YASIN
Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya

p-ISSN : 2808-2346
e-ISSN : 2808-1854

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/yasin.v3i4.1284

PERAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM DALAM MEMINIMALISASI BULLYING ANTAR TEMAN DI LINGKUNGAN SEKOLAH

Susi Nilasari & Eka Danik Prahastiwi
Institut Studi Islam Muhammadiyah Pacitan
Susinilasari84@gmail.com ; prahasitiwidanik@isimupacitan.ac.id

Abstract

Bullying is a desire to hurt, which is shown into action and causes someone to suffer. Cases of bullying, especially those perpetrated by children and adolescents in the school environment, are still very high. This is evidenced by data from the Indonesian Child Protection Commission (KPAI) regarding cases of bullying in 2023 which are increasing. In Islam bullying behavior is strictly prohibited and not recommended because it is included in the behavior of demeaning others. One way that can be used to prevent and minimize bullying is the application of Islamic Counseling Guidance. The aim of this research is to find out the role of Islamic Counseling Guidance in minimizing bullying behavior including, what methods are used and how effective or successful it is. This study uses a qualitative approach. The type of research used is library research with the documentation method, namely finding and studying data regarding variables in the form of notes, documents, books, journals and so on. The data sources used are primary and secondary data sources. The data analysis technique used is content analysis method. To test the validity of this research data using a credibility test by increasing persistence, researchers also use source triangulation techniques. Islamic Counseling Guidance has many methods or ways as efforts that can be applied in preventing and minimizing acts of bullying in accordance with the needs of students. Thus, making students show changes in attitudes and behavior in a more positive direction. This indicates that Islamic Counseling is a successful and effective way to minimize acts of bullying between friends at school.

Keywords *: Islamic Counseling Guidance; At School; Bullying*

Abstrak : *Bullying* adalah sebuah hasrat untuk menyakiti, yang diperlihatkan ke dalam aksi dan menyebabkan seseorang menderita. Kasus *bullying* khususnya yang dilakukan anak dan remaja di lingkungan sekolah masih sangat tinggi. Hal ini dibuktikan dengan data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mengenai kasus *bullying* pada tahun 2023 yang semakin meningkat. Dalam Islam perilaku *bullying* dilarang keras dan tidak dianjurkan karena termasuk kedalam perilaku merendahkan orang lain. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mencegah dan meminimalisasi tindakan *bullying* adalah penerapan Bimbingan Konseling Islam. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peran Bimbingan Konseling Islam dalam meminimalisasi perilaku *bullying* meliputi, apa saja cara yang dilakukan dan bagaimana efektifitas atau tingkat keberhasilannya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian pustaka *(library research)* dengan metode dokumentasi yaitu mencari dan mempelajari data mengenai variabel yang berupa

Jurnal Yasin is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

catatan, dokumen, buku, jurnal dan sebagainya. Sumber data yang digunakan adalah sumber data primer dan sekunder. Teknik analisis data yang digunakan adalah metode analisis isi *(content analysis)*. Untuk menguji keabsahan data penelitian ini menggunakan uji kredibilitas dengan cara meningkatkan ketekunan, peneliti juga menggunakan teknik triangulasi sumber. Bimbingan Konseling Islam mempunyai banyak metode atau cara sebagai upaya yang dapat diterapkan dalam mencegah dan meminimalisir tindakan *bullying* sesuai dengan kebutuhan siswa. Sehingga, membuat siswa menunjukan perubahan sikap dan perilaku ke arah yang lebih positif. Hal ini menandakan bahwa Bimbingan Konseling Islam berhasil dan efektif menjadi salah satu cara meminimalisasi tindakan *bullying* antar teman di sekolah.

Kata Kunci : Bimbingan Konseling Islam; Di Sekolah; Bullying

PENDAHULUAN

Selain keluarga, sekolah merupakan salah satu lingkungan yang memegang peran penting sebagai tempat tumbuh dan perkembangan anak serta remaja khususnya perkembangan psikologi, sosial dan emosi. Namun, bukan hal yang tabu lagi bahwa lingkungan sekolah adalah tempat dengan banyak ditemukannya kasus-kasus kenakalan anak dan remaja, salah satunya adalah *bullying*.

