

**KONSELING KREATIF : TEHNIK PENYEMBUHAN LUKA KORBAN BULLYING
DI SEKOLAH**

Normawati¹, Wahyu Nanda Eka Saputra², Dody Hartanto³
Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan^{1,2,3}
Email: 2407056011@webmail.uad.ac.id

ABSTRAK

Bullying merupakan masalah serius yang berdampak negatif pada kesehatan psikologis siswa, termasuk depresi, anxiety, isolasi sosial dan rendahnya kepercayaan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas konseling kreatif sebagai metode intervensi dalam membantu proses penyembuhan korban bullying di sekolah. Konseling kreatif yang terdiri dari terapi seni musik dan drama yang berfungsi sebagai sarana ekspresi emosional pengurangan stress dan peningkatan keterampilan sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan metode studi literatur. Data dikumpulkan dari berbagai artikel jurnal ilmiah terpercaya dalam 15 tahun terakhir. Temuan ini menunjukkan bahwa terapi seni mampu membantu korban mengekspresikan trauma mereka secara visual, sementara terapi musik efektif dalam mengurangi gejala depresi dan kecemasan, Selain itu, terapi drama membantu korban membangun kembali kepercayaan diri dan meningkatkan interaksi sosial melalui permainan peran. Implementasi konseling kreatif secara terintegrasi di sekolah juga memberikan dampak positif pada lingkungan sosial, menciptakan budaya sekolah yang inklusif dan mendukung. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kreatif dapat mengurangi dampak psikologis dari bullying hingga 30%-40% tergantung pada metode yang digunakan dan keterlibatan korban dalam proses intervensi titik temuan ini memberikan implikasi praktis bagi konselor sekolah, kepala sekolah, dan pemerintah untuk mengintegrasikan konseling kreatif dalam layanan bimbingan konseling sekolah. Penelitian lebih lanjut disarankan untuk mengevaluasi efektivitas jangka panjang dan potensi adaptasi metode ini dalam berbagai konteks budaya.

Kata kunci : *Bullying, konseling kreatif, terapi seni, terapi music, terapi drama, kesehatan mental*

ABSTRACT

Bullying is a serious problem that has a negative impact on students' psychological health, including depression, anxiety, social isolation and low self-confidence. This study aims to explore the effectiveness of creative counseling as an intervention method in helping the healing process of bullying victims at school. Creative counseling consisting of music and drama art therapy functions as a means of emotional expression, stress reduction and improving social skills. This study uses a literature study method approach. Data were collected from various trusted scientific journal articles in the last 15 years. These findings indicate that art therapy can help victims express their trauma visually, while music therapy is effective in reducing symptoms of depression and anxiety. In addition, drama therapy helps victims rebuild self-confidence and improve social interaction through role-playing. The implementation of integrated creative counseling in schools also has a positive impact on the social environment, creating an inclusive and supportive school culture. The results of this study indicate that creative counseling can reduce the psychological impact of bullying by 30% -40% depending on the method used and the involvement of victims in the intervention process. These findings provide practical implications for school counselors, principals, and the government to integrate creative counseling into school guidance and counseling services. Further research is recommended to evaluate the long-term effectiveness and potential adaptation of this method in various cultural contexts.

PENDAHULUAN

Fenomena perundungan atau *bullying* masih menjadi isu signifikan di Indonesia, khususnya di lingkungan sekolah yang semestinya menjadi zona aman dan nyaman untuk proses belajar siswa. Data menunjukkan betapa mengkhawatirkannya situasi ini, dengan Indonesia menempati urutan kelima tertinggi dalam kasus *bullying* dari 78 negara (Andini & Kurniasari, 2021). Lebih lanjut, cnnindonesia.com melaporkan bahwa sekitar 41% siswa di Indonesia mengakui pernah menjadi korban perundungan. Infografis dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2020, berdasarkan data bidang informasi dan pengaduan KPAI, juga mengindikasikan tingginya angka anak yang mengalami kekerasan di sekolah, dengan tren yang cenderung meningkat. Besarnya angka ini menegaskan bahwa masalah *bullying* di Indonesia memerlukan perhatian yang sangat serius.

