



## MENGATASI PERILAKU AGRESIF PELAKU BULLYING MELALUI PENDEKATAN KONSELING GESTALT TEKNIK KURSI KOSONG

Susanti Dyastuti 

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*  
Diterima Januari 2012  
Disetujui Februari 2012  
Dipublikasikan Agustus 2012

*Keywords:*  
Empty chair technic of counseling gestalt  
Bullies  
Agresive behaviour

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui upaya dan keberhasilan dalam mengatasi perilaku agresif siswa pelaku *bullying* melalui konseling gestalt teknik kursi kosong. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan dengan melaksanakan dua siklus. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah dua orang siswa pelaku *bullying* dan melakukan perilaku agresif. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara dan observasi. Sedangkan analisis datanya menggunakan analisis data kualitatif. Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya perubahan perilaku agresif pada diri kedua klien dan berkurangnya tingkat keagresifitas pada klien. Disimpulkan bahwa perilaku agresif siswa pelaku *bullying* dapat diatasi menggunakan konseling gestalt teknik kursi kosong

### Abstract

*The purpose of this research is to known effort and succesful in contend agresive behaviour of bully by counseling gestalt of empty chair technic. The kinds of this research is action research that have two cycle. Suject of this researchment is two bullies student dan doing agresive behaviour. Method that used in collecting data are interview and observation. Analysis of this researchment data are used analytic and qualitative data. Result of this researchment show changing of agresive behaviour on the bullies student and show decrease of clien agresivity. The conclusion of this researchment is agresive behavior of bullies student can prevent used counceling gestalt empty chair technic*

© 2012 Universitas Negeri Semarang

 Alamat korespondensi:  
Gedung A2, Kampus Sekaran Gunungpati, Semarang 50229  
E-mail: journalbkunnes@yahoo.com

ISSN 2252-6374

## Pendahuluan

Tindak kekerasan sering ditemui di sekolah. Kekerasan tersebut bisa berupa kekerasan fisik dan non fisik. Fenomena kekerasan di sekolah yang dilakukan oleh teman sebaya di Indonesia semakin lama semakin banyak bermunculan. Peristiwa-peristiwa kekerasan baik dalam bentuk fisik maupun non fisik, baik secara langsung maupun tidak langsung semacam ini yang sering disebut dengan *bullying*.

Menurut Priyatna (2010) *bullying* itu:

1. Tindakan yang disengaja oleh si pelaku pada korbananya, bukan sebuah kelalaian. Memang betul – betul disengaja.
2. Tindakan itu terjadi berulang-ulang, *bullying* tidak pernah dilakukan secara acak atau cuma sekali saja.
3. Didasari perbedaan power yang mencolok. Jadi, perkelahian diantara anak yang lebih kurang seimbang dari segi ukuran fisik maupun usia bukan merupakan kasus *bullying*. Dalam *bullying* si pelaku benar-benar berada diatas angin korbananya.

Peristiwa *bullying* juga terjadi di SMP Teuku Umar Semarang. Berdasarkan wawancara dengan guru BK dan siswa disekolah tersebut , ada dua orang siswa kelas VIII yang sering terlibat kasus di sekolah terkait dengan perilaku kekerasan terhadap teman-temannya. Peristiwa *bullying* yang dilakukan oleh siswa ini sering kali luput dari pengamatan guru maupun pihak sekolah. Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal yang seharusnya menjadi tempat yang nyaman, aman, tenang dan terbebas dari berbagai macam gangguan baik dari dalam maupun dari luar sekolah dan sekolah yang seharusnya memberikan fasilitas yang cukup bagi siswa, sehingga siswa pun dapat mengembangkan potensi dirinya secara maksimal. Namun, dengan adanya peristiwa *bullying* semacam ini membuat sebagian siswa merasa bahwa sekolah sudah menjadi tempat yang tidak aman lagi sehingga mereka pun enggan pergi ke sekolah. Oleh karena itu peristiwa *bullying* menjadi persoalan penting di sekolah-sekolah.

