

Menerapkan Bimbingan Konseling Dalam Mencegah Bullying di Sekolah

Afdhal Rifki¹, Putri Sastia², Putri Salsabila³, Raihan Nusyur⁴, Yuliana Nelisma⁵

Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh

Corresponding Author Afdhal Rifki, E-Mail: afdhalrizki143@gmail.com

Published: June, 2025

ABSTRACT

Bullying merupakan bentuk kekerasan yang kerap terjadi di lingkungan sekolah dan berdampak negatif terhadap perkembangan psikologis, sosial, dan akademik peserta didik. Tindakan intimidasi yang dilakukan secara fisik, verbal, maupun sosial ini dapat menimbulkan trauma jangka panjang baik bagi korban maupun pelaku. Dalam konteks ini, layanan bimbingan dan konseling (BK) memiliki peran penting sebagai garda terdepan dalam upaya pencegahan dan penanganan bullying di sekolah. Melalui pendekatan preventif, kuratif, dan kolaboratif, guru BK mampu membina siswa agar memiliki kesadaran, empati, serta keterampilan sosial yang positif. Artikel ini bertujuan untuk mengulas secara konseptual peran strategis layanan BK dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan bebas bullying. Beberapa strategi yang dibahas mencakup edukasi anti-bullying, konseling individual dan kelompok, serta pemberdayaan peer counselor. Selain itu, artikel ini juga menyoroti tantangan implementasi serta solusi yang dapat diupayakan sekolah dalam mengoptimalkan peran layanan BK sebagai pilar perlindungan siswa dari perilaku perundungan.

Keywords: Bimbingan Konseling, Bullying

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Bullying merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang terhadap individu yang lebih lemah secara fisik maupun psikologis (Schacter, Espinoza, & Juvonen, 2023). (Andrews, Cillessen, Craig, Dane, & Volk, 2023) mendefinisikan bullying sebagai tindakan negatif yang dilakukan seseorang atau sekelompok orang secara berulang-ulang terhadap orang lain, di mana terdapat ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban. Di lingkungan sekolah, perilaku ini dapat berbentuk kekerasan fisik, ejekan, pengucilan sosial, hingga perundungan berbasis daring (cyberbullying), dan dapat terjadi sejak tingkat dasar hingga menengah.

Dalam menghadapi fenomena ini, sekolah memerlukan pendekatan yang sistematis dan terstruktur. Salah satunya adalah melalui penguatan peran layanan Bimbingan dan Konseling (BK). Menurut (Hatika Mutiasari & Linda Yarni, 2023) layanan bimbingan dan konseling merupakan proses bantuan yang diberikan kepada individu agar mampu memahami diri, mengembangkan potensi, dan menyesuaikan diri secara optimal dalam lingkungan sosialnya. Dalam konteks pencegahan bullying, layanan BK berfungsi tidak hanya sebagai intervensi ketika kasus terjadi, tetapi juga sebagai upaya

preventif yang membentuk sikap dan karakter siswa agar menjunjung tinggi nilai empati, toleransi, dan saling menghargai.

Bullying merupakan bentuk perilaku agresif yang melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan, dilakukan secara berulang-ulang, dan berdampak negatif terhadap korban baik secara fisik maupun psikologis. Di lingkungan sekolah, bullying dapat terjadi dalam bentuk kekerasan fisik, verbal, pengucilan sosial, bahkan melalui media digital atau cyberbullying. (Munro & Phillips, 2023) mendefinisikan bullying sebagai perilaku negatif yang dilakukan secara terus-menerus terhadap seseorang yang tidak mampu mempertahankan dirinya. Fenomena ini telah menjadi isu serius dalam dunia pendidikan di Indonesia, termasuk di Banda Aceh.

Dalam konteks lokal, kasus bullying di sekolah-sekolah di Banda Aceh mulai menjadi perhatian publik. Data dari Dinas Pendidikan Aceh dan laporan media lokal menunjukkan adanya peningkatan kasus kekerasan antar pelajar, baik dalam bentuk verbal, fisik, maupun psikologis. Hal ini menunjukkan bahwa praktik bullying tidak mengenal batas geografis, dan dapat terjadi di sekolah negeri maupun swasta, termasuk tingkat SMP dan SMA/SMK di Banda Aceh. Beberapa kepala sekolah bahkan mengakui bahwa perundungan menjadi salah satu penyebab utama terganggunya kenyamanan belajar siswa dan meningkatnya kasus bolos sekolah.