Secara definitif, *bullying* diartikan sebagai sebuah perilaku negatif yang dilakukan oleh satu individu atau lebih terhadap seorang korban, yang melibatkan tindakan menyakiti baik secara fisik maupun mental, dan terjadi secara berulang, sebagaimana diungkapkan oleh Prasetyo dalam Amanda et al. (2020). Trisnani & Wardani (2016) juga mengkategorikan *bullying* sebagai salah satu bentuk kekerasan yang terjadi antar siswa di lingkungan sekolah. Pelaku tindakan ini bisa berasal dari berbagai pihak di sekolah, termasuk teman sekelas, kakak kelas, senior, bahkan tidak menutup kemungkinan guru atau staf sekolah. Sulisrudatin (2018) memperjelas bahwa *bullying* merupakan serangan berulang yang bisa bersifat fisik, psikologis, sosial, ataupun verbal, yang bertujuan untuk memberikan keuntungan atau kepuasan bagi pelakunya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *bullying* adalah tindakan merugikan oleh seseorang atau sekelompok orang, baik berupa serangan fisik maupun mental, demi kepentingan pribadi pelaku.

Sulisrudatin (2018) mengklasifikasikan *bullying* ke dalam lima kategori: pertama, kontak fisik langsung seperti memukul atau mengurung; kedua, kontak verbal langsung seperti mengancam atau mengejek; ketiga, perilaku non-verbal langsung seperti tatapan sinis atau ekspresi merendahkan; keempat, perilaku non-verbal tidak langsung seperti mengucilkan atau mendiamkan; dan kelima, pelecehan seksual yang bisa termasuk agresi fisik atau verbal. Tingginya kasus *bullying*, terutama di jenjang SMA, seringkali dikaitkan dengan puncak perkembangan emosional siswa, di mana mereka mengalami tekanan psikologis yang meningkat dan dorongan untuk mencari kepuasan fisik (Aulia & Nababan, 2021). Faktor pendorong *bullying* menurut Aulia & Nababan (2021) terbagi menjadi internal, seperti temperamen dan kondisi psikologis terkait agresi yang dipengaruhi kematangan emosi dan moral (Aulina, 2019), serta faktor eksternal, yang meliputi pola asuh orang tua yang kurang tepat, pengaruh negatif dari lingkaran pertemanan, dan kondisi lingkungan sosial.

Dalam dinamika *bullying*, terdapat beberapa pihak yang terlibat, yaitu pelaku (*bullies*), korban (*victim*), mereka yang menjadi pelaku sekaligus korban (*bully-victim*), dan pihak netral yang tidak terlibat (Zakiah et al., 2017). Meskipun perhatian sering tertuju pada pelaku, korban adalah pihak yang paling rentan mengalami dampak negatif, termasuk situasi krisis akibat tekanan yang dihadapi dan melampaui batas toleransi serta kemampuannya. *Bullying* dapat menyebabkan luka atau trauma psikologis yang mendalam pada korban, berpotensi mengganggu aktivitas sehari-hari hingga dewasa (Febriana & Rahmasari, t.t.). Trauma, sebagaimana dijelaskan Rahayu (2017), adalah kondisi di mana individu mengalami kejadian menyakitkan yang membuatnya merasa putus asa. Oleh karena itu, intervensi segera dari pihak lain, seperti konselor sekolah melalui pendekatan konseling krisis, menjadi sangat krusial untuk membantu korban mengatasi trauma yang dialaminya.

Penelitian ini diharapkan dapat membantu bidang bimbingan konseling. Berikut adalah beberapa pertanyaan penelitian yang relevan dengan penelitian ini: 1. Bagaimana metode konseling kreatif membantu korban pelecehan di sekolah menyembuhkan trauma psikologis, 2. Apa saja jenis konseling kreatif yang paling cocok untuk digunakan pada korban pelecehan sekolah, 3. Bagaimana aspek emosional dan sosial korban bullying dipengaruhi oleh penggunaan pendekatan konseling kreatif, 4. Apa saja hambatan dan peluang untuk menerapkan konseling kreatif di sekolah di Indonesia. Adapun ruang lingkup pembahasan ini adalah : Jenis perundungan yang di hadapi (fisik, verbal, social dan cyber bullying), Dampak Bullying (kecemasan, depresi, rendahnya percaya diri, isolasi social), Metode Konseling Kreatif (Penggunaan terapi seni, terapi music, terapi drama sebagai pendekatan utama).

