

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Hakikat Bimbingan Konseling

1. Pengertian Bimbingan Konseling

Bimbingan konseling adalah upaya membimbing dan mengarahkan seseorang untuk keluar dari masalah yang dihadapi. Bimbingan konseling merupakan usaha yang dilakukan konselor dengan konseli untuk menemukan solusi terhadap masalah yang dialami konseli. Menurut Tohirin bimbingan konseling adalah pemberian bantuan konselor kepada konseli melalui tatap muka agar konseli memiliki kemampuan atau kecakapan melihat dan menemukan solusi terhadap masalah yang sedang dihadapi.⁶ Hal senada dijelaskan Mulyadi bahwa bimbingan konseling adalah pemberian bantuan oleh konselor kepada konseli yang mengalami masalah pribadi, sosial, belajar dan karir agar konseli mampu membuat pilihan dan mengatasi masalahnya.⁷ Menurut Prayitno yang dikutip Suhertina bimbingan konseling adalah membantu individu agar menjadi

15. ⁶ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah* (Jakarta: Rajawali Press, 2015),

⁷ Mulyadi, *Bimbingan Konseling Di Sekolah & Madrasah* (Jakarta: Kencana, 2016), 51.

insan berguna dalam kehidupannya pandangan interpretasi, pilihan, penyesuaian dan keterampilan yang tepat yang berkenaan dengan dirinya dan lingkungannya.⁸ Bimbingan konseling mengantar seseorang untuk memahami dirinya, lingkungannya dan menyelesaikan masalahnya dengan bantuan konselor.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bimbingan konseling adalah pemberian bantuan dari konselor kepada konseli untuk menyelesaikan masalah yang terjadi dengan berdiskusi untuk menemukan solusi dan memberikan kesempatan kepada konseli untuk menyelesaikan masalah sendiri.

2. Asas-asas Bimbingan Konseling

Bimbingan konseling yang dilaksanakan dan dilayankan kepada seseorang perlu memberperhatikan asas-asas yang ada. Prayetno menjelaskan asas-asas bimbingan konseling yang harus dilakukan seorang konselor adalah asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kekinian, kemandirian, kegiatan, kedinamisan, keterpaduan, kenormatifan, keahlian, alih tangan dan tut wuri handayani.⁹ Dengan asas-asas bimbingan konseling yang disampaikan Prayetno membantu konselor untukk melaksanakan bimbingan koonseling kepada konseli.

⁸ Suhertina, *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling* (Pekanbaru: CV. Mutiara Pesisir Sumatra, 2014), 16.

⁹ Prayetno, *Asas-asas Bimbingan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), 117.

Sukatin menjelaskan salah satu asas bimbingan konseling adalah asas kemandirian yang mana asas ini menekankan kemandirian konseli menyelesaikan masalahnya secara mandiri.¹⁰ Dengan kemandirian konseli menyelesaikan masalahnya akan mudah untuk memikirkan solusi yang tepat.

Asas keahlian bimbingan dan konseling menyatakan bahwa seluruh operasi BK harus dilakukan sesuai dengan standar profesional. Pihak yang memberikan layanan bimbingan dan konseling wajib memiliki keahlian serta keterampilan khusus dibidang tersebut. Profesionalitas guru pembimbing tercermin dari keterlibatannya dalam berbagai kegiatan BK serta kepatuhannya terhadap kode etik.¹¹ Pemberian layanan harus memiliki keahlian dan keterampilan dibidang BK, serta menunjukkan profesionalitas melalui keterlibatan aktif dalam kegiatan bimbingan dan konseling.

3. Tujuan Bimbingan Konseling

Tujuan bimbingan konseling adalah membantu seseorang untuk mengenali potensinya dalam mengatasi masalah dan mencapai kemandirian. Teti Ratnawulan dkk menjelaskan tujuan bimbingan konseling dilakukan adalah konseli dapat memahami dan menerima

¹⁰ Sukatin, "Bimbingan Dan Konseling Dalam Islam" *Inovasi: Jurnal Ilmiah Pengembangan Pendidikan* 4.2 (2026): 129-135.