Data yang didapatkan dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) di tahun 2018, ditemukan kasus dibidang pendidikan sebanyak 161 kasus, 36 (22,4%) merupakan kasus dengan anak korban kekerasan dan *bullying*, sedangkan kasus anak pelaku kekerasan dan *bullying* sebanyak 41 (25,5%). tempo.co (2018) Dikutip dari laman resmi Komnas Anak, Indonesia pada tahun 2018 menempati posisi ke-5 dari 78 negara dengan kasus *bullying* terbanyak. Lebih memprihatinkannya lagi, kasus *bullying* rata-rata terjadi di lingkungan sekolah dan dilakukan oleh murid sekolah dasar. Sofia (2023) Pada tahun 2019, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima pengaduan kasus korban kekerasan fisik dan psikis terhadap anak dibidang pendidikan sebanyak 153 kasus, 39% terjadi dijenjang SD/MI, 22% terjadi dijenjang SMP /Sederajat dan 39% terjadi di SMA/Sederajat. JPNN.com (2019)

Pada tahun 2020, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat ada 119 kasus *bullying* terhadap anak. Sedangkan di tahun 2021 Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat hanya terjadi 53 kasus *bullying* di lingkungan sekolah dan 168 kasus perundungan di dunia maya. Karena pada tahun ini sekolah berada dalam proses pembelajaran daring sehingga kasus *bullying* di lingkungan sekolah lebih rendah dari pada kasus di dunia maya. Tahun 2022, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) kembali

melaporkan kasus *bullying* di lingkungan sekolah sebanyak 226 kasus, termasuk 18 kasus *bullying* di dunia maya. Peren (2022)

Pada tahun 2023, data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) yang dirilis pada tanggal 13 Februari 2023 tercatat kenaikan angka kasus *bullying* sebanyak 1.138 kasus. Sofia (2023) Tidak sedikit orang tua dan sekolah berpandangan bahwa *bullying* hanya terjadi pada siswa pada jenjang SMP dan SMA, namun faktanya *bullying* juga banyak terjadi pada anak dengan rentang usia 3-12 tahun. Rahayu dan Permana (2019 : 237)

Contoh salah satu kasus *bullying*, menimpa anak Sekolah Dasar berinisial MR (11 tahun) yang melakukan gantung diri di rumahnya, Pesanggaran, Banyuwangi. Hal ini terjadi lantaran siswa tersebut sering mendapat tindakan *bullying* dari teman-temanya di sekolah dan tempatnya mengaji karena tidak memiliki seorang ayah. Sebelum tragedi itu terjadi MR berubah menjadi anak yang pendiam dan sering menangis. Pemerhati anak dan pendidikan Retno Listyarti menilai kehilangan ayah dan dirundung, mengakibatkan tekanan psikologi yang berat dan menjadi alasan utama MR mengakhiri hidup. Novia (2023) Kasus ini adalah salah satu kasus dari banyaknya kasus *bullying* yang terjadi di Indonesia khususnya di lingkungan sekolah. Berdasarkan data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) yang telah disebutkan kita mulai menyadari bahwa *bullying* bukan lagi sebuah fenomena namun sudah menjadi budaya buruk yang terus terulang.

Bullying adalah sebuah hasrat untuk menyakiti, yang diperlihatkan ke dalam aksi dan menyebabkan seseorang menderita. Aksi ini dilakukan secara langsung oleh seseorang atau kelompok yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab, dilakukan berulang dan dilakukan dengan perasaan senang. Zakiyah dkk (2017 : 25-26)

Dalam Islam perilaku *bullying* tentu dilarang keras, hal ini sebagaimana dijelaskan dalam QS.Al-Hujarat ayat 11 yang artinya: *" Wahai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olok itu) lebih baik daripada mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olok) perempuan lain (karena) boleh jadi perempuan (yang diolok-olok itu) lebih baik daripada perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela dan saling memanggil dengan julukan yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah panggilan (fasik) setelah beriman. Siapa yang tidak bertobat, mereka itulah orang-orang zalim".* Berdasarkan arti dari QS.Al-Hujarat ayat 11 tersebut, Allah Swt memerintahkan kita untuk tidak menghina, mencela atau mem-*bully* orang lain karena kekurangannya dan boleh jadi orang yang kita anggap rendah dan lemah lebih baik dari kita. Asmul (2019 : 3-4) Lalu

bagaimana hal ini dapat diminimalisasi terutama kasus yang terjadi pada anak dan remaja di lingkungan sekolah. Selain pendidikan agama khususnya Pendidikan Agama Islam dengan beberapa aspek nilai-nilai yang ditanamkan dan diterapkan, kegiatan Bimbingan Konseling Islam juga penting untuk dilakukan.