METODE

Penelitian ini menggunakan metode tinjauan literatur (literature review) secara sistematis untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis temuan-temuan penelitian yang relevan terkait penggunaan konseling kreatif sebagai alternatif dalam memberikan bantuan kepada korban perundungan. Fokus utama tinjauan ini adalah pada literatur ilmiah yang terpublikasi dalam jurnal-jurnal yang terakreditasi oleh SINTA (Science and Technology Index) Kemendikbud Ristek dalam kurun waktu 15 tahun terakhir dari pelaksanaan penelitian ini. Pemilihan metode ini didasarkan pada kemampuannya untuk memberikan pemahaman komprehensif mengenai efektivitas, pendekatan, serta konteks penerapan berbagai metode konseling kreatif yang telah diimplementasikan dan diteliti sebelumnya, khususnya yang relevan dengan lingkungan pendidikan di Indonesia.

Prosedur pengumpulan literatur dimulai dengan penentuan kata kunci pencarian yang relevan, seperti "konseling kreatif", "korban perundungan", "intervensi bullying", "creative counseling", "bullying victims", dan "school intervention". Pencarian dilakukan melalui basis data daring seperti Google Scholar, Garuda (Garba Rujukan Digital), dan langsung melalui portal SINTA untuk menelusuri jurnal-jurnal terakreditasi. Kriteria inklusi yang diterapkan adalah artikel penelitian empiris atau kajian konseptual mendalam yang membahas intervensi konseling kreatif untuk korban perundungan, dipublikasikan dalam 15 tahun terakhir, dan terakreditasi SINTA. Artikel yang tidak fokus pada konseling kreatif untuk korban perundungan, bukan merupakan publikasi ilmiah terakreditasi, atau berada di luar rentang waktu yang ditetapkan, akan dieksklusi dari tinjauan ini.

Setelah proses seleksi, artikel-artikel yang memenuhi kriteria akan dianalisis secara mendalam. Tahap analisis melibatkan pembacaan kritis terhadap setiap artikel untuk mengekstraksi informasi penting, mencakup jenis metode konseling kreatif yang digunakan, target populasi (karakteristik korban perundungan), desain penelitian yang digunakan dalam studi primer, instrumen yang dipakai (jika ada), temuan utama terkait efektivitas intervensi, serta tantangan dan peluang yang diidentifikasi. Data yang terkumpul kemudian disintesis secara naratif dan tematik untuk mengidentifikasi pola-pola umum, perbedaan pendekatan, tantangan implementasi, serta peluang pengembangan konseling kreatif sebagai upaya penanganan korban perundungan di sekolah-sekolah di Indonesia. Sintesis ini juga bertujuan untuk membandingkan efektivitas berbagai pendekatan yang telah diuji dan mengevaluasi dampaknya terhadap pemulihan psikologis korban.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa intervensi konseling sangat penting dalam membantu korban bullying. Andrianti (2024) menemukan bahwa konseling berbasis agama dapat memberikan pemulihan emosional yang lebih holistik bagi korban. Pendekatan ini

Copyright (c) 2025 LEARNING : Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran

tidak hanya menyentuh aspek psikologis, tetapi juga spiritual, sehingga korban merasa lebih didukung secara menyeluruh. Senada dengan itu, Nafingah (2023) menegaskan bahwa konseling pastoral mampu meningkatkan kesadaran remaja terhadap dampak bullying dan memberikan pendekatan penyembuhan dengan nilai-nilai spiritual.

Selain pendekatan agama, metode kreatif juga terbukti efektif dalam penanganan trauma akibat bullying. Sulistyanti (2017) membuktikan bahwa art therapy dapat mengurangi gejala trauma pada anak-anak korban bullying. Pendekatan ini memungkinkan anak mengekspresikan perasaan mereka secara visual, sehingga proses pemulihan berjalan lebih alami. Sementara itu, Adoe dan Atty (2023) menemukan bahwa konseling berbasis Kristen dapat meningkatkan rasa percaya diri dan mengurangi stres pada remaja yang menjadi korban bullying.

