

Peran Layanan Konseling Dalam Menangani dan Mencegah Kasus Bullying di Sekolah

Ahmad Bahauddin¹⁾, Hamidah²⁾ dan Hizbul Hamzah³⁾

¹⁾Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddik, Mangli, Kaliwates , Jember.

Email: uddinkang08@gmail.com

²⁾ Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddik, Mangli, Kaliwates , Jember.

Email:

³⁾ Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddik, Mangli, Kaliwates , Jember.

Email: hisbulhamzah5@gmail.com

Abstract: *Bullying is a serious and persistent issue in educational environments, with significant impacts on students' psychological, social, and academic well-being. To address this phenomenon, counseling services play a strategic role as both preventive and curative interventions aimed at reducing and managing the negative effects of bullying. This study employs a literature review method to explore the effectiveness of counseling services – individual counseling, group counseling, and crisis counseling – as psychological interventions that provide emotional support, strengthen student resilience, and restore victims' psychological stability. Individual counseling facilitates self-understanding and personal problem-solving, while crisis counseling offers immediate support for students experiencing emotional distress due to bullying. The findings indicate that counseling services are effective in creating safe spaces for students to express their feelings and receive guidance toward recovery. However, several challenges remain in implementation, including low awareness among students about the importance of counseling, an unbalanced counselor-to-student ratio, and limited facilities and support from schools and parents. Therefore, strategic efforts are required to enhance the quality of counseling services through counselor training, policy support, and the integration of technology to support modern counseling delivery. With a strengthened and holistic counseling system, schools can play a more optimal role in creating a safe, healthy, and bullying-free learning environment.*

Keywords: *Bullying, counseling services, student, school*

Abstrak: Bullying merupakan salah satu masalah serius yang masih marak terjadi di lingkungan pendidikan dan berdampak langsung terhadap aspek psikologis, sosial, dan akademik siswa. Dalam menghadapi fenomena ini, layanan konseling memiliki peran strategis sebagai pendekatan preventif dan kuratif untuk mengurangi serta menangani dampak negatif dari bullying. Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka untuk mengeksplorasi efektivitas layanan konseling, baik dalam bentuk layanan individual, kelompok, maupun konseling krisis, sebagai intervensi yang dapat memberikan dukungan emosional, meningkatkan resiliensi siswa, serta memulihkan kondisi psikologis korban bullying. Konseling individual memfasilitasi proses pemahaman diri dan penyelesaian masalah secara personal, sedangkan konseling krisis memberikan bantuan segera terhadap siswa yang mengalami tekanan emosional akibat perundungan. Hasil kajian menunjukkan bahwa layanan konseling efektif dalam menciptakan ruang aman bagi siswa untuk mengungkapkan perasaan dan mendapatkan arahan pemulihan. Namun, dalam pelaksanaannya masih ditemukan berbagai tantangan, seperti minimnya kesadaran peserta didik terhadap pentingnya konseling, rasio konselor yang tidak seimbang, serta keterbatasan fasilitas dan dukungan dari pihak sekolah dan orang tua. Oleh karena itu, diperlukan upaya strategis untuk meningkatkan kualitas layanan konseling melalui pelatihan konselor, dukungan kebijakan, serta integrasi teknologi sebagai sarana pendukung konseling modern. Dengan penguatan sistem layanan konseling secara menyeluruh, sekolah dapat berperan lebih optimal dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman, sehat, dan bebas dari bullying.

