

# Strategi Guru Bimbingan Konseling Melalui Konseling Individu dalam Menangani Dampak Perundungan (*Bullying*) Verbal Bagi Peserta Didik (Studi Kasus di Madrasah Aliyah Daarul Uluum Bantar Kemang Bogor)

Nur Widiyanti<sup>1</sup>, Zahra Khusnul Lathifah<sup>2</sup>, Kamalasia Rio Nita<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas Djuanda, [nurwidiyanti428@gmail.com](mailto:nurwidiyanti428@gmail.com)

<sup>2</sup>Universitas Djuanda, [zahra.khusnul.latifah@unida.ac.id](mailto:zahra.khusnul.latifah@unida.ac.id)

<sup>3</sup>Universitas Djuanda, [lasiakabran@gmail.com](mailto:lasiakabran@gmail.com)

---

---

## ABSTRAK

Perundungan (*Bullying*) merupakan salah satu bentuk kekerasan yang masih sering terjadi di lingkungan Pendidikan dan dapat memberikan dampak negatif bagi peserta didik. Di Indonesia, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat bahwa sekitar lima puluh persen anak melaporkan mengalami perundungan. Kondisi tersebut juga ditemukan di MA Daarul Uluum Bantar Kemang Bogor, khususnya dalam bentuk perundungan verbal antar peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi guru bimbingan konseling (BK) melalui konseling individu dalam menangani dampak perundungan verbal pada peserta didik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data yang digunakan yaitu dengan menggunakan analisis yang digunakan oleh Miles dan Huberman yang ada empat yaitu, pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling individu dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu tahap pengumpulan data, tahap membangun hubungan awal, tahap eksplorasi masalah secara mendalam, dan tahap akhir yang berfokus pada perubahan perilaku serta penguatan diri peserta didik. Dalam pelaksanaannya, guru BK menggunakan pendekatan humanistik dan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) untuk membantu peserta didik mengatasi dampak perundungan verbal. Meskipun demikian, terdapat beberapa hambatan yang dihadapi seperti kurangnya keterbukaan peserta didik, rasa takut dan kecemasan peserta didik serta keterbatasan sarana dan prasarana konseling. Dengan demikian, peran guru BK melalui layanan konseling individu menjadi sangat penting dalam membantu peserta didik mengatasi dampak perundungan baik secara emosional, psikologis, sosial dan akademik. Serta mendukung pemulihan kondisi perkembangan peserta didik secara optimal.

**Kata Kunci:** Konseling individu, perundungan verbal, guru BK, peserta didik

## PENDAHULUAN

Kekerasan dalam dunia Pendidikan merupakan salah satu fakta yang masih sering terjadi. Salah satu permasalahan yang menyita perhatian didunia Pendidikan dizaman sekarang adalah perundungan (*Bullying*). Perundungan didefinisikan sebagai tindakan kekerasan atau penyerangan yang disengaja oleh individua tau kelompok yang lebih kuat dengan tujuan untuk terus-menerus menyakiti orang lain. Komnas HAM (Hak Asasi Manusia) mendefinisikan perundungan sebagai bentuk kekerasan fisik dan psikologis yang berlangsung lama dan dilakukan seseorang atau sekelompok terhadap seseorang yang tidak mampu mengatasi keadaan dengan hasrat untuk melukai atau menakuti orang atau membuat orang merasa tertekan, trauma, deprresi, dan lemah (Lathifah, 2024).

Menurut data penelitian oleh *United Nations Children's Nations Fund* (UNICEF) data terakhir yang dikumpulkan oleh UNICEF menunjukkan kasus perundungan dan bentuk-bentuk kekerasan yang lainnya di lingkungan sekolah telah terjadi secara signifikan dalam beberapa tahun terakhir (Yasmin & Nurchayati, 2021). Menariknya, Indonesia tercatat sebagai salah satu negara dengan jumlah kasus *bullying* di Indonesia menunjukkan angka peningkatan setiap tahunnya. Hal ini dibuktikan dengan data yang dikaji oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), sebanyak 84 persen siswa Indonesia melaporkan pernah mengalami kekerasan di sekolah (Fauziyah, 2022). Lima puluh persen anak melaporkan mengalami perundungan di sekolah (Efianingrum, Dwiningrum, & Nurhayati, 2021). Ini menunjukkan bahwa perundungan di lingkungan sekolah masih menjadi pengalaman dan kisah nyata menakutkan bagi siswa. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa permasalahan kekerasan, khususnya perundungan masih menjadi isu serius diberbagai daerah, termasuk ditingkat lokal di kota Bogor. Data Dinas Pemberdayaan Perempuan dan perlindungan anak (DP3A) Kota Bogor mencatat bahwa sepanjang tahun 2025 terdapat 97 kasus perundungan. Angka ini mengalami peningkatan sejak dari 2019 terdapat 46 kasus, 2020 50 kasus, 2021 62 kasus, 2023 76 kasus, 2024 87 kasus.