Bimbingan Konseling Islam adalah kegiatan yang dilakukan konselor kepada konseli (individu maupun kelompok) secara *continue* dan sistematis dalam rangka menyelesaikan masalah untuk mencapai kebahagiaan hidup yang sesuai dengan ketentuan Allah Swt dengan berpedoman pada Al-Quran dan Hadist. Syahreny dkk (2020 : 2) Tujuan yang ingin dicapai melalui Bimbingan Konseling Islam adalah agar individu mampu mengembangkan kesadaran dan komitmen beragamanya sebagai hamba dan khalifah Allah yang bertanggung jawab. Sehingga, pelaku *bullying* bisa bertanggung jawab atas tingkah lakunya dan hidup bersama temannya sebagai sesama muslim. Hadi dan Zuhriana (2020 :: 59) Selain itu, korban *bullying* diharapkan tidak akan berbuat hal yang sama atau menyimpan dendam, sehingga korban bisa memaafkan kesalahan orang yang menyakitinya.

Tujuan dari penelitian dan penulisan jurnal ini adalah, peneliti ingin mengetahui dari beberapa sumber pustaka tentang bagaimana peran Bimbingan Konseling Islam dalam meminimalisasi *bullying* antar teman di lingkungan sekolah, apa saja cara atau upaya yang dapat dilakukan dan bagaimana efektifitas atau tingkat keberhasilan dari penerapan Bimbingan Konseling Islam dalam meminimalisasi tindakan *bullying* di sekolah yang sudah menerapkannya.

METODE

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu suatu penelitian yang ditunjukkan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, dan pemikiran orang secara individu maupun kelompok. Sukmadinata (2017) Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian pustaka (*library research)*, yaitu penelitian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan informasi dan data mulai dari membaca, mencatat serta mengolah bahan penelitian melalui berbagai macam objek pustaka seperti buku, hasil penelitian sebelumnya, artikel, catatan, serta berbagai jurnal yang berkaitan dengan masalah yang ingin dipecahkan. Sari dan Asmendri, (2020 : 44) Pada penelitian ini objek data yang dicari oleh peneliti adalah mencari literatur-literatur yang sesuai

dengan permasalahan yang diangkat, membaca berbagai referensi yang sesuai serta menelaah sumber data pustaka yang dapat memberikan solusi atau jawaban terkait masalah yang diteliti.

Dalam penelitian ini sumber data yang yang digunakan adalah sumber data primer yaitu sumber data utama dari penelitian pustaka yang berkaitan dengan judul, yaitu jurnal ilmiah mengenai *bullying* dan penerapan Bimbingan Konseling Islam pada sekolah-sekolah yang telah menerapkannya, serta data-data mengenai statistik kasus *bullying* yang diperoleh dari website dan artikel di internet. Selain itu, peneliti juga menggunakan data sekunder yaitu data penunjang setelah sumber utama, diperoleh dari berbagai macam sumber diantaranya jurnal ilmiah umum dan buku ilmiah umum.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode dokumentasi yaitu mencari dan mempelajari data mengenai hal-hal atau variabel berupa catatan, dokumen, transkip, buku, makalah, artikel, jurnal dan sebagainya. Sari dan Asmendri (2020 : 45) Data-data yang dicari dari penelitian ini berupa penjelasan mengenai *bullying* dan Bimbingan Konseling Islam, cara atau upaya Bimbingan Konseling Islam dalam mengatasi *bullying* di lingkungan sekolah, dan bagaimana efisiensi atau tingkat keberhasilannya dalam meminimalisasi tindak *bullying* di lingkungan sekolah.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode analisis isi *(content analysis)*. Analisis isi adalah sebuah alat penelitian yang difokuskan pada konten aktual dan fitur internal media. Sari dan Asmendri (2020 : 47) Teknik ini digunakan oleh penulis untuk menganalisis konten-konten yang berkaitan dengan apa yang diteliti dari berbagai inforamasi.

Untuk menguji keabsahan data peneliti menggunakan uji kredibilitas. Uji kredibiltas merupakan cara yang digunakan dalam teknik keabsahan data dengan melihat sebuah data dapat dikatakan kredibel apabila terdapat kesamaan antara apa yang disampaikan oleh peneliti dengan apa yang terjadi pada objek yang diteliti. Mekarisce (2020 : 147) Pada penelitian ini peneliti menggunakan uji kredibilitas dengan cara meningkatkan ketekunan, yaitu pengecekan kembali apakah data yang didapat benar atau tidak. Dilakukan dengan cara membaca berbagai sumber referensi maupun dokumen yang terkait. Dalam penelitian ini peneliti juga menggunakan teknik triangulasi sumber. Pada triangulasi sumber, peneliti melakukan pengecekan dengan mengkaji kembali data yang telah diperoleh dari berbagai sumber primer maupun sekunder.

HASIL

Dalam menangani *bullying* di sekolah, tentu dibutuhkan strategi yang sesuai dengan porsi atau kebutuhan siswanya. Bimbingan Konseling Islam merupakan salah satu cara yang bisa digunakan untuk meminimalisasi *bullying* antar teman di sekolah. Berikut adalah contoh beberapa upaya yang menjadikan Bimbingan Konseling Islam berperan penting dalam meminimalisasi *bullying* antar teman di sekolah.

