

**STUDI LITERATUR MENGENAI BULLYING SEBAGAI PELANGGARAN NORMA SOSIAL PADA REMAJA DAN PERAN BIMBINGAN KONSELING DALAM PENANGANANNYA**

Alifia<sup>1</sup>, Melpa Duwi Nurtiardi Marbun<sup>2</sup>, Salsabila Situmorang<sup>3</sup>, Samhana Lubis<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Negeri Medan

[alifiafia371@gmail.com](mailto:alifiafia371@gmail.com)<sup>1</sup>, [melpaduwinurtiardimarbun@gmail.com](mailto:melpaduwinurtiardimarbun@gmail.com)<sup>2</sup>,

[salsabilasitumorang018@gmail.com](mailto:salsabilasitumorang018@gmail.com)<sup>3</sup>, [samhana2711@gmail.com](mailto:samhana2711@gmail.com)<sup>4</sup>

---

**ABSTRACT;** *This study aims to examine bullying as a form of social norm violation among adolescents and the role of guidance and counseling in addressing it. This research employs a qualitative approach using a literature review method. The data sources are obtained from secondary data, including scientific journals, books, articles, and other relevant academic publications related to bullying, social norms, and guidance and counseling. Data collection was conducted through academic databases such as Google Scholar and national journal portals. The data analysis technique used is descriptive qualitative analysis by organizing, classifying, and interpreting data from various reviewed literature sources. The results of the study indicate that bullying remains a prevalent issue in educational settings, occurring in various forms such as physical, verbal, psychological, and cyberbullying, with verbal bullying being the most dominant. The factors contributing to bullying include family environment, peer influence, social media exposure, lack of supervision, and past experiences of the perpetrators. The impacts of bullying are not only experienced by victims, such as stress, depression, and decreased academic performance, but also affect perpetrators, who are at risk of developing aggressive behavior and lack of empathy. Guidance and counseling play a crucial role in preventing and addressing bullying through individual counseling, group counseling, classroom guidance, as well as collaboration with teachers, parents, and the community. Therefore, strong collaboration among stakeholders is needed to create a safe, supportive, and conducive educational environment for adolescent development.*

**Keywords:** *Bullying, Social Norms, Adolescents, Guidance And Counseling, Literature Review.*

**ABSTRAK;** Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bullying sebagai bentuk pelanggaran norma sosial pada remaja serta peran bimbingan dan konseling dalam penanganannya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi literatur (literature review). Sumber data diperoleh dari berbagai literatur seperti jurnal ilmiah, buku, artikel, dan publikasi ilmiah lainnya yang relevan dengan topik bullying, norma sosial, dan bimbingan konseling. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran database akademik seperti Google Scholar dan portal jurnal nasional. Teknik analisis data

yang digunakan adalah analisis deskriptif kualitatif dengan cara mengorganisasikan, mengelompokkan, dan menginterpretasikan data dari berbagai sumber yang telah dikaji. Hasil kajian menunjukkan bahwa bullying masih sering terjadi di lingkungan pendidikan dalam berbagai bentuk, seperti fisik, verbal, psikologis, dan cyberbullying, dengan bentuk yang paling dominan adalah bullying verbal. Faktor penyebab bullying meliputi lingkungan keluarga, teman sebaya, media sosial, kurangnya pengawasan, serta pengalaman masa lalu pelaku. Dampak bullying tidak hanya dirasakan oleh korban, seperti stres, depresi, dan penurunan prestasi belajar, tetapi juga berdampak pada pelaku yang berisiko menjadi individu agresif dan kurang empati. Peran bimbingan dan konseling sangat penting dalam upaya pencegahan dan penanganan bullying melalui layanan konseling individu, konseling kelompok, bimbingan klasikal, serta kerja sama dengan guru, orang tua, dan masyarakat. Dengan demikian, diperlukan kolaborasi dari berbagai pihak untuk menciptakan lingkungan sekolah yang aman, nyaman, dan mendukung perkembangan remaja secara optimal.

