

Strategi Konselor dalam Membangun *Self-confidence* Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang Mengalami *Bullying* Sosial

Hana Naimah^{1✉}, Hendro Yulius Suryo Putro², Sulistiyana³

^{1,2,3}Bimbingan dan Konseling Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Indonesia

Korespondensi Email: 2210123220028@mhs.ulm.ac.id✉

Abstrak:

Bullying sosial di lingkungan sekolah sering kali berdampak pada menurunnya kepercayaan diri siswa, terutama pada jenjang Sekolah Menengah Pertama yang sedang berada pada fase perkembangan emosional dan sosial yang sensitif. Penelitian ini bertujuan menggali secara mendalam strategi konselor dalam membangun kembali *self-confidence* siswa yang mengalami *bullying* sosial di SMPN 6 Banjarmasin melalui pendekatan kualitatif studi kasus. Informan penelitian terdiri atas dua konselor sekolah, tiga anggota tim PIK-R Teman Sebaya, serta siswa yang pernah mengalami *bullying* sosial. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan NVivo melalui proses coding, reduksi data, serta pemetaan tema menggunakan fitur *word cloud*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa identifikasi kasus dilakukan melalui pengamatan perubahan perilaku siswa, pemanfaatan informasi dari teman sebaya, serta penggunaan bukti digital dalam kasus *cyberbullying*. Strategi konselor meliputi pembangunan suasana aman, pendekatan bertahap dalam konseling, pengarahan dengan empati, bimbingan klasikal tentang dampak *bullying*, serta latihan penguatan diri melalui afirmasi positif dan identifikasi potensi siswa. Temuan ini menegaskan bahwa pemulihan kepercayaan diri tidak terjadi secara instan, tetapi memerlukan dukungan konseling yang konsisten, kolaborasi dengan teman sebaya, serta keterlibatan lingkungan sekolah. Penelitian ini menyimpulkan bahwa strategi konselor yang terstruktur, empatik, dan kolaboratif berperan penting dalam membantu siswa memulihkan *self-confidence* serta membangun iklim sekolah yang lebih aman dan suportif.

Kata kunci: *Bullying* Sosial, *Self-Confidence*, Strategi Konselor, PIK-R, NVivo

Submitted	: 28 February 2026
Revised	: 5 March 2026
Acceptance	: 15 March 2026
Publish Online	: 16 March 2026

Pendahuluan

Sekolah merupakan tempat pendidikan formal dimana siswa dapat belajar dan mengembangkan potensi atau keterampilan yang dimilikinya. Melalui sekolah, siswa juga berkesempatan untuk bersosialisasi dengan teman-teman sebayanya serta belajar berperilaku sesuai norma yang berlaku. Sekolah mempunyai pengaruh yang besar terhadap perkembangan siswa ([Linda & Wastuti, 2024](#)). Masa Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan periode perkembangan penting di mana anak-anak memasuki masa pubertas, yang ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, dan emosional yang signifikan. Pada fase ini, remaja mulai mengalami pertumbuhan tubuh, perubahan hormon, serta perkembangan identitas diri dan kemandirian. Perubahan ini seringkali menimbulkan dinamika, seperti kebingungan, rasa malu, dan kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru, termasuk peran dan *ekspektasi* dari keluarga, sekolah, serta teman sebaya ([Pakpahan et al., 2023](#)).

Kasus yang mencoreng dunia pendidikan di Indonesia salah satunya adalah tindak kekerasan atau penganiayaan yang dilakukan oleh pendidik kepada siswa maupun antar sesama siswa. Kekerasan yang terjadi merupakan wujud dari tindakan *bullying* ([Widya Utami Lubis, 2023](#)). Kasus *bullying* di Indonesia terus mengalami peningkatan setiap tahunnya, terutama di lingkungan sekolah dan perguruan tinggi. Menurut data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), tercatat sebanyak 37.381 kejadian *bullying* terjadi antara tahun 2011 hingga 2019, dengan kecenderungan kasus yang terus naik dari tahun ke tahun ([Hidayati & Amalia, 2021](#)).

Bullying telah lama menjadi elemen dalam kehidupan sekolah, sering kali dikenal dengan istilah seperti pemerasan, ancaman, penindasan, penghinaan, pengucilan, *intimidasi*, dan sebagainya ([Purba et al., 2024](#)). *Bullying* adalah ketika seorang siswa mengalami perlakuan buruk secara berulang dari satu atau lebih siswa lainnya ([Olweus, 1993](#)). Perlakuan buruk ini bisa berupa kata-kata, seperti mengancam, mengejek, menggoda, atau memaki. Selain itu, tindakan negatif juga dapat berupa kekerasan fisik, seperti memukul, mendorong, menendang, mencubit, atau menahan seseorang. Ada juga bentuk *bullying* yang tidak melibatkan kata-kata atau kontak fisik, misalnya dengan membuat ekspresi wajah atau gerakan yang menghina, sengaja mengucilkan seseorang dari kelompok, atau tidak mau mengikuti keinginan orang lain. Perundungan bisa dilakukan oleh satu orang maupun sekelompok orang, dan korbannya bisa satu orang atau sekelompok siswa ([Olweus, 1993](#)). Menurut ([Az Zahro, 2023](#)) *bullying* adalah perilaku agresif yang tidak diinginkan terjadi di antara anak-anak yang melibatkan ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban. Sementara itu, menurut Black dan Jackson mendefinisikan *bullying* sebagai tindakan agresif yang disengaja untuk menyakiti atau menyingkirkan orang lain, baik secara fisik, mental, maupun sosial ([Dinanty et al., 2023](#)).

Bullying terbagi dalam beberapa jenis, yaitu: 1) *bullying* verbal adalah perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang dalam bentuk ucapan, seperti memaki, menghina, mengejek, memberi julukan, mengkritik dengan kasar, menggoda, atau mengancam. Tindakan ini bisa dilakukan oleh individu maupun kelompok, dengan tujuan menunjukkan kekuasaan, menyakiti, menakut-nakuti, atau sekadar mencari kesenangan ([Eka Afriani & Afrinaldi Afrinaldi, 2023](#)); 2) *bullying* sosial adalah perlakuan yang membuat seseorang dikucilkan dari lingkungan pergaulan karena dianggap berbeda, termasuk menyebarkan gosip atau fitnah tentang korban, hingga akhirnya korban menarik diri dari lingkungan sosialnya ([Safaat, 2023](#)); 3) *bullying* fisik adalah perundungan yang tampak secara nyata karena melibatkan kontak fisik antara

pelaku dan korban, yang bisa menimbulkan dampak jangka pendek maupun jangka panjang; 4) *cyberbullying* adalah perundungan yang terjadi di dunia digital dengan memanfaatkan teknologi. Jenis *bullying* ini semakin sering terjadi seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi dan informasi ([Kusumawardani et al., 2021](#)).

Salah satu penyebab terjadinya *bullying* adalah iklim sekolah yang kurang kondusif. Kurangnya pengawasan oleh orang dewasa atau guru saat jam istirahat, ketidakpedulian guru maupun siswa terhadap perilaku *bullying*, serta penerapan peraturan anti *bullying* yang tidak konsisten, menjadi kondisi yang mempermudah terjadinya *bullying* di lingkungan sekolah. Selain itu, latar belakang sekolah juga memengaruhi terjadinya *bullying* ([Putro & Rachman, 2022](#)). Kadang juga kurangnya pengawasan dari orang dewasa menyebabkan *bullying*. Mereka berpikir bahwa anak-anak terlalu polos untuk melakukan tindakan yang bisa menyakiti atau mengganggu teman sebayanya.

Dampak dari *bullying* dapat menurunkan kepercayaan diri siswa dan menghambat perkembangan sosial mereka. Sebagian siswa bahkan mengalami *disfungsi* sosial, kehilangan keberanian untuk bergaul, hingga merasa terisolasi. Dampak *bullying* pada kepercayaan diri siswa bervariasi. Sementara beberapa korban menunjukkan penurunan kepercayaan diri, yang lain justru melihat peningkatan karena perlakuan tersebut memotivasi mereka untuk menjadi lebih baik. Menurut ([Maulida et al., 2022](#)) efek perilaku *bullying* verbal pada korban bervariasi tergantung pada siswa. Beberapa menunjukkan efek positif seperti mampu menginspirasi orang lain, memiliki keinginan kuat untuk berkembang, dan cukup berani untuk menghadapi tantangan. Sementara itu, ada yang mengalami efek negatif seperti kehilangan kepercayaan diri, mengalami *disfungsi* sosial, dilecehkan di masa depan, mencoba bunuh diri, dan menjadi pelaku *bullying* verbal ([Melsa Marsela & Fitriyeni, 2024](#)).

Keyakinan terhadap kemampuan akademik mengacu pada sejauh mana siswa yakin mampu memahami dan menyelesaikan tugas sekolah dengan baik. Korban *bullying* sosial sering kali kehilangan keyakinan ini akibat ejekan atau pengucilan yang membuat mereka merasa tidak kompeten. Keberanian berinteraksi sosial mencerminkan sejauh mana siswa berani berpartisipasi dalam diskusi kelompok atau kegiatan sekolah tanpa rasa takut dihakimi. Keteguhan menghadapi tantangan merujuk pada kemampuan siswa untuk tetap mencoba meski mengalami kegagalan atau hambatan. Sedangkan penerimaan diri berarti siswa mampu menghargai diri sendiri tanpa terpengaruh secara berlebihan oleh pandangan negatif orang lain. Keempat indikator ini menjadi fokus intervensi konselor dalam membangun kembali *self-confidence* siswa yang terdampak *bullying* sosial.