Kata Kunci: Bullying, layanan konseling, siswa, sekolah

PENDAHULUAN

Bullying atau perundungan merupakan salah satu tantangan utama dalam dunia pendidikan yang berdampak langsung pada kesejahteraan psikologis dan akademik peserta didik. Tindakan ini mencerminkan ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban, yang sering kali menyebabkan tekanan emosional, kecemasan, bahkan trauma berkepanjangan pada siswa yang menjadi korban. Dalam lingkungan sekolah yang heterogen, siswa datang dari latar belakang sosial, budaya, dan ekonomi yang berbeda-beda, sehingga memungkinkan munculnya gesekan atau konflik yang jika tidak dikelola dengan baik dapat berkembang menjadi perilaku agresif, termasuk bullying. Masa remaja merupakan fase kritis dalam perkembangan individu, yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial. Perubahan ini kerap menimbulkan kebingungan, dorongan untuk mencari identitas diri, dan kadang-kadang menyebabkan perilaku menyimpang sebagai bentuk pencarian jati diri atau eksistensi. Salah satunya adalah kecenderungan untuk menindas atau mengintimidasi teman sebaya, baik secara verbal, fisik, maupun sosial. Korban bullying umumnya adalah siswa yang memiliki sifat tertutup, kurang dalam keterampilan sosial, atau berasal dari keluarga dengan keterbatasan ekonomi, yang membuat mereka lebih rentan. Akibatnya, selain terganggunya kesehatan mental, prestasi belajar siswa juga cenderung menurun. Mengingat dampak jangka panjang yang bisa timbul, sangat penting bagi pihak sekolah untuk menghadirkan solusi konkret. Salah satu langkah efektif adalah melalui penyediaan layanan konseling, yang tidak hanya bertujuan mengatasi dampak negatif dari bullying, tetapi juga sebagai sarana preventif untuk menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan suportif bagi semua siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan dengan pendekatan *library research* atau studi kepustakaan, yaitu metode yang mengandalkan sumber-sumber tertulis sebagai dasar utama analisis. Peneliti mengumpulkan berbagai literatur, seperti jurnal ilmiah, buku, artikel, dan dokumen relevan lainnya yang membahas tentang bullying dan layanan konseling. Tujuannya adalah untuk menelaah teori-teori yang telah ada, memperdalam pemahaman terhadap konsep layanan konseling, serta mengevaluasi efektivitasnya dalam menangani kasus perundungan di lingkungan sekolah. Metode ini dipilih karena memberikan landasan teoritis yang kuat serta memungkinkan analisis yang mendalam tanpa keterlibatan langsung dengan subjek di lapangan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Konsep layanan konseling (Tujuan dan bentuk layanan individual, kelompok, krisis dan preventif)

Konseling merupakan suatu proses interpersonal yang terjadi antara dua pihak, yaitu individu yang sedang mengalami permasalahan

yang tidak sanggup ia atasi sendiri, dan seorang konselor profesional yang telah dibekali dengan pelatihan serta pengalaman dalam bidang konseling. Dalam proses ini, konselor berperan membantu klien untuk memahami permasalahan yang dihadapi, menggali potensi diri, serta membimbingnya dalam menemukan solusi yang tepat guna mengatasi kesulitannya secara lebih efektif dan mandiri. Secara umum tujuandari konseling adalah memberikan bantuan kepada klien dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang mereka alami. Upaya ini dilakukan dengan cara mengurangi tingkat keparahan hambatan atau dampak negatif yang ditimbulkan oleh masalah tersebut, bahkan jika memungkinkan, menghilangkan permasalahan tersebut secara menyeluruh. Selain itu, layanan konseling juga bertujuan untuk meringankan beban emosional yang dirasakan klien, serta membantu mereka dalam menggali dan mengembangkan potensi-potensi positif yang dimiliki, sehingga klien dapat tumbuh menjadi pribadi yang lebih kuat dan mandiri dalam menghadapi berbagai tantangan hidup.

Layanan konseling individual merupakan bentuk layanan yang diberikan secara tatap muka antara konselor dan konseli, yang bertujuan untuk membantu individu dalam memahami dan menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi. Dalam pelaksanaannya, layanan ini dapat mencakup berbagai pendekatan, seperti wawancara konseling untuk menggali informasi dan membangun hubungan yang suportif, serta assessment individual yang menggunakan alat ukur tertentu guna memahami kondisi psikologis, minat, atau kepribadian konseli. Selain itu, konselor juga dapat memberikan informasi yang relevan dengan kebutuhan klien, membantu dalam proses pemecahan masalah, serta mendorong pengembangan potensi diri konseli. Layanan ini tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga berperan dalam membentuk kemandirian dan ketahanan pribadi konseli dalam menghadapi tantangan hidup. Dalam situasi tertentu, konseling individual juga meliputi layanan krisis, yaitu bantuan darurat bagi konseli yang mengalami tekanan emosional berat, seperti trauma, kehilangan, atau kekerasan, guna menstabilkan kondisi psikologisnya dan mencegah gangguan lebih lanjut. Dengan sifatnya yang bersifat rahasia, personal, dan profesional, konseling individual menjadi komponen penting dalam sistem bimbingan dan konseling, khususnya dalam konteks pendidikan maupun pelayanan kesehatan mental.