A. Upaya Bimbingan Konseling Islam Dalam Meminimalisasi *Bullying* antar teman Di Lingkungan Sekolah

Beberapa contoh cara atau upaya Bimbingan Konseling Islam yang sudah diterapkan oleh sekolah yang sudah menerapkan Bimbingan Konseling Islam untuk meminimalisasi tindakan *bullying* adalah sebagai berikut:

1. *Bullying* di Sekolah Dasar (SD/MI)
    a. Memberikan Bimbingan Islam berupa tausiah, nasehat-nasehat yang baik dan pemahaman umum mengenai apa itu *bullying* serta dampaknya.
    b. Melakukan metode langsung. Yaitu komunikasi langsung atau bertatap muka dengan siswa yang dibimbing atau yang sedang mengalami masalah.
    c. Menggunakan metode kelompok atau *group teaching*. Melaksanakan bimbingan dengan cara mengadakan diskusi bersama kelompok yang mempunyai masalah yang sama.
    d. Melakukan tadabur alam atau berkarya wisata.
2. *Bullying* di Sekolah Menengah Pertama (SMP/sederajat)
    a. Menggunakan pendekatan *al-hikmah*, pendekatan *al-mau'idzah al-hasanah* dan pendekatan *Wa jadilhum bi al-lati hiya ahsan*. Pendekatan *Al-hikmah* adalah membimbing individu dengan bijak dan sesuai dengan nilai-nilai yang diajarkan Rasulullah Saw. Pendekatan *al-mau'idzah al-hasanah* adalah konseling dilakukan dengan tutur yang lemah lembut, pelan-pelan, bertahap dan penuh kasih sayang. Sedangkan pendekatan *Wa jadilhum bi al-lati hiya ahsan.* yaitu upaya konseling melalui jalan bantahan, diskusi, atau berdebat dengan cara yang baik, sopan santun, saling menghargai dan tidak arogan. Hadi dan Zuhriana (2020 : 64)
    b. Guru konseling berkoordinasi dengan wali kelas dan guru mata pelajaran terutama guru PAI untuk bersama-sama mewujudkan lulusan yang tangguh, berakhlak mulia yang dilandasi iman dan taqwa.

c. Mengadakan sosialisasi terkait *bullying* dan pengetahuan mengenaii inklusi serta cara berteman dengan teman yang inklusi (rentan terhadap *bullying*) Ahmad dkk (2020 : 15)
d. Menggunakan terapi dzikir (mengingat Allah).
e. Menggunakan teknik bermain peran *(role playing)*. Dilakukan untuk memberikan kesadaran pada siswa akan perilakunya dan membantu siswa menyusun kembali naskah hidupnya. Ahmad dkk (2020 : 15)
f. Memberikan hukuman berat jika ketahuan melakukan *bullying* baik dalam kegiatan akademik maupun non-akademik. Seperti hukuman *safecare* atau coret spidol, hukuman menulis surah yang ada di Al-Quran dan hukuman pelayanan sekolah.

3. *Bullying* di Sekolah Menengah Atas (SMA/Sederajat)
   a. Saling berkooordinasi antara wali kelas, guru mata pelajaran terutama guru PAI dan Guru Bimbingan konseling Islam untuk menanamkan nilai-nilai keislaman dalam proses belajar mengajar serta memahamkan apa dampak dan bahaya *bullying,*
   b. Memberikan hukuman berat jika ketahuan melakukan *bullying* baik dalam kegiatan akademik maupun non-akademik dengan cara meningkatkan tingkat religiusitas, seperti pemahaman lebih tentang materi maupun praktik ibadah wajib maupun sunnah, bimbingan syariah, akidah dan akhlak.
   c. Melakukan kajian agama secara rutin dengan pengawasan guru PAI dan BKI khususnya, karena keduannya bukan hanya memberikan pelayanan umum tetapi juga berperan sebagai juru dakwah.
   d. Menggunakan metode *gesalt* atau terapi *gesalt* (mencari informasi pada korban mengenai bagaimana keadaannya sekarang serta hambatan-hambatan apa yang sering muncul dalam kesadarannya) metode ini digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri korban *bullying*. Asmul (2019 : 68)

B. Efektifitas Bimbingan Konseling Islam Dalam Meminimalisasi *Bullying* Antar Teman Di lingkungan Sekolah

Berdasarkan penelitian yang peneliti lakukan dari sumber data diperoleh, pengaruh Bimbingan Konseling Islam dalam upaya meminimalisasi *bullying* antar

teman di lingkungan sekolah ditunjukkan dengan perubahan sikap dan perilaku siswa ke arah yang lebih positif, yakni:

