

Efektivitas Teknik Empty Chair Dalam Layanan Bimbingan Konseling Untuk Rehabilitasi Korban Bullying

Alensio Nico Hidroar¹, Abdul Muhid^{2*}

^{1,2}Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Jl. Ahmad Yani No.117, Kota Surabaya, Jawa Timur, 60237, Indonesia

*email : abdulmuhid@uinsby.ac.id.

Abstract: Bullying in children can happen anywhere and anytime, including at school. In modern times like this, Bullying also occurs through social media now that pursues violence. Forms of Bullying can occur in physical, verbal, and mental forms. Bullying behavior can cause fear for the victim, because it is done continuously. Bullying behavior has an impact on psychological well-being. decline and poor social adjustment, namely negative emotions are more likely to be felt, such as anger, hatred, urgency, disappointment, not getting comfort, feeling depressed but unable to fight it, and affecting the academic achievement of students because it is difficult to adjust to their environment. The purpose of this study was to determine the effectiveness of the empty chair technique in counseling guidance services for the rehabilitation of Bullying victims. By using qualitative research methods. Where the data obtained from the results of literature review (literature review). The results show that counseling therapy using the empty chair technique has proven to be effective as rehabilitation for Bullying victims.

Keywords: Bullying, Empty Chair Counseling, Rehabilitation

Abstrak: Bullying pada anak bisa terjadi dimana dan kapan saja, termasuk di sekolah. Di masa modern seperti sekarang ini, Bullying juga terjadi melalui media sosial yang berujung kekerasan. Bentuk Bullying dapat terjadi dalam bentuk fisik, verbal, dan mental. Perilaku Bullying dapat menyebabkan ketakutan bagi korban, sebab dilakukan secara terus-menerus. Perilaku Bullying berdampak pada kesejahteraan psikologis terjadi penurunan dan buruknya dalam menyesuaikan social, yakni emosi negatif lebih cenderung dirasakan, seperti amarah, bengis, benci, tedesak, kecewa, kenyamanan tidak didapatkan, merasa tertekan tetapi tidak bisa melawannya, dan berpengaruh terhadap prestasi akademis peserta didik karena sulit untuk melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya. Tujuan dari penelitian ini yakni mengetahui efektivitas teknik empty chair dalam layanan bimbingan konseling untuk rehabilitasi korban Bullying. Dengan menggunakan metode penelitian kualitatif. Dimana data didapatkan dari hasil studi pustaka (*literature review*). Hasil menunjukkan bahwa terapi konseling dengan menggunakan teknik empty chair terbukti efektif digunakan sebagai rehabilitasi korban Bullying.

Kata kunci: Bullying, Konseling Empty Chair, Rehabilitasi.

PENDAHULUAN

Bullying berasal dari kata Inggris “bull” yang memiliki arti “banteng” yang suka menanduk. Bullying adalah sebutan untuk orang yang melakukan Bullying. Bullying merupakan suatu kondisi yang mana adanya kekuatan yang individu atau kelompok lakukan (Bowes & Lewis, 2015). Amin (2017) mengungkapkan yakni disaat peserta didik sudah berkali-

kali dan selalu bersikap negatif kepada peserta didik lainnya maka dapat disebut sebagai Bullying. Maksud dari bersikap negative disini yakni dengan sengaja seseorang menaruh atau mencoba menyakiti orang lain sehingga membuat kenyamanan seseorang terganggu. Sedangkan Wulastrisna (2017) menjelaskan Bullying satu dari beberapa wujud kekerasan anak yang dilakukan oleh seseorang terhadap orang lain yang menurutnya dia lemah dengan tujuan buat memperoleh kesenangan atau keuntungan. Tidak jarang Bullying dilakukan tidak hanya sekali saja namun berkali-kali dan terus-menerus.