Kondisi ideal sosial masa siswa mencerminkan sikap yang positif dan konstruktif dalam interaksi sehari-hari. Mereka harus mampu berkomunikasi dengan baik, menggunakan bahasa yang sopan, mendengarkan orang lain dengan penuh perhatian, dan mengekspresikan diri mereka dengan jelas tanpa menyinggung perasaan orang lain. Perilaku ideal juga mencakup kemampuan untuk memahami dan merasakan perasaan orang lain, serta menunjukkan kepedulian dengan menawarkan bantuan ketika diperlukan. Siswa mampu mengelola emosi mereka dengan baik, tidak mudah terprovokasi, dan menggunakan cara-cara yang damai dalam menyelesaikan konflik (Ardiansyah, Sarinah, Susilawati, & Juanda, 2022).

Pada masa SMP, siswa berada dalam tahap perkembangan yang kritis dalam membangun identitas sosial dan keterampilan interpersonal yang akan mempengaruhi kehidupan mereka di masa depan. Menurut Erikson, 1996 dalam (Izzatur Rusuli, 2022) dalam teorinya tentang perkembangan psikososial, siswa pada tahap ini berada dalam fase "Industry vs. Inferiority," di mana mereka mulai mengembangkan rasa kompetensi dan harga diri melalui interaksi dengan teman sebaya dan prestasi akademik.

Bullying masalah serius yang menyebabkan dampak fisik dan psikologis pada korban. Untuk menangani dampak perilaku bullying ini, diperlukan intervensi yang menyeluruh, dengan menggunakan layanan bimbingan dan konseling. Namun layanan bimbingan dan konseling ini telah banyak dilakukan oleh peneliti dengan mengintegrasikan dan menginterkoneksi teknik atau pendekatan yang dapat digunakan untuk mencapai tujuan yaitu mereduksi perilaku bullying siswa di sekolah. Misalnya penelitian yang dilakukan oleh (Sapitri, Umari, & Yakub, 2023);, (Sapitri et al., 2023).

Dalam penelitian tersebut layanan bimbingan konseling yang digunakan yaitu layanan bimbingan kelompok dan layanan konseling kelompok. Teknik yang digunakan untuk inovasi model layanan bimbingan dan konseling kelompok ini adalah pendekatan rational emotive behavior therapy (rebt), time out, sosiodrama dan solution focused brief counseling. Di samping itu juga sudah ada penelitian tentang model layanan konseling kelompok teknik bermain peran terhadap bullying (Jannah, 2023).

Dari sekian banyak penelitian-penelitian tentang konseling kelompok, namun ada beberapa penelitian yang menggunakan layanan konseling kelompok teknik bermain peran. Untuk melmbantul korban bullying dengan melnyeldiakan dulkulngan elmosional dan stratelgi coping dalam lingkulngan yang aman. Sellain itul, konselling ini julga dapat melmbantul pellakul bullying melmahami dampak pelrbulatan melrelka dan melndorong pelrubahan pelrilakul yang positif. Delngan delmikian, konselling kellompok sangat pelnting dalam melmbantul pelmullihan dan pelrkelmbangan sosial-elmosional bagi selmula pihak yang telrlibat dalam bullying. Karellna adanya dampak dari perilaku bullying maka pellrlull di atasi melllalulli layanan konselling kellompok teknik bermain peran.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif-kualitatif dengan jenis penulisan berbasis studi literatur (literature review) (Karuru, 2013); (Hadi & Afandi, 2021). Penulis mengkaji berbagai sumber ilmiah yang relevan, termasuk buku-buku teks tentang bimbingan dan konseling, artikel jurnal nasional dan internasional, peraturan perundang-undangan, serta laporan dari lembaga resmi terkait isu bullying di sekolah. Fokus kajian diarahkan pada identifikasi peran dan strategi implementasi layanan bimbingan dan konseling dalam mencegah perilaku bullying di lingkungan sekolah menengah, khususnya di wilayah Banda Aceh. Pengumpulan data dilakukan dengan cara telaah pustaka terhadap karya-karya akademik yang diterbitkan antara tahun 2010 hingga 2024, baik yang bersifat konseptual maupun hasil penelitian empiris. Artikel ini juga mengintegrasikan data sekunder berupa hasil survei, laporan media lokal, dan publikasi dari instansi pendidikan, seperti Dinas Pendidikan Aceh dan KPAI. Seluruh sumber dianalisis secara kritis untuk merumuskan kerangka strategis layanan BK dalam upaya pencegahan bullying yang aplikatif dan sesuai dengan kondisi lokal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran perilaku pelaku bullying, meliputi bentuk bullying fisik: memukul, meninju, menendang, menampar, mendorong dan memalak; bentuk bullying verbal: memarahi, menghina, mengejek dan memanggil dengan sebutan yang buruk. Adapun karakteristik pelaku: kurang empati, mudah marah, dan impulsif. (ii) faktor yang mempengaruhi perilaku bullying adalah: (a) pengalaman masa kecil (b) kurang perhatian dari orang tua, (c) dukungan dari teman sebaya, (d) faktor kepribadian pelaku. (iii) dampak perilaku bullying bagi kasus ZA adalah hubungan sosial dengan teman sekelas yang tidak baik