**Kata Kunci:** Bullying, Norma Sosial, Remaja, Bimbingan Dan Konseling, Studi Literatur.

## **PENDAHULUAN**

Remaja merupakan salah satu tahap perkembangan yang cukup penting dalam kehidupan seseorang. Pada masa ini, individu mengalami berbagai perubahan, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Remaja juga mulai mencari jati diri dan berusaha memahami peran mereka dalam lingkungan sekitar. Dalam proses tersebut, mereka belajar menyesuaikan perilaku dengan norma-norma sosial yang berlaku di masyarakat.

Norma sosial sendiri berfungsi sebagai pedoman agar seseorang dapat berperilaku sesuai dengan harapan lingkungan. Dengan adanya norma, kehidupan sosial bisa berjalan lebih tertib dan harmonis. Namun, pada kenyataannya, tidak semua remaja mampu mengikuti atau menerapkan norma tersebut dengan baik. Hal ini terlihat dari masih adanya perilaku menyimpang yang dilakukan remaja, salah satunya adalah bullying.

Bullying atau perundungan merupakan salah satu permasalahan sosial yang marak terjadi di lingkungan sekolah dan menjadi tantangan serius dalam dunia pendidikan (Amnda et al. 2020). Bullying tidak hanya berdampak pada kondisi psikologis korban, tetapi juga memengaruhi proses belajar mengajar secara keseluruhan. Bentuk-bentuk bullying seperti kekerasan fisik, ejekan verbal, pengucilan sosial, maupun perundungan secara daring

(cyberbullying) dapat menimbulkan trauma mendalam dan menghambat perkembangan peserta didik secara optimal.

Bullying merupakan bentuk penindasan atau kekerasan yang sengaja dilakukan oleh individu atau kelompok yang lebih kuat, dengan tujuan untuk menyakiti orang lain secara berulang. Jenis perilaku bullying dapat dibedakan menjadi verbal dan non-verbal (Nasir, 2018). Bullying non-verbal seringkali melibatkan ancaman atau kekerasan fisik, sementara bullying verbal melibatkan penggunaan kata-kata kasar atau menyebarkan fitnah tentang korban. Beberapa bentuk tindakan bullying mencakup manipulasi hubungan persahabatan, pengucilan, pengabaian, pengiriman pesan kaleng, dan perilaku membiarkan seseorang merasa terisolasi (Karyanti & Aminudin, 2019).

Fenomena bullying di kalangan remaja, khususnya di lingkungan sekolah, masih sering terjadi dan menjadi perhatian banyak pihak. Dampaknya pun tidak bisa dianggap sepele, karena dapat memengaruhi kondisi mental korban, seperti rasa takut, rendah diri, bahkan trauma. Di sisi lain, pelaku bullying juga berisiko mengembangkan perilaku agresif yang berlanjut di kemudian hari. Apalagi dengan perkembangan teknologi, bullying kini tidak hanya terjadi secara langsung, tetapi juga melalui media sosial (cyberbullying).

Melihat kondisi tersebut, diperlukan upaya yang tepat untuk mencegah dan menangani perilaku bullying. Salah satu upaya yang bisa dilakukan adalah melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Bimbingan dan konseling berperan penting dalam membantu siswa memahami diri, mengelola emosi, serta mengembangkan perilaku yang lebih positif. Melalui berbagai layanan seperti konseling individu maupun kelompok, siswa dapat dibimbing untuk mengurangi perilaku bullying dan meningkatkan sikap empati terhadap orang lain.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bullying sebagai bentuk pelanggaran norma sosial pada remaja serta melihat bagaimana peran bimbingan dan konseling dalam penanganannya melalui studi literatur. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran yang lebih jelas serta menjadi bahan pertimbangan dalam upaya mengatasi bullying di lingkungan pendidikan.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi literatur (literature review). Studi literatur merupakan metode penelitian yang dilakukan dengan mengkaji, menelaah, dan menganalisis berbagai sumber pustaka yang relevan dengan topik

penelitian. Fokus penelitian ini adalah mengkaji bullying sebagai bentuk pelanggaran norma sosial pada remaja serta peran bimbingan dan konseling dalam penanganannya.