Bullying merupakan kelompok yang dominan atau kuat mengintimidasi atau memberikan tekanan kepada kelompok yang lemah (Ahira, 2014). Bullying adalah kelompok sebaya dengan pengaruh kuatnya, dan memiliki dampak terhadap gagal akademik. Situasi yang seperti itu adalah faktor resiko benar-benar buat remaja (Agustin, 2019). Bullying atau yang lebih dikenal dengan *peer victimization* merupakan wujud tindakan paksaan atau Bullying berupaya buat menyakiti baik fisik atau psikologis individu atau kelompok orang yang mereka anggap lemah oleh individu atau kelompok orang yang kuat (Komalasari & Karsih, 2011).

Bullying merupakan kondisi yang mana terdapat penyelewangan atas kekuasaan yang individu atau kelompok lakukan sekali atau berulang kali (Lestari M. L., 2021). Pelecehan verbal merupakan bentuk Bullying yang kerap kali terjadi di lingkungan sekolah, seperti peserta didik mengejek temannya, menggoda, dan ada juga yang nama mereka menjadi bahan ledekan atau gurauan (Samsudi & Muhid, 2020). Akibat dari perilaku tersebut membuat korban Bullying tertekan sampai mengalami depresi dan ketakutan dan membuat korban merasa kesepian, kecewa, mengasingkan diri. Dengan dampak itu semua, membuat rasa kepercayaan diri korban hancur dan korban tidak memiliki keyakinan akan dirinya sendiri (Lestari E. S., 2015)

Sesuai dengan hasil pengamatan dan tanya jawab dengan guru BK yang dilakukan di lapangan, rerata bentuk Bullying yang sering terjadi di sekolah yakni Bullying dalam bentuk verbal (Priyatna, 2010). Maksud dari Bullying verbal disini seperti mencemooh, memberikan nama atau julukan yang tidak baik, membuat malu temannya di depan teman lainnya, mengajak teman-temannya untuk tidak berteman dengan korban (Amin, 2017). Berdasarkan data yang didapatkan memperlihatkan yakni sebagian besar peserta didik merasakan akibat Bullying yang dilakukan oleh temannya. Hal ini disebabkan karena peserta didik mendapatkan perilaku Bullying berulang kali dan dia tidak mengetahui bagaimana cara mengatasi rasa ketakutannya (Trijayanti, 2019).

Berdasarkan data yang didapatkan Yayasan Semai Jiwa Amini (2008), ada tiga jenis Bullying yang terjadi di sekolah, yaitu: (a). Fisik, misalnya membonggol, menapak, dan melakukan pungutan liar, (b). Verbal, misalnya mencaci maki, menggosipkan, dan mencemooh, (c). Psikologis, misalnya membuayai, memencilkan, melalaikan, dan membedakan. Tiga kota besar

Indonesia yang menjadi tempat penelitian Bullying yakni Yogyakarta, Surabaya dan Jakarta menunjukkan tingkat kekerasan di SMA dan SMP secara berturut-turut yakni 67,9% dan 66,1%. Kategori tertinggi dalam kasus Bullying yakni berupa pengucilan baik di tingkat SMP dan SMA dengan persentase masing-masing 41,2% dan 43,7%. Dan untuk posisi kedua dan ketiga berupa tindakan verbal yakni meledek dan tindakan fisik yakni mendera (Yori, 2016). Dalam tiga kota besar tersebut persentase yang mengakui adanya tindak kekerasan di Yogyakarta, Surabaya, dan Jakarta masing-masing yakni 77,5%, 59,8%, dan 61,1% (Yusuf & Nurihsan, 2006). Dalam kasus seperti ini, kerap kali pihak lembaga pendidikan baik itu pendidik maupun wali dari peserta didik menitik beratkan pada apa yang mereka lihat dan mencari solusi untuk mengatasinya (Wiyani, 2012).