Teori *Bullying* Sosial menurut ([Olweus, 1993](#)) mendefinisikan *bullying* sebagai tindakan negatif yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang terhadap individu yang lebih lemah, baik secara fisik maupun psikologis. *Bullying* sosial merupakan salah satu bentuknya yang bersifat tidak langsung, dengan tujuan merusak hubungan sosial atau reputasi korban melalui pengucilan, penyebaran gosip, fitnah, dan manipulasi pertemanan. Bentuk ini sering kali lebih sulit terdeteksi dibandingkan *bullying* fisik, namun memiliki dampak psikologis yang mendalam. Korban *bullying* sosial cenderung mengalami kecemasan sosial, rendah diri, dan penurunan *self-confidence* yang signifikan.

Berdasarkan teori *bullying* sosial, terdapat beberapa indikator yang dapat digunakan untuk mengidentifikasi kejadian ini pada siswa, yaitu (1) pengucilan atau isolasi sosial, (2) penyebaran gosip atau fitnah, (3) manipulasi hubungan pertemanan, dan (4) perundungan di media sosial (*cyberbullying* dalam bentuk sosial). Pengucilan

sosial menyebabkan siswa merasa tidak memiliki dukungan kelompok, sehingga mengurangi rasa aman dan kepercayaan diri. Penyebaran gosip atau fitnah dapat merusak citra diri korban di mata teman sebaya. Manipulasi hubungan pertemanan mengakibatkan korban kehilangan dukungan emosional yang penting pada masa remaja. Sedangkan *bullying* sosial di media digital memperluas jangkauan dampak hingga ke luar lingkungan sekolah, membuat korban terus-menerus merasa terancam.

Kepercayaan diri (*self-confidence*) sangat penting bagi korban *bullying* untuk mengembangkan jati dirinya. Lauster (1992) dalam [\(Ghufron, M. N., & Risnawita, 2010\)](#) mendefinisikan bahwa kepercayaan diri terbentuk dari pengalaman hidup seseorang. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang mencerminkan keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri, sehingga seseorang tidak mudah terpengaruh oleh orang lain dan mampu bertindak sesuai dengan keinginannya, merasa bahagia, optimis, cukup toleran, serta bertanggung jawab. Sementara itu, menurut [\(Chen, 2024\)](#) kepercayaan diri adalah energi positif yang memotivasi seseorang untuk lebih kreatif dan meningkatkan peluang keberhasilan dalam berbagai bidang. Beberapa indikator kepercayaan diri meliputi: 1) keyakinan terhadap kemampuan diri, 2) keberanian dalam menghadapi tantangan, 3) sikap berpikir positif terhadap diri sendiri, 4) kemampuan mengemukakan pendapat, dan 5) ketahanan untuk tidak mudah menyerah [\(Annisyah et al., 2024\)](#).

Strategi konselor sangat dibutuhkan untuk membantu siswa membangun kembali kepercayaan dirinya setelah mengalami *bullying*. Strategi konselor adalah pendekatan yang terstruktur dalam layanan bimbingan dan konseling yang bertujuan meningkatkan kepercayaan diri siswa, seperti melalui konseling individual, konseling kelompok, dan bimbingan klasikal yang disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing siswa [\(Kholifah, A., & Bahiroh, 2023\)](#). Strategi dalam bimbingan dan konseling adalah sebuah rencana prosedural yang dirancang untuk membantu konseli menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Tidak ada satu metode yang sempurna untuk memahami setiap masalah konseli, sehingga tidak ada strategi yang lengkap dan cocok untuk semua masalah. Setiap strategi memiliki kelebihan dan kekurangannya sendiri, serta memberikan pengaruh yang berbeda pada setiap individu [\(Nursalim, 2014\)](#). Strategi layanan merupakan serangkaian kegiatan yang dilakukan dan disesuaikan dengan komponen layanan yang ada. Beberapa komponen layanan beserta strategi yang dijalankan oleh konselor antara lain: 1) layanan dasar yang meliputi strategi seperti bimbingan klasikal dengan tema yang telah ditetapkan; 2) layanan perminatan dan perencanaan individual yang mencakup strategi perencanaan individu, misalnya bimbingan klasikal dalam memilih sekolah lanjutan di tingkat SMA/SMK/MA/MAK; 3) layanan responsif yang terdiri dari strategi layanan cepat seperti konseling individual maupun kelompok; dan 4) dukungan sistem yang mencakup strategi seperti pengembangan jejaring, kegiatan manajemen, serta pengembangan profesional berkelanjutan [\(Suryapranata et al., 2016\)](#).

Dari penjelasan tersebut dapat diartikan bahwa strategi dalam bimbingan dan konseling dilaksanakan oleh konselor memiliki peran sangat penting dalam membantu siswa menangani permasalahan yang dialami dari berbagai bidang seperti pribadi, sosial, belajar dan karir. Penanganan dampak *bullying* di tingkat SMP membutuhkan strategi yang melibatkan berbagai pihak, mulai dari guru, orang tua, hingga masyarakat [\(Astuti, 2023\)](#).

Pada penelitian sebelumnya menjadi rujukan penting dalam mengetahui strategi konselor, namun penelitian yang saat ini penulis teliti memiliki perbedaan signifikan dalam konteks dan fokus yang diambil. Salah satunya adalah penelitian oleh [\(Linda &](#)

[Wastuti, 2024](#)) yang memberikan pemahaman mendalam tentang pentingnya teknik *reframing* untuk memulihkan kepercayaan diri korban *bullying*, khususnya pada siswa MTs. S Muhammadiyah 26 Galang. Teknik ini dapat membantu korban *bullying* membangun kembali kepercayaan diri mereka. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan, yaitu kurang detail mengenai proses implementasi teknik *reframing*. Tidak adanya kelompok kontrol atau perbandingan dengan metode lain membuat sulit untuk mengukur efektivitas teknik *reframing* secara objektif, serta kurangnya pengukuran *self-confidence* yang terukur dan tindak lanjut yang jelas. Kemudian pada penelitian oleh [Ayu et al., 2024](#) berfokus pada penggunaan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam konseling individu untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja korban *bullying*. Hasilnya menunjukkan meningkatnya berpikir positif dan kepercayaan diri setelah empat sesi konseling. Serta penelitian oleh [Konaah et al., 2025](#)) membahas tentang melalui studi literatur menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) efektif membantu korban *bullying* mengatasi pola pikir irasional, mengatur emosi, dan membangun kepercayaan diri melalui dinamika kelompok dan *role-playing*.

Berbeda dengan penelitian terdahulu, penelitian di SMPN 6 Banjarmasin ini memperluas fokus pada penelitian sebelumnya dengan menggunakan pendekatan yang lebih terarah pada eksplorasi lebih strategi konselor dalam membangun *self-confidence* siswa korban *bullying* sosial. Pendekatan ini tidak hanya mengidentifikasi bentuk-bentuk *bullying* yang terjadi, tetapi juga menggali secara mendalam bagaimana konselor menerapkan berbagai strategi bimbingan dan konseling untuk memulihkan rasa percaya diri siswa dengan pendekatan serta teknik yang unik. Fokus penelitian ini diharapkan mampu menghasilkan strategi yang kontekstual dan komprehensif sesuai dengan kondisi lingkungan sekolah.

SMPN 6 Banjarmasin, yang terletak di Kalimantan Selatan, merupakan salah satu sekolah memiliki tingkat kasus *bullying* berada dalam kondisi zona hijau. Hal ini mencerminkan kondisi yang relatif baik. Sebelum pandemi COVID-19, pernah terjadi kasus *bullying* yang cukup serius di lingkungan sekolah. Namun, sejak berakhirnya masa pandemi pada tahun 2022 hingga saat ini, kasus *bullying* di sekolah tersebut mengalami penurunan yang signifikan. Penurunan ini terjadi karena siswa lebih banyak berinteraksi dengan gadget daripada dengan teman secara langsung, sehingga ketergantungan pada *gadget* membuat interaksi sosial di sekolah menjadi minim. Berkaitan dengan hal tersebut, penelitian ini penting untuk mengetahui strategi yang diterapkan oleh konselor dalam membangun kepercayaan diri siswa korban *bullying*, berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap konselor dan siswa SMPN 6 Banjarmasin. Hasil studi pendahuluan tersebut memberikan informasi beragam terkait jenis kasus *bullying* yang terjadi serta penerapan strategi konselor dalam menangani siswa korban *bullying* melalui observasi dan wawancara kepada konselor dan siswa SMPN 6 Banjarmasin.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal yang dilakukan, peneliti menemukan bahwa kasus *bullying* di sekolah tersebut dominan berupa *bullying* sosial. Namun, kasus *bullying* sosial tersebut dengan cepat ditangani karena adanya berbagai strategi yang diterapkan oleh konselor, salah satunya strategi khusus yang baru diterapkan dari tahun 2024. Mereka menyebutkan strategi-strategi yang telah diterapkan oleh konselor sangat efektif dalam penanganan kasus *bullying*. Selain itu, korban *bullying* sosial mendapatkan penanganan dengan segera.

Kasus *bullying* sosial, seperti pengucilan atau penyebaran gosip, dengan cepat

ditangani oleh konselor melalui berbagai strategi, termasuk strategi khusus yang mulai diterapkan sejak tahun 2024. Strategi ini dinilai efektif tidak hanya dalam menghentikan perilaku *bullying*, tetapi juga dalam membangun kembali rasa percaya diri korban, seperti memberikan dukungan emosional, memfasilitasi interaksi positif, dan mengajak siswa terlibat kembali dalam kegiatan sekolah.