Sumber data dalam penelitian ini diperoleh dari data sekunder berupa jurnal ilmiah, buku, artikel, dan publikasi ilmiah lainnya yang relevan dengan topik penelitian. Pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran database akademik seperti Google Scholar, portal jurnal nasional, serta sumber ilmiah terpercaya lainnya. Kriteria literatur yang digunakan meliputi: (1) memiliki keterkaitan dengan bullying, norma sosial, dan bimbingan konseling; (2) dipublikasikan dalam kurun waktu tertentu (misalnya 5–10 tahun terakhir); dan (3) berasal dari sumber yang kredibel dan dapat dipertanggungjawabkan.

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif kualitatif, yaitu dengan cara mengorganisasikan, mengelompokkan, serta menginterpretasikan data dari berbagai sumber literatur yang telah dikumpulkan. Data yang diperoleh kemudian dianalisis untuk menemukan pola, konsep, dan hubungan antar variabel yang berkaitan dengan bullying sebagai pelanggaran norma sosial serta peran layanan bimbingan dan konseling dalam penanganannya.

Tahapan penelitian meliputi: (1) identifikasi dan pengumpulan literatur yang relevan; (2) seleksi dan evaluasi sumber pustaka; (3) analisis isi literatur; dan (4) penarikan kesimpulan berdasarkan hasil kajian. Dengan menggunakan metode ini, diharapkan penelitian dapat memberikan gambaran yang komprehensif dan sistematis mengenai fenomena bullying dalam perspektif norma sosial dan bimbingan konseling.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Beberapa data hasil dari tinjauan literatur tentang bullying sebagai pelanggaran norma sosial pada remaja dan peran bimbingan konseling dalam penanganannya, ditemukan bahwa seluruh penelitian menunjukkan pola temuan yang relatif konsisten tentang dampak perilaku bullying terhadap kondisi psikologis dan akademik remaja. Hasil review disajikan sebagai berikut:

No	Penulis	Hasil Review
1	Sofyan dkk. (2022)	Penelitian menunjukkan bahwa bentuk bullying yang terjadi di sekolah dasar meliputi bullying fisik

		<p>(menendang, memukul), verbal (mengejek, mengolok-olok), dan psikologis (memandang sinis). Faktor penyebab meliputi pengaruh teman sebaya, lingkungan sosial, dan karakter individu pelaku seperti dendam. Akibat bullying pada korban yaitu malas pergi ke sekolah, terganggu konsentrasi belajar, dan penurunan nilai akademik. Cara mengatasi bullying di sekolah dasar mencakup deteksi dini, sosialisasi, pemberian dukungan pada korban, pembuatan peraturan tegas, serta pemberian teladan yang baik dari guru.</p>
2	Ningrum dkk. (2023)	<p>Hasil penelitian mengidentifikasi bahwa bentuk perilaku bullying yang paling sering terjadi dalam hubungan pertemanan adalah bullying verbal. Dampaknya terhadap korban antara lain perasaan marah, sedih, tertekan, terpojok, malas pergi ke sekolah, bermusuhan dengan teman, dan menyimpan dendam terhadap pelaku. Bullying verbal juga berdampak buruk bagi pelakunya, seperti terbentuknya watak keras, kurangnya empati, dan kecenderungan terlibat tindakan kriminal. Faktor penyebab bullying verbal mencakup hubungan keluarga yang tidak harmonis, pengaruh teman sebaya, dan paparan konten negatif di media sosial.</p>
3	Sitanggang dkk. (2024)	<p>Penelitian mengungkapkan bahwa perundungan dalam berbagai bentuknya masih menjadi masalah yang meresahkan di SMP Negeri 14 Kota Medan. Dari hasil kuesioner, 87% responden menyatakan pernah mengalami atau menyaksikan bullying. Jenis bullying yang paling umum dialami adalah bullying non-fisik (verbal), disusul fisik dan cyber-bullying. Dampak yang dilaporkan mencakup ketidakhadiran di sekolah, stres, dan gangguan</p>