Korban Bullying perlu mendapatkan perhatian lebih, karena dampak yang mereka terima banyak yang tidak mempedulikannya (Komalasari & Karsih, 2011). Kejadian seperti ini kerap kali terjadi ketika mereka di usia remaja (Ahira, 2012; Samsudi & Muhid, 2020). Hal ini dikarenakan pada usia remaja, anak mulai lebih banyak berinteraksi dengan lingkungan luar dan mereka menganggap dirinya adalah sama dengan orang dewasa. Hal ini mengakibatkan tugas-tugas perkembangan mereka belum terselesaikan (Lestari E. S., 2015).

Teori Konseling Gestalt mempunyai beberapa perawatan dengan berbagai pilihan, satu diantaranya yakni teknik kursi kosong. Konsep yang diterapkan dalam teknik ini yakni dengan bermain peran, satu berperan sebagai dirinya "under dog" dan satunya berperan sebagai orang lain yang dirinya bayangkan atau yang disebut dengan "top dog (Komalasari & Karsih, 2011). Tujuan dari teknik ini yakni membantu menyelesaikan konflik yang ada dalam dirinya sendiri dan dari luar dirinya. Dalam teknik ini mereka membantu agar dirinya dapat keluar dari proses dimana seseorang meleburan sifat-sifat positif orang lain ke dalam egonya sendiri. Perlengkapan yang dibutuhkan dalam teknik ini yakni dua kursi yang mana satu kursi diduduki dengan peran sebagai "topdog" dan kursi satunya sebagai "underdog" (Lestari M. L., 2021). Melalui teknik ini permasalahan akan lebih nyata dirasakan konseli dan permasalahan bisa terselesaikan dengan pengintegrasian dari dua peran tersebut. Melalui teknik ini konseli dapat merasakan konfliknya secara utuh (Wiyani, 2012).

Penelitian dengan judul "Konseling Gestalt Teknik Terapi Empty Chair Dalam Mengatasi Korban Bullying di SMP Negeri 1 Ciomas" yang dilakukan oleh Agustin pada tahun (2019) memperoleh hasil yakni dengan teknik kursi kosong, korban Bullying bisa teratasi dengan baik. Selain itu penelitian yang dilakukan Lestari (2015) dengan judul "Penerapan Konseling Gestalt Dengan Teknik Kursi Kosong Untuk Mengatasi Siswa Terisolir Pada Siswa Kelas VIII SMP I Bae Kudus Tahun Pelajaran 2013/2014" mendapatkan hasil yakni melalui implementasi teori gestalt,

peserta didik kelas tujuh di SMP 1 bae Kudus yang menjadi korban *Bullying* dapat teratasi dengan baik.

Berdasarkan penjelasan di atas, simpulannya yakni teknik kursi kosong yang ada dalam teori *gestalt* bisa meminimalisir untuk mengatasi peserta didik yang terkena *Bullying*, terkucilkan. Tidak hanya itu saja, teknik kursi kosong ini juga bisa mengembalikan rasa kepercayaan diri korban dan rasa trauma yang mereka miliki lambat laun sehingga dalam penelitian ini akan dilaksanakan dengan memakai teori *gestalt* dengan teknik kursi kosong.

METODE

Metode penelitian kualitatif ini memakai *literature review* untuk menelaah berdasarkan tinjauan pustaka bagaimana efektivitas bimbingan konseling dengan menggunakan teknik *empty chair* untuk merehabilitasi siswa korban *Bullying*. Penelusuran menitikberatkan bimbingan konseling dengan teknik *empty chair* yang dipercaya dapat membangkitkan kembali semangat dan memperbaiki kondisi psikologis siswa korban *Bullying*. Kata kunci pada penelitian ini yaitu "*Bullying*", "korban *Bullying*", "siswa korban *Bullying*", "recovery" "bangkit", "Self confidence", "semangat berprestasi" "kesadaran diri", "kembali" ,"konseling *gestalt*", "teknik *empty chair*". Pencarian beberapa kata kunci yang disebutkan tersebut menggunakan *academia.edu*, *docplayer.info*, *Ebook*, *Publication Journal*, *Thesis Publication*, *Google Cendekia*, *Google Book*, berbagai sumber data online universitas negeri hingga swasta dan database mesin pencari *google*. Dari sumber yang telah ditelusuri, peneliti memilih beberapa instrumen sebagai sumber referensi sesuai topik penelitian ini. Berikut tabel instrumen instrumen yang digunakan sebagai sumber referensi penelitian ini:

Tabel 1. Sumber Referensi

Judul	Penulis	Sumber
Teori dan Teknik Konseling	Komalasari, G., Eka W, dan Karsih.	<i>ejournal.unibabwi.ac.id</i>
Counseling Techniques	Thompson, Rosemary	Ebook
Teknik teknik konseling (Teori dan Aplikasinya)	Zakki Nurul Amin	Ebook https://www.researchgate.net/publication/318563039_Portofolio_Teknik-Teknik_Konseling_teor_i_dan_contoh_aplikasi_penerapan
Gestalt Counseling with Empty Chair Technique to Reduce Guilt among Adolescents at Risk	Trijayanti, Juntika	Islamic Guidance And Counseling Journal
Penerapan Teknik Kursi Kosong Untuk Meningkatkan Keterbukaan Siswa Terhadap Orang Tua	Hesti Sulistyowati	Jurnal konseling gusjigang
Efektivitas Konseling Gestalt Teknik Kursi Kosong Untuk	Nanik Lindia Agustin	Jurnal FKIP Universitas PGRI Banyuwangi Seminar Nasional

Meminimalisir Perasaan Trauma Korban Bullyinging		
Effectiveness Of A Counseling Program To Improve Self-Concept And Achievement In Bullying-Victims	Jawhara Abueita	Jurnal Al-Balqa Applied University
Efektivitas Teknik Kursi Kosong (Emptychair) Untuk Meningkatkan Harga Diri (Self Esteem) Siswa Korban Bullyinging Di Smp Baitussalam Surabaya.	Argya aka yori Gege	Undergraduate thesis, UIN Sunan Ampel Surabaya.
Efektivitas Konseling Gestalt Menggunakan Teknik Empty Chair Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Peserta Didik Korban Bullyinging	Linda Mey Lestari	Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) Cilacap
Penerapan Konseling Gestalt Dengan Teknik Kursi Kosong Untuk Mengatasi Siswa Terisolir Pada Siswa Kelas VIII SMP 1 Bae Tahun Pelajaran 2013/2014 (PhD Thesis)	Lestari, E. S. (2015)	eprint.umk.ac.id
Efek Bullyinging Terhadap Proses Belajar Siswa	M.A. Samsudi Abdul Muhid	Google scholar

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bullyinging berasal dari kata Inggris “bull” yang memiliki arti “banteng” yang suka menanduk. Bullying adalah sebutan untuk orang yang melakukan Bullyinging. Bullyinging merupakan suatu kondisi yang mana adanya kekuatan yang individu atau kelompok lakukan (Bowes & Lewis, 2015). Alam (2017) mengungkapkan yakni disaat peserta didik sudah berkali-kali dan selalu bersikap negatif kepada peserta didik lainnya maka dapat disebut sebagai Bullyinging. Maksud dari bersikap negative disini yakni dengan sengaja seseorang menaruh atau mencoba menyakiti orang lain sehingga membuat kenyamanan seseorang terganggu. Sedangkan Lestari (2021) menjelaskan Bullyinging merupakan salah satu wujud kekerasan anak yang dilakukan oleh seseorang terhadap orang lain yang menurutnya dia lemah dengan tujuan buat memperoleh kesenangan atau keuntungan. Tidak jarang Bullying dilakukan tidak hanya sekali saja namun berkali-kali dan terus-menerus (Agustin, 2019).