Dari sisi psikologis, Kurniawan (2023b) menyoroti pentingnya analisis transaksional dalam membantu anak korban bullying. Melalui metode ini, anak-anak diajarkan untuk mengubah pola komunikasi mereka menjadi lebih sehat. Hal ini berkontribusi pada terciptanya hubungan sosial yang lebih baik di lingkungan sekolah. Selain itu, Siregar (2023a) mengungkapkan bahwa pendekatan realitas dalam konseling individu membantu korban bullying lebih fokus pada solusi dan membangun kontrol diri.

Peran guru juga sangat penting dalam upaya pencegahan dan penanganan bullying di sekolah. Aisyah (2023) menegaskan bahwa guru bimbingan konseling memiliki peran strategis dalam memberikan pendampingan dan intervensi kepada siswa. Dengan adanya dukungan dari guru, korban bullying dapat merasa lebih aman dan terlindungi. Di sisi lain, Ningrum dkk. (2023) menunjukkan bahwa layanan konseling individu efektif dalam membantu korban mengatasi rasa cemas dan membangun kembali rasa aman.

Selain itu, berbagai teknik konseling inovatif juga telah diterapkan untuk menangani kasus bullying. Siregar (2023b) menemukan bahwa penggunaan Play Therapy dan konseling Islam dapat memperbaiki perilaku emosional anak korban bullying. Soma dan Karneli (2021) membuktikan bahwa teknik art therapy efektif dalam mengurangi kecemasan serta meningkatkan rasa percaya diri pada korban cyberbullying. Zuraidda (2024) menambahkan bahwa Eco Art Therapy dapat membantu anak mengatasi stres dan memperbaiki kondisi psikologis setelah menjadi korban bullying. Terakhir, Kurniawan (2023a) menegaskan bahwa teknik sosiodrama dalam konseling kelompok mampu meningkatkan kesadaran sosial siswa dan membantu mereka memahami dampak bullying.

Pembahasan

Dalam beberapa tahun terakhir, bullying di sekolah semakin mendapat perhatian karena dampaknya yang signifikan terhadap kesehatan mental dan emosional korban. Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa konseling kreatif, dengan menggunakan berbagai teknik, dapat membantu dalam menyembuhkan luka psikologis yang ditinggalkan oleh bullying. Salah satu pendekatan yang menarik adalah konseling berbasis agama. Penelitian oleh Andrianti (2024) mengungkapkan bahwa konseling berbasis agama Kristen dapat membantu korban bullying dengan memberikan rasa kedamaian melalui nilai-nilai spiritual, yang pada gilirannya mengurangi kecemasan dan meningkatkan rasa percaya diri. Demikian pula, Nafingah (2023) menunjukkan bahwa konseling pastoral berbasis agama memiliki peran penting dalam memberikan dukungan emosional kepada remaja korban bullying, membantu mereka menemukan ketenangan batin melalui ajaran spiritual.

Selain itu, art therapy merupakan teknik yang banyak digunakan untuk mengatasi dampak psikologis bullying. Penelitian Sulistyanti (2017) dalam jurnal *Proceeding International Conference on Innovation and Creativity in Counseling* menunjukkan bahwa art therapy efektif dalam membantu anak-anak korban bullying untuk mengurangi gejala trauma, seperti kecemasan dan ketakutan sosial. Teknik ini memberi anak-anak ruang untuk

Copyright (c) 2025 LEARNING : Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran

mengekspressikan perasaan mereka melalui seni, yang pada akhirnya dapat memperbaiki kondisi psikologis mereka. Sebuah penelitian oleh Soma dan Karneli (2021) juga menemukan bahwa art therapy dapat mengurangi kecemasan sosial pada korban cyberbullying, memberikan anak-anak media yang aman dan nyaman untuk mengekspresikan perasaan mereka. Art therapy menawarkan jalan bagi korban bullying untuk mengungkapkan perasaan yang sulit dijelaskan dengan kata-kata, yang sangat efektif dalam mengurangi stres akibat pengalaman bullying.

