



## Kompleksitas Fenomena *Bullying* pada Remaja dan Peran Strategis Bimbingan dan Konseling dalam Penanganannya

Denisa Septiani<sup>1</sup>, Novi Fayza Widi Putantri<sup>2\*</sup>, Risma Anita Puriani<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup> Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya, Indonesia

\*Penulis Korespondensi: [novifayza191@gmail.com](mailto:novifayza191@gmail.com)

**Abstract.** *This study explores the complexity of bullying among adolescents and highlights the strategic role of guidance and counseling in addressing this issue. Using a literature review method, this research analyzes 20 scholarly articles published within the last ten years. The findings reveal that bullying behavior is influenced by a combination of internal and external factors, including peer conformity, excessive use of social media, ineffective parenting styles, and unsupportive school environments. Bullying manifests in various forms, such as verbal, physical, relational, and cyberbullying, with verbal bullying identified as the most prevalent. The impacts of bullying are significant and multifaceted, ranging from psychological distress, anxiety, trauma, and low self-esteem to decreased academic performance and social withdrawal. In some cases, victims may also develop aggressive tendencies and become perpetrators. Therefore, guidance and counseling services play a crucial role in mitigating bullying through comprehensive approaches, including preventive, curative, and developmental interventions. These efforts can be implemented through classroom guidance, individual and group counseling, and strong collaboration among counselors, teachers, parents, and the wider community. Creating a safe, supportive, and inclusive school environment is essential to effectively reduce bullying and promote adolescents' well-being.*

**Keywords:** *Adolescents; Bullying; Guidance and Counseling; Psychological Impact; School Environment.*

**Abstrak.** Penelitian ini mengkaji kompleksitas fenomena bullying pada remaja serta menyoroti peran strategis bimbingan dan konseling dalam penanganannya. Metode yang digunakan adalah studi literatur terhadap 20 artikel ilmiah yang dipublikasikan dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir. Hasil kajian menunjukkan bahwa perilaku bullying dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, seperti konformitas teman sebaya, penggunaan media sosial yang berlebihan, pola asuh orang tua yang kurang efektif, serta lingkungan sekolah yang kurang kondusif. Bentuk bullying yang ditemukan meliputi bullying verbal, fisik, relasional, dan siber, dengan bullying verbal sebagai bentuk yang paling dominan. Dampak yang ditimbulkan sangat kompleks, mencakup stres, kecemasan, trauma, rendahnya harga diri, penurunan prestasi akademik, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Dalam beberapa kasus, korban juga berpotensi menjadi pelaku bullying. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam mengatasi bullying melalui pendekatan preventif, kuratif, dan developmental. Upaya ini dapat dilakukan melalui layanan klasikal, konseling individu dan kelompok, serta kolaborasi antara guru, konselor, orang tua, dan pihak sekolah untuk menciptakan lingkungan yang aman, suportif, dan inklusif.

**Kata kunci:** Bimbingan dan Konseling; Bullying; Dampak Psikologis; Lingkungan Sekolah; Remaja.

### 1. LATAR BELAKANG

Bullying merupakan permasalahan sosial yang masih sering terjadi, khususnya di lingkungan sekolah, dan menjadi perhatian serius dalam bidang pendidikan serta kesehatan mental anak dan remaja. Perilaku ini tidak hanya berdampak pada korban, tetapi juga memengaruhi pelaku serta iklim sosial di sekolah secara keseluruhan. Keterlibatan dalam bullying, baik sebagai korban maupun pelaku, berkaitan erat dengan munculnya masalah psikologis seperti kecemasan, depresi, perasaan kesepian, hingga penurunan prestasi akademik (Arseneault, 2018; Moore et al., 2017). Kondisi ini menunjukkan bahwa bullying bukan hanya

persoalan disiplin, tetapi juga persoalan perkembangan pribadi dan sosial siswa yang memerlukan penanganan secara profesional.

Dalam perspektif bimbingan dan konseling (BK), bullying dipahami sebagai perilaku agresif yang dilakukan secara sadar dan berulang terhadap individu yang berada pada posisi lebih lemah, baik secara fisik, sosial, maupun psikologis (Olweus, 1996; Limber & Small, 2003; Butler et al., 2009). Ciri utama bullying terletak pada adanya pengulangan tindakan serta ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban (Volk et al., 2017). Kondisi ini menempatkan korban dalam situasi tidak berdaya, sehingga membutuhkan dukungan emosional dan pendampingan yang sistematis.