Bullyinging merupakan kelompok yang dominan atau kuat mengintimidasi atau memberikan tekanan kepada kelompok yang lemah (Ahira, 2012). Bullyinging adalah kelompok sebaya dengan pengaruh kuatnya, dan memiliki dampak terhadap gagal akademik. Situasi yang seperti itu adalah faktor resiko benar-benar buat remaja (Samsudi & Muhid, 2020). Bullyinging atau yang lebih dikenal dengan peervictimization merupakan wujud tindakan paksaan atau Bullyinging berupaya

buat menyakiti baik fisik atau psikologis individu atau kelompok orang yang mereka anggap lemah oleh individu atau kelompok orang yang kuat (Ahira, 2014). Sesuai dengan penjelasan di atas, bisa ditarik kesimpulan yakni Bullying merupakan perilaku tidak baik yang dilakukan dengan sengaja oleh individu atau kelompok dengan terus-menerus dan berkali-kali dengan maksud untuk menekan sehingga individu atau kelompok tersebut tidak nyaman berada di lingkungannya (Lestari E. S., 2015).

Dampak yang dirasakan oleh korban Bullying yakni berupa dampak psikologis (Yusuf & Nurihsan, 2006). Hal tersebut dapat berupa rasa cemas, hilangnya fokus, tidur terganggu, tidak tenang, selalu waspada, mudah terkejut sampai korban mengakhiri hidupnya dengan cara yang tidak lazim (Komalasari & Karsih, 2011). Selain itu dengan adanya tindakan Bullying di sekolah menyebabkan lingkungan sekolah menjadi tidak kondusif lagi (Wiyani, 2012). Dengan adanya seperti itu membuat ruang gerak mereka di sekolah menjadi terbatas (Trijayanti, 2019).

Peserta didik yang merasa dirinya memiliki harga diri yang rendah kerap kali menjadi korban Bullying (Tim, 2018). Sangat mudah bagi pelaku Bullying untuk bisa membaca siapa calon korban Bullying. Saat pertama kali mereka bertemu, pelaku Bullying akan menunjukkan aksinya kepada (Lestari M. L., 2021). Emosi-emosi negatif akan menguasai korban sampai dirinya sendiri tidak memiliki kekuatan untuk mengendalikan emosi negative tersebut (Wiyani, 2012). Emosi-emosi negatif tersebut memiliki dampak bagi korban sampai membuat korban nantinya mencoba untuk mengakhiri hidupnya dengan bunuh diri (Komalasari & Karsih, 2011).

Menurut Amin (2017) setelah menelaah beberapa penelitian tentang Bullying menunjukkan yakni seseorang yang terhindar dari tindakan Bullying adalah orang-orang yang bisa menghargai dirinya sendiri. Seseorang yang menganggap dirinya rendah, jelek, dan sebagainya kerap kali sangat mudah untuk menjadi korban Bullying (Wiyani, 2012). Tidak hanya itu, untuk mengubah dirinya sendiri menjadi seperti apa yang diinginkan, korban Bullying mengalami kesulitan bahkan tidak mampu (Komalasari & Karsih, 2011).

Komalasari & Karsih (2011) menjelaskan pendekatan gestalt merupakan terapi kemanusiaan yang keberadaannya berdasarkan asumsi atau hipotesis, yakni seseorang diajarkan untuk menemukan dengan caranya tersendiri dalam hidup dan menerima tanggung jawab pribadi jika seseorang berkeinginan untuk mencapai kedewasaan. Near gestalt merupakan terapi yang termasuk dalam terapi fenomenologis eksistensial yang di cetuskan oleh Frederick (Firtz) dan Laura Perls di tahun 1940-an (Bowes & Lewis, 2015). Kursi kosong yakni salah satu teknik dari terapi gestalt. Teknik tersebut adalah sebuah teknik permainan peran dimana peserta didik memerankan diri sendiri (under dog) atau bertindak sebagai orang lain (top dog) yang dibayangkan dan diekspresikan di kursi kosong (Lestari M. L., 2021).

