

SKRIPSI
UPAYA MENGATASI RASA TIDAK PERCAYA DIRI SISWA
KORBAN *BULLYING* MELALUI TEKNIK KURSI KOSONG
DALAM KONSELING INDIVIDU DI SMP
NEGERI 8 KOTA JAMBI

*Di Ajukan Sebagai Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan Pada Program Studi Bimbingan Dan Konseling FKIP
Universitas Jambi*



DISUSUN OLEH :
MUHAMMAD ALI AKBAR
A1E119083
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS JAMBI

2024

PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Jambi pada
tanggal 20 Mei 2024.

Judul Skripsi ; Upaya Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri Siswa Korban
Bullying Melalui Teknik Kursi Kosong Dalam Konseling Individu Di SMP
Negeri 8 Kota Jambi

Nama : Muhammad Ali Akbar

NIM : A1E119083

TIM PENGUJI

Nama / NIP	Jabatan	Tanda tangan
Drs. Rasimim, M.Pd NIP.196011051986031003	Ketua	
Rully Andi Yaksa, S.Pd, M.Pd NIK. 201706051012	Serkertaris	

Jambi, 20 Mei 2024
Ketua Program Studi

Drs. Nelyarhardi, S.Pd, M.Pd
NIP. 196009071985031004

PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Upaya Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri Siswa Korban Bullying Melalui Teknik Kursi Kosong Dalam Konseling Individu Di SMP Negeri 8 Kota Jambi

OLEH :

MUHAMMAD ALI AKBAR

NIM.A1E119083

Program studi bimbingan dan konseling

Skripsi ini disetujui oleh dosen pembimbing untuk di uji

Jambi, 10 Mei 2024

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

Drs. Rasimim, M.Pd

Rully Andi Yaksa, S.Pd, M.Pd

NIP.196011051986031003

NIK. 201706051012

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Ali Akbar

Nim : A1E119083

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Jurusan

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Upaya Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri Siswa Korban Bullying Melalui Teknik Kursi Kosong Dalam Konseling Individu Di SMP Negeri 8 Kota Jambi**” benar-benar merupakan karya saya sendiri dan bukan dari hasil jilplakan orang lain.

Apabila dikemudian hari penulis mengingkari pernyataan di atas, saya bersedia gelar keserjanaan saya segala yang melekat pada keserjanaan saya tersebut dibatalkan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan penuh kesabaran dan tanggung jawab.

Jambi, 20 Mei 2024

Muhammad Ali Akbar
NIM. A1E119083

MOTTO

” Kamu bisa tahan tanpa makan dan minum tapi enggak bisa hidup sedikitpun tanpa harapan”

PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan hidayah-Nya. Kepersembahkan skripsi ini kepada kedua orang tuaku, pintusurgaku, dan panutanku, ayahanda Bakri dan ibunda Verakurniati yang selaluberjuang untuk kehidupan penulis tidak peduli panasnya matahari dan derasnyahujan, mereka memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliah, namun mereka mampumendidik, memotivasi, memberikan dukungan kasih sayang, serta doa yang tidak ada habisnya hingga penulis mampumenyelesaikan studinya sampai sarjana.

Teruntuk kedua kakak penulis yaitu Rini widyastuti dan Riyanti Ananda, terimakasih atas apa yang kalian berikan baik itu semangat maupun biaya yang membuat penulis sampai bisa menyelesaikan Pendidikan S1 ini, sekali lagi penulis mengucapkan terimakasih dari lubuk hati terdalam. Teruntuk Adik saya Rizki Fitria Oktaviani yang selalu menjadi *support system* dalam bentuk hiburan kepada penulis.

Dan orang yang tidak kalah pentingnya teman penulis yaitu Fery Yachop sinaga., Muhammad Apri shapari, S.Pd., Erlangga Apriwijaya., Arya Dyan Fasya., Melani, S.Pd., Humaira., dan yang terakhir Silvia Aprilia., terima kasih kepada kalian telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis, telah mendukung, menghibur, mendengar keluh kesah, serta telah berkontribusi banyak dalam penulisan skripsi ini, baik tenaga maupun waktu kepada penulis.