Bullying dapat terjadi dalam berbagai bentuk, seperti fisik, verbal, relasional, maupun siber. Perkembangan teknologi digital bahkan memperluas ruang terjadinya bullying melalui media sosial dan platform daring (Kowalski et al., 2018). Hal ini menuntut layanan BK untuk tidak hanya berfokus pada interaksi langsung di sekolah, tetapi juga pada dinamika sosial siswa di dunia maya.

Melihat dampak jangka panjang yang ditimbulkan, bullying tidak dapat dianggap sebagai bagian wajar dari proses perkembangan remaja. Oleh karena itu, peran bimbingan dan konseling menjadi sangat strategis dalam upaya pencegahan dan intervensi. Layanan BK dapat berperan melalui program preventif, pengembangan empati dan keterampilan sosial, konseling individu maupun kelompok, serta kolaborasi dengan guru dan orang tua dalam menciptakan iklim sekolah yang aman dan suportif. Dengan pendekatan yang komprehensif, bimbingan dan konseling diharapkan mampu membantu meminimalkan perilaku bullying serta mendukung perkembangan pribadi dan sosial siswa secara optimal. Metode

Penelitian ini menggunakan metode literature review dengan meninjau 20 artikel tentang bullying pada remaja dalam kurun waktu 10 tahun terakhir. Literature review adalah jenis metode akademik yang meneliti dan membahas penelitian tentang topik tertentu. Metode ini menjelaskan bagaimana ide, teori, dan studi tentang topik tersebut telah berkembang seiring waktu. Dengan meninjau penelitian sebelumnya, para ilmuwan dapat mengidentifikasi teori atau metode yang ada, memperbaiki atau menyesuaikannya, dan mengenali kesenjangan antara teori dan penerapan di dunia nyata atau temuan penelitian (Rowley & Slack, 2004; Bettany-Saltikov, 2012).

## 2. METODE PENELITIAN

Bullying merupakan permasalahan sosial yang masih sering terjadi, khususnya di lingkungan sekolah, dan menjadi perhatian serius dalam bidang pendidikan serta kesehatan mental anak dan remaja. Perilaku ini tidak hanya berdampak pada korban, tetapi juga memengaruhi pelaku serta iklim sosial di sekolah secara keseluruhan. Keterlibatan dalam bullying, baik sebagai korban maupun pelaku, berkaitan erat dengan munculnya masalah psikologis seperti kecemasan, depresi, perasaan kesepian, hingga penurunan prestasi akademik (Arseneault, 2018; Moore et al., 2017). Kondisi ini menunjukkan bahwa bullying bukan hanya persoalan disiplin, tetapi juga persoalan perkembangan pribadi dan sosial siswa yang memerlukan penanganan secara profesional.

Dalam perspektif bimbingan dan konseling (BK), bullying dipahami sebagai perilaku agresif yang dilakukan secara sadar dan berulang terhadap individu yang berada pada posisi lebih lemah, baik secara fisik, sosial, maupun psikologis (Olweus, 1996; Limber & Small, 2003; Butler et al., 2009). Ciri utama bullying terletak pada adanya pengulangan tindakan serta ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban (Volk et al., 2017). Kondisi ini menempatkan korban dalam situasi tidak berdaya, sehingga membutuhkan dukungan emosional dan pendampingan yang sistematis.

Bullying dapat terjadi dalam berbagai bentuk, seperti fisik, verbal, relasional, maupun siber. Perkembangan teknologi digital bahkan memperluas ruang terjadinya bullying melalui media sosial dan platform daring (Kowalski et al., 2018). Hal ini menuntut layanan BK untuk tidak hanya berfokus pada interaksi langsung di sekolah, tetapi juga pada dinamika sosial siswa di dunia maya.