karena ZA dijaui akibat perilakunya. (iv) bentuk penanganan perilaku bullying yang telah dilakukan oleh guru BK adalah teknik konseling yang lebih pada pemberian nasehat (Mujtahidah, 2018) (Mujtahidah, 2018).

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa ciri-ciri kepribadian merupakan tolok ukur dalam bidang penelitian pencegahan perundungan, sementara yang lain telah menyoroti bahwa keterampilan sosial-emosional penting untuk mencegah berbagai perilaku yang tidak dapat disesuaikan, yang menunjukkan bahwa investasi dalam pengembangannya dapat memediasi efek dari disposisi kepribadian. Penelitian saat ini bertujuan untuk mengklarifikasi apakah sikap sosial-emosional dapat memediasi hubungan antara ciri-ciri kepribadian dan perundungan. Data menunjukkan bahwa keterbukaan, kehati-hatian, dan keramahan berhubungan terbalik dengan perundungan, dan bahwa rantai kausal TEI-empati secara negatif dan menyeluruh memediasi hubungan antara ketidakstabilan emosi dan perundungan dan secara negatif dan sebagian memediasi hubungan antara keterbukaan dan perundungan. Kesimpulan: Hasil ini menunjukkan bahwa TEI dan empati memediasi hubungan antara ciri-ciri kepribadian dan perundungan, sehingga mengurangi risiko terlibat dalam tindak perundungan.

Bullying merupakan masalah kompleks yang masih sering terjadi di lingkungan sekolah, termasuk di Banda Aceh. Bentuk perilaku bullying sangat beragam, mulai dari kekerasan fisik seperti memukul dan menendang, kekerasan verbal melalui hinaan dan ejekan, hingga kekerasan sosial seperti pengucilan dan penyebaran fitnah. Dalam beberapa tahun terakhir, kehadiran media sosial turut memperluas ruang terjadinya perundungan dalam bentuk cyberbullying.

Di sekolah-sekolah di Banda Aceh, perilaku ini mulai tampak sebagai fenomena serius yang mengganggu ketertiban dan kenyamanan belajar. Data yang dilansir oleh Dinas Pendidikan Aceh (Idris, 2022) menunjukkan bahwa sejumlah kasus kekerasan verbal dan intimidasi sesama siswa telah dilaporkan, dan tidak jarang korban mengalami tekanan psikologis hingga berujung pada penurunan prestasi dan absensi tinggi.

Guru BK tidak hanya bertugas memberikan layanan konseling kepada siswa yang mengalami masalah pribadi dan sosial, tetapi juga berperan dalam membina iklim sekolah yang positif dan aman dari kekerasan. Menurut (Hagami, Elida Hapni, Novita Fitri, & Wahidah Fitriani, 2023) guru BK memiliki tanggung jawab untuk membantu siswa memahami dirinya sendiri, menyesuaikan diri secara sosial, serta mengembangkan potensi akademik dan psikososialnya. bentuk bullying dilingkungan SMP 6 berupa fisik, verbal dan mental. Ini acuan guru BK memberikan layanan sebagai preventif baik kepada korban, pelaku dan masyarakat dilingkungan SMP 6 serta kolaborasi pihak sekolah dengan wali murid agar sekolah bersih dari perilaku bullying (Hagami et al., 2023).