Tindakan atau perilaku *bullying* ini tentunya akan merugikan banyak pihak, tidak hanya korban *bullying*, akan tetapi juga bagi pelaku *bullying*. Haryana yang dikutip Indarini (Online at [http://www.detiknews.com/index.php/detik.read/tahun/2007/bulan/04/tgl/29/time/024012/idnews/773879/idkanal/10\[accessed 07Januari 2011\]](http://www.detiknews.com/index.php/detik.read/tahun/2007/bulan/04/tgl/29/time/024012/idnews/773879/idkanal/10[accessed 07Januari 2011])) mengatakan bahwa:

*Bullying* dari berbagai penelitian, ternyata

berhubungan dengan meningkatnya tingkat depresi, agresi, penurunan nilai akademik, dan tindakan bunuh diri. *Bullying* juga menurunkan skor tes kecerdasan dan kemampuan analisis para siswa. Para pelaku *bullying* berpotensi tumbuh sebagai pelaku kriminal, jika dibandingkan dengan anak – anak yang tidak melakukan *bullying*. Karena itu, tindakan ini akan merusak generasi penerus Indonesia apabila dibiarkan terus menerus.

Berdasarkan penjelasan diatas, siswa pelaku *bullying* memiliki kecenderungan agresifitas yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang bukan pelaku *bullying*. Untuk itu fokus utama peneliti adalah siswa pelaku *bullying* yang mengalami peningkatan agresi, yaitu siswa pelaku *bullying* yang melakukan tindakan agresifnya lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang bukan pelaku *bullying*. "Agresif secara *psikologis* berarti cenderung (ingin) menyerang kepada sesuatu yang dipandang sebagai hal yang mengecewakan, menghalangi atau menghambat" (KBBI: 1995: 12). Sedangkan agresif menurut Baron,dkk (dalam Supriyo,2008) merupakan "perilaku yang dimaksudkan menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikis". Berdasarkan penjelasan tersebut agresif bisa diartikan sebagai suatu bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti, menyerang maupun melukai seseorang atau objek lain dengan sengaja baik secara fisik maupun verbal. Menurut Anantasari (2006), anak-anak yang sering mengalami perilaku yang menyimpang atau perilaku agresifnya biasanya mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

Menyakiti/merusak diri sendiri, orang lain. Perilaku agresif termasuk yang dilakukan anak hampir pasti menimbulkan adanya bahaya berupa kesakitan yang dapat dialami oleh dirinya sendiri ataupun oleh orang lain.

Tidak diinginkan oleh orang yang menjadi sasarannya. Perilaku agresif, terutama agresi yang keluar pada umumnya juga memiliki sebuah ciri yaitu tidak diinginkan oleh organisme yang menjadi sasarannya.

Seringkali merupakan perilaku yang melanggar norma social. Perilaku agresif pada umumnya selalu dikaitkan dengan pelanggaran terhadap norma sosial. Dari berbagai ciri-ciri diatas,guru hendaklah memperhatikan perkembangan anak didiknya.Pemahaman lebih dini rupanya menjadi penting sehingga dapat dilakukan berbagai hal bijaksana yang dapat mengantisipasi perilaku agresif pada anak tersebut.

Perilaku agresif dibedakan menjadi dua jenis, yaitu agresif fisik dan agresif verbal. Agresif fisik meliputi (menyerang secara fisik sepe-

ti memukul, menendang, melempar, meninju, melukai, merampas dan perilaku yang bertujuan untuk menyakiti secara fisik) dan verbal meliputi (menyerang dengan kata-kata seperti menghina, memaki, mengumpat, mengolok-lolok, menyebar fitnah, mengadu domba, mengancam, main perintah, berteriak-teriak dan berbicara keras pada saat yang tidak semestinya).

Akibat dari perilaku agresif tersebut akan menghambat perkembangan para pelaku *bullying*. Apabila perilaku agresif ini terus menerus dipelihara dan tidak mendapatkan penanganan akan menimbulkan dampak negatif bagi para pelaku *bullying*, di antaranya pelaku *bullying* memiliki hubungan yang kurang baik dengan teman ataupun lingkungannya, prestasi akademik yang kurang baik dibandingkan dengan teman-teman lainnya, dan akan berpengaruh terhadap keterampilan dirinya, dengan demikian siswa pun tidak dapat berkembang secara maksimal.