1. Siswa pelaku *bullying* menyadari bahwa apa yang dilakukan adalah perilaku yang tidak baik dan berani mengakui kesalahannya kepada teman maupun gurunya.
2. Pada salah satu metode konseling yang dilakukan terdapat proses berjabat tangan dan saling memaafkan, sehingga siswa yang terlibat *bullying* merasa lebih nyaman.
3. Siswa mengalami perubahan perilaku yang lebih baik sesuai dengan naskah hidup yang mereka buat saat proses konseling yang menerapakan cara atau metode bermain peran *(role playing)*.
4. Siswa lebih menghargai perasaan temannya.
5. Siswa menjadi lebih sopan dalam bergaul.

PEMBAHASAN

Bullying atau perundungan merupakan perilaku agresif seseorang atau sekelompok orang yang dilakukan secara berulang terhadap orang atau sekelompok orang lain yang lebih lemah untuk menyakitinya secara fisik maupun mental. Dafiq dkk (2020 : 121) Pada beberapa sumber data peneliti memperoleh hasil bahwa kasus *bullying* khususnya di lingkungan sekolah di Indonesia masih cukup tinggi dan kasusnya bisa ditemui mulai dari tingkat sekolah dasar.

A. Faktor Penyebab *Bullying*

Menurut Zakiyah dkk (2020 : 327-328) banyak faktor yang menyebabkan terjadinya *bullying,* diantaranya:

1. Keluarga, pelaku *bullying* sering kali berasal dari keluarga yang bermasalah dan penuh dengan konflik. Hal tersebut akan membuat anak mempelajari dan mengamati konflik orang tua mereka kemudian menirunya dengan melakukan kepada teman-temannya.
2. Sekolah, hal ini terjadi karena pihak sekolah yang sering abai terhadap keberadaan *bullying*. Sehingga anak-anak pelaku *bullying* tetap melakukan tindakan tersebut karena tidak ada hukuman yang membuat mereka jera.
3. Kelompok sebaya, dorongan untuk melakukan *bullying* disekolah bahkan dirumah sangatlah besar, hal ini terjadi karena adanya keinginan untuk membuktikan bahwa mereka dapat masuk dalam kelompok tertentu.

4. Kondisi lingkungan sosial, salah satu faktor lingkungan sosial yang menyebabkan tindakan *bullying* adalah kemiskinan. Hal tersebut akan membuat orang yang hidup dalam kemiskinan melakukan berbagai cara untuk memenuhi kebutuhan hidup, seperti melakukan pemalakan.
5. Tayangan televisi dan media sosial, tayangan media masa akan membentuk pola perilaku *bullying* dari segi tayangan yang ditampilkan. Karena anak-anak akan meniru adegan dan tontonan yang ditonton, umumnya mereka akan meniru gerakan dan kata-katanya.

B. Bentuk-Bentuk *Bullying*

Menurut Syahreny dkk (2020 : 5) bentuk *bullying* yang dilakukan oleh pelaku *bullying* tak terkecuali oleh siswa juga cukup beragam, diantaranya:

1. *Bullying* fisik, merupakan *bullying* yang mengedepankan tindakan atau kontak fisik dalam menyakiti korban. Kontak fisik yang dilakukan seperti menampar, memukul, mengigit, menjambak dan segala bentuk *bullying* yang menyerang fisik.
2. *Bullying* verbal, merupakan *bullying* yang cenderung menggunakan kata-kata kasar yang syarat akan penghinaan dalam menyakiti korban. Tujuannya adalah meremehkan, merendahkan, mengancam dan mempermalukan. *Bullying* verbal yang dilakukan seperti mengejek, mengolok-olok, memaki dan segala bentuk *bullying* yang menyerang psikis atau mental.
3. *Bullying* rasional, dilakukan dengan cara manipulasi sosial, mereka mensabotase emosi dan kedudukan sosial korban. *Bullying* rasional yang dilakukan seperti mengucilkan teman, memanfaatkan teman untuk mendapatkan apa yang diinginkan, tidak mengikutsertakan korban dalam interaksi sosial dan lain sebagainya.
4. *Cyber bullying,* merupakan dampak negatif dari perkembangan teknologi yang sangat pesat melalui sosial media. *Cyber Bullying* yang dilakukan seperti: penggunaan sosial media yang tidak bertanggung jawab, pelaku secara sengaja melecehkan, mempermalukan, hingga menguntit berlebihan, sehingga dapat menimbulkan ketidaktenangan serta dapat menghancurkan nama baik dan perasaan orang lain.