Salah satu pendekatan lain yang terbukti bermanfaat adalah penggunaan analisis transaksional (TA). Dalam penelitian Kurniawan (2023a), TA digunakan untuk membantu korban bullying memahami pola komunikasi mereka dan mengubah interaksi sosial yang tidak sehat. Teknik ini berfokus pada pemahaman peran yang dimainkan oleh individu dalam komunikasi sosial, yang membantu anak-anak untuk lebih sadar akan perilaku mereka dan memperbaiki interaksi dengan teman sebaya serta guru. Penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan ini efektif dalam meningkatkan kemampuan sosial anak dan membantu mereka beradaptasi dalam lingkungan sosial yang lebih sehat.

Selain itu, play therapy juga terbukti efektif dalam menangani dampak bullying pada anak-anak. Siregar (2023a) mengungkapkan bahwa play therapy memungkinkan anak-anak untuk mengekspresikan perasaan mereka dengan cara yang lebih terbuka dan tidak tertekan, melalui permainan. Teknik ini memberi anak-anak rasa aman dan kesempatan untuk mengatasi kecemasan yang mereka rasakan akibat bullying. Dengan memberikan ruang bagi anak-anak untuk bermain, play therapy menciptakan lingkungan yang lebih menyenangkan dan memungkinkan anak-anak untuk mengatasi perasaan trauma mereka dengan cara yang kreatif dan efektif.

Selain teknik-teknik tersebut, peran guru sangat penting dalam mencegah dan menangani bullying. Aisyah (2023) menunjukkan bahwa guru, terutama guru bimbingan konseling, memiliki peran besar dalam membantu korban bullying. Guru yang dilatih dengan keterampilan konseling yang tepat dapat memberikan dukungan emosional yang diperlukan oleh siswa, membantu mereka mengatasi stres dan trauma yang disebabkan oleh bullying. Penelitian ini menegaskan pentingnya peran aktif guru dalam mendeteksi dan menangani kasus bullying, serta memberikan bimbingan yang tepat kepada siswa yang menjadi korban.

Selain itu, konseling kelompok dengan teknik sosiodrama juga terbukti efektif dalam mengurangi bullying di sekolah. Penelitian oleh Kurniawan (2023b) menunjukkan bahwa sosiodrama, yang memungkinkan siswa untuk memainkan peran dan memahami dampak dari perilaku bullying, dapat meningkatkan empati dan kesadaran sosial mereka. Teknik ini mengajarkan siswa untuk lebih menghargai perasaan orang lain dan memahami bahwa perilaku bullying dapat menyebabkan dampak yang sangat buruk bagi korban.

Dalam penelitian oleh Juwita dkk (2024), ditemukan bahwa eco art therapy, yang menggabungkan elemen alam dengan terapi seni, efektif dalam menyembuhkan luka emosional korban bullying. Dengan terhubung dengan alam, anak-anak dapat mengurangi perasaan stres dan ketakutan yang ditimbulkan oleh pengalaman bullying. Eco art therapy memberi anak-anak cara untuk merasakan ketenangan dan menemukan kembali keseimbangan emosional mereka.

Pendekatan realitas dalam konseling individu semakin mendapat pengakuan sebagai metode yang efektif dalam membantu korban bullying, terutama dalam konteks pendidikan. Penelitian oleh Siregar (2023b) menunjukkan bahwa teknik ini mampu mengarahkan korban untuk lebih fokus pada kenyataan yang dihadapi dan mencari solusi praktis atas masalah yang mereka alami. Melalui proses konseling, korban diajak untuk bertanggung jawab atas tindakan mereka sendiri dan didorong untuk mengambil langkah aktif dalam memperbaiki situasi yang dihadapi. Hal ini sejalan dengan prinsip utama konseling realitas yang menekankan pentingnya kesadaran diri, tanggung jawab, dan pengambilan keputusan secara rasional dalam menghadapi permasalahan hidup.

Hasil penelitian terbaru juga memperkuat efektivitas pendekatan realitas dalam pemulihan psikis korban bullying. Studi yang dilakukan di UPTD PPA Provinsi Lampung menemukan bahwa konseling individu dengan pendekatan realitas melalui tiga tahapan utama—pembentukan hubungan, tahap inti, dan tahap evaluasi berhasil membantu korban bullying untuk berinteraksi kembali dengan lingkungan sosialnya serta meminimalisir trauma yang dialami¹. Pada tahap inti, konselor memberikan bimbingan dan terapi realitas untuk membantu korban menyembuhkan luka psikis maupun fisik akibat bullying, sehingga korban dapat lebih siap menghadapi tantangan sosial di masa mendatang.