¹¹ Zakia Bunga Yudistira, et al. "Penerapan Asas-Asas Bimbingan Terhadap Siswa yang Mengalami Kejenuhan Belajar." *Pengertian: Jurnal Pendidikan Indonesia (PJPI)* 3.3 (2025): 409-420.

dirinya, mampu merencanakan kegiatan penyelesaian studi, perkembangan karir dan kehidupannya di masa yang akan datang, mampu mengembangkan potensinya seoptimal mungkin, menyesuaikan diri dengan lingkungannya, mengatasi hambatan atau kesulitan yang dihadapi dalam kehidupannya dan mengaktualisasikan dirinya secara bertanggung jawab.¹² Tujuan bimbingan konseling yang dijelaskan Teti Ratnawulan memungkinkan konseli dalam memahami setiap masalah yang dihadapi dan dicarikan solusinya.

4. Tahapan Bimbingan Konseling

Proses penyelenggaraan layanan bimbingan konseling terdiri atas sejumlah tahap yang akan diuraikan sebagai berikut:

a. Persiapan/perencanaan

Tahap awal dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling diawali dengan penyusunan jadwal serta program bimbingan konseling agar kegiatan dapat berlangsung secara teratur. Setelah itu dilakukan persiapan berupa penyusunan. Dalam RPL, setiap topik, metode, media, dan LKPD disesuaikan agar selaras dengan SKKPD dan kebutuhan perkembangannya masing-

¹² Teti Ratnawulan S dkk, *Bimbingan Konseling dalam Peningkatan Peran Sekolah* (Lombok Tengah: Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia, 2023), 16.

masing siswa.¹³ Menyusun jadwal dan program adalah tahap awal dalam tahapan layanan BK.

b. Pelaksanaan

Layanan BK dijalankan sesuai jadwal dan materi yang telah disiapkan. Kegiatan dimulai dengan salam pembuka, dilanjutkan ke inti sesuai metode yang ditentukan, dan diakhiri dengan penutup. Guru membuat catatan untuk mencatat hal-hal penting, perbaikan yang diperlukan, dan tindak lanjut setelah layanan selesai.

c. Evaluasi

Langkah penutup dalam pelaksanaan layanan adalah melakukan evaluasi guna menilai tingkat keberhasilan kegiatan. Evaluasi ini mencakup penilaian terhadap proses pelaksanaan maupun hasilnya didapat dari layanan BK. Tujuan dari evaluasi bimbingan dan konseling adalah untuk menentukan sejauh mana tingkat keberhasilan yang telah dicapai pada suatu tahapan tertentu.¹⁴ Evaluasi memungkinkan konselor mengukur dan menganalisis hasil yang telah dicapai dalam layanan bimbingan konseling yang dilakukan.

¹³ Dina Siti Rohma, *Layanan Bimbingan Klasikal untuk Siswa kelas X yang memiliki Kepercayaan Diri Rendah di SMA Asshiddiqiyah Garut*. Jurnal Fokus Vol. 4, No. 1 (2021), 81-88.

¹⁴ Jarkawi, *Evaluasi Bimbingan Konseling* (Yogyakarta: SULUR PUSTAKA, 2024), 81.

B. Perilaku *Bullying*

1. Pengertian *Bullying*

Secara etimologis, istilah *bullying* asalnya dari bahasa Inggris, yakni kata *bully*, yang memiliki makna sebagai penggertak atau pelaku intimidasi terhadap individu yang lebih lemah mengganggu pihak yang lebih lemah. Secara etimologis, kata ini merujuk pada tindakan intimidasi atau perundungan yang dilakukan secara berulang, baik oleh individu maupun kelompok. Dalam Bahasa Indonesia, istilah *bullying* sering disepadankan dengan penindasan, perpeloncoan, pemalakan, pengucilan, ataupun bentuk intimidasi lainnya.