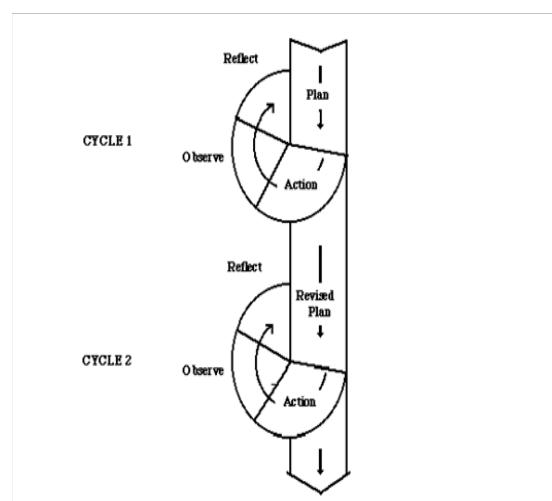
Berdasarkan rasional diatas, peneliti menggunakan pendekatan konseling gestalt untuk mengatasi masalah ini. Konseling gestalt dipilih karena sasaran utama terapi gestalt menurut Perls (Dalam Corey,2005) adalah pencapaian kesadaran. Tanpa kesadaran, klien tidak memiliki alat untuk mengubah kepribadiannya. Dengan kesadaran klien bisa memandang suatu masalah secara utuh dan menyeluruh, sehingga klien tidak memandang suatu masalah hanya dari satu sisi saja, namun bisa melihat pada sisi-sisi yang lain, dan bisa memposisikan dirinya dalam posisi *top dog* maupun *under dog*. Klien diajarkan berada dalam posisi *top dog* dan *under dog* melalui teknik kursi kosong. "Teknik kursi kosong bertujuan untuk membantu mengatasi konflik interpersonal dan intra personal" (Thompson 2004:191 dalam Gantina 2011). Teknik kursi kosong biasanya digunakan sebagai alat untuk membantu klien dalam memecahkan konflik-konflik interpersonal, seperti kemarahan pada seseorang, merasa diperlakukan tidak adil, dan sebagainya. Menurut Salfaria (2005:117) "tujuan pemakaian teknik kursi kosong adalah untuk mengakhiri konflik-konflik dengan jalan memutuskan urusan-urusan yang tidak selesai yang berasal dari masa lampau klien". Jadi melalui konseling gestalt teknik kursi kosong klien diajarkan untuk mampu berempati, mampu memahami kondisi korbannya serta mampu mengentaskan konflik-konflik di masa lalunya.

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu (1) bagaimanakah gambaran perilaku agresif siswa pelaku *bullying* sebelum diberikan konseling gestalt dengan teknik kursi kosong?, (2) bagaimanakah gambaran perilaku agresif siswa pelaku *bullying* selama proses diberikan konseling

gestalt dengan teknik kursi kosong? (3) bagaimanakah gambaran perilaku agresif siswa pelaku *bullying* setelah diberikan konseling gestalt dengan teknik kursi kosong? dan (4) apakah perilaku agresif siswa pelaku *bullying* dapat diatasi melalui pendekatan konseling gestalt teknik kursi kosong?. Adapun tujuan dari penelitian ini untuk (1) mendapatkan gambaran perilaku agresif sebelum diberikan konseling gestalt teknik kursi kosong, (2) mendapatkan gambaran perilaku agresif selama diberikan konseling gestalt teknik kursi kosong, (3) mendapatkan gambaran perilaku agresif setelah diberikan konseling gestalt teknik kursi kosong, dan (4) mengetahui apakah perilaku agresif pelaku *bullying* dapat diatasi melalui pendekatan konseling gestalt teknik kursi kosong.