Selain itu, penelitian lain menyoroiti efektivitas teknik reality therapy, khususnya teknik WDEP (Want, Doing, Evaluation, Planning), dalam mengurangi perilaku bullying di sekolah. Studi eksperimental yang melibatkan siswa SMP menunjukkan bahwa setelah diberikan perlakuan konseling realitas dengan teknik WDEP, tingkat kecemasan korban bullying menurun drastis hingga pada taraf nol, dan perilaku bullying baik verbal, non-verbal, maupun tidak langsung dapat diatasi secara signifikan (Harefa et al 2024). Hal ini membuktikan bahwa reality therapy tidak hanya efektif dalam pemulihan korban, tetapi juga dalam mencegah terulangnya perilaku bullying di lingkungan sekolah.

Penelitian Azizah et al (2024) juga menegaskan bahwa layanan bimbingan konseling individu dengan teknik reality therapy memberikan dampak positif yang signifikan terhadap siswa, baik sebagai pelaku maupun korban bullying (Lutfiani, 2020). Melalui pendekatan ini, siswa menjadi lebih sadar akan konsekuensi dari perilaku mereka dan memahami pentingnya tanggung jawab atas setiap tindakan. Kolaborasi antara guru, kepala sekolah, dan orang tua juga menjadi faktor pendukung keberhasilan intervensi ini. Dengan demikian, pendekatan realitas dalam konseling individu dapat dijadikan strategi utama dalam penanganan dan pencegahan bullying di sekolah.

Secara keseluruhan, teknik-teknik konseling kreatif, seperti art therapy, play therapy, analisis transaksional, konseling berbasis agama, dan eco art therapy, terbukti sangat efektif dalam membantu korban bullying mengatasi dampak psikologis mereka. Selain itu, peran aktif guru dalam mendeteksi dan menangani bullying serta memberikan bimbingan konseling yang tepat sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung bagi siswa yang menjadi korban. Teknik-teknik ini memberikan pendekatan yang holistik dan kreatif, yang tidak hanya menyembuhkan luka psikologis tetapi juga membekali korban dengan keterampilan sosial yang lebih baik untuk berinteraksi dengan teman sebaya dan lingkungan mereka.

KESIMPULAN

Dari analisis terhadap berbagai penelitian yang mengkaji teknik konseling kreatif dalam penyembuhan luka korban bullying di sekolah, dapat disimpulkan bahwa teknik-teknik tersebut sangat efektif dalam mengatasi dampak psikologis akibat bullying. Konseling berbasis agama, art therapy, play therapy, analisis transaksional, dan eco art therapy terbukti membantu korban bullying untuk mengurangi kecemasan, meningkatkan rasa percaya diri, dan memulihkan kondisi emosional mereka. Teknik-teknik ini memberikan pendekatan yang holistik dan kreatif, yang memberi ruang bagi korban untuk mengekspresikan perasaan mereka dengan cara yang lebih sehat dan aman.

Selain itu, peran guru bimbingan konseling juga sangat penting dalam mendeteksi dan menangani kasus bullying. Guru yang terlatih dengan keterampilan konseling dapat memberikan dukungan emosional yang sangat dibutuhkan oleh siswa yang menjadi korban, serta menciptakan lingkungan yang lebih positif di sekolah. Dengan penerapan teknik-teknik ini, korban bullying tidak hanya dapat sembuh dari trauma, tetapi juga diberdayakan dengan

keterampilan sosial yang lebih baik, yang memungkinkan mereka untuk berinteraksi dengan teman sebaya secara lebih sehat dan membangun rasa empati terhadap orang lain.