Melihat dampak jangka panjang yang ditimbulkan, bullying tidak dapat dianggap sebagai bagian wajar dari proses perkembangan remaja. Oleh karena itu, peran bimbingan dan konseling menjadi sangat strategis dalam upaya pencegahan dan intervensi. Layanan BK dapat berperan melalui program preventif, pengembangan empati dan keterampilan sosial, konseling individu maupun kelompok, serta kolaborasi dengan guru dan orang tua dalam menciptakan iklim sekolah yang aman dan suportif. Dengan pendekatan yang komprehensif, bimbingan dan konseling diharapkan mampu membantu meminimalkan perilaku bullying serta mendukung perkembangan pribadi dan sosial siswa secara optimal. Metode

Penelitian ini menggunakan metode literature riview dengan meninjau 20 artikel tentang bulliyng pada remaja dalam kurun waktu 10 tahun terakhir. Literature riview adalah jenis metode akademik yang meneliti dan membahas penelitian tentang topik tertentu. Metode ini menjelaskan bagaimana ide, teori, dan studi tentang topik tersebut telah berkembang seiring

waktu. Dengan meninjau penelitian sebelumnya, para ilmuwan dapat mengidentifikasi teori atau metode yang ada, memperbaiki atau menyesuaikannya, dan mengenali kesenjangan antara teori dan penerapan di dunia nyata atau temuan penelitian (Rowley & Slack, 2004; Bettany-Saltikov, 2012).

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perilaku bullying pada remaja dipengaruhi oleh banyak faktor yang saling berkaitan. Penelitian Yunita Bulu dkk. (2019) menjelaskan bahwa pengaruh teman sebaya, paparan media sosial, serta lingkungan sosial secara signifikan berkontribusi terhadap perilaku bullying pada remaja awal. Hasil serupa juga ditemukan oleh Andris Noya dkk. (2024) yang menyoroti peran teman sebaya, penggunaan media sosial, dan pola asuh orang tua sebagai faktor dominan. Selain itu, Gegana Candra Kusuma Priyanto Pringgodiqdo dan Asroful Kadafi (2025) menekankan bahwa konformitas teman sebaya, rendahnya empati dan kontrol diri, tekanan akademik, serta pengaruh media sosial turut mendorong terjadinya bullying verbal pada siswa SMA.

Temuan lain dari Sigit Nugroho dkk. (2020) menunjukkan bahwa bullying di lingkungan pesantren dipengaruhi oleh faktor individu, keluarga, media, teman sebaya, dan institusi sekolah. Aspek khusus yang ditemukan meliputi kesulitan adaptasi siswa baru, anggapan bahwa bullying adalah candaan, budaya senioritas, serta bullying sebagai pelampiasan dari beban akademik. Klasifikasi ini sejalan dengan pendapat Gemar Abdullah dan Asni Ilham (2023) yang membagi faktor penyebab bullying menjadi faktor internal dan eksternal.

Dari segi bentuknya, penelitian Ema Waliyanti dkk. (2018) mengidentifikasi bullying verbal, fisik, relasional, dan cyberbullying sebagai bentuk yang umum terjadi pada remaja. Temuan ini didukung oleh Viola Amnda dkk. (2020) dan Hermalinda dkk. (2017) yang menyatakan bahwa bullying verbal merupakan bentuk yang paling dominan, disusul oleh bullying fisik dan sosial. Pola serupa juga ditemukan pada jenjang sekolah dasar dan sekolah menengah kejuruan.

Dari sisi dampak, bullying memberikan konsekuensi psikologis dan akademik yang signifikan. Korban dapat mengalami tekanan emosional, trauma, penurunan harga diri, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Dalam bidang akademik, bullying berdampak pada penurunan prestasi, kesulitan berkonsentrasi, berkurangnya rasa percaya diri, dan meningkatnya perasaan tidak aman di sekolah.

Selain itu, beberapa penelitian menunjukkan adanya pola siklus dalam perilaku bullying, di mana korban sebelumnya dapat berubah menjadi pelaku sebagai mekanisme pertahanan diri. Sebagian korban memilih membalas, sementara pelaku juga dapat merasakan penyesalan setelah melakukan tindakan bullying.

Berdasarkan berbagai penelitian yang telah dikaji, perilaku bullying pada peserta didik tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang saling berkaitan. Dampaknya pun menyentuh aspek psikologis, sosial, dan akademik siswa. Dalam konteks bimbingan dan konseling (BK), temuan ini menegaskan bahwa bullying merupakan permasalahan perkembangan pribadi dan sosial yang membutuhkan penanganan secara sistematis dan berkelanjutan.