Dari penjelasan tersebut, urgensi penelitian ini terletak pada upaya mendalami strategi konselor dalam menangani *bullying* sosial dan memulihkan *self-confidence* siswa yang terdampak. Penelitian ini akan mengeksplorasi berbagai pendekatan bimbingan dan konseling yang diterapkan, serta dampak yang dirasakan korban. Selain itu, hasil penelitian diharapkan menjadi referensi bagi sekolah lain dalam merancang strategi pemulihan *self-confidence* siswa korban *bullying* sosial, sekaligus menjadi contoh penerapan program bimbingan konseling yang mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang aman dan bebas *bullying*. Maka dari itu, peneliti mengangkat judul “Strategi Konselor dalam Membangun *Self-confidence* Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang Mengalami *Bullying* Sosial.”

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pendekatan penelitian ini dipilih karena peneliti ingin menggali pengalaman mendalam dan *holistic* dari siswa yang mengalami *bullying* setelah diberlakukannya strategi oleh konselor dalam penanganannya. Penelitian kualitatif bisa didefinisikan sebagai metode penelitian yang dipergunakan guna meneliti keadaan yang nyata atau tidak dibuat-buat, di mana peneliti menjadi instrumen kunci. Penelitian kualitatif merupakan suatu bentuk penelitian yang mencerminkan keadaan alamiah dengan mengungkapkan berbagai fakta secara natural, yang sering disebut sebagai *natural setting* (Anto et al., 2024). Pada penelitian ini peneliti menggunakan triangulasi sumber dan teknik yang digunakan dalam uji keabsahan data.



Gambar 1. Tahapan Penelitian

Berdasarkan gambar diatas, triangulasi dapat dipandang sebagai salah satu teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti untuk menguji apakah data yang dihasilkan merupakan data yang kredibel. Teknik pengumpulan data yang di pilih ialah 1) Observasi, 2) Wawancara, dan 3) Dokumentasi. Data yang diperoleh di lapangan kemudian dianalisis melalui suatu proses klasifikasikan data dengan model Miles dan Huberman. Teknik analisis data yang digunakan terdiri dari model Miles dan Huberman ([Miles et al., 2019](#)), yang meliputi beberapa tahap, yaitu: 1) pengumpulan data untuk mengumpulkan temuan; 2) reduksi data untuk menyederhanakan dan mengklasifikasikan informasi; 3) penyajian data untuk memudahkan pemahaman; 4) kesimpulan/verifikasi untuk temuan baru yang dihasilkan dari analisis tersebut.

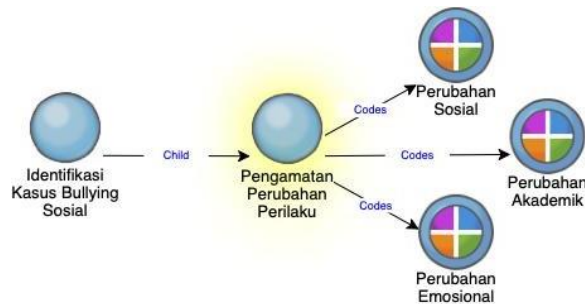
Penelitian ini menggunakan teknik *coding* dalam analisis data, yang meliputi pengkodean data awal dan reduksi data untuk menghasilkan analisis terstruktur. Proses analisis dilakukan dengan bantuan perangkat lunak AI NVivo. Data yang diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi diolah menggunakan AI Nvivo ntuk mendukung hasil penelitian secara lebih efektif dan sistematis. Nvivo adalah perangkat lunak analisis data kualitatif yang dirancang untuk membantu peneliti mengelola, mengorganisasi, dan menganalisis data tidak terstruktur seperti teks, gambar, audio, dan video. Perangkat lunak ini banyak digunakan dalam penelitian sosial, pendidikan, dan bidang lain yang memerlukan analisis mendalam terhadap data kualitatif ([Elliott-Mainwaring, 2021](#)).

Informan dalam penelitian ini terdiri dari konselor, tim Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) Teman Sebaya, dan siswa korban *bullying* di SMPN 6 Banjarmasin. Informan yang digunakan dalam penelitian ini merupakan tiga orang dari tim Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) Teman Sebaya. Setiap jenjang kelas, yaitu kelas 7, 8, dan 9, diwakili oleh satu orang siswa, satu orang konselor yang membina program Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) Teman Sebaya, serta konselor lainnya. Selain itu, informan juga melibatkan siswa yang mengalami *bullying* sosial untuk mendapatkan data terkait pengalaman siswa tersebut mengenai layanan strategi konselor yang telah diterapkan. Teknik pemilihan informan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, yaitu teknik pemilihan informan sumber data dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan tersebut, misalnya orang yang dianggap paling tahu tentang apa yang diharapkan, atau mungkin dia sebagai penguasa sehingga akan memudahkan peneliti menjelajahi objek/situasi sosial yang diteliti ([Sugiyono, 2011](#)).

Hasil

Proses triangulasi dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak NVivo untuk menganalisis data kualitatif yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan dokumentasi terkait *bullying* sosial. NVivo memungkinkan peneliti untuk mengorganisir dan mengkategorikan data, serta mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul secara sistematis. Dengan menggunakan teknik triangulasi, peneliti dapat membandingkan dan memverifikasi temuan dari berbagai sumber data, seperti wawancara dengan guru BK, siswa yang mengalami *bullying* sosial, dan tim PIK-R Teman Sebaya termasuk guru pembina nya, serta observasi langsung terhadap perubahan perilaku siswa. Hasil analisis menggunakan NVivo, termasuk *word cloud*, mempermudah visualisasi kata-kata yang paling sering muncul dan membantu peneliti untuk lebih memahami fokus utama penelitian, seperti *bullying*, konselor, dan dukungan sosial. Teknik ini memperkuat validitas temuan dengan memastikan bahwa

bullying. Hal ini dapat dilihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Pengamatan Perubahan Perilaku

Berdasarkan Gambar 3, aspek emosional siswa juga perlu diamati, karena peningkatan kecemasan, perasaan murung, atau kecenderungan untuk menyendiri dapat berfungsi sebagai tanda potensial terjadinya *bullying* sosial. Hal ini sesuai dengan kutipan wawancara ;

*".....Anak yang sebelumnya ceria, aktif berinteraksi, dan percaya diri, tiba-tiba menjadi pendiam, sering menyendiri, atau seperti dijauhi teman-temannya, itu menjadi tanda yang perlu saya cermati lebih jauh....."*GBK

"...Ada aja keliatan anak yang kayak dijauhin, duduk sendiri, atau nggak pernah diajak ngobrol sama temen-temennya...." SPIK-R

Berdasarkan hal tersebut, dampak dari *bullying* ini tidak hanya berdampak pada aspek sosial dan emosional siswa, tetapi juga dapat tercermin dalam penurunan kinerja akademik mereka. Perubahan negatif pada fokus dan motivasi belajar, seperti penurunan partisipasi dalam kegiatan kelas, hilangnya kepercayaan diri, ini dapat menunjukkan adanya efek dari *bullying* yang dialami siswa. Sebagai contoh, siswa yang sebelumnya aktif berpartisipasi dalam diskusi kelas tiba-tiba menjadi jarang berkontribusi dan lebih memilih untuk duduk terpisah dari teman-temannya. Pengamatan terhadap berbagai perubahan perilaku ini memberikan dasar yang kuat bagi konselor untuk mendeteksi adanya indikasi *bullying* sosial yang perlu ditangani secara segera dan efektif.

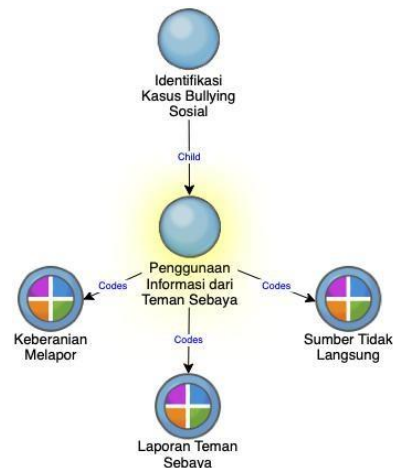
2. Penggunaan Informasi dari Teman Sebaya

Berdasarkan hasil analisis pada Gambar 4, identifikasi kasus *bullying* sosial oleh konselor tidak hanya dilakukan melalui pengamatan langsung terhadap perilaku siswa, tetapi juga melibatkan informasi yang diperoleh dari teman sebaya, khususnya siswa yang tergabung dalam tim Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) Teman Sebaya. Siswa anggota PIK-R cenderung memiliki kepekaan yang lebih tinggi terhadap dinamika sosial yang terjadi di kelas, karena mereka telah dilatih untuk memahami dan mengelola isu-isu sosial di lingkungan pendidikan. Teman sebaya yang terlibat dalam PIK-R memiliki kemampuan untuk mendeteksi perubahan sosial yang mungkin terlewatkan oleh pihak lain, sehingga informasi yang mereka berikan menjadi sumber yang sangat berharga bagi konselor dalam memahami fenomena *bullying* sosial, seperti kutipan wawancara berikut;

"...Saya juga banyak mendapatkan informasi melalui laporan teman sebaya, misalnya dari anggota PIK-R, pengurus kelas, atau OSIS yang lebih dekat dengan dinamika pergaulan di lingkungan sekolah...." GBK

"....Biasanya yang paling dulu tahu itu justru anak-anak PIK-R sendiri, karena

mereka tersebar di tiap kelas. Mereka ini bisa sehari-hari bergaul langsung dengan teman-temannya, jadi cepat sekali melihat kalau ada anak yang mulai sering sendirian, tidak diajak main atau belajar kelompok...." PPIK-R