C. Dampak *bullying*

Dampak luar biasa dari *bullying* akan terjadi pada pelaku dan korban. Pelaku akan memiliki watak keras, dan merasa memiliki kekuasaan. Pelaku *bullying* juga

mempunyai intensitas empati yang minim dalam fenomena interaksi sosial. Meskipun mereka adalah pelaku namun mereka ternyata juga menjadi korban, karena pelaku *bullying* juga mengalami perilaku abnormal, hiperaktif, pro-sosial dan memiliki masalah dengan kesehatan mental, terutama emosional. Pelaku *bullying* juga sering terisolasi secara sosial, tidak punya teman dekat atau sahabat dan tidak memiliki hubungan baik dengan orang tua. Darmayanti dkk (2019 : 63)

Sedangkan korban *bullying* menurut Syahreny dkk (2020 : 4-5) dapat mengalami dampak jangka pendek maupun jangka panjang, sebagai berikut:

1. Dampak jangka pendek yang dialami korban *bullying* adalah mengalami masalah tidur, hilangnya nafsu makan, merasa cemas kemudian meningkat kearah depresi yang dapat berakhir dengan bunuh diri, penarikan sosial, penggunaan obat terlarang dan menurunya prestasi akademik. Pada beberapa kasus *bullying* yang terjadi di Indonesia, khususnya *bullying* fisik, akan menyebabkan keluhan fisik, seperti sakit kepala, sakit perut, ketegangan otot bahkan kematian pada korbannya.
2. Dampak jangka panjang *bullying* adalah menderita masalah emosional dan perilaku. Dampak jangka panjang *bullying* tidak disadari baik oleh pelaku, korban, maupun guru dan orang tua, karena dampaknya lebih bersifat psikis dan emosi yang tidak terlihat, prosesnya perlahan, berlangsung lama dan tidak muncul saat itu juga. Sehingga akan menyebabkan trauma yang besar dan gangguan mental di masa depan. Selain itu tidak jarang korban akan melakukan balas dendam pada pelaku *bullying* yang tentu saja dalam bentuk yang lebih ekstrim atau bisa dikatakan korban *bullying* berubah menjadi pelaku *bullying*.

Jika kita lihat bagaimana dampak *bullying* yang tidak hanya mempengaruhi fisik tetapi juga berpengaruh terhadap mental atau psikis, maka Bimbingan Konseling Islam adalah solusi yang tepat diterapkan sebagai upaya meminimalisasi tindakan *bullying* khususnya di lingkungan sekolah. Karena, Bimbingan Konseling Islam sendiri bertujuan untuk mewujudkan individu menjadi manusia yang seutuhnya agar mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat. Kuliyatun (2020 : 102) Bimbingan Konseling Islam juga bertujuan untuk membantu individu agar terhindar dari masalah, menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi, membantu individu memelihara kondisi yang baik agar tetap baik dan tidak menjadi sumber masalah. Ramlah (2018 : 71)

Dari Tujuan Bimbingan Konseling Islam tersebut, dapat kita pahami bahwa orientasi kebahagiaan yang ingin dicapai tidak hanya pada kebahagiaan duniawi saja tetapi juga pada kebahagiaan yang kekal yaitu kebahagiaan di akhirat. Sehingga pemahaman kepada anak dan remaja tidak hanya tentang hadiah apa yang akan diperoleh di dunia tetapi tentang pahala apa yang akan diterima d iakhirat. Tidak hanya tentang konsekuensi apa yang akan dirasakan di dunia tetapi juga dosa apa yang akan dipertanggungjawabkan di akhirat. Dengan seperti itu anak bahkan remaja akan paham bahwa dampak yang mereka rasakan tidak hanya sementara tetapi selamanya. Sehingga mereka akan memikirkan kembali apa yang akan dilakukan kepada dirinya sendiri dan orang lain. Untuk mencegah tindakan *bullying* guru Bimbingan Konseling Islam dapat bekerja sama dengan guru PAI untuk sama-sama mewujudkan lulusan yang berakhlak mulia, memberi penugasaan tentang keislaman dan pemahaman tentang apa itu *bullying* dan dampaknya. memberi nasehat, tausiah dan mengadaan kajian islam.

Jika *bullying* sudah terjadi maka Bimbingan Konseling Islam memiliki solusi yang dapat digunakan agar korban tetap bisa percaya diri dan terhindar dari beberapa dampak *bullying* yang telah disebutkan. Mulai dari komunikasi langsung *(face to face)* dengan korban dan tetap melakukan bimbingan serta pemantauan, melakukan *group teaching,* menggunakan terapi dzikir dan penerapan metode atau terapi *gesalt.* Agar korban tidak stress dan tidak larut dalam situasi guru dapat mengajak bertadabur alam atau berkarya wisata.