Teknik dari pelaksanaan kursi kosong yakni berupa monolog, seseorang yang diajak

berdialog tidak menjawab, atau bisa juga dalam bentuk dialog, seseorang menjawab seperti apa yang kemungkinan dijawab oleh seseorang tersebut (Ahira, 2014). Kursi kosong merupakan sebuah metode buat mengajak konselinya suatu cara untuk mengajak konseli supaya menghayati dan memahami introyeksinya. Letak dua kursi dari teknik ini yakni di tengah-tengah ruangan (Wiyani, 2012). Pada kursi pertama, konseli memiliki peran sebagai topdog, kemudian pindah ke kursi kedua sebagai diunggulkan. Karakter dari top dog yaitu otoriter, dimana ia suka menuntut dan berkuasa atas dirinya sendiri (Yori, 2016).

Topdog merupakan seseorang yang dipakaibuat melindas dan menakut-nakuti kekuatan orang lain dan bekerja misalnya kata “kamu harus” dan “kamu tidak boleh”. Sementara peran underdog merupakan sebagai korban, defensif, tidak memiliki kekuatan, kebredayaan, dan lemah. Tidak diunggulkan bekerja dengan kata “saya mau” dan mencari alasan misalnya “saya sudah berupaya semaksimal”. Dialog diucapkan secara otomatis oleh dua peran melalui teknik kursi kosong, introyeksi bisa terlihat dan konflik bisa lebih nyata dirasakan oleh konseli. Konflik tersebut nantinya bisa terselesaikan dengan penerimaan dan integrasi dari kedua peran tersebut (Komalasari, 2011).

Prinsip dari kursi kosong yakni: permainan dialog yang dimainkan sendiri oleh konseli lebih diutamakan, dibutuhkannya pembelanjaan konselor sebagai frustrator, mengutarakan konflik antara topdog dan underdog, dibutuhkannya kefokusannya atau konsentrasi yang tinggi (Amin, 2017). Teknik kursi kosong sangat sesuai dipakai pada bisnis yang belum selesai di masa lampau (Lestari E. S., 2015). Teknik ini juga bisa digunakan untuk mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan hubungan sosial yang didalamnya meliputi rasa marah, dendam, kecewa, sakit hati dan sebagainya, misalnya (1) introyeksi dari orang tua melawan diri anak, (2) bagian diri yang bertanggung jawab melawan bagian diri yang intuitif, (3) orang yang puritan melawan orang yang ekspresi (Yori, 2016).

Mencapai kesadaran konseli merupakan fungsi dari teknik kursi kosong. (Trijayanti, 2019). Dari kesadaran tersebut, konseli akan mempunyai kesanggupan untuk menerima segala hal yang selama ini mereka sangkal (Wiyani, 2012). Proses introyeksi salah satu efek yang nantinya dimiliki yakni rendah diri, rendahnya rasa kepercayaan diri yang seseorang alami. Hal ini disebabkan karena individu terlalu banyak melakukan introyeksi sehingga dirinya memperoleh porsi yang terkecil dari keseluruhan yang ada di dirinya sendiri. Dengan teknik kursi kosong ini, bisa membantu konseli untuk mempunyai harga diri yang tinggi (Lestari M. L., 2021). Melalui teknik kursi kosong, diharapkan terdapat peningkatan dalam hal harga diri pada korban *Bullying*, seperti kepercayaan diri meningkat, bisa mengutarakan terkait dengan emosi yang dirasakannya, bisa menemukan kembali terkait jati dirinya selama ini yang tertutup dengan emosi negative, dan membantu konseli untuk mengembangkan dan meningkatkan potensi yang ada

dalam dirinya dengan maksimal (Yori, 2016).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan yakni teknik kursi kosong yang ada dalam teori gestalt bisa meminimalisir untuk mengatasi peserta didik yang terkena Bullying, terkucilkan. Tidak hanya itu saja, teknik kursi kosong ini juga bisa mengembalikan rasa kepercayaan diri korban dan rasa trauma yang mereka miliki. Tujuan dari teknik ini yakni membantu menyelesaikan konflik. Teknik kursi kosong bertujuan untuk membantu mengatasi konflik yang ada dalam dirinya sendiri dan dari luar dirinya. Dalam teknik ini mereka membantu agar dirinya dapat keluar dari proses dimana seseorang meleburan sifat-sifat positif orang lain ke dalam egonya sendiri. Perlengkapan yang dibutuhkan dalam teknik ini yakni dua kursi yang mana satu kursi diduduki dengan peran sebagai “*topdog*” dan kursi satunya sebagai “*underdog*”. Melalui teknik ini permasalahan akan lebih nyata dirasakan konseli dan permasalahan bisa terselesaikan dengan pengintegrasian dari dua peran tersebut.