Layanan konseling krisis merupakan bentuk bantuan psikologis yang diberikan secara segera dan intensif kepada individu yang mengalami kondisi darurat atau tekanan emosional yang sangat tinggi akibat peristiwa traumatis. Situasi krisis dapat berupa kehilangan orang terdekat, perceraian, kekerasan fisik atau seksual, kecelakaan, bencana alam, atau pengalaman traumatis lainnya yang mengganggu keseimbangan emosi dan fungsi psikologis seseorang. Dalam layanan ini, konselor berperan aktif untuk membantu konseli menstabilkan kondisi

emosinya, memahami reaksi yang sedang dialami, serta mencegah berkembangnya gangguan psikologis yang lebih serius, seperti gangguan stres pascatrauma (PTSD), depresi berat, atau kecemasan ekstrem. Konseling krisis bersifat jangka pendek, fokus pada kondisi saat ini (here and now), serta ditujukan untuk memberikan rasa aman, dukungan emosional, dan penanganan segera terhadap gejala-gejala yang muncul. Bentuk layanan ini mencakup konseling darurat (emergency counseling), pertolongan pertama psikologis (psychological first aid), serta rujukan ke pihak profesional lain bila diperlukan, seperti psikiater atau lembaga rehabilitasi. Keberhasilan layanan ini sangat bergantung pada kecepatan tanggapan konselor, kemampuan dalam membangun hubungan yang penuh empati, dan strategi penanganan krisis yang tepat. Dalam konteks pendidikan, layanan konseling krisis penting diberikan kepada siswa yang mengalami kejadian traumatis, seperti perundungan berat, kekerasan di rumah, atau kehilangan mendadak, untuk membantu mereka pulih secara psikologis dan tetap dapat menjalankan fungsi akademiknya.

2. Efektivitas layanan konseling dalam mengatasi bullying (studi kasus : media massa)

Layanan konseling terbukti memiliki dampak positif dalam menangani kasus bullying di sekolah, sebagaimana diangkat dalam berbagai pemberitaan media massa. Beberapa kasus bullying yang viral, seperti tindakan perundungan di sekolah dasar hingga menengah, menunjukkan bahwa keterlibatan konselor secara aktif dapat mempercepat pemulihan kondisi psikologis korban dan membantu pelaku memahami konsekuensi sosial dari tindakannya. Di beberapa sekolah yang memberlakukan intervensi konseling secara sistematis, tercatat adanya penurunan signifikan terhadap perilaku bullying, baik secara verbal maupun fisik. Media massa juga sering mengangkat keberhasilan program konseling kelompok atau konseling individu yang mengintegrasikan pendekatan terapeutik seperti Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dan konseling berbasis nilai agama. Layanan ini tidak hanya membantu korban dalam pemulihan mental, tetapi juga mendorong pelaku untuk merefleksikan perilakunya serta membangun empati. Dalam beberapa kasus, konseling juga dikombinasikan dengan pendekatan edukatif melalui kampanye anti-bullying, yang hasilnya mampu menciptakan iklim sekolah yang lebih inklusif dan suportif. Namun demikian, efektivitas layanan sangat dipengaruhi oleh kesiapan sekolah, kompetensi konselor, dan dukungan dari orang tua. Studi dari media membuktikan bahwa sekolah yang responsif dan terbuka terhadap kerja sama lintas sektor cenderung lebih berhasil mengelola kasus bullying secara tuntas.

3. Tantangan dalam pelaksanaan layanan konseling

Tantangan dalam pelaksanaan layanan konseling meliputi beberapa hal sebagai berikut:

- Rendahnya kesadaran dan pemahaman peserta didik maupun masyarakat terhadap pentingnya konseling, sehingga banyak yang enggan atau malu untuk mengakses layanan ini karena masih dianggap hanya untuk orang yang bermasalah berat.
- Ketidakseimbangan rasio antara konselor dan peserta didik, dimana jumlah konselor yang terbatas membuat mereka sulit memberikan layanan yang optimal dan personal bagi setiap individu.
- Keterbatasan sarana dan prasarana, seperti ruang konseling yang kurang memadai, kurangnya alat asesmen psikologis, serta minimnya dukungan teknologi untuk menunjang layanan konseling.
- Kompetensi konselor yang belum merata, terutama jika konselor belum mendapatkan pelatihan lanjutan atau pembaruan pengetahuan tentang pendekatan konseling terbaru.
- Kurangnya dukungan dari pihak sekolah, orang tua, dan lingkungan sekitar, baik dalam bentuk kebijakan maupun kolaborasi yang dapat menghambat keberhasilan layanan konseling.
- Adaptasi terhadap layanan konseling berbasis teknologi atau daring, yang menuntut pengelolaan kerahasiaan, empati, dan efektivitas komunikasi secara berbeda dibanding tatap muka langsung.