## Metode

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian tindakan (*action research*). Menurut Arikunto (2006) "penelitian tindakan adalah penelitian tentang hal-hal yang terjadi di masyarakat atau kelompok sasaran dan hasilnya langsung dapat dikenakan pada masyarakat yang bersangkutan". Kegiatan penelitian tindakan dalam penelitian ini dilakukan secara timbal balik membentuk spiral. Kemmis, S (1988 dalam Triono 2009 yang dikutip oleh Tadji, Imam 2010:16) telah mengembangkan sebuah model sederhana dari siklus alami dari proses penelitian tindakan khas. Setiap siklus memiliki empat tahap: perencanaan, tindakan, pengamatan, refleksi. Seperti yang dijelaskan pada gambar berikut ini:



**Gambar 1.** Siklus Penelitian Tindakan

Perencanaan dalam penelitian tindakan ini maksudnya adalah “penyusunan rencana yang diarahkan pada pelaksanaan kegiatan atau program secara optimal dengan memperhatikan kondisi subjek sasaran serta faktor-faktor pendukung yang ada” (Sukmadinata. 2009). Tindakan merupakan pelaksanaan dari perencanaan yang telah dibuat. Dalam penelitian ini tindakan dilakukan dengan melaksanakan rencana tindakan konseling gestalt sesuai dengan tahap-tahap konseling gestalt seperti yang diungkapkan oleh Joyce dan Sill (dalam Gantina: 2011) mengatakan bahwa “proses konseling terjadi dalam tahapan tertentu yang fleksibel. Tiap-tiap tahap memiliki prioritas dan tujuan tertentu yang membantu konselor dalam mengorganisasikan proses konseling. Tahapan-tahapan tersebut yaitu *the begining phase, clearing the ground, the existential encounter, integration, dan ending*”. Dalam penelitian tindakan ini pengamatan dilakukan meliputi pengamatan proses dan hasil konseling berupa perubahan perilaku agresif klien, pengamatan dalam penelitian ini dilakukan melalui observasi. Menurut Tadjri (2010) “refleksi memerlukan perenungan terhadap apa yang telah dilakukan, kejujuran dan keberanian untuk mengungkapkannya. Dalam hal ini memerlukan bantuan dari orang lain untuk memahami permasalahan dirinya”. Untuk itu dalam penelitian ini diadakan diskusi antara peneliti dan konselor sekolah untuk merefleksi kegiatan yang dilakukan peneliti. .

Subjek dalam penelitian ini adalah “UB” dan “L”. Kedua siswa tersebut merupakan siswa kelas VIII yang mempunyai kasus agresif terhadap teman-temannya. Dalam penelitian ini pengumpulan data dilakukan dengan metode pengalaman dan pengungkapan. Pengalaman (*experience*) dilakukan dalam bentuk observasi rating scale. Sedangkan Pengungkapan (*enquiring*) dilakukan melalui wawancara. Pemerikasaan keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan metode triangulasi. Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi teknik

dan sumber. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan dua cara yaitu Model Miles dan Huberman dan analisis deskriptif persentase. Analisis data dari hasil wawancara dilakukan dengan Model Miles dan Huberman, sedangkan analisis data untuk hasil observasi dilakukan menggunakan analisis deskriptif persentase.

## Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan analisis terhadap data hasil observasi dari klien, diperoleh hasil pada Tabel 1.

Tabel 1 menunjukkan bahwa gambaran awal perilaku agresif pada klien berada dalam kategori tinggi. Namun diliat dari bentuk perlakunya perilaku agresif fisik berada dalam kategori yang tinggi pula dan perilaku agresif verbal berada dalam kategori yang sangat tinggi.

Selama diberikan konseling gestalt teknik kursi kosong, diperolah hasil bahwa ada perubahan perilaku agresif setiap siklusnya. Disajikan Tabel 1 perbedaan perilaku agresif klien selama konseling siklus 1 dan siklus 2.

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada siklus 1 perilaku agresif fisik berada pada kriteria rendah dan terjadi perubahan pada siklus 2 yaitu menjadi perilaku agresif dengan kriteria sangat rendah. Begitu pula dengan perilaku agresif verbal, pada siklus 1 berada pada kriteria cukup dan pada siklus 2 berubah menjadi kriteria rendah. Perubahan perilaku agresif klien ini terkait dengan adanya perbaikan pada pelaksanaan di siklus 2, dimana dilakukan perbaikan-perbaikan terhadap pelaksanaan siklus 1 yang kurang optimal. Sehingga pada siklus 2 lebih ditekankan pada bagian-bagian yang kurang optimal tersebut. Hasilnya pada pelaksanaan siklus 2 klien lebih mengerti dan lebih nyaman dalam pelaksanaan konseling dan berpengaruh terhadap perubahan perilaku agresif klien.