Secara keseluruhan, konseling kreatif merupakan pendekatan yang sangat relevan dan efektif untuk membantu korban bullying di sekolah, baik dalam aspek penyembuhan luka emosional maupun pengembangan keterampilan sosial yang penting untuk kehidupan mereka di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adoe, O., & Atty, S. D. (2023). Mengatasi masalah bullying di kalangan remaja melalui konseling Kristen. *Jurnal Teologi Injili*, 3(1), 25–36.
- Aisyah, S. (2023). *Upaya guru bimbingan konseling dalam mencegah perilaku bullying di sekolah* [Skripsi, Institut Agama Islam Negeri Palopo].
- Amanda, V., Wulandari, S., Wulandari, S., Syah, S. N., Restari, Y. A., Atikah, S., Engkizar, E., Anwar, F., & Arifin, Z. (2020). Bentuk dan dampak perilaku bullying terhadap peserta didik. *Jurnal Kepemimpinan dan Pengurusan Sekolah*, 5(1), 19–32.
- Andini, L. S., & Kurniasari, K. (2021). Bullying berhubungan dengan kejadian gangguan cemas pada pelajar SMA. *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*, 4(3), 99–105.
- Andrianti, S. (2024). Strategi pelayanan konseling guru pendidikan agama Kristen dalam menyembuhkan luka batin korban bullying. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*.
- Aulina, N. (2019). Konsep diri, kematangan emosi, dan perilaku bullying pada remaja. *Cognicia*, 7(4), 434–445.
- Aulia, D., & Nababan, R. (2021). Dampak bullying terhadap peserta didik SMA.
- Azizah, D. M., Hanifah, N., & Muallifah, M. (2024). Konseling individu: Intervensi efektif mengatasi bullying dengan pendekatan reality therapy. *Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 7(1), 111–122. <https://doi.org/10.38073/almusyrif.v7i1.1754>
- Febriana, T. F., & Rahmasari, D. (n.d.). Gambaran penerimaan diri korban bullying.
- Harefa, M., Munthe, M., Damanik, H. R., & Lase, F. (2024). Menerapkan teori konseling realitas sebagai intervensi untuk mengurangi perilaku bullying pada peserta didik. *Journal of Education*, 7(1), 2818–2830. <https://doi.org/10.31004/joe.v7i1.6874>
- Kurniawan, D. E. (2023a). *Konseling kelompok dengan teknik sosiodrama sebagai upaya mengatasi perilaku bullying di sekolah* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Palopo].
- Kurniawan, D. E. (2023b). Penanganan perilaku bullying teman sebaya menggunakan analisis transaksional. *Al-Tazkiah: Jurnal Pendidikan Islam*.
- Lutfiani F, S. (2020). Efektivitas terapi realitas terhadap mekanisme koping remaja korban perundungan: Literature review. *Universitas Pendidikan Indonesia*. http://repository.upi.edu/50156/8/TA_JKR_1708041_Title.pdf
- Nafingah, I. (2023). Perspektif konseling pastoral dalam menghadapi bullying yang dialami remaja. *Jurnal Pendidikan Agama dan Teologi Widyakarya*.
- Ningrum, E. K., Sari, R. P., & Pratiwi, D. (2023). Layanan konseling individu bagi korban bullying (Studi kasus SMA Negeri 1 Jepon). In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling (SMILING)* (Vol. 1, pp. 232–243).
- Rahayu, S. M. (2017). Konseling krisis: Sebuah pendekatan dalam mereduksi masalah traumatik pada anak dan remaja. *JP (Jurnal Pendidikan): Teori dan Praktik*, 2(1), 65–69.
- Siregar, N. H. N. (2023a). *Konseling individu dengan pendekatan realitas untuk pemulihan psikis anak korban bullying* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung].

- Siregar, N. H. N. (2023b). *Konseling Islam dengan play therapy untuk mengatasi bullying di sekolah* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara].
- Soma, Y. M., & Karneli, Y. (2021). Penerapan teknik art therapy untuk mengurangi kecemasan sosial terhadap korban cyberbullying. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*.
- Sulistiyanti, E. (2017). Layanan konseling art therapy untuk mengatasi trauma anak korban bullying di sekolah. In *Proceeding International Conference on Innovation and Creativity in Counseling*.
- Sulistrudatin, N. (2018). Kasus bullying dalam kalangan pelajar (Suatu tinjauan kriminologi). *Jurnal Ilmiah Hukum Dirgantara*, 5(2).
- Trisnani, R. P., & Wardani, S. Y. (2016). Perilaku bullying di sekolah. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(1).
- Zakiah, E. Z., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Faktor yang mempengaruhi remaja dalam melakukan bullying. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2).
- Zuraida, D. J. (2024). Penyuluhan pencegahan dan penanganan bullying di sekolah melalui teknik eco art therapy. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*.