4. Rekomendasi dan Solusi

Rekomendasi dan solusi untuk mengatasi tantangan dalam pelaksanaan layanan konseling adalah sebagai berikut:

- a) Meningkatkan sosialisasi dan edukasi tentang pentingnya layanan konseling kepada peserta didik, orang tua, dan masyarakat luas agar stigma negatif terhadap konseling dapat berkurang dan lebih banyak yang mau memanfaatkan layanan ini.

- b) Menambah jumlah konselor profesional di setiap lembaga pendidikan atau tempat pelayanan, serta memastikan rasio konselor dan klien lebih seimbang sehingga pelayanan dapat berjalan lebih efektif dan personal.
- c) Mengembangkan dan memperbaiki sarana serta prasarana konseling, termasuk menyediakan ruang yang nyaman, alat asesmen psikologis yang memadai, dan memanfaatkan teknologi informasi untuk menunjang layanan.
- d) Meningkatkan kompetensi konselor melalui pelatihan berkelanjutan, workshop, seminar, dan pembaruan ilmu sesuai perkembangan pendekatan konseling terbaru.
- e) Membangun kerjasama yang erat antara sekolah, orang tua, dan komunitas dalam mendukung pelaksanaan layanan konseling agar tercipta lingkungan yang kondusif dan kolaboratif.

Mengembangkan layanan konseling daring (online counseling) dengan protokol yang ketat terkait kerahasiaan, keamanan data, dan pendekatan komunikasi yang efektif agar layanan tetap optimal meskipun tidak dilakukan secara tatap muka langsung.

SIMPULAN

Bullying di lingkungan sekolah merupakan persoalan serius yang dapat menimbulkan dampak jangka panjang terhadap kondisi psikologis, sosial, dan akademik siswa. Untuk menanggapi masalah ini, layanan konseling terbukti memiliki peran yang sangat penting sebagai sarana intervensi yang bersifat preventif maupun kuratif. Melalui layanan konseling individual, kelompok, hingga konseling krisis, siswa yang menjadi korban maupun pelaku bullying dapat memperoleh pendampingan emosional, bantuan pemecahan masalah, serta penguatan karakter positif. Konseling juga membantu menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman dan suportif.

Namun demikian, pelaksanaan layanan konseling di sekolah masih menghadapi berbagai tantangan, mulai dari rendahnya kesadaran siswa terhadap pentingnya konseling, terbatasnya jumlah konselor, hingga kurangnya dukungan fasilitas dan kolaborasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, diperlukan strategi penguatan layanan, seperti peningkatan kompetensi konselor, integrasi teknologi, serta kerja sama aktif antara sekolah, orang tua, dan masyarakat. Dengan upaya yang terkoordinasi dan berkelanjutan, layanan konseling dapat menjadi pilar utama dalam upaya pencegahan dan penanggulangan bullying di dunia pendidikan.

REFERENSI

- Azizah, D., Hanifah, N., & Muallifah. (n.d.). *Konseling individu: Intervensi efektif mengatasi bullying dengan pendekatan Reality Therapy*. Al Musyrif: *Journal Bimbingan dan Konseling Islam*.
- Effendi, Z. M. (2017). Tantangan layanan konseling di sekolah dan alternatif pemecahannya. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(1), 12–18.
- Fatriati, N. (2023). Efektivitas program pencegahan bullying dalam meningkatkan prestasi akademik siswa. *Konseling: Jurnal Ilmiah Penerapan dan Pencegahan*, 4(4).
- Konaah, S., Lolita, N., Rahmadania, Z., Rahmania, G., & Dewi, R. (2025). Efektivitas konseling kelompok dengan teknik REBT untuk mereduksi bullying pada siswa di sekolah. *Journal Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 3(2), 304–318.
- Kurniawan, H. (2018). *Konseling krisis: Konsep dan praktik di berbagai konteks*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Prayitno, & Amti, E. (2004). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Depdiknas.
- Sofyan, W. S. (2007). *Konseling individual: Teori dan praktik*. Bandung: CV Alfabeta.
- Yeschisca, B., & Saputra, W. (n.d.). Efektivitas konseling ringkasan berfokus solusi untuk mereduksi perilaku bullying.
- Zega, D., Damanik, H., Lase, F., & Munthe, M. (2024). Efektivitas layanan bimbingan konseling kelompok terhadap konsep diri remaja korban bullying di SMK Negeri 1 Lotu. *Journal on Education*, 6(3).