Barbara Coloroso mendefinisikan *bullying* sebagai perilaku bermusuhan yang dilakukan dengan kesadaran penuh serta disengaja, tindakan tersebut bertujuan untuk merugikan pihak lain, baik secara fisik maupun psikologis, misalnya melalui ancamannya mempunyai sifat agresif, serta bisa memunculkan rasa takut dan teror pada korban.¹⁵ Tindakan *bullying* adalah perilaku agresif yang dilakukan dengan tujuan untuk menyakiti orang lain, baik secara fisik maupun psikologis, termasuk mengancam orang lain sehingga membuat mereka merasa takut.

¹⁵ Barbara Coloroso, *Stop Bullying: Memutuskan Rantai Kekerasan Anak Dari Prasekolah Hingga SMU* (Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2007), 5.

2. Jenis-jenis *Bullying*

Menurut Christofora ada berbagai jenis *bullying* yakni:

a. Bullying Fisik

Bullying fisik ialah bentuk perundungan sangat mudah diamati karena melibatkan tindakan nyata, meskipun jumlah kasusnya tidak sebanyak jenis *bullying* lainnya. Beberapa bentuk *bullying* fisik yang sering terjadi meliputi pukulan, tendangan, tamparan, cekikan, gigitan, garukan, ludahan, serta perusakan atau penghancuran barang milik siswa yang menjadi korban.¹⁶

b. Bullying verbal

Bullying verbal adalah bentuknya perundungan biasa sering terjadi serta relatif mudah dikenali. Jenis perundungan ini seringkali menjadi tahap awal sebelum munculnya bentuk kekerasan lain. Contoh *bullying* verbal meliputi pemberian julukan yang merendahkan, Beberapa jenis perilaku *bullying* fisik yang umum terjadi termasuk pukulan, tendangan, tamparan, cekikan, gigitan, garukan, ludahan, serta tindakan merusak atau menghancurkan barang milik siswa korban.

¹⁶ Christofora, K, *Mengenal Jenis-Jenis Bullying Dan Bagaimana Mencegahnya* (Yogyakarta: Cahaya Harapan, 2023), 1-2.

c. *Bullying* Relasional

Bullying relasional merupakan salah satu bentuk perundungan yang paling sulit dikenali. Pengabaian, pengucilan, dan penghindaran yang dilakukan secara sistematis hingga mengikis rasa percaya diri seseorang dikenal sebagai perundungan relasional. Perundungan dapat terjadi dalam berbagai bentuk, tetapi salah satu yang paling efektif adalah penghindaran, yaitu perilaku pengucilan yang disertai dengan penyebaran rumor. Masa paling umum terjadinya perundungan relasional adalah di sekolah menengah pertama, tepatnya saat anak-anak mulai mengalami berbagai perubahan yang menyertai masa pubertas, termasuk perubahan fisik, emosional, mental, dan seksual. Remaja biasanya mulai memahami jati diri mereka dan cara beradaptasi dengan teman sekelas selama masa ini.¹⁷

d. Cyberbullying

Cyberbullying ialah bentuk *bullying* dilakukan melalui media digital seperti internet, media social, pesan instan, ataupun email. *Cyberbullying* bisa berupa penghinaan, pemerasan, pelecehan atau penyebaran informasi pribadi yang tidak pantas tanpa izin korban.

¹⁷ Rosmini, Heriyanita, and Umi Salasiah. "Perilaku *Bullying* Di Sekolah Dimensi, Dampak, Dan Penanggulangan." *Al-Fawwaz: Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Kemasyarakatan* 1.1 (2025): 27-37.

e. Bullying Sosial

Dampak psikologis yang ditimbulkan oleh *bullying* terhadap para korbannya sangat besar; para korban sering kali dilanda perasaan putus asa, kecemasan, kesepian, dan harga diri yang rendah. Tujuan dari bentuk *bullying* sosial semacam ini adalah untuk menjatuhkan orang lain atau organisasi. Karena tidak mampu menanggung tekanan psikologis dan sosial yang begitu berat, beberapa korban mengakhiri hidupnya sendiri atau bahkan merenggut nyawa orang lain. Luka emosional yang dialami sebagian orang akibat perundungan di masa kanak-kanak terwujud dalam bentuk keputusasaan, isolasi sosial, dan ketidakmampuan untuk menghadapi ketidakadilan saat dewasa.¹⁸