Untuk Muhammad Ali Akbar, diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya untuk diri sendiri karena telah mampu berusaha keras, berjuang dan bertahan sejauh ini. Mampu mengendalikan diri, melawan rasa takut yang berlebihan, tak pernah memutuskan menyerah, serta senantiasa menikmati setiap proses

yang bisa dibilang tidak mudah dan mampu ikhlas memaafkan orang lain yang sedikit banyaknya menyakiti hati penulis. Terima kasih sudah bertahan!.

Terakhir skripsi ini dipersembahkan kepada setiap orang yang menyayangiku dan aku sayang

ABSTRAK

Judul Skripsi : Upaya Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri Siswa Korban Bullying Melalui Teknik Kursi Kosong Dalam Konseling Individu Di SMP Negeri 8 Kota Jambi.
Nama : Muhammad Ali Akbar
NIM : A1E119083
Pembimbing I : Drs. Rasimin, M.Pd
Pembimbing II : Rully Andi Yaksa, S.Pd., M.Pd.

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain. *Bullying* adalah tindakan penggunaan kekuasaan untuk menyakiti seseorang atau sekelompok orang baik secara verbal, fisik, maupun psikologis sehingga korban merasa tertekan, terauma, dan tak berdaya.

Ada beberapa cara untuk mengatasi rasa tidak percaya diri pada siswa korban *bullying* ini adalah dengan menggunakan *treatment* kursi kosong, karena dengan menggunakan terapi ini mahasiswa korban *Bullying* akan mengeluarkan semua emosi yang terpendam dan mengatakan apa yang seharusnya siswa korban *bullying* itu katakan supaya semua yang dikeluhkan itu keluar dan memberikan kepuasan tersendiri dan akan menimbulkan rasa percaya diri tersebut.

Teknik kursi kosong merupakan teknik bermain peran yang dimana klien diminta untuk memainkan peran dirinya sendiri dan peran orang lain atau beberapa aspek kepribadian sendiri yang dibayangkan duduk atau berada di kursi kosong. penelitian ini bertujuan untuk membantu klien dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa korban *bullying* dengan menggunakan teknik kursi kosong dalam konseling individu. Dalam penelitian ini menggunakan tiga siklus.

Hasil yang di dapatkan disiklus 1 ialah klien masih belum percaya diri dalam mengeluarkan semua perasaan yang ia ingin sampaikan kepada pelaku *pembullying* tersebut hasil yang di dapatkan disiklus 2 ini klien sudah mulai sedikit percaya diri dalam menyampaikan apa yang ia rasakan ke pada pelaku *pembullying* tersebut namun masih sedikit ragu-ragu, hasil yang di dapatkan disiklus 3 ialah klien sudah bisa menumbuhkan rasa percaya dirinya dikarenakan ia sudah bisa dengan yakin mengatakan apa yang dia rasakan pada pelaku *pembullying* tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, Yang didalamnya terdapat empat tahap dan bertujuan untuk adanya perubahan perilaku baru pada klien. Dari hasil observasi dan wawancara dan melakukan konseling Individual dengan menerapkan teknik kursi kosong dapat di gunakan untuk mengatasi rasa tidak percaya diri siswa akibat menjadi korban *bullying*.

Kata kunci : rasa percaya diri, *bullying*, kursi kosong.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji dan syukur penulis haturkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, hidayahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan proposal ini guna melengkapi syarat untuk mendapatkan gelar sarjana Strata (S.I) Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi. skripsi ini berjudul “Upaya Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri Siswa Korban *Bullying* Melalui Teknik Kursi Kosong Dalam Konseling Individu Di SMP Negeri 8 Kota Jambi” Penulis sepenuhnya menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan dan didalamnya masih banyak kelemahan dan kekurangan, namun penulis telah berupaya semaksimal mungkin untuk memberikan yang terbaik. Penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Drs. Helmi., S.H., M.H. Selaku Rektor Universitas Jambi
2. Bapak Prof. Dr. M. Rusdi, S.Pd., M.Sc. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi
3. Bapak Dr. K.A. Rahman, M.Pd.I Selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi
4. Bapak Drs. Nelyahardi Gutji, M.Pd. Selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi
5. Bapak Drs. Rasimin, M.Pd dan Bapak Rully Andi Yaksa, S.Pd., M.Pd selaku pembimbing I dan Pembimbing II skripsi ini.
6. Seluruh Dosen dan Staff prodi Bimbingan Dan Konseling Universitas Jambi terima kasih atas ilmu dan waktu yang telah diberikan kepada penulis selama di Prodi Bimbingan dan Konseling.