Tidak hanya pada korban, Bimbingan Konseling Islam juga mempunyai porsi hukuman yang sesuai yang akan di kenakan kepada pelaku. Memberikan hukuman berat pada pelaku yang ketahuan melakukan *bullying* sudah pasti, tetapi bukan dengan memberikan hukuman yang hanya membuat pelaku jera untuk sementara, tetapi juga akan membuat pelaku berpikir dan menyadari bahwa apa yang dilakukan tidaklah benar. Hal ini dilakukan karena Bimbingan Konseling Islam juga menyadari bahwa usia anak sekolah terutama remaja tersebut masih berada pada usia yang labil sehingga dalam menerapkan hukuman ada yang tidak bisa dikasari dan ada yang harus dikasari namun masih dalam konteks yang positif. Seperti hukuman *safecare*, menulis surah, pelayanan sekolah, adanya bimbingan khusus untuk meningkatkan religiusitas dan sebagainya.

Cara atau upaya Bimbingan konseling Islam dalam meminimalisasi tindakan *bullying* di lingkungan sekolah dengan memanfaatkan beberapa metode yang sesuai dengan kebutuhan siswa sudah sangat tepat. Hal tersebut semakin menegaskan efektifitas Bimbingan Konseling Islam sebagai salah satu solusi dalam meminimalisasi tindakan *bullying* antar teman

di lingkungan sekolah upaya pencegahan dan pengurangan tindak *bullying* di lingkungan sekolah. Perubahan sikap dan perilaku siswa ke arah yang lebih positif menandakan hasil proses konseling Islam yang dilakukan berhasil.

KESIMPULAN

Bullying atau perundungan merupakan perilaku agresif seseorang atau sekelompok orang yang dilakukan secara berulang terhadap orang atau sekelompok orang lain yang lebih lemah untuk menyakitinya secara fisik maupun mental. *Bullying* dapat berbentuk *Bullying* fisik, verbal, *Cyber Bullying* dan *Bullying* rasional. Faktor penyebab *Bullying* bisa dari keluarga, sekolah, kelompok sebaya, lingkungan sosial, tayangan televisi dan sosial media.

Bullying memberikan dampak negatif pada korban maupun pelaku. Dampak dari *bullying* yang tidak hanya mempengaruhi fisik tetapi juga berpengaruh terhadap mental atau psikis membuat Bimbingan Konseling Islam menjadi solusi yang tepat diterapkan sebagai upaya meminimalisasi tindakan *bullying* yang dilakukan antar teman khususnya di lingkungan sekolah. Bimbingan Konseling Islam adalah kegiatan yang dilakukan konselor kepada konseli (individu maupun kelompok) secara *continue* dan sistematis dalam rangka menyelesaikan masalah untuk mencapai kebahagiaan hidup yang sesuai dengan ketentuan Allah Swt dengan berpedoman pada Al-Quran dan Hadist. Tujuan umum bimbingan konseling islam adalah membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia yang seutuhnya agar mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

Cara atau upaya Bimbingan Konseling Islam dalam mencegah dan meminimalisir tindakan *bullying* di lingkungan sekolah adalah dengan memanfaatkan beberapa metode yang sesuai dengan kebutuhan siswa. Mulai dari sekolah dasar hingga sekolah menengah atas atau dari anak-anak hingga remaja. Beberapa contoh cara Bimbingan Konseling Islam yang bisa dan sudah diterapkan, diantaranya: menggunakan metode langsung atau komunikasi langsung, menggunakan metode kelompok atau *group teaching,* melakukan tadabur alam dan karya wisata, menggunakan pendekatan *al-hikmah*, *al-mau'idzah al-hasanah* dan pendekatan *wa jadilhum bi al-lati hiya ahsan*, melakukan koordinasi antar guru, menggunakan terapi *gesalt* dan terapi dzikir, memberikan hukuman sesuai porsi siswa tetapi tetap dalam konteks yang positif dan sebagainya.

Pengaruh Bimbingan Konseling Islam dalam upaya meminimalisasi *bullying* antar teman di lingkungan sekolah ditunjukkan dengan perubahan sikap dan perilaku siswa ke arah

yang lebih positif. Hal ini menandakan bahwa Bimbingan Konseling Islam berhasil dan efektif menjadi salah satu cara atau upaya meminimalisasi *bullying* antar teman di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad, Aliy dkk. (2020). "Internalisasi Nilai-Nilai Pendidikan Agama Islam Dalam Mencegah Perilaku Bullying (Studi Kasus di MTs Nurul Ulum Malang)," *VICRATINA: Jurnal Pendidikan Islam. Vol.5.No.1.* Hal. 8-16.