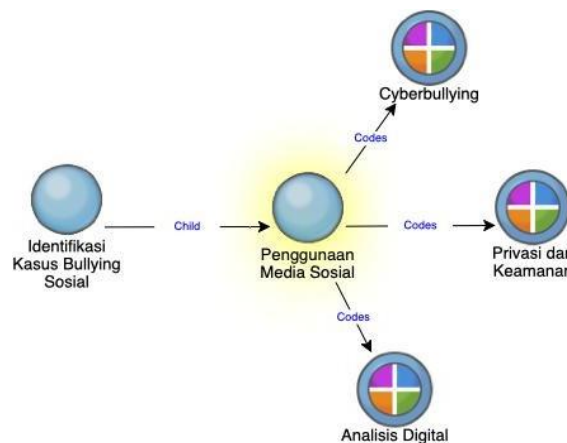


Gambar 4. Penggunaan Informasi dari Teman Sebaya

Berdasarkan Gambar 4, ditemukan bahwa teman dekat korban *bullying* memainkan peran yang sangat penting dalam proses deteksi dan pelaporan *bullying*. Mereka memiliki pemahaman yang lebih mendalam mengenai kondisi emosional dan perilaku korban, sehingga lebih mungkin untuk menyadari tanda-tanda awal *bullying* yang terjadi. Beberapa teman dekat korban, yang merasa memiliki kedekatan emosional, sering kali berani melaporkan atau menceritakan apa yang mereka saksikan terkait perundungan yang dialami oleh teman mereka. Selain itu, teman sebaya juga berperan dalam menciptakan ruang yang aman bagi korban untuk berbicara tanpa rasa takut atau tertekan. Dalam banyak kasus, informasi yang diberikan oleh siswa yang lebih dekat dengan korban sering kali dianggap lebih dapat diandalkan dibandingkan dengan laporan resmi, karena mereka memiliki akses langsung kepada korban dan dapat memahami situasi secara lebih mendalam. Oleh karena itu, peran teman sebaya sangat penting dalam mendeteksi, melaporkan, dan mencegah terjadinya *bullying* sosial di lingkungan sekolah.

3. Penggunaan Media Sosial

Berdasarkan hasil analisis, selain *bullying* yang terjadi dalam bentuk fisik atau sosial di lingkungan sekolah, media sosial telah menjadi salah satu saluran utama bagi terjadinya *bullying* sosial, yang dikenal dengan istilah *cyberbullying* (lihat Gambar 5). Dalam konteks ini, konselor memiliki peran yang sangat penting untuk memantau aktivitas online siswa guna mendeteksi adanya indikasi *bullying* yang terjadi melalui platform digital, seperti grup percakapan atau media sosial lainnya. *Bullying* yang terjadi di dunia maya sering kali tidak terdeteksi secara langsung di lingkungan sekolah, sehingga memerlukan pendekatan yang lebih spesifik dalam mengidentifikasinya. Oleh karena itu, pemantauan terhadap aktivitas digital siswa menjadi bagian integral dari upaya pencegahan dan penanganan *bullying* sosial.



Gambar 5. Penggunaan Media Sosial

Berdasarkan Gambar 5 proses identifikasi *cyberbullying*, penggunaan bukti digital, seperti tangkapan layar dari percakapan atau komentar yang merugikan, dapat sangat membantu konselor dalam mengungkap kasus *bullying* yang terjadi di dunia maya. Bukti digital ini memberikan informasi yang lebih konkret dan jelas tentang sejauh mana *bullying* terjadi, serta dampaknya terhadap korban. Namun demikian, penting bagi konselor untuk memastikan bahwa semua informasi yang diperoleh, terutama yang bersifat pribadi dan sensitif, dijaga kerahasiaannya untuk melindungi privasi siswa yang terlibat. Seperti hasil wawancara berikut;

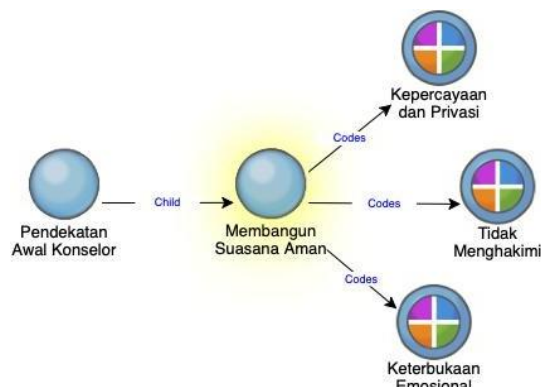
"...Di era digital saat ini, saya juga memperhatikan kemungkinan terjadinya bullying melalui media sosial. Bila ada laporan terkait ejekan di grup chat, komentar tidak pantas di Instagram, atau bentuk perundungan lain secara daring, saya biasanya meminta bukti seperti tangkapan layar (screenshot), sambil tetap menjaga privasi dan keamanan data siswa..." GBK

Oleh karena itu memanfaatkan bukti digital secara hati-hati dan profesional, konselor dapat memperoleh gambaran yang lebih utuh mengenai dampak *cyberbullying*, yang kadang-kadang sulit terdeteksi dalam interaksi sosial langsung di dunia nyata. Penggunaan bukti ini juga memungkinkan konselor untuk mengambil langkah-langkah yang lebih tepat dan terukur dalam menangani masalah *bullying* sosial yang terjadi melalui platform digital.

B. Pendekatan Awal Konselor

1. Membangun Suasana Aman

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, pendekatan awal konselor memainkan peran yang sangat penting dalam memastikan bahwa siswa merasa aman dan nyaman sebelum memulai percakapan yang lebih mendalam terkait masalah yang dihadapi (lihat Gambar 5). Konselor perlu menciptakan suasana yang tidak menghakimi, sehingga siswa dapat merasa bebas untuk berbicara tanpa rasa takut atau terpojok. Upaya ini mencakup pembentukan ruang yang terbuka bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan mereka tanpa khawatir akan mendapat kritik atau konsekuensi yang merugikan. Salah satu aspek yang sangat penting dalam menciptakan suasana ini adalah keterbukaan emosional, di mana konselor memberikan kesempatan bagi siswa untuk berbicara secara bebas dan jujur tentang pengalaman serta perasaan yang mereka rasakan.



Gambar 6. Membangun Suasana Aman

Berdasarkan Gambar 6, menjaga kepercayaan dan privasi juga merupakan hal yang krusial dalam proses ini. Konselor harus dengan jelas menjelaskan bahwa segala percakapan yang berlangsung akan dijaga kerahasiaannya untuk memastikan rasa aman dan membangun hubungan saling percaya. Konselor harus menghindari pertanyaan atau sikap yang dapat membuat siswa merasa disalahkan atau dipersalahkan, karena hal ini justru dapat memperburuk situasi dan menambah beban emosional siswa. Sebagai contoh, seorang siswa mungkin merasa lebih nyaman berbicara setelah konselor menjelaskan bahwa tujuan percakapan ini bukan untuk mencari siapa yang salah, melainkan untuk membantu siswa menemukan jalan keluar dari situasi yang dihadapinya. Dengan pendekatan yang penuh empati dan pengertian, konselor dapat memfasilitasi percakapan yang lebih terbuka, aman dan efektif dalam mendukung pemulihan siswa. Seperti hasil wawancara berikut

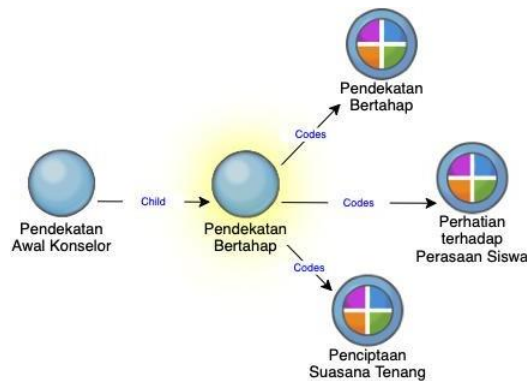
*"...Langkah awal yang saya lakukan adalah membangun rasa aman dulu. Saya jelaskan bahwa apa pun yang ia ceritakan akan saya jaga kerahasiaannya, dan tujuan saya hanya untuk membantu, bukan untuk menyalahkan..."*GBK

2. Pendekatan Bertahap

Berdasarkan analisis yang dilakukan, pendekatan bertahap merupakan metode yang digunakan konselor untuk membantu siswa merasa lebih nyaman dalam membuka diri mengenai permasalahan yang mereka hadapi (lihat Gambar 7). Pendekatan ini dimulai dengan percakapan ringan tentang keseharian siswa, yang secara perlahan mengarah pada pembahasan isu yang lebih sensitif, seperti *bullying* yang dialami siswa. Seperti hasil wawancara berikut;

*".....Ketika pertama kali mendekati siswa yang diduga mengalami bullying sosial, fokus utama saya adalah membantu dia merasa aman terlebih dahulu. Saya tidak langsung menanyakan secara terbuka, misalnya „kamu dibully ya?“ ,..... karena pertanyaan seperti itu bisa membuat anak merasa terpojok atau semakin tertekan. Biasanya saya mengajak siswa berbicara di ruang BK secara tenang dan pribadi, jauh dari perhatian teman-temannya...."*GBK

Pendekatan ini penting untuk mencegah siswa merasa tertekan atau dipaksa untuk mengungkapkan masalahnya secara langsung. Dengan memulai percakapan dengan topik yang lebih umum dan tidak terlalu membebani, konselor memberikan ruang bagi siswa untuk merasa lebih terbuka tanpa merasa berada dalam situasi yang memaksa.