Melihat tingginya dan terus meningkatnya angka kekerasan di lingkungan sekolah, semakin jelas bahwa sebagai lembaga Pendidikan resmi sekolah mempunyai peran penting dalam membentuk prinsip moral, sosial, dan karakter siswa selain memberikan pengetahuan. Akan tetapi, tantangan sosial di sekolah terus menjadi persoalan utama. Dimana kesulitan dalam interaksi antar siswa masih sering terjadi didalamnya terdapat perilaku perundungan (Dwi, Jannah, Cantika, Aurora, & Amirah, 2023). Kondisi tersebut juga tercermin dalam realitas di lapangan khususnya di MA Daarul Uluum bantar Kemang, yang meunjukkan bahwa perilaku perundungan Verbal merupakan gejala yang masih terjadi di MA Daarul Uluum Bantar Kemang Bogor. Melihat perilaku perundungan secara verbal dan dampak yang ditimbulkan penanganan yang tepat dan terarah menjadi sangat diperlukan agar tidak terus berlanjut. Hal tersebut menjadi perhatian khusus bagi layanan Bimbingan dan Konseling. Disini Guru BK tidak hanya bertindak sebagai konselor yang membantu peserta didik yang mengalami perundungan, tetapi juga berfungsi sebagai mediator, guru BK berperan dalam menyelesaikan konflik antara peserta didik yang terlibat, menciptakan ruang dialog untuk mencari solusi (Lumongga, 2011). Sejumlah strategi telah diterapkan oleh guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam menangani dampak perundungan verbal salah satunya melalui pemberian layanan konseling individu.

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan perspektif baru dalam kajian Bimbingan dan Konseling, khususnya terkait bagaimana strategi guru BK melalui konseling individu dapat diintegrasikan secara sistematis dalam menangani dampak perundungan bagi peserta didik di MA Daarul Uluum Bantar Kemang Bogor. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi pijakan empiris bagi peningkatan profesionalisme guru BK, pengembangan kebijakan sekolah terkait penanganan perundungan.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Dimana penelitian ini dilakukan dengan cara mengamati dan mempelajari sesuatu dalam kondisi alamiah atau suasana aslinya. Peneliti melakukan pengamatan langsung ke

lapangan yaitu di MA Daarul Uluum Bantar Kemang Bogor dengan mengamati secara langsung situasi kondisi yang terjadi disana mengenai perilaku perundungan yang dilakukan oleh peserta didik. Data yang dikumpulkan dan dianalisis dalam penelitian ini bersifat deskriptif dan mendalam bukan berbentuk angka atau statistik (Sugiyono, 2019).

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Penelitian studi kasus merupakan jenis metode penelitian kualitatif yang digunakan untuk memahami suatu permasalahan atau situasi secara mendalam. Studi kasus melibatkan pengumpulan data yang banyak untuk membangun gambaran mendalam dari suatu kasus, dan berguna untuk memahami permasalahan atau situasi tertentu dengan mendalam. Referensi yang digunakan dalam penelitian studi kasus meliputi buku, jurnal, dan lain sebagainya (Sugiarto, 2015). Dalam pendekatan ini, peneliti berusaha untuk mengeksplorasi berbagai aspek dari fenomena atau topik sesuai dengan judul yang telah ditentukan mengenai strategi guru BK melalui konseling individu dalam menangani dampak perundungan (*bullying*) bagi peserta didik. Studi kasus ini menggunakan banyak sumber bukti seperti berbagai informan dan data lain yang relevan (Creswell, 2017). Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan observasi, wawancara, dokumentasi. Analisis data yang digunakan yaitu dengan menggunakan analisis yang digunakan oleh Miles dan Huberman yang ada empat yaitu, pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

1. Proses Pelaksanaan Konseling Individu oleh Guru BK dalam Menangani Dampak perundungan Verbal bagi Peserta Didik

Berdasarkan hasil temuan penelitian yang telah dilakukan di Madrasah Aliyah Daarul Uluum Bantar Kemang Bogor menunjukkan bahwa proses pelaksanaan konseling individu yang dilakukan oleh guru BK untuk

menangani dampak perundungan verbal dilaksanakan dengan beberapa tahapan yaitu:

a. Tahap Pengumpulan Data (Identifikasi Masalah)