Aisyah, Novia. (2023). *Siswa SD Bunuh Diri Imbas Di-Bully, Pemerhati Anak: Guru-Sekolah Tak Peka!* https://www.google.com/amp/s/www.detik.com/edu/sekolah/d-66010933/siswa-sd-bunuh-diri-imbas-di-bully-pemerhati-anak-guru-sekolah-tak-peka/amp (diakses 23 Mei 2023)

Dafiq, Nur dkk. (2020). "Upaya Edukasi Pencegahan Bullying Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Di Kabupaten Manggarai NTT," *Randang Tana: Jurnal Pengabdian Masyarakat. Vol.3.No.3.* Hal. 120-129.

Darmayanti, Kusumasari Kartika Hima dkk. (2019) "Bullying di Sekolah: Pengertian, Dampak, Pembagian dan Cara Menanggulanginya," *Pedagogia: Jurnal Ilmu Pendidikan. Vol.17. No.1.* Hal. 55-66.

JPNN.com. (2019). *Sepanjang 2019, 153 Anak Jadi Korban Fisik Dan Bullying.* https://www.google.com/amp/s/m.jpnn.com/amp/news/sepanjang-2019-153-anak-jadi-korban-fisik-dan-bullying (diakses 23 Mei 2023)

Kuliyatun. (2020). "Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Meningkatkan Religiusitas Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)," *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam. Vol.02.No.01.* Hal. 91-113.

Nurhayaty, Ety dan Ade Sri Mulyani. (2020). "Pengenalan Bullying dan Dampaknya Pada Pelaku dan Korban," *JURNAL ABDIMAS BRI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. Vol.3.No.2.* Hal. 173-179.

Asmul, Nurindah Anugrawati. (2019). *Layanan Bimbingan Konseling Islam Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Siswa Korban Bullying Di SMA Negeri 7 Enerekang.* (Skripsi. Parepare: Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare, 2019) Diakses dari

Mekarisce, Arnild Augina. (2020). "Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Pada Penelitian Kualitatif Di Bidang Kesehatan Masyarakat," *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat. Vol.12. No.3.* Hal. 145-151.

Peren, sipri. (2022). *Membaca Statistik Tentang Kasus Bullying Di Indonesia.* https://www.depoedu.com/2022/12/13/edi-talk/membaca-statistik-tentang-kasus-bullying-di-indonesia/ (diakses 23 Mei 2023)

Rahayu, Agustina Betty dan Imam Permana. (2019) "Bullying Di Sekolah: Kurangnya Empati Pelaku Bullying Dan Pencegahan" *Jurnal Keperawatan Jiwa. Vol.7. No.3.* Hal. 237-246.

Ramlah. (2018) "Pentingnya Layanan Bimbingan Konseling Bagi Peserta Didik," *Jurnal Al-Mau,izhah. Vol.1.No.1.* Hal. 70-76.

Sari, Mulya dan Asmendri. (2020). "Penelitian Kepustakaan (Library Research) Dalam Penelitian Pendidkan IPA," *NATURAL SCIENCE: Jurnal Penelitian Bidang IPA dan Pendidikan IPA. Vol.6. No.1.* Hal. 41-53.

Sofia, Nur Salma. (2023). *Angka Kasus Bullying Anak Capai Ribuan Kasus Dan Semakin Tinggi, Kenali Dampak Dan Cara Pencegahannya.* https://jurnalsoreang.pikiran-rakyat.com/nasional/amp/pr-1016346150/angka-kasus-bullying-anak-capai-ribuan-kasus-dan-semakin-tinggi-kenali-dampak-dan-cara-pencegahannya (diakses 23 Mei 2023)

Sukmadinata, Nana Syaodih. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan.* Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA.

Syahreny, Nova, dkk. (2020). "Bimbingan Islami Dalam Mengatasi Perilaku Bully Di Sekolah Dasar Islam Terpadu Tazkiah Langsa," *Syifaul Qulub: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam. Vol.1. No.1.* Hal. 1-10.

Syamsul, Hadi dan Hilyatun Zuhriana. (2020). "Penanganan Perilaku Bullying Teman Sebaya Menggunakan Analisis Transaksional Dan Konseling Islam Di Mts Putra Al-Ishlahuddiny," *al-Tazkiyah. Vol.9.No.1.* Hal. 56-70.

Tempo.co. (2018). *Hari Anak Nasional, KPAI Catat Kasus Bullying Paling Banyak.* https://www.google.com/amp/s/nasional.tempo.co/amp/1109584/hari-anak-nasional-kpai-catat-kasus-bullying-paling-banyak. (diakses tanggal 23 Mei 2023)

Zakiyah, Ela Zain dkk. (2017). "Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying," *Jurnal Penelitian & PPM. Vol.4. No.2.* Hal. 129-389.