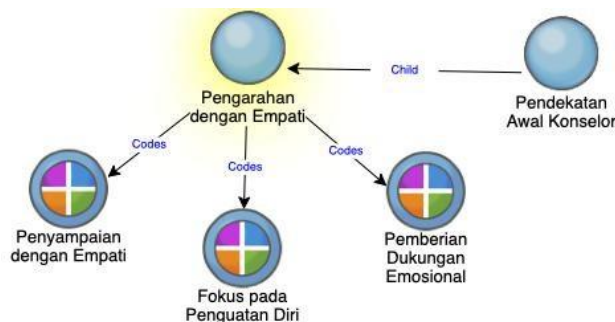


Gambar 7. Pendekatan Bertahap

Penciptaan suasana tenang dan nyaman di ruang konseling juga menjadi aspek penting yang mendukung kelancaran percakapan. Suasana yang bebas dari gangguan dan keramaian membantu siswa untuk merasa lebih santai dan tidak tertekan saat berbicara. Selain itu, perhatian yang penuh terhadap perasaan siswa menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari proses konseling ini. Konselor perlu menyimak cerita siswa secara empatik tanpa terburu-buru memberikan solusi, sehingga siswa merasa didengar dan dihargai. Sebagai contoh, setelah sesi konseling pertama yang dilakukan dengan pendekatan bertahap, siswa merasa lebih nyaman dan mulai terbuka tentang pengalaman *bullying* yang mereka alami di sekolah. Pendekatan ini tidak hanya membantu menciptakan hubungan yang saling percaya, tetapi juga memfasilitasi proses pemulihan emosional bagi siswa yang mengalami *bullying*.

3. Pengarahan dengan Empati

Berdasarkan analisis yang dilakukan, konselor memberikan perhatian yang sangat besar terhadap perasaan siswa selama proses konseling, dengan tujuan utama memastikan bahwa siswa merasa dihargai dan didengar secara penuh (lihat Gambar 8). Pemberian dukungan emosional yang optimal melalui teknik mendengarkan aktif sangat penting dalam membangun hubungan saling percaya antara konselor dan siswa. Konselor perlu menggunakan pendekatan yang empatik dalam merespons keluhan siswa, dengan memilih kata-kata yang halus dan penuh pengertian untuk memberikan konfirmasi terhadap perasaan siswa. Teknik ini memungkinkan konselor untuk menciptakan ruang di mana siswa merasa lebih terbuka untuk berbagi pengalaman dan perasaan mereka tanpa rasa takut akan penilaian atau stigma.



Gambar 8. Pengarahan dengan Empati

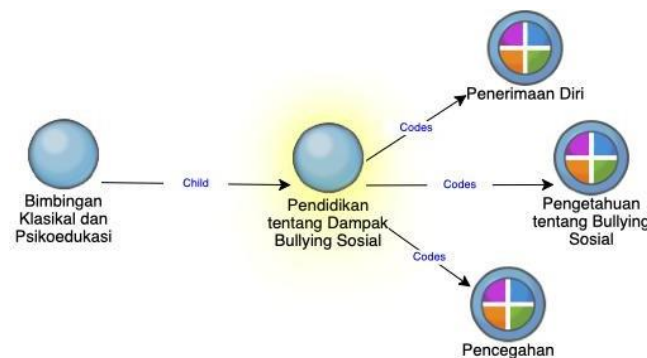
Salah satu fokus utama dalam pengarahan dengan empati adalah pada penguatan diri siswa, yaitu membantu mereka menyadari bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi permasalahan yang mereka alami. Dengan memberikan penguatan positif, konselor mengarahkan siswa untuk memahami bahwa perasaan mereka valid dan layak

untuk dihargai. Sebagai contoh, dalam praktik konseling, konselor tidak hanya mendengarkan dengan seksama, tetapi juga mengonfirmasi perasaan siswa dengan ungkapan seperti, “...*Saya paham itu pasti sangat sulit buatmu...*,” yang memberikan dukungan emosional lebih lanjut. Ungkapan semacam ini membantu siswa merasa lebih didukung dan dipahami, serta memfasilitasi proses pemulihan emosional dalam sesi konseling. Pendekatan ini tidak hanya memperkuat hubungan antara konselor dan siswa, tetapi juga mendorong siswa untuk merasa lebih positif dan percaya diri dalam menghadapi tantangan yang mereka hadapi.

C. Bimbingan Klasikal dan Psikoedukasi

1. Pendidikan tentang Dampak *Bullying* Sosial

Berdasarkan analisis yang dilakukan, bimbingan klasikal yang diberikan oleh konselor memiliki fokus utama pada edukasi siswa mengenai dampak psikologis dari *bullying* sosial serta bagaimana hal tersebut dapat memengaruhi kesejahteraan mereka secara keseluruhan (lihat Gambar 9). Pengetahuan tentang *bullying* sosial merupakan komponen pertama yang disampaikan dalam sesi bimbingan, dengan tujuan memberikan informasi yang jelas dan mudah dipahami mengenai apa itu *bullying* sosial, serta dampaknya yang dapat merusak kondisi psikologis dan sosial siswa. Konselor menjelaskan dengan cara yang sistematis mengenai berbagai bentuk *bullying* sosial, baik yang terjadi secara langsung maupun melalui platform digital, serta dampaknya terhadap individu, seperti perasaan terisolasi, kecemasan, dan penurunan harga diri.



Gambar 9. Pendidikan Dampak *Bullying*

Berdasarkan Gambar 9, selain pengetahuan dasar tentang *bullying* sosial, konselor juga mengedukasi siswa tentang pencegahan *bullying*. Dalam hal ini, siswa diajarkan bagaimana cara menghindari situasi yang berpotensi menjadi *bullying* dan bagaimana cara merespons secara tepat bila mereka atau teman mereka mengalami atau menyaksikan *bullying*. Seperti hasil wawancara berikut;

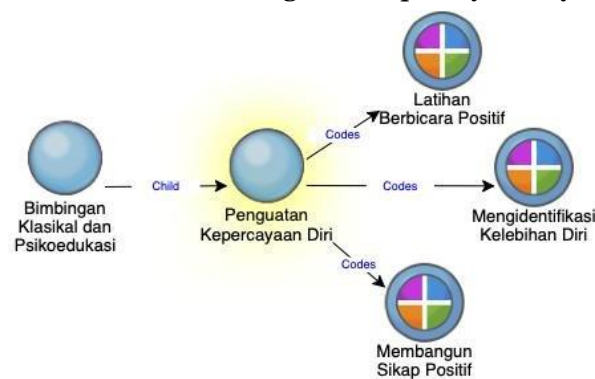
"...Selain memberikan pengetahuan tentang bullying sosial, saya juga mengajarkan bagaimana cara mencegah dan merespons bullying. Salah satu hal yang saya tekankan adalah penerimaan diri, bahwa siswa tidak salah atau buruk meskipun mereka menjadi korban bullying..." GBK

Penerimaan diri juga menjadi bagian penting dari edukasi ini, di mana siswa diberi pemahaman bahwa mereka tidak salah atau buruk meskipun menjadi korban *bullying*. Konselor menekankan pentingnya menerima diri sendiri, memperkuat rasa percaya diri, dan mendorong siswa untuk melaporkan perundungan yang terjadi di sekitar mereka. Sebagai contoh, melalui materi yang diberikan, siswa diberi pemahaman yang lebih mendalam mengenai dampak kesehatan mental dan sosial yang ditimbulkan oleh *bullying* sosial, serta pentingnya dukungan sosial dan pelaporan perundungan untuk

mencegah dampak jangka panjang terhadap kesejahteraan mereka.

2. Penguatan Kepercayaan Diri

Berdasarkan analisis yang dilakukan, selain memberikan edukasi mengenai *bullying* sosial, konselor juga fokus pada penguatan rasa percaya diri siswa yang menjadi korban *bullying* (lihat Gambar 10). Salah satu langkah awal dalam proses ini adalah mengidentifikasi kelebihan diri siswa, di mana konselor berperan aktif dalam membantu siswa mengenali potensi dan kelebihan yang mereka miliki. Meskipun siswa mungkin merasa tidak berharga akibat perundungan yang mereka alami, konselor bertujuan untuk mengubah perspektif mereka dengan cara menunjukkan aspek positif dari diri mereka yang sering kali tidak disadari. Proses ini penting untuk membantu siswa keluar dari perasaan terpuruk dan mulai membangun rasa percaya diri yang lebih kuat.



Gambar 10. Penguatan Kepercayaan Diri

Latihan berbicara positif merupakan teknik yang sangat penting yang diajarkan oleh konselor. Melalui latihan ini, siswa diajarkan untuk berbicara positif tentang diri mereka sendiri, sebagai langkah pertama untuk mengubah pola pikir dan membangun kembali kepercayaan diri mereka. Konselor mengarahkan siswa untuk mulai menyebutkan lima hal positif tentang diri mereka, yang dapat berfungsi sebagai dasar untuk meningkatkan rasa percaya diri. Terakhir, konselor mendorong siswa untuk membangun sikap positif dengan berfokus pada potensi dan kekuatan yang mereka miliki, bukan pada pengalaman negatif yang muncul dari *bullying*. Sesuai dengan hasil wawancara berikut;

".....Saya mengajarkan siswa untuk mulai berbicara positif tentang diri mereka, misalnya dengan menyebutkan lima hal positif tentang diri mereka. Hal ini membantu mereka membangun kembali kepercayaan diri mereka yang sempat terpuruk....."GBK

Melalui pendekatan ini, siswa dapat mulai melihat nilai diri mereka yang lebih besar, mengurangi dampak dari perasaan negatif yang timbul akibat *bullying*, dan mengembangkan sikap yang lebih optimis dalam menghadapi tantangan di masa depan.