3. Dampak Perilaku *Bullying*

Bullying merupakan tindakan agresi yang dilakukan oleh individu atau kelompok, yang diekspresikan baik secara verbal maupun nonverbal. Pelaku perundungan biasanya bersikap agresif tanpa mempertimbangkan kondisi korban. Fenomena ini tidak jarang berujung pada masalah serius, seperti putus sekolah hingga kasus bunuh diri di lingkungan pendidikan. Secara umum, dampak *bullying* bersifat sangat merugikan bagi perkembangan korban:

¹⁸ Rosmini, Heriyanita, and Umi Salasiah. "Perilaku *Bullying* Di Sekolah Dimensi, Dampak, Dan Penanggulangan." *Al-Fawwaz: Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Kemasyarakatan* 1.1 (2025): 27-37.

- a. Korban *bullying* sering menunjukkan rasa takut dan malas belajar. Pengalaman seperti dihina atau disakiti secara fisik menimbulkan kenangan negatif yang membuat mereka enggan bersekolah atau mengikuti pelajaran dengan antusias.
- b. Korban perundungan sering merasa terasing dari lingkungannya. Perlakuan kasar dan intimidasi yang mereka terima, disertai dengan ketiadaan dukungan dari orang sekitar ketika dihina atau diejek, membuat korban kehilangan rasa dihargai.
- c. *Bullying* memiliki dampak merugikan tidak hanya bagi korban, tetapi juga bagi pelaku dan lingkungan sekitarnya. Ketidakmampuan untuk berempati terhadap orang lain merupakan salah satu konsekuensi yang dialami oleh pelaku *bullying*. Perilaku mereka di luar kebiasaan, dan kemampuan empati mereka pun bermasalah. Dibandingkan dengan korban, pelaku *bullying* lebih rentan mengalami masalah kesehatan mental, terutama gejala-gejala emosional (Margaret et al., 2025)¹⁹
- d. Banyak belum menyadari bahwa *bullying* verbal berdampak serius pada kesehatan mental korban. Hal ini bisa memicu stress, depresi, kehilangan rasa percaya diri bahkan bunuh diri. Dampaknya sering muncul dalam jangka panjang, membuat remaja tumbuh menjadi

¹⁹ Duma'ari, Margaret, Wenny Hulukati, and Jumadi Mori Salam Tuasikal. "Penerapan Literacy Cards Untuk Meningkatkan Pemahaman Dampak *Bullying* Bagi Korban." *Student Journal of Guidance and Counseling* 4.2 (2025): 125-133.

pribadi yang minder, sulit beradaptasi dan takut menghadapi masa depan.²⁰

4. Faktor-faktor Penyebab Perilaku *Bullying*

Berdasarkan pendapat Ariesto, terdapat berbagai faktor akan menjadi penyebab munculnya perilaku *bullying*:

a. Keluarga

Anak jadi pelaku *bullying* kerap lahir dari lingkungan keluarga penuh tekanan, di mana orang tua menerapkan hukuman secara berlebihan stres, agresi, atau permusuhan cenderung mereka mengikuti perilaku agresif yang di lihat. Melalui pengamatan ini, mereka belajar bahwa individu yang memiliki kekuatan dapat bertindak agresif dan memperoleh status atau kekuasaan, sehingga perilaku *bullying* mulai berkembang. (Hamid & Siti Mokoginta, 2023)

b. Sekolah

Kasus *bullying* sering kali terjadinya di lingkungan sekolah serta melibatkannya anak usia sekolah. Banyak korban melaporkan kasus *bullying* kepada pihak sekolah, tetapi laporan tersebut sering kali di abaikan dan dianggap sebagai lelucon siswa semata. Kelalaian pihak sekolah ini dapat membuat pelaku *bullying* merasa

²⁰ Ikhwan, Mursyidul, et al. "Dampak *Bullying* Verbal Pada Kesejahteraan Psikologis Remaja: Systematic Literature Review." *SIBATIK JOURNAL: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya, Teknologi, Dan Pendidikan* 4.9 (2025): 2921-2932.

