwa $H_0$ ditolak dan $H_1$ diterima. Dengan kata lain, bahwa teknik kursi kosong efektif untuk meningkatkan harga diri 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