Tahap awal yang dilakukan adalah pengumpulan data berbagai sumber informasi mengenai adanya perundungan verbal diperoleh melalui laporan langsung peserta didik maupun hasil pengamatan langsung dari guru kelas. Tahap ini penting karena konseling yang efektif harus diawali dengan pemahaman yang komprehensif terhadap permasalahan korban. Dalam konteks perundungan verbal, pengumpulan data menjadi krusial karena dampaknya tidak tampak secara fisik tetapi terlihat melalui perubahan sikap seperti, menarik diri, cemas. Hal ini sejalan dengan pendapat (Mintasrihardi, 2019) bahwa perundungan memberikan dampak psikologis yang sangat besar bagi peserta didik.

b. Tahap Membangun Hubungan Awal (Rapport)

Setelah data dianggap cukup, guru BK memasuki tahap membangun hubungan awal (rapport) dengan peserta didik korban perundungan verbal. Pada tahap ini guru BK berupaya menciptakan suasana aman, nyaman, dan penuh kepercayaan agar peserta didik bersedia membuka diri. Selaras dengan yang dikemukakan oleh (Lubis, 2011) bahwa dalam proses konseling pada prinsipnya ditekankan bagaimana konselor mengembangkan hubungan konseling yang membangun rapport dan dengan memanfaatkan komunikasi verbal dan nonverbal

c. Tahap Pertengahan (Eksplorasi Mendalam)

Pada tahap pertengahan, guru BK menekankan eksplorasi masalah secara mendalam. Peserta didik dibantu untuk mengungkapkan perasaan, pengalaman, dan pikiran yang berkaitan dengan perundungan verbal yang dialaminya. Dalam kasus perundungan verbal, eksplorasi ini membantu peserta didik menyadari bahwa perasaan sedih, marah, takut, atau rendah diri merupakan respon wajar terhadap perlakuan yang diterimanya.

d. Tahap Akhir

Tahap akhir diarahkan pada kemampuan peserta didik untuk mengambil tindakan yang lebih positif serta mengubah cara berpikir, sikap, dan emosinya agar lebih kuat dalam menghadapi situasi perundungan. Hal ini juga sejalan dengan apa yang diungkapkan oleh (Lubis N. , 2014) tahap akhir disebut juga sebagai tahap tindakan (action), tujuan dari tahap akhir adalah konseli mampu menciptakan tindakan-tindakan positif dengan perubahan perilaku dan

emosi, serta mampu merencanakan hidup dimasa depan yang positif setelah dapat mengatasi masalah. Disamping itu terdapat juga beberapa dampak yang ditimbulkan dari perundungan verbal yaitu, dampak emosional, dampak psikologis, dampak sosial, dan dampak akademik.

2. Pendekatan yang digunakan oleh guru BK dalam Konseling Individu untuk Menangani Dampak Perundungan Verbal bagi Peserta Didik

Berdasarkan hasil temuan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat beberapa pendekatan yang digunakan oleh guru BK dalam konseling individu untuk menangani dampak perundungan verbal yaitu:

a. Pendekatan Humanistik

Menekankan pada empati, penerimaan tanpa syarat dan hubungan yang hangat antara konselor dan konseli. Dalam pelaksanaan konseling individu guru BK berupaya menciptakan suasana yang aman dan nyaman agar peserta didik merasa dihargai serta tidak dihakimi. Secara teoritis, pendekatan humanistik yang dipelopori oleh Carl Rogers menekankan pada suatu pemahaman bahwa manusia memiliki potensi otoritas arah kehidupannya sendiri manusia bebas untuk menjadi apa dan siapa sesuai dengan keinginannya (iis, yeti, helmi, nur, & wiwik, 2023).

b. Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT)

Selain pendekatan humanistik, guru BK juga menggunakan pendekatan *cognitive behavior therapy* (CBT) pendekatan ini berfokus antara pikiran

(kognisi), perasaan (emosi) dan perilaku. Peserta didik korban perundungan verbal sering kali memiliki pola pikir negatif seperti merasa tidak berharga, tidak mampu atau menyalahkan diri sendiri atas perlakuan yang diterimanya. Melalui pendekatan CBT ini membantu peserta didik mengidentifikasi pikiran-pikiran negatif yang muncul akibat perundungan verbal, selanjutnya peserta didik dibimbing untuk menantang dan mengganti pikiran irasional tersebut dengan pikiran yang lebih rasional dan positif. Secara teoritis pendekatan CBT ini dikembangkan oleh Aeron T. Beck Menjelaskan bahwa CBT disebut juga dengan istilah *Cognitive Behavior Modification* merupakan salah satu terapi modifikasi perilaku yang menggunakan kognisi sebagai “kunci” dari perubahan perilaku (iis, yeti, helmi, nur, & wiwik, 2023).