Faktor teman sebaya yang menjadi penyebab paling dominan menunjukkan pentingnya layanan BK dalam mengembangkan keterampilan sosial, keberanian bersikap asertif, serta kemampuan mengambil keputusan tanpa tekanan kelompok. Melalui layanan bimbingan kelompok, konseling kelompok, maupun layanan klasikal, guru BK dapat membantu siswa memahami dampak konformitas negatif dan membangun empati dalam pergaulan. Selain itu, pengaruh media sosial yang menormalisasi kekerasan verbal menuntut peran BK dalam memberikan literasi digital serta edukasi mengenai etika berkomunikasi di dunia maya.

Peran keluarga dan pola pengasuhan yang kurang optimal juga menjadi perhatian dalam layanan BK. Guru BK perlu menjalin kolaborasi dengan orang tua melalui konsultasi atau kegiatan parenting agar nilai empati dan kontrol diri dapat ditanamkan secara konsisten di rumah maupun di sekolah. Dari sisi individu, rendahnya empati dan kontrol diri serta tekanan akademik menunjukkan pentingnya layanan konseling individu untuk membantu siswa mengelola emosi, stres, dan beban belajar secara sehat tanpa melampiaskannya dalam bentuk agresivitas.

Dampak bullying yang kompleks terhadap korban, seperti stres, trauma, rendah diri, hingga penurunan prestasi, semakin menegaskan urgensi layanan responsif dalam BK. Pendampingan psikologis, penguatan rasa aman, serta pemulihan kepercayaan diri menjadi bagian penting dari intervensi. Selain itu, adanya siklus bullying di mana korban berpotensi menjadi pelaku menunjukkan perlunya pendekatan yang tidak hanya berfokus pada hukuman, tetapi juga pada pembinaan dan pemulihan perilaku.

Dengan demikian, bimbingan dan konseling memiliki peran strategis dalam upaya preventif, kuratif, dan developmental untuk meminimalkan perilaku bullying. Melalui program yang terencana dan kolaboratif, BK dapat berkontribusi dalam menciptakan iklim sekolah yang aman, suportif, dan mendukung perkembangan optimal peserta didik.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kajian literatur, perilaku bullying pada remaja merupakan fenomena kompleks yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, seperti konformitas teman sebaya, pengaruh media sosial, pola asuh keluarga, serta lingkungan sekolah. Dampaknya pun signifikan terhadap kondisi psikologis dan akademik siswa, bahkan berpotensi menimbulkan siklus korban menjadi pelaku apabila tidak ditangani secara tepat. Dalam konteks bimbingan dan konseling, temuan ini menegaskan pentingnya peran guru BK dalam melakukan upaya preventif, kuratif, dan developmental. Layanan bimbingan klasikal, konseling individu maupun kelompok, serta kolaborasi dengan orang tua dan pihak sekolah menjadi strategi penting untuk menumbuhkan empati, meningkatkan kontrol diri, serta menciptakan iklim sekolah yang aman dan suportif guna meminimalkan perilaku bullying. Berdasarkan hasil kajian literatur, diperlukan upaya pencegahan bullying yang dilakukan secara terpadu antara sekolah, keluarga, dan lingkungan masyarakat. Sekolah perlu memperkuat kebijakan anti-bullying serta menanamkan nilai empati dan kontrol diri melalui pembelajaran dan layanan bimbingan konseling. Orang tua juga diharapkan meningkatkan pengawasan dan komunikasi dengan anak, termasuk dalam penggunaan media sosial. Selain itu, untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan dan menguji efektivitas program pencegahan bullying agar tercipta lingkungan pendidikan yang aman dan suportif bagi remaja.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, G., & Ilham, A. (2023). Pencegahan perilaku bullying pada anak usia sekolah dasar melalui pelibatan orang tua. *03*(1), 175–182.
- Amnda, V., Wulandari, S., Wulandari, S., Syah, S. N., Restari, Y. A., Anwar, F., Arifin, Z., & Padang, U. N. (2020). Bentuk dan dampak perilaku bullying. *5*(1). <https://doi.org/10.34125/kp.v5i1.454>
- Arseneault, L. (2018). Annual research review: The persistent and pervasive impact of being bullied in childhood and adolescence. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12841>
- Candra, G., Priyanto, K., Kadafi, A., Sosial, T., Kasus, S., Gegana, P., & Asroful, K. (2025). JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi verbal bullying terhadap siswa kelas XI SMA. *5*(September), 146–156. <https://doi.org/10.56185/jubikops.v5i2.1081>
- Candrawati, R., & Setyawan, A. (2023). Analisis perilaku bullying terhadap motivasi belajar siswa sekolah dasar. *Pendidikan Anak Dan Pendidikan Umum*, *12*(No. 2). <https://doi.org/10.59966/pandu.v1i2.127>
- Diannita, A., Salsabela, F., Wijati, L., Margaretha, A., Putri, S., Kediri, M. A. N., Indonesia, B., & Kediri, M. A. N. (n.d.). Pengaruh bullying terhadap pelajar pada tingkat sekolah menengah pertama. *4*(1), 297–301. <https://doi.org/10.37985/jer.v4i1.117>