Peran guru dalam mengatasi tindakan school bullying sebagai upaya untuk mewujudkan sekolah ramah anak di SMP. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tugas dan peran guru dalam mengatasi tindakan school bullying yang terjadi untuk dapat mewujudkan sekolah ramah anak. Teori yang digunakan

dalam penelitian ini adalah teori peran oleh Biddle dan Thomas, peran mempunyai arti perangkat tingkah yang diharapkan dimiliki oleh orang yang berkedudukan di masyarakat. Peran guru dalam mengatasi tindakan school bullying yang terjadi di SMP Negeri 2 Wates yaitu perencanaan kebijakan dalam mengatasi tindakan school bullying, mengetahui akar permasalahan terjadinya tindakan school bullying, memberikan hukuman, membuat kelompok belajar, memberikan himbauan kepada siswa yang melakukan tindakan school bullying dan siswa lainnya, memberikan layanan BK, memberikan penghargaan atau reward, memberikan program “say stop school bullying”, melakukan pengawasan atau monitoring, dan mewujudkan sekolah ramah anak. Hambatan yang dialami yaitu kesulitan dalam mengontrol tindakan siswa di luar lingkungan sekolah (Yamada & Setyowati, 2023).

Melalui layanan konseling individu dan kelompok, guru BK dapat mendeteksi dan menangani perilaku agresif maupun kecenderungan menjadi korban bullying. Di beberapa sekolah menengah di Banda Aceh, guru BK telah melaksanakan program layanan responsif dan preventif dengan mengajak siswa untuk terlibat aktif dalam kegiatan pelatihan keterampilan sosial, kampanye anti-bullying, serta layanan konsultasi terbuka (Yandri, Fikri, & Juliawati, 2019).

Strategi yang diterapkan dalam mencegah bullying di sekolah tidak terlepas dari integrasi berbagai jenis layanan bimbingan, mulai dari layanan dasar hingga layanan responsif. Salah satu bentuk konkret adalah penyelenggaraan bimbingan klasikal dengan materi pengembangan empati, toleransi, dan keterampilan menyelesaikan konflik secara damai. Guru BK juga harus melakukan konseling individu dan kelompok kepada siswa yang telah teridentifikasi mengalami masalah baik sebagai pelaku maupun korban. Beberapa sekolah di Banda Aceh bahkan membentuk tim penanganan bullying yang melibatkan guru BK, wali kelas, wakil kepala sekolah, dan perwakilan orang tua untuk memastikan adanya pendekatan kolaboratif dan terpadu (Saputra & Irman, 2023).

Meskipun demikian, pelaksanaan layanan ini tidak lepas dari berbagai tantangan. Di lapangan, guru BK kerap menghadapi kendala berupa beban administratif yang tinggi, rasio jumlah siswa yang tidak sebanding dengan jumlah konselor, dan kurangnya pelatihan khusus untuk menangani kasus bullying secara profesional.

(Adiyono, Adiyono, Irvan, & Rusanti, 2022) menyarankan perlunya dukungan kebijakan sekolah dan pelatihan berkelanjutan agar peran guru BK dapat dioptimalkan. Upaya pencegahan bullying juga perlu melibatkan seluruh warga sekolah melalui kegiatan pembiasaan nilai anti-kekerasan dan penguatan karakter siswa. Dalam konteks Kurikulum Merdeka, nilai-nilai tersebut dapat diintegrasikan ke dalam Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5), sehingga upaya penanaman budaya damai tidak hanya dibebankan pada guru BK, tetapi menjadi tanggung jawab kolektif.