lebih aman dan terdorong untuk melakukan tindakan serupa terhadap teman-temannya. Namun, ada juga situasi dimana sekolah tidak mengabaikan *bullying* tetapi justru memberikan sanksi yang tidak efektif. Beberapa pelaku *bullying* bahkan menikmati perhatian yang mereka terima, sehingga hukuman tersebut tidak berhasil menghentikan mereka. Akibatnya, para pelaku *bullying* tidak pernah belajar untuk menghargai atau teman-temannya dan terus melakukan *bullying* sebagai upaya untuk mendapatkan perhatian.²¹

c. Teman Sebaya

Beberapa anak terkadang terdorong melakukan *bullying* baik di sekolah serta di lingkungan rumah. Perilaku ini sering muncul sebagai upaya untuk menunjukkan kemampuan Partisipasi mereka dalam suatu kelompok seringkali didorong oleh tekanan sosial, meskipun secara internal mereka merasakan ketidaknyamanan terhadap tindakan yang harus dijalankan.

d. Faktor lingkungan sosial juga dapat memengaruhi munculnya perilaku *bullying*

Kemiskinan menjadi berbagai faktornya lingkungan sosial berpotensi memunculkan tindakan *bullying*, karena anak-anak

²¹ Ramdan, Mohamad, et al. "Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Perilaku *Bullying* Di Sekolah Dasar." *CaXra: Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar* 5.1 (2025): 181-189.

dalam keterbatasan ekonomi sering terdorong untuk melakukan berbagai tindakan demi memenuhi kebutuhan mereka. Hal ini kadang memicu munculnya perilaku pemalakan di lingkungan sekolah.

5. Upaya Pencegahan Perilaku *Bullying*

Bullying bisa dicegahnya dengan beragam macam caranya yakni:

a. Orang tua (peran serta)

Agar perundungan tidak terjadi di kalangan anak-anak, orang tua harus turut berperan. Disarankan agar orang tua menanamkan prinsip-prinsip moral dan etika yang kokoh pada anak-anak mereka sejak tahap awal perkembangan mereka. Sebagai figur utama yang memiliki ikatan emosional kuat dengan anak, orang tua dapat membimbing anak mengembangkan kemampuan pengendalian diri sehingga terhindar dari tindakan *bullying*. (Nur et al., 2022)

b. Penyuluhan

Penyuluhan merupakan kegiatan edukatif untuk menyampaikan informasi dan pengetahuan; di sekolah kegiatan ini dijadwalkan secara berkala dan dapat melibatkan narasumber profesional, antara lain guru bimbingan, psikolog serta konseling.

c. Pembuatan poster anti *bullying*

Untuk menanamkan nilai anti-*bullying*, guru dapat meminta siswa membuat poster bertema tersebut dalam mata pelajaran PPKN atau Bahasa Indonesia, lalu menampilkannya di madding sebagai pengingat bagi seluruh warga sekolah. Kegiatan ini bertujuan agar siswa memahami dampak negatif dari *bullying* dan mendorong mereka untuk menghindari perilaku tersebut.

d. Peran Guru Bimbingan Dan Konseling

Guru BK mempunyai peran strategis pada pencegahan *bullying*. Untuk itu, seorang guru BK perlu memiliki pemahaman mendalam mengenai *bullying*, masuk definisi, bentuknya perilaku, faktornya penyebab, serta dampaknya. Dengan pengetahuan ini, guru BK diharapkan mampu mengambil langkah-langkah preventif untuk mengurangi terjadinya *bullying* di sekolah.²²

e. Pengembangan modul konseling serta bimbingan

Berbagai keunggulan penggunaan modul dalam pembelajaran adalah dapat meningkatkan motivasi dan minat belajar siswa, karena materi disajikan secara jelas dan sistematis. Modul juga berfungsi sebagai media penting bagi guru BK pada penyelenggaraan konseling serta bimbingan berkelompok serta individu.

²² (Nur et al., 2022) Muhammad Nur, Yasriuddin Yasriuddin, dan Nor Azijah, "Identifikasi Perilaku *Bullying* Di Sekolah (Sebuah Upaya Preventif)," *Al-Madrasah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah* Vol 6, no. 3 (2022): 685–691.