- Febriansyah, D. R., & Yuningsih, Y. (2024). Fenomena perilaku bullying sebagai bentuk kenakalan remaja di SMK-TI Pembangunan Cimahi. *c*.
- Firdaus, J., & Basri, H. (2025). Dampak bullying terhadap prestasi belajar siswa kelas IX SMP Muhammadiyah 1 Gresik. *20(01)*, 72–75. <https://doi.org/10.56338/igra.v20i1.6935>
- Hemalinda, et al. (2017). Hubungan karakteristik remaja dengan perilaku bullying pada siswa SMP di Kota Padang. *Jurnal Keperawatan Soedirman Universitas Andalas*, *12*. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2017.12.1.677>
- Hidayat, S. M., Mayasari, R., & Afriany, A. (2024). Dampak bullying terhadap kesehatan mental korban (Studi kasus di SMP Negeri 1 Kulisusu). *4(2)*, 99–108.
- Intervensi, J., Jisp, P., Permata, I., Sayyid, U. I. N., & Rahmatullah, A. (2022). Dampak bullying terhadap perilaku remaja; Studi kasus pada pelajar SMA Negeri Palembang. *3(1)*, 10–16. <https://doi.org/10.30596/jisp.v3i1.8637>
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2018). Bullying in the digital age. *Psychology of Popular Media Culture*.
- Madiun, K., Pertama, S. M., Madiun, K., & Kebonsari, K. (2016). Penelitian ini bertujuan untuk mendiskripsikan tentang kekerasan atau. *1(1)*, 1–11.
- Mashuddin, O. M., & Ahmad, M. R. S. (2022). Perilaku bullying di SMA Negeri 1 Maros (Studi kasus pada siswa pindahan). *2(1)*, 142–152. <https://doi.org/10.26858/pjser.v1i2.24626>
- Moore, S. E., Norman, R. E., Suetani, S., et al. (2017). Consequences of bullying victimization. *World Psychiatry*.
- Noya, A., Taihuttu, J., & Kiriwenno, E. (2024). Analisis faktor-faktor penyebab perilaku bullying pada remaja. *5(1)*, 1–16.
- Nugroho, S., Handoyo, S., & Hendriani, W. (2020). Identifikasi faktor penyebab perilaku bullying di pesantren. *17(2)*. [https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2020.vol17\(2\).5212](https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2020.vol17(2).5212)
- Salmi, S., Hariko, R., & Afdal, A. (2018). Hubungan kontrol diri dengan perilaku bullying siswa. *8(November)*, 88–99. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i2.2693>
- Sari, Y. P., & Azwar, W. (2017). Fenomena bullying siswa: Studi tentang motif perilaku bullying siswa di SMP Negeri 01 Painan, Sumatera Barat. *Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*. <https://doi.org/10.24042/ijpmi.v10i2.2366>
- Tribhuwana, U., & Malang, T. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku bullying pada remaja awal. *1(2)*. <https://doi.org/10.26555/jptp.v1i2.15132>
- Visty, S. A. (2021). Dampak bullying terhadap perilaku remaja masa kini. *Jurnal Intervensi Sosial Dan Pembangunan*, *2(1)*. <https://doi.org/10.30596/jisp.v2i1.3976>
- Volk, A. A., Dane, A. V., & Marini, Z. A. (2017). What is bullying? A theoretical redefinition. *Aggression and Violent Behavior*.
- Wakhid, A., Andriani, N. S., & Saparwati, M. (2017). Perilaku bullying siswa usia 10-12 tahun. *September*, 2014–2017.
- Waliyanti, E., Kamilah, F., Fitriansyah, R. R., Studi, P., Keperawatan, I., & Yogyakarta, U. M. (2018). Fenomena perilaku bullying pada remaja di Yogyakarta. *2(1)*, 50–64. <https://doi.org/10.31000/jiki.v2i1.831>