Selanjutnya setelah diberikan konseling gestalt teknik kursi kosong, perubahan perilaku agresif klien bisa dilihat dalam Tabel 3

**Tabel 1.** Hasil Observasi Gambaran Awal Perilaku Agresif Siswa Pelaku Bullying Selama Tiga Hari

Indikator Perilaku	n	N	Percentase	Kriteria Perilaku Agresif
Perilaku Agresif	208	255	81,5%	Tinggi
Agresif Fisik	106	135	78,51%	Tinggi
Agresif Verbal	102	120	85%	Sangat Tinggi

Keterangan :

N = Jumlah item pertanyaan X skor tertinggi X 3

n = rata-rata skor munculnya perilaku agresif selama 3 hari dari 2 orang klien

**Tabel 2.** Perbedaan perilaku agresif selama konseling gestalt siklus 1 dan siklus 2

Indikator Perilaku	Siklus 1				Siklus 2			
	n	N	Persentase	Kriteria	n	N	Persentase	Kriteria
Fisik	19,38	45	43,05%	Rendah	13,62	45	30,28%	Sangat rendah
Verbal	26	40	65%	Cukup	18,75	40	46,87%	Rendah

N = Jumlah item pertanyaan X skor tertinggi

n = rata-rata skor munculnya perilaku agresif 2 orang klien selama 1 siklus

**Tabel 3.** Hasil Observasi Gambaran Perilaku Agresif Siswa Pelaku Bullying Setelah Diberikan Konseling Gestalt Teknik Kursi Kosong

Indikator Perilaku	n	N	Persentase	Kriteria Perilaku Agresif
Perilaku Agresif	23,12	85	27,20%	Sangat Rendah
Agresif Fisik	10,87	45	24,16%	Sangat Rendah
Agresif Verbal	12,25	40	30,62%	Sangat Rendah

N = Jumlah item pertanyaan X skor tertinggi

n = rata-rata skor munculnya perilaku agresif dari 2 orang klien

Tabel 3 menunjukkan bahwa perilaku agresif pada klien mengalami perubahan. Hal ini ditunjukkan dengan menurunnya tingkat persentase perilaku agresif fisik maupun verbal pada klien, dimana setelah diberikan konseling gestalt teknik kursi kosong perilaku agresif fisik maupun verbal klien berada dalam kriteria yang sangat rendah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat persentase perilaku agresif klien selama dan setelah diberikan konseling gestalt teknik kursi kosong. Merujuk pada tabel 3.1 bahwa perilaku agresif klien sebelum diberikan konseling gestalt teknik kursi kosong berada pada kriteria yang tinggi hal ini disebabkan karena kesadaran dari klien untuk merubah perilakunya yang masih rendah. Sears (dalam Sugiyo, 2006) menyatakan bahwa untuk mengurangi perilaku agresi salah satunya dapat dilakukan dengan "Hambatan yang dipelajari" dan "Katarsis". Hambatan yang dipelajari maksudnya adalah belajar mengendalikan perilaku agresif itu sendiri, bukan karena takut dihukum atau karena ancaman. Sedangkan Katarsis sebagai bentuk pelepasan energi, maksudnya adalah jika seseorang merasa marah dan ingin melampiaskannya maka tindakan yang dilakukan selanjutnya akan mengurangi intensitas perasaannya. Berdasar dari dua upaya tersebut, maka peneliti memilih konseling gestalt dengan teknik kursi kosong. Asumsinya dengan konseling gestalt klien mempunyai kesadaran untuk merubah perilakunya tanpa paksaan dari siapapun dan melalui teknik kursi kosong klien mampu melampiaskan perasaannya, hal ini tentunya sesuai dengan yang diungkapkan oleh

Perls (dalam Corey:2005) bahwa sasaran utama terapi gestalt adalah pencapaian kesadaran.