		emosional. Solusi yang diusulkan meliputi peningkatan kesadaran, pelatihan guru, peran aktif orang tua, dan pendekatan holistik dalam penanganan kasus perundungan melalui kolaborasi semua pihak.
4	Sari & Azwar (2017)	Penelitian menunjukkan bahwa sikap apatis dari lingkungan menyebabkan angka bullying semakin tinggi di sekolah. Ditemukan bahwa keseluruhan pelaku bullying merupakan mantan korban yang kemudian berubah menjadi pelaku sebagai bentuk balas dendam dan upaya memperoleh rasa aman dari lingkungan. Motif utama pelaku bullying adalah untuk melindungi diri dari ancaman serta mendapatkan rasa aman, bukan sekadar keinginan menyakiti. Bentuk bullying yang ditemukan meliputi bullying fisik, verbal, relasional, dan elektronik. Tidak adanya sanksi tegas dari pihak sekolah menjadi faktor penguat berulangnya perilaku bullying.
5	Asyifah dkk. (2024)	Hasil penelitian memperlihatkan bahwa media massa Indonesia telah berupaya memberitakan dan mengedukasi masyarakat mengenai kasus perundungan di dunia pendidikan. Data menunjukkan peningkatan korban bullying dari 11.057 pada tahun 2019 menjadi 21.241 korban pada tahun 2022. Pemberitaan media tidak memberikan efek jera yang signifikan karena kasus bullying di lingkungan sekolah tetap terjadi bahkan meningkat setiap tahun. Rendahnya minat baca pelajar dan anggapan bahwa bullying adalah tindakan yang keren menjadi faktor hambatan efektivitas pemberitaan media dalam mengurangi kasus bullying di Indonesia.

6	Wintoko & Nugroho (2024)	Penelitian dengan perspektif interaksionisme simbolik ini mengungkap bahwa bullying merupakan konstruksi sosial yang maknanya bergantung pada situasi dan kondisi. Faktor-faktor penyebab bullying meliputi peran gender (laki-laki cenderung menjadi pelaku karena konstruksi sosial maskulinitas), tingkat stres, tidak adanya panutan positif dalam lingkungan, serta pengaruh teman sebaya yang menganggap perilaku agresif dapat diterima secara sosial.
7	Zahro et al. (2024)	Studi ini menemukan bahwa komunikasi empati menjadi strategi efektif dalam mengurangi kasus bullying di SD Negeri Medokan Semampir. Komunikasi empati yang meliputi mendengarkan aktif, menunjukkan pengertian, dan mempromosikan rasa saling pengertian dapat membantu mengubah pola perilaku siswa, meningkatkan kesadaran akan dampak negatif bullying, dan menciptakan lingkungan sekolah yang lebih inklusif dan aman.
8	Salsabila et al. (2021)	Penelitian ini menunjukkan bahwa guru bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam mencegah dan menangani kasus bullying. Layanan BK berfungsi sebagai pencegahan, pemahaman, pengentasan, pemeliharaan, penyaluran, penyesuaian, pengembangan, perbaikan, dan advokasi bagi peserta didik. Langkah yang ditempuh guru BK meliputi pembuatan modul pencegahan bullying, konseling individu maupun kelompok, serta kolaborasi dengan kepala sekolah, guru kelas, dan orang tua.
9	Karisma et al. (2023)	Kajian ini mengungkap bahwa bullying berdampak signifikan terhadap kesehatan mental remaja, meliputi depresi, kecemasan, gangguan kepribadian, hingga