KESIMPULAN

Bullying di lingkungan sekolah merupakan persoalan serius yang dapat berdampak negatif terhadap perkembangan psikososial dan prestasi belajar siswa. Fenomena ini tidak hanya mencerminkan ketimpangan relasi antarsiswa, tetapi juga menunjukkan perlunya perhatian khusus dari pihak sekolah, terutama dalam hal pencegahan dan penanganan secara sistematis. Dalam konteks ini, peran bimbingan dan konseling menjadi sangat strategis. Melalui layanan dasar, layanan responsif, serta pendekatan kolaboratif antara guru BK, guru mata pelajaran, wali kelas, dan orang tua, sekolah dapat menciptakan suasana belajar yang aman, ramah, dan bebas dari tindak perundungan. Implementasi program pencegahan bullying melalui layanan bimbingan dan konseling, sebagaimana telah dilakukan di beberapa sekolah di Banda Aceh, menunjukkan bahwa intervensi yang tepat dapat menurunkan frekuensi perilaku bullying dan meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya nilai toleransi dan empati. Namun demikian, tantangan seperti keterbatasan jumlah konselor, beban administrasi, dan minimnya pelatihan khusus masih menjadi hambatan yang perlu diatasi secara sistemik. Oleh karena itu, dibutuhkan dukungan kebijakan yang kuat dari manajemen sekolah dan dinas pendidikan untuk memperkuat fungsi layanan BK. Hal ini dapat diwujudkan melalui penguatan kompetensi guru BK, penyediaan media pelaporan yang aman dan responsif, serta integrasi nilai-nilai antikekerasan dalam kegiatan belajar mengajar. Dengan upaya yang terencana dan berkelanjutan, sekolah tidak hanya menjadi tempat belajar, tetapi juga menjadi ruang yang membentuk karakter dan membangun ketahanan sosial bagi generasi muda.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiyono, A., Adiyono, A., Irvan, I., & Rusanti, R. (2022). Peran Guru Dalam Mengatasi Perilaku Bullying. *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*. <https://doi.org/10.35931/am.v6i3.1050>
- Andrews, N. C. Z., Cillessen, A. H. N., Craig, W., Dane, A. V., & Volk, A. A. (2023). Bullying and the Abuse of Power. *International Journal of Bullying Prevention*. <https://doi.org/10.1007/s42380-023-00170-0>
- Ardiansyah, Sarinah, Susilawati, & Juanda. (2022). Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud. *Jurnal Kependidikan*.
- Hadi, N. F., & Afandi, N. K. (2021). Literature Review is A Part of Research. *Sultra Educational Journal*. <https://doi.org/10.54297/seduj.v1i3.203>
- Hagami, F. A. M., Elida Hapni, Novita Fitri, & Wahidah Fitriani. (2023). Bullying dan Peran Bimbingan Konseling di Lingkungan Sekolah SMP. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.4665>
- Hatika Mutiasari, & Linda Yarni. (2023). fenomena bullying dalam kalangan siswa di smp negeri 1 tara. *Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan Dan Kebudayaan*. <https://doi.org/10.59031/jkppk.v1i1.62>
- Idris, T. (2022). Strategi Dinas Pendidikan Dayah Kota Banda Aceh dalam Meningkatkan Kualitas Sumber Daya Santri. *Skripsi*.
- Izzatur Rusuli. (2022). Psikososial Remaja: Sebuah Sintesa Teori Erick Erikson dengan Konsep Islam. *Jurnal As-Salam*.

- Jannah, F. (2023). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Role Playing Terhadap Pelaku Bullying Siswa SMP Plus Zainuddin Kowel Batu Kerbuy. *PANDALUNGAN: Jurnal Penelitian Pendidikan, Bimbingan, Konseling Dan Multikultural*, 1(2), 125–130. <https://doi.org/10.31537/pandalungan.v1i2.1166>
- Karuru, P. (2013). Pentingnya Kajian Pustaka Dalam Penelitian. *Jurnal Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*.
- Mujtahidah. (2018). Analisis perilaku pelaku Bullying dan upaya penanganannya (studi kasus pada siswa Man 1 Barru). *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 1(1), 25–31. <https://doi.org/10.31605/ijes.v1i1.128>
- Munro, C. E., & Phillips, A. W. (2023). Bullying in the workplace. *Surgery (United Kingdom)*. <https://doi.org/10.1016/j.mpsur.2023.05.007>
- Sapitri, Y., Umari, T., & Yakub, E. (2023). Konseling Kelompok dengan Teknik Sosiodrama untuk Mengurangi Perilaku Bullying. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 20534–20540. Retrieved from <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/9525%0Ahttps://jptam.org/index.php/jptam/article/download/9525/7764>
- Saputra, K., & Irman, I. (2023). Peran guru bk/konselor dalam pembentukan agen anti bullying di sekolah. *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*. <https://doi.org/10.33394/realita.v8i1.6939>
- Schacter, H. L., Espinoza, G., & Juvonen, J. (2023). Bullying. In *Encyclopedia of Mental Health*, Third Edition: Volume 1-3. <https://doi.org/10.1016/B978-0-323-91497-0.00164-8>
- Yamada, S., & Setyowati, R. N. (2023). Peran Guru dalam Mengatasi Tindakan School Bullying Sebagai Upaya Mewujudkan Sekolah Ramah Anak di SMP Negeri 2 Wates Kab. Kediri. *Journal of Civics and Moral Studies*. <https://doi.org/10.26740/jcms.v7n1.p30-43>
- Yandri, H., Fikri, M. K., & Juliawati, D. (2019). Penerapan Perilaku Altruistik dalam Layanan Konseling Individu Oleh Guru Bimbingan dan Konseling di Sekolah. *Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*. <https://doi.org/10.32939/tarbawi.v15i1.335>