Dengan diberikan konseling gestalt teknik kursi kosong bisa terlihat perubahan perilaku dari klien. Merujuk pada tabel 3.2 bahwa selama diberikan konseling gestalt klien menunjukkan adanya penurunan persentase pada siklus 1 ke siklus 2. Dan setelah diberikan konseling gestalt, perilaku agresif klien berada dalam kategori yang sangat rendah untuk perilaku agresif baik fisik maupun verbal. Hal ini menunjukkan bahwa sudah adanya kesadaran dari klien untuk memperbaiki perilakunya dan sudah terbentuknya empati dari klien sehingga mampu memahami posisi orang lain yang dibuktikan dengan menurunnya tingkat agresivitas klien.

## Simpulan

Dari temuan penelitian dan pembahasan yang dilakukan, disimpulkan bahwa perilaku agresif pelaku *bullying* berada dalam kategori tinggi sebelum diberikan konseling gestalt teknik kursi kosong. Dilihat dari bentuknya, perilaku agresif fisik berada dalam kategori tinggi dan perilaku agresif verbalnya berada dalam kategori sangat tinggi. Selama diberikan konseling gestalt teknik kursi kosong terjadi penurunan persentase yang diperkuat dengan berubahnya kategori pada siklus 1 dan siklus 2. Dan setelah diberikan konseling gestalt, perilaku agresif klien berada pada kriteria yang sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku agresif pelaku *bullying* bisa diatasi melalui konseling gestalt teknik kursi kosong. Dengan membantu klien berfikir secara

utuh dan menyeluruh terhadap suatu masalah, klien mampu berempati, mampu memahami kor-bannya dan selanjutnya pelaku dapat mengendalikan perilaku agresifnya bukan karena ancaman atau hukuman, melainkan karena keinginannya sendiri. Dengan berperan sebagai *top dog* maupun *under dog*, pelaku dapat melampiaskan dan mengungkapkan semua emosinya, sehingga untuk perilaku selanjutnya pelaku dapat mengontrol perilakunya.

### Ucapan Terimakasih

Puji syukur kehadirat Tuhan YME, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya kepada penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan penulisan manuskrip ini. Penulis mengucapkan terimakasih kepada Rektor Universitas Negeri Semarang sebagai pelindung, penanggung jawab dan pembuat kebijakan berkaitan dengan implementasi publikasi ilmiah di lingkungan universitas, kepada Tim Pengembang Jurnal, Dekan, Ketua Jurusan dan Ketua Prodi, Dewan Penyunting dan *Lay Outer* Jurnal Elektronik Prodi serta Mitra Bebestari dan pihak-pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian dan penulisan manuskrip.

### Daftar Pustaka

- Anantasari. 2006. *Menyikapi Perilaku Agresif Anak*. KANISUS, Yogyakarta
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. PT Asdi Mahasatya, Jakarta
- Corey, Gerald. 2005. *Teori dan praktik konseling dan psikoterapi*. PT Refika aditama, Bandung
- Indarini, Nurvita. 2007. *Awas!Bullying di Sekolah.* ] Online at <http://www.detiknews.com/index.php/detik.read/tahun/2007/> [accessed 01/07/2011]
- KBBI. 1995. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Balai Pustaka, Jakarta
- Komalasari, Gantina. 2011. *Teori dan Praktek Konseling*. PT Indeks, Jakarta
- Priyatna, Andi. 2010. *Let's End Bullying (Memahami, Mencegah dan Mengatasi Bullying)*. PT Elex media komputindo, Jakarta
- Safaria, Triantono. 2005. *Terapi dan Konseling Gestalt*. Graha Ilmu, Yogyakarta
- Sugiyo. 2006. *Psikologi Sosial*. FIP UNNES, Semarang
- Sukmadinata, Nana Syaodih. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan*. PT Remaja Rosdakarya, Bandung
- Supriyo. 2008. *Studi Kasus Bimbingan dan Konseling*. Semarang: CV Nieuw Setapak
- Tadjri, Imam. 2010. *Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling*. Widya Karya, Semarang