Literatur review ini masih jauh dari kata baik, saran dan masukan sangat diperlukan demi perbaikan literasi lain bagi karya lain peneliti kedepannya.

DAFTAR RUJUKAN

- Abueita, J. (2015). Effectiveness of a Counseling Program to Improve Self-Concept and Achievement in Bullying-Victims. *Al-baq'a applied university: Canadian Center of Science and Education* .
- Agustin, N. L. (2019). Efektivitas Konseling Gestalt Teknik Kursi Kosong Untuk Meminimalisir Perasaan Trauma Korban Bullying. *Jurnal FKIP Universitas PGRI Banyuwangi Seminar Nasional* .
- Ahira, A. (2014). Studi Deskriptif Perilaku Bullying Pada Remaja. *Calypra. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* .
- Ahira, A. (2012). *Terminologi Kosa Kata*. Jakarta: Aksara.
- Amin, Z. N. (2017). *Teknik-Teknik Konseling(teori dan contoh aplikasi penerapan)*. Universitas Negeri Semarang.
- Bowes, L., & Lewis, G. (2015). Peer Victimization During Adolescence And Its Impact On Depression In Early Adulthood: Prospective Cohort Study In The United Kingdom. *BMJ* .
- Komalasari, G., & Karsih. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Lestari, E. S. (2015). Lestari, E. S. (2015). Penerapan Konseling Gestalt Dengan Teknik Kursi Kosong Untuk Mengatasi Siswa Terisolir Pada Siswa Kelas VIII SMP 1 Bae Tahun Pelajaran 2013/2014. *PhD Thesis* .
- Lestari, M. L. (2021). Efektifitas Konseling Gestalt Menggunakan Teknik Empty Chair Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Peserta Didik Korban Bullying. *Jurnal Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling: Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali* .
- Moleong, L. J. (2010). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Priyatna, A. (2010). *Mencegah, Mengatasi Bullying*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Samsudi, M. A., & Muhid, A. (2020). Proses Efek Bullying Terhadap Belajar Siswa. *SCAFFOLDING : Jurnal Pendidikan Islam dan Multikulturalisme* , 2 (2), 122-133.

- Sulistiyowati, H. (2014). Penerapan Teknik Kursi Kosong Untuk Meningkatkan Keterbukaan Siswa Terhadap Orang Tua. *Skripsi* .
- T. Y. (2018). *Bullying : Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan di Lingkungan Sekitar Anak*. Jakarta: PT Grasindo.
- Thompson, R. (2003). *Counseling Techniques* (2 ed.). E-book.
- Trijayanti, Y. W. (2019). Gestalt Counseling with Empty Chair Technique to Reduce Guilt among Adolescents at Risk. Institut Agama Islam Ma'arif NU (IAIMNU) Metro Lampung in Islamic Guidance and Counseling Journal Islamic Guidance and Counseling. *Journal Islamic Guidance and Counseling* , 2, 1-10.
- Wiyani, N. A. (2012). *Save Our Children From School Bullying*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Yori, G. A. (2016). Efektivitas teknik kursi kosong (emptychair) untuk meningkatkan harga diri (self esteem) siswa korban Bullying di Smp Baitussalam Surabaya. Undergraduate thesis,. *Skripsi* .
- Yusuf, S., & Nurihsan, A. J. (2006). *Landasan Bimbingan & Konseling*. PT Remaja Rosdakarya.