### 3. Hambatan Guru BK dalam Melakukan Konseling Individu untuk Menangani Dampak Perundungan Verbal bagi Peserta Didik

Berdasarkan hasil temuan penelitian dalam melakukan konseling individu untuk menangani dampak perundungan verbal tidak terlepas dari berbagai hambatan. Hambatan tersebut antara lain:

#### a. Kurangnya Keterbukaan Peserta Didik

Korban perundungan verbal cenderung menutup diri dan enggan menceritakan pengalaman yang dialaminya secara jujur. Hal ini juga sejalan dengan apa yang diungkapkan (Tohirin, 2015) konseli seringkali menutup diri karena masa lalu, takut rahasianya diketahui orang lain atau khawatir akan dinilai secara negatif oleh konselor.

#### b. Rasa Takut dan Kecemasan Konseli

Munculnya rasa takut dan kecemasan pada peserta didik. Korban perundungan verbal sering kali merasa takut jika masalahnya diketahui oleh teman lain atau pelaku perundungan sehingga mereka memilih untuk diam. Menurut (Tohirin, 2015) mengungkapkan bahwa perasaan ini

membuat konseli sulit mengekspresikan pikiran dan perasaannya secara bebas dan juga dapat menghambat komunikasi.

c. Keterbatasan Sarana dan Prasarana Konseling

Selain faktor internal peserta didik, hambatan juga berasal dan keterbatasan sarana dan prasarana yang belum sepenuhnya memadai. Fasilitas konseling yang kurang mendukung, seperti tidak adanya ruang khusus konseling atau kurangnya privasi dapat mempengaruhi kenyamanan peserta didik dalam mengungkapkan masalahnya.

## KESIMPULAN

Berdasarkan data lapangan dan pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa proses pelaksanaan konseling individu oleh guru BK dalam menangani dampak perundungan verbal bagi peserta didik dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang sistematis dan berkesinambungan. Mulai dari pengumpulan data, pembentukan hubungan awal (*rapport*) untuk menciptakan rasa aman dan nyaman, eksplorasi masalah secara mandalam, hingga tahap akhir yang berfokus pada penguatan diri dan perubahan perilaku peserta didik kearah yang lebih positif. Perundungan verbal sendiri dapat menimbulkan dampak emosional, psikologis, social, dan akademik pada peserta didik.

Dalam pelaksanaan konseling individu, guru BK menggunakan pendekatan humanistik dan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) yang saling melengkapi, di mana pendekatan humanistik membantu membangun hubungan konseling yang hangat dan empatik, sedangkan CBT membantu peserta didik mengubah pola pikir negatif dan membentuk perilaku yang lebih positif. Meskipun demikian, proses konseling masih menghadapi beberapa hambatan seperti kurangnya keterbukaan peserta didik, rasa takut dan kecemasan, serta keterbatasan sarana prasarana, sehingga guru BK dituntut memiliki kesabaran, keterampilan, komunikasi yang baik, serta mampu memaksimalkan fasilitas yang tersedia agar layanan konseling dapat berjalan aktif dalam mendukung pemulihan peserta didik secara menyeluruh.

## REFERENSI

- Creswell, J. (2017). *Research Desain Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Dwi, A., Jannah, M., Cantika, A., Aurora, F., & Amirah, A. (2023). Menelusuri Jejak Guru di Era Digital. *PENDIRI: Jurnal Riset Pendidikan*, 1-8.
- Efianingrum, N., Dwiningrum, s., & Nurhayati, R. (2021). Aktivitas Sekolah yang Rentan Terjadi di Kalangan Siswa. *Jurnal Foundasia*, 37-43.
- Fauziah, N. (2022). Program-program Layanan Bimbingan dan Konseling sebagai Pencegahan Bullying di Sekolah. *Syifaul Qulub: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 39-52.
- iis, s., yeti, s., helmi, k., nur, a., & wiwik, D. (2023). Pendekatan Bimbingan Konseling. *Jurnal Pendidikan Indonesia: Teori Penelitian dan Inovasi*.
- Lathifah, Z. (2024). Penegakan Hukum Bagi Pelaku Tindak Bullying dikalangan Peserta Didik. *Jurnal Hukum dan Syariah*, 306-307.
- Lubis, N. (2011). *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik Edisi Pertama*. Jakarta: Kencana.
- Lumongga, N. (2011). *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*. Kencana.
- Mintasrihardi. (2019). Dampak Bullying terhadap Perilaku Remaja (Studi pada SMKN 5 Mataram). *Jurnal Ilmu Administrasi*, 50-51.
- Sugiarto, E. (2015). *Menyusun Proposal Penelitian Kualitatif: Skripsi dan Tesis*. Yogyakarta: Suka Media.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Alfabeta.
- Tohirin. (2015). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Rajawali Pers.

Yasmin, N., & Nurchayati, N. (2021). Kenakalan Remaja Tentang Pengalaman di Masa Kanak-kanak Sebagai Korban Kekerasan Orang Tua: Sebuah Analisis Fenomenologis Interpretatif . *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 175-188.