Berdasarkan temuan yang telah dipaparkan pada bagian hasil, terlihat adanya pola-pola penting terkait fenomena *bullying* sosial serta upaya penanganannya di lingkungan sekolah. Untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam, bagian selanjutnya akan membahas temuan tersebut secara lebih rinci dan terarah. Pembahasan ini difokuskan pada bagaimana konselor mengidentifikasi kasus *bullying* melalui pengamatan perubahan perilaku siswa, peran teman sebaya khususnya tim PIK-R dalam membantu proses deteksi dan pelaporan, serta pemanfaatan media sosial yang turut memengaruhi munculnya *cyberbullying*. Selain itu, akan diuraikan pula berbagai pendekatan konseling yang digunakan, seperti membangun suasana aman, pendekatan bertahap, dan penguatan rasa percaya diri korban. Melalui pembahasan ini, diharapkan diperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh mengenai strategi pencegahan dan penanganan

bullying sosial di sekolah.

Identifikasi Kasus *Bullying* Sosial di Sekolah

Berdasarkan hasil penelitian, pencegahan dan penanganan *bullying* sosial di sekolah memerlukan pendekatan yang komprehensif, termasuk melalui identifikasi dini dan pengamatan terhadap perubahan perilaku siswa. Penelitian sebelumnya oleh ([Schools & Force, 2021](#)) menunjukkan bahwa deteksi dini *bullying* melalui pengamatan terhadap perilaku siswa yang mengalami perubahan signifikan dapat membantu mencegah dampak buruk yang lebih lanjut. Proses identifikasi kasus *bullying* sosial oleh konselor sering kali dimulai dengan pengamatan terhadap perubahan signifikan dalam perilaku siswa, khususnya yang sebelumnya menunjukkan karakteristik sosial yang aktif dan ceria. Sebagai contoh, siswa yang tiba-tiba menjadi pendiam, kehilangan kepercayaan diri, atau menghindari interaksi sosial dengan teman-temannya merupakan indikasi awal adanya masalah yang perlu ditelusuri lebih lanjut. Penurunan ini sesuai dengan temuan ([Arahman, 2024](#)), yang mengungkapkan bahwa perubahan dalam interaksi sosial siswa adalah salah satu tanda awal dari perundungan yang terjadi di lingkungan sekolah. Fenomena ini diperkuat dengan adanya siswa yang diabaikan atau tidak dilibatkan dalam kelompok sosial, yang sering kali merupakan tanda adanya *bullying* sosial yang terjadi di lingkungan sekolah.

Dampak *bullying* ini tidak hanya bersifat sosial, tetapi juga emosional, dan dapat tercermin dalam penurunan kinerja akademik siswa, seperti berkurangnya partisipasi dalam kegiatan kelas. Penurunan partisipasi ini sering kali terjadi pada siswa yang merasa terisolasi atau memiliki harga diri yang rendah akibat pengalaman *bullying* yang mereka alami. Penelitian oleh ([Id & Schultze-krumbholz, 2023](#)) menunjukkan bahwa *bullying* sosial berkontribusi terhadap penurunan kepercayaan diri hingga motivasi dan kinerja akademik siswa. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh ([Andrews et al., 2023](#)), yang mengungkapkan bahwa siswa yang menjadi korban *bullying* sering kali mengalami penurunan motivasi dalam kegiatan belajar dan cenderung menghindari partisipasi dalam diskusi kelas. Mengidentifikasi perubahan-perubahan ini menjadi dasar yang penting bagi konselor untuk melakukan intervensi secara tepat waktu. Penurunan interaksi sosial yang terlihat, seperti siswa yang sebelumnya aktif dalam kegiatan kelas tiba-tiba memilih untuk menyendiri atau menghindari kelompok, sering kali menunjukkan dampak langsung dari pengalaman *bullying* sosial.

Selain itu, upaya pencegahan *bullying* sosial di sekolah tidak cukup hanya berhenti pada deteksi dini dan intervensi individual oleh konselor, tetapi perlu diperkuat melalui keterlibatan seluruh warga sekolah, termasuk guru dan orang tua. Tinjauan sistematis terbaru menunjukkan bahwa program anti-*bullying* yang berbasis sekolah akan lebih efektif jika menekankan pembentukan hubungan yang positif, penguatan empati, serta pelibatan semua pemangku kepentingan sekolah secara menyeluruh dalam implementasi yang konsisten. Keterlibatan guru melalui pelatihan, dukungan orang tua, dan kebijakan sekolah yang jelas bukan hanya membantu mengurangi frekuensi *bullying*, tetapi juga mencegah dampak jangka panjang terhadap kepercayaan diri, kesehatan mental, dan motivasi belajar siswa ([Hidayati et al., 2025](#)). Dengan demikian, temuan ini menegaskan bahwa identifikasi dini oleh konselor perlu diintegrasikan dengan program pencegahan berbasis sekolah yang komprehensif agar penanganan *bullying* sosial menjadi lebih efektif dan berkelanjutan.

Peran Teman Sebaya dalam Menanggulangi *Bullying* Sosial

Salah satu elemen penting yang mendukung keberhasilan deteksi *bullying* sosial adalah peran teman sebaya, terutama bagi siswa yang tergabung dalam tim Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) Teman Sebaya. Teman sebaya memiliki kepekaan yang lebih tinggi terhadap dinamika sosial yang terjadi di kelas, karena mereka berinteraksi langsung dengan siswa dan lebih mudah mendeteksi perubahan perilaku yang terjadi. Seperti yang dijelaskan oleh narasumber, teman sebaya di PIK-R sering kali menjadi sumber informasi yang lebih cepat dan dapat diandalkan mengenai kasus *bullying* sosial yang terjadi di sekolah. Mereka memiliki pemahaman yang lebih mendalam mengenai kondisi emosional dan sosial korban *bullying*, yang membantu mereka untuk lebih mudah mendeteksi tanda-tanda awal *bullying*. Dengan demikian, teman sebaya memiliki peran yang sangat penting dalam mendeteksi, melaporkan, dan mencegah terjadinya *bullying* sosial di lingkungan sekolah. Ini mendukung temuan penelitian oleh ([Sabramani et al., 2021](#)), yang menunjukkan bahwa teman sebaya dapat berfungsi sebagai penghubung antara korban dan konselor, serta memiliki peran penting dalam pencegahan *bullying* sosial. Selanjutnya ini juga sejalan dengan temuan ([Khairun et al., 2023](#)) bahwa PIK-R di sekolah dapat menjadi wadah yang efektif untuk membentuk konselor sebaya yang mampu menerapkan konseling teman sebaya dan membantu menyelesaikan berbagai permasalahan remaja melalui hubungan pertemanan yang saling percaya dan suportif.

Penggunaan informasi yang diperoleh dari teman sebaya juga menunjukkan pentingnya membangun saluran komunikasi yang terbuka di antara siswa. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh ([Feijóo et al., 2021](#)), bahwa banyak kasus siswa merasa lebih nyaman melaporkan *bullying* kepada teman sebaya daripada langsung melapor ke pihak berwenang, seperti guru atau konselor. Hal ini tercermin dalam pernyataan narasumber yang menyebutkan bahwa teman sebaya sering kali lebih tahu dan dapat memberikan informasi lebih cepat tentang siapa yang menjadi korban atau pelaku *bullying* di sekolah. Oleh karena itu, program-program yang melibatkan teman sebaya dalam pencegahan *bullying* sangat penting untuk keberhasilan program tersebut.

Agar peran teman sebaya di PIK-R dalam menanggulangi *bullying* sosial semakin efektif, penting juga memastikan bahwa mereka memiliki keterampilan konseling dasar yang memadai. Penelitian tentang profil keterampilan konseling teman sebaya anggota PIK-R di beberapa sekolah menunjukkan bahwa sebagian besar konselor sebaya sudah berada pada kategori “memenuhi harapan” dan “mendekati harapan”, namun masih ada sebagian kecil yang keterampilannya “di bawah harapan” bahkan “membahayakan” karena kurang fokus, kurang empati, dan belum mampu memberikan bantuan secara tepat kepada teman yang bermasalah. Temuan ini menegaskan bahwa pelatihan berkelanjutan bagi pengurus PIK-R sangat diperlukan, khususnya terkait kemampuan mendengarkan secara empatik, menjaga kerahasiaan, dan merespon laporan *bullying* dengan cara yang suportif. Dengan adanya penguatan kapasitas konselor sebaya melalui pelatihan yang terstruktur, PIK-R di sekolah tidak hanya menjadi tempat berkumpul remaja, tetapi benar-benar berfungsi sebagai layanan informasi dan konseling yang aman dan terpercaya bagi korban maupun saksi *bullying* sosial ([Fitriani et al., 2019](#)).

Pemanfaatan Media Sosial dalam *Bullying* Sosial

Selain *bullying* sosial yang terjadi secara fisik di lingkungan sekolah, media sosial telah menjadi saluran utama bagi terjadinya *cyberbullying*, yang kini menjadi masalah utama dalam pencegahan *bullying* sosial. Dengan perkembangan teknologi informasi, perilaku *bullying* tidak hanya terbatas pada interaksi langsung di sekolah, tetapi juga

merambah ke dunia maya. Dalam hal ini, konselor berperan penting untuk memantau aktivitas online siswa, guna mendeteksi adanya indikasi *bullying* yang terjadi melalui platform digital seperti media sosial dan grup percakapan. *Cyberbullying* sering kali lebih sulit terdeteksi secara langsung di sekolah karena terjadi di dunia maya, sehingga pemantauan terhadap aktivitas digital siswa menjadi bagian integral dari upaya pencegahan dan penanganan *bullying* social ([Feijóo et al., 2021](#)).