7. Kedua orang tua, kakak dan juga adik dan orang tersayang yang selalu melibatkan peneliti dalam setiap do'a, serta dukungan yang diberikan kepada peneliti selama ini.

Atas segala bantuan dan bimbingan yang telah diberikan, penulis mendo'akan semoga segala kebbaikannya dapat bernilai pahala yang berlipat ganda disisi Allah SWT. Penulis berharap proposal ini dapat memberikan manfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi pembaca pada umumnya. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun guna penyempurnaan penulisan pada masa yang akan datang. Amin yaa robbal Alamin.

Jambi, 20, Mei, 2024

Muhammad Ali Akbar
A1E119083

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Batasan Masalah	6
1.3 Rumusan Masalah.....	6
1.4 Tujuan Penelitian	6
1.5 Manfaat Penelitian.....	6
1.6 Pengertian Istilah	7
BAB II	8
KAJIAN PUSTAKA	8
2.1 Definisi Kepercayaan Diri	8
2.1.1 Pengertian Kepercayaan Diri.....	8
2.1.2 Ciri-Ciri Kepercayaan Diri	9
2.1.3 Faktor-Faktor Kepercayaan Diri	10
2.2 Definisi <i>Bullying</i>	13
2.2.1 Pengertian <i>Bullying</i>	13
2.2.2 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi <i>Bullying</i> Di Sekolah	13
2.2.3 Jenis-Jenis Dan Bentuk <i>Bullying</i>	14
2.2.4 Indikasi <i>Bullying</i>	15
2.3 Definisi konseling individu	16
2.3.1 Pengertian Konseling	16
2.3.2 Tujuan Konseling Individu	17
2.3.3 Fungsi Konseling Individu	17
2.3.4 Asas Dalam Konseling Idividu.....	19
2.4 Definisi Teknik Kursi Kosong	20
2.4.1 Pengertian Teknik Kursi Kosong.....	20
2.4.2 Tujuan Teknik Kursi Kosong	21
2.4.3 Langkah-Langkah Teknik Kursi Kosong	22
2.5 Kaitan Teknik Kursi Kosong Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Yang Menjadi Korban <i>Bullying</i>	23
2.6 Kerangka Konseptual	24

BAB III.....	25
METODOLOGI PENELITIAN	25
3.1 Seting PTL.....	25
3.2 Subjek Penelitian.....	25
3.3 Instrumen Penelitian.....	25
3.3.1 Observasi.....	26
3.3.2 Wawancara	26
3.3.3 Dokumentasi	27
3.4 Prosedur PTL	27
3.5 Diagram Siklus.....	28
3.6 Pelaksanaan siklus.....	29
3.6.1 Rencana.....	29
3.6.2 Pelaksanaan	29
3.6.3 Evaluasi / Observasi	31
3.6.4 Refleksi	32
3.6.5 Kriteria Yang Di Inginkan	32
3.7 Analisis Data	32
BAB IV	34
PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	34
4.1 Pengalaman Prapenelitian	34
4.1.1 Pelaksanan Siklus 1	35
4.1.2 Pelaksanaan siklus 2.....	41
4.1.3 Pelaksanaan Siklus 3	45
4.2 Perbandingan Hasil Dan Prosedur Layanan Antar Siklus	50
4.2.1 Perbandingan Hasil Layanan Persiklus.....	50
A. Sikus 1	50
B. Siklus 2	51
C. Siklus 3	52
4.2.2 Perbandingan Prosedur Persiklus	52
A. siklus 1	52
B. siklus 2.....	55
C. siklus 3.....	55
4.3 Pengujian Hipotesis.....	56
4.4 Pembahasan.....	59

BAB V	61
PENUTUP.....	61
5.1 Simpulan	61
5.2 Implikasi	62
5.3 Saran	63
DAFTAR PUSTAKA.....	65
LAMPIRAN	68
LAPORAN HASIL WAWANCARA PEDOMAN OBSERVASI	69
LAPORAN HASIL WAWANCARA	70
RANCANGAN PELAKSANAAN KEGIATAN.....	82
LEMBAR PENILAYAN SEGERA.....	91
LEMBAR PENILAYAN SEGERA.....	92
LEMBAR PENILAYAN SEGERA.....	93
LAMPIRAN KEGIATAN	94