Proses identifikasi *cyberbullying* dapat dilakukan dengan menggunakan bukti digital, seperti tangkapan layar dari percakapan atau komentar yang merugikan. Bukti-bukti digital ini memberikan informasi yang lebih konkret dan jelas mengenai sejauh mana *bullying* terjadi di dunia maya, serta dampaknya terhadap korban. Dalam proses ini, konselor perlu memastikan bahwa informasi yang diperoleh tetap menjaga kerahasiaan dan privasi siswa yang terlibat. Hal ini penting untuk melindungi pihak-pihak yang terlibat dan memastikan bahwa semua langkah yang diambil tetap sesuai dengan etika dan kebijakan yang ada. Penelitian oleh ([Johnson et al., 2023](#)) juga menunjukkan bahwa *cyberbullying* dapat berdampak serius pada kesejahteraan mental siswa, dan oleh karena itu memerlukan penanganan yang cermat dan profesional.

Konselor juga perlu memberikan edukasi yang sistematis kepada siswa tentang cara menggunakan media sosial secara sehat dan bertanggung jawab. Pendidikan pencegahan, seperti sosialisasi langsung di kelas atau program literasi digital, terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam mencegah dan merespons *cyberbullying*, misalnya dengan cara melaporkan akun pelaku, memblokir konten yang merugikan, serta tidak ikut menyebarkan pesan yang berisi hinaan atau ejekan. Dengan peningkatan pemahaman ini, siswa menjadi lebih sadar akan risiko yang ada di dunia maya sekaligus memiliki strategi praktis untuk melindungi diri dan teman sebaya, sehingga peran konselor tidak hanya sebatas menangani kasus, tetapi juga membangun budaya penggunaan media sosial yang aman di lingkungan sekolah ([Elfeshawy et al., 2023](#)).

Membangun Suasana Aman dalam Konseling

Pendekatan awal konselor sangat penting dalam membangun suasana aman yang memungkinkan siswa untuk merasa nyaman berbicara mengenai masalah yang mereka hadapi. Konselor perlu menciptakan ruang yang bebas dari penilaian atau rasa takut, sehingga siswa merasa dihargai dan didengar. Salah satu aspek yang sangat penting dalam menciptakan suasana ini adalah keterbukaan emosional, di mana konselor memberikan kesempatan bagi siswa untuk berbicara secara bebas dan jujur tentang perasaan mereka tanpa khawatir akan mendapat kritik atau hukuman. Selain itu, menjaga kepercayaan dan privasi siswa juga sangat krusial dalam proses konseling. Konselor harus jelas menyampaikan bahwa percakapan yang berlangsung akan dijaga kerahasiaannya, dengan tujuan utama untuk membantu siswa menemukan solusi terhadap permasalahan yang dihadapi tanpa merasa takut atau tertekan ([Lee et al., 2021](#)).

Berdasarkan konteks praktisnya, konselor harus menghindari sikap atau pertanyaan yang dapat membuat siswa merasa disalahkan atau dipersalahkan, karena hal ini justru dapat memperburuk situasi dan menambah beban emosional siswa. Sesuai dengan penelitian ([Alzamil, 2021](#)), melalui pendekatan yang penuh empati dan pengertian, konselor dapat memfasilitasi percakapan yang lebih terbuka dan efektif dalam mendukung pemulihan emosional siswa. Seperti yang disampaikan oleh guru BK, langkah awal yang dilakukan adalah membangun rasa aman terlebih dahulu, dengan

menjelaskan bahwa tujuan dari konseling ini bukan untuk mencari siapa yang salah, tetapi untuk membantu siswa menemukan jalan keluar dari situasi yang dihadapinya.

Pendekatan Bertahap dalam Konseling

Pendekatan bertahap dalam konseling menjadi metode yang efektif untuk membantu siswa merasa lebih nyaman dalam membuka diri, terutama terkait masalah sensitif seperti *bullying* sosial. Pendekatan ini berfokus pada menciptakan suasana yang tidak menghakimi dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk berbicara tanpa rasa tertekan. Proses ini dimulai dengan percakapan ringan mengenai kehidupan sehari-hari siswa, yang secara perlahan mengarah ke pembahasan isu yang lebih mendalam dan sensitif, seperti *bullying* yang dialami siswa. Dengan memulai percakapan dengan topik yang lebih umum, konselor dapat menghindari perasaan terpaksa atau tertekan pada siswa, yang sering kali muncul ketika mereka diminta untuk berbicara tentang masalah pribadi mereka terlalu cepat ([Torgal et al., 2023](#)). Penelitian oleh ([Huxtable, 2022](#)) juga mendukung penggunaan pendekatan bertahap untuk menciptakan ruang yang aman bagi siswa dalam mengungkapkan perasaan dan masalah yang sedang mereka alami.

Penciptaan suasana yang tenang dan nyaman menjadi kunci dalam memfasilitasi percakapan yang terbuka dan produktif antara konselor dan siswa. Suasana yang bebas dari gangguan dan keramaian membantu siswa merasa lebih santai, mengurangi kecemasan, dan memungkinkan mereka untuk berbicara dengan lebih terbuka. Konselor bekerja di lingkungan yang tenang dan penuh pengertian dapat membantu siswa melepaskan perasaan mereka tanpa merasa terbebani oleh tekanan eksternal. Hal ini sejalan dengan temuan dari penelitian ([Pearce et al., 2024](#)), yang menunjukkan bahwa lingkungan yang aman dan tidak menghakimi sangat penting untuk mendorong siswa berbicara tentang pengalaman pribadi mereka, termasuk masalah *bullying* yang mereka alami. Selain itu, perhatian penuh terhadap perasaan siswa sangat diperlukan dalam proses konseling. Konselor harus mendengarkan dengan empati, memberikan perhatian penuh terhadap apa yang disampaikan siswa tanpa terburu-buru memberikan solusi. Pendekatan ini bukan hanya mendorong siswa untuk berbicara, tetapi juga memberikan mereka rasa dihargai dan dipahami, yang esensial dalam membangun hubungan saling percaya antara konselor dan siswa. Sebagai contoh, konselor yang menggunakan teknik mendengarkan aktif dan memberikan respons yang empatik, seperti "Saya paham itu pasti sangat sulit buatmu," membantu siswa merasa lebih didukung dalam proses konseling mereka. Hal ini sejalan dengan prinsip-prinsip yang dikemukakan oleh ([Feijóo et al., 2021](#)), yang menekankan pentingnya kesediaan konselor untuk mendengarkan tanpa penilaian dalam menciptakan hubungan terapeutik yang mendalam. Dengan pendekatan ini, konselor tidak hanya membantu siswa dalam mengatasi masalah *bullying* sosial, tetapi juga memfasilitasi pemulihan emosional mereka, yang dapat memperkuat kepercayaan diri dan kemampuan siswa untuk mengatasi tantangan di masa depan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dianalisis menggunakan aplikasi NVivo, dapat disimpulkan bahwa penanganan *bullying* sosial di sekolah perlu dilakukan secara terstruktur dan melibatkan banyak pihak. Melalui proses coding dan visualisasi seperti *word cloud*, NVivo membantu menemukan tema utama seperti *bullying*, sekolah, konselor, kelompok, dan dukungan. Hal ini menunjukkan bahwa masalah *bullying* tidak berdiri sendiri, tetapi berkaitan dengan lingkungan sosial siswa di sekolah. Konselor

mengidentifikasi kasus *bullying* dengan melihat perubahan perilaku siswa, seperti menjadi lebih pendiam, menarik diri, atau mengalami penurunan semangat belajar. Teman sebaya, terutama anggota Pusat Informasi Konseling Remaja (PIK-R), juga berperan penting karena mereka lebih cepat mengetahui dinamika pergaulan di kelas. Selain itu, *bullying* juga terjadi melalui media sosial (*cyberbullying*), sehingga konselor perlu memperhatikan bukti digital dengan tetap menjaga kerahasiaan siswa. Dalam proses konseling, pendekatan yang aman, empatik, dan bertahap membuat siswa lebih nyaman untuk bercerita. Konselor juga membantu siswa membangun kembali rasa percaya diri melalui dukungan emosional dan latihan berpikir positif.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa pencegahan dan penanganan *bullying* sosial akan lebih efektif jika dilakukan secara bersama-sama oleh konselor, teman sebaya, dan pihak sekolah. Penggunaan NVivo juga membantu membuat analisis data menjadi lebih rapi, jelas, dan sistematis.

Daftar Pustaka

- Annisyah, F., Fitri Syakinah, T. A., & Lesmana, G. (2024). Guidance and Counseling Services Strategy in Increasing Student Confidence. *BRIGHT VISION Journal of Language and Education*, 3(2), 315. <https://doi.org/10.30821/brightvision.v3i2.3331>
- Anto, R. P., Nur, N., Yusriani, Ardah, F. K., Ayu, J. D., Nurmahdi, A., Apriyeni, B. A. R., Purwanti, Adrianingsih, arita Y., & Putra, M. F. P. (2024). Metode Penelitian Kualitatif: Teori dan Penerapannya. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (Vol. 2).
- Astuti, L. P. (2023). Peran Guru Bimbingan Dan Konseling dalam mengatasi *bullying* verbal di sekolah menengah pertama. *Jurnal Psiko-Edukasi*, 18(1), 73–83.
- Ayu, P., Agusliana, S., Suryati, E. P., & Dewi. (2024). Konseling Individu Dengan Teknik Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Dalam Meningkatkan Self Confidence Pada Remaja Korban *Bullying*. *Berkala Ilmiah Pendidikan*. <https://doi.org/10.51214/bip.v4i2.965>
- Az Zahro, N. A. (2023). Penanaman Nilai – Nilai Moral Pada Anak Usia Dini Guna Mencegah Terjadinya Perilaku *Bullying*. *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling*, 6(3). <https://doi.org/10.20527/jpbk.2023.6.3.11377>
- Alzamil, A. A. (2021). *A Proposed Counseling Program to Confronting Cyberbullying among High School Students*. 136–151.
- 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*, 5(3), 261–270. <https://doi.org/10.1007/s42380-023-00170-0>
- Arahman, Z. (2024). *International Proceeding of Innovative Bullying in Islamic Boarding Schools : Types and Prevention*. 6(1), 168–179.
- Chen, Y. (2024). How College Counselors Effectively Help Students Build Confidence. *Region - Educational Research and Reviews*, 6(2), 180. <https://doi.org/10.32629/rerr.v6i2.1722>
- Dinanty, N. S., Putri, A. J., Rahman, G., Studi, P., Konseling, B., Utara, B., & Banjarmasin, K. (2023). Pengaruh Budaya Senioritas dan *Bullying* oleh Mahasiswa Di Lingkungan Kampus. *Jurnal Pelayanan Bimbingan dan Konseling Program Studi Bimbingan dan Konseling Fkip Universitas Lambung Mangkurat*, 6(4), 225–234.
- Eka Afriani, & Afrinaldi Afrinaldi. (2023). Dampak *Bullying* Verbal Terhadap Perilaku

- Siswa Di Sma Negeri 3 Payakumbuh. *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, Dan Sosial Humaniora*, 1(1), 72–82. <https://doi.org/10.59024/atmosfer.v1i1.34>
- Elliott-Mainwaring, H. (2021). Exploring using NVivo software to facilitate inductive coding for thematic narrative synthesis. *British Journal of Midwifery*. <https://doi.org/10.12968/bjom.2021.29.11.628>
- Elfeshawy, R., Swerky, F. M. El, Abdelwahed, A. Y., & Ahmed, S. M. (2023). Effect of Preventive Strategies Education on Knowledge and Practices regarding Social Media Cyberbullying among Preparatory School Students. *Egyptian Journal of Health Care*. <https://doi.org/10.21608/ejhc.2023.335734>
- Feijóo, S., Foody, M., Pichel, R., Zamora, L., & Rial, A. (2021). Bullying and Cyberbullying among Students with Cochlear Implants. *The Journal of Deaf Studies and Deaf Education*, 26(1), 130–141. <https://doi.org/10.1093/deafed/enaa029>
- Fitriani, N., Fridani, L., & Sutisna, A. (2019). *Profil Keterampilan Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) Anggota Pusat Informasi Konseling Remaja (Pik R) Melalui Jalur Pendidikan Di Kota Depok*. 10, 108–116. <https://doi.org/10.31258/jp.10.2.47-55>
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2010). *Teori-teori Psikologis* (p. 202).
- Hidayati, L., & Amalia, R. (2021). *Psychological Impacts On Adolescent Victims Of Bullying: Phenomenology Study*. *Media Keperawatan Indonesia*. <https://doi.org/10.26714/mki.4.3.2021.201-2017>
- Hidayati, A., Marianty, D., & Kamila, A. (2025). Effectiveness of School Interventions in Reducing Bullying Behavior: Systematic Literature Review. *Journal of Psychological Perspective*. <https://doi.org/10.47679/jopp.7110222025>
- Huxtable, M. (2022). *A Global Picture of School Social Work in 2021 A Global Picture of School Social Work in 2021*. 7(1).
- Id, S. S., & Schultze-krumbholz, A. (2023). *Bullying prevalence in Pakistan " s educational institutes : Preclusion to the framework for a teacher-led antibullying intervention*. 1–23. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0284864>
- Johnson, K. F., Gantt-howrey, A., Brookover, D. L., Clemons, K. L., & Robins, L. B. (2023). *Antiracism internship : Applying the ecological social justice school counseling theory*. August 2022, 185–202. <https://doi.org/10.1002/ceas.12253>
- Khairun, N., Putra, D. P., Neliwarti, N., & Pratama, A. R. (2023). Pusat Informasi dan Konseling Remaja Spansatika ok sebagai Wadah Pembentukan Konselor Sebaya yang Mampu Menerapkan Konseling Sebaya di SMP Negeri 1 Tilatang Kamang. *Education : Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*. <https://doi.org/10.51903/education.v4i1.448>
- Kholifah, A., & Bahiroh, S. (2023). Strategi layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kepercayaan diri korban kekerasan dalam rumah tangga. *Jurnal Pendidikan Islam*. <https://doi.org/10.51468/jpi.v5i2.310>
- Konaah, S., Lolita, N., Rahmadania, Z., Rahmania, G. N. A., & Dewi, R. S. (2025). Eefektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik REBT untuk Mereduksi *Bullying* pada Siswa di Sekolah. *Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial (JUPENDIS)*. <https://doi.org/10.54066/jupendis.v3i2.3198>
- Kusumawardani, T., Putra, I. M., P, K. A., Rosyid, M. Z., & Elvenna, N. E. (2021). Perilaku *Bullying* dan Dampak Pada Korban. In *Pharmacognosy Magazine* (Vol. 75, Issue 17).

- Linda, L., & Wastuti, S. N. Y. (2024). Penerapan Teknik Reframing untuk Meningkatkan Self-Confidence Korban *Bullying* Siswa MTs.S Muhammadiyah 26 Galang. *Journal of Education Research*, 5(2), 1779–1784. <https://doi.org/10.37985/jer.v5i2.944>
- Lee, J., Chun, J., Kim, J., Lee, J., & Lee, S. (2021). *A Social-Ecological Approach to Understanding the Relationship between Cyberbullying Victimization and Suicidal Ideation in South Korean Adolescents: The Moderating Effect of School Connectedness*.
- Maulida, H., Darmiany, D., & Rosyidah, A. N. K. (2022). Analisis Dampak Perilaku Verbal *Bullying* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa di SDN 20 Ampenan Tahun Pelajaran 2022/2023. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7(3c), 1861–1868. <https://doi.org/10.29303/jipp.v7i3c.856>
- Melsa Marsela & Fitriyeni. (2024). Dampak Verbal *Bullying* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa SD Negeri 010 Bukit. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia*, 3(2), 223–230.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2019). Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 1).
- Nursalim, M. (2014). Strategi & Intervensi Konseling. In *Akademia Permata*. (pp. 1–189).
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school what we know and what we can do (Dan Olweus.)* (z-lib.org).
- Pakpahan, C., Amanda, B., Sumino, R., Simatupang, C. M., Azlansyah, A., Putri, L. H., & Maya, T. (2023). Understanding Islamic Junior High School Students' Attitudes and Thoughts Toward Puberty: A Qualitative Study. *Indonesian Andrology and Biomedical Journal*. <https://doi.org/10.20473/iabj.v4i2.50476>
- Pearce, N., Monks, H., Alderman, N., Hearn, L., Burns, S., Runions, K., Francis, J., Cross, D., & Pearce, N. (2024). „ It " s All About Context " : Building School Capacity to Implement a Whole - School Approach to Bullying. *International Journal of Bullying Prevention*, 6(1), 53–68. <https://doi.org/10.1007/s42380-022-00138-6>
- Purba, N., Manik, A., Harahap, N., & Natser, R. (2024). Maraknya *Bullying* Yang Terjadi Di Sekolah Dasar. *Jurnal Motivasi Pendidikan Dan Bahasa* , Vol. 2, No(2), 107–118.
- Putro, H. Y. S., & Rachman, A. (2022). The Relationship of Teachers" Personal Competencies and Parents' Permissive Patterns with Adolescent *Cyberbullying* Behavior. *Bisma The Journal of Counseling*, 6(1), 8–15. <https://doi.org/10.23887/bisma.v6i1.45544>
- Safaat, R. A. (2023). Tindakan *Bullying* di Lingkungan Sekolah yang Dilakukan Para Remaja. *Jurnal Global Ilmiah*, 1(2), 97–100. <https://doi.org/10.55324/jgi.v1i2.13>
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.
- Suryapranata, S., Furqon, Wahyuni, D., & Dkk. (2016). Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan Dan Konseling Sekolah Menengah Pertama (SMP). *Ditjen Guru Dan Tenaga Kependidikan Kemendikbud*, 1–144.
- Sabramani, V., Idris, I. B., Ismail, H., Nadarajaw, T., & Zakaria, E. (2021). *Bullying and Its Associated Individual , Peer , Family and School Factors : Evidence from Malaysian National Secondary School Students*. 1–28.
- Schools, F. P., & Force, A. T. (2021). *Bullying Prevention and Intervention Plan Franklin Public Schools Bullying Prevention and Intervention Plan*.
- Torgal, C., Espelage, D. L., Polanin, J. R., Ingram, K. M., Robinson, L. E., El Sheikh, A. J.,

- & Valido, A. (2023). A Meta-Analysis of School-Based Cyberbullying Prevention Programs' Impact on Cyber-Bystander Behavior. *School Psychology Review*, 52(2), 95–109. <https://doi.org/10.1080/2372966X.2021.1913037>
- Widya Utami Lubis, S. F. Z. (2023). Pengaruh *Bullying* Verbal Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Di SMP Negeri 1 Perbaungan Tahun Ajaran 2021/2022. *ALACRITY : Journal of Education*, 3(1), 69–78. <https://doi.org/10.52121/alacrity.v3i1.113>.