		keinginan bunuh diri. Data menunjukkan peningkatan kasus bullying dari 119 kasus (2020) menjadi 241 kasus (2023). Peran masyarakat sangat diperlukan dalam pencegahan melalui edukasi, dukungan kesehatan mental, dan penciptaan lingkungan yang mendukung remaja mengatasi stres dan depresi.
10	Alfarina & Widiasmara (2022)	Penelitian ini menunjukkan bahwa konseling islam efektif dalam menangani kasus bullying di sekolah. Konseling islam yang berlandaskan Al-Qur'an dan sunnah membantu korban bullying mengatasi trauma, depresi, dan penurunan rasa percaya diri. Bagi pelaku, konseling islam membantu menyadari kesalahan, mengontrol emosi, dan memperbaiki perilaku. Hasil penelitian menunjukkan perubahan positif pada pelaku yang lebih berhati-hati dalam berbicara dan menghargai teman.

Berdasarkan hasil kajian literatur yang telah dipaparkan, terdapat beberapa layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan secara komprehensif untuk menangani kasus bullying pada remaja.

Pertama, layanan konseling individu sangat diperlukan untuk memberikan ruang aman bagi korban bullying dalam mengekspresikan perasaan, mengurangi trauma, serta membangun kembali rasa percaya diri yang terkikis. Melalui pendekatan yang empatik dan teknik konseling seperti person-centered therapy atau konseling Islami, korban dapat dibantu memulihkan kondisi psikologisnya.

Kedua, layanan konseling kelompok efektif diterapkan baik untuk korban maupun pelaku bullying. Dalam setting kelompok, korban dapat merasakan dukungan sosial dari teman sebaya yang memiliki pengalaman serupa, sementara pelaku dapat dilatih mengembangkan empati, keterampilan sosial, dan pengendalian emosi melalui dinamika kelompok dan umpan balik dari anggota lain.

Ketiga, layanan bimbingan klasikal melalui pengintegrasian materi anti-bullying ke dalam kurikulum atau kegiatan kelas rutin berperan penting sebagai upaya preventif. Guru

bimbingan dan konseling dapat memberikan pemahaman tentang norma sosial, dampak negatif bullying, serta pentingnya sikap saling menghargai.

Keempat, layanan konseling berbasis nilai-nilai keagamaan, seperti konseling Islam, dapat diterapkan untuk menyadarkan pelaku akan kesalahan perbuatannya sekaligus membantu korban menemukan makna dan ketenangan spiritual dalam menghadapi penderitaan.

Kelima, layanan konseling kolaboratif dengan melibatkan guru mata pelajaran, wali kelas, orang tua, serta masyarakat sangat krusial untuk menciptakan lingkungan yang konsisten dalam menerapkan aturan anti-bullying, memberikan pengawasan, serta membangun komunikasi yang harmonis antara sekolah dan rumah. Dengan mengombinasikan berbagai layanan tersebut secara terpadu dan berkelanjutan, diharapkan perilaku bullying dapat ditekan, korban pulih secara optimal, dan tercipta iklim sekolah yang aman serta kondusif bagi perkembangan remaja.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil kajian literatur, bullying adalah masalah serius yang masih sering terjadi di lingkungan pendidikan dalam berbagai bentuk, seperti fisik, verbal, psikologis, dan cyberbullying. Bentuk yang paling umum ditemukan adalah bullying verbal, yang sering dianggap remeh, tetapi memberikan dampak signifikan terhadap kondisi psikologis, sosial, dan akademik remaja. Berbagai faktor menjadi penyebab bullying, antara lain pengaruh lingkungan keluarga, teman sebaya, media sosial, struktur sosial, serta pengalaman masa lalu sebagai korban. Selain itu, kurangnya pengawasan, ketegasan aturan, dan sikap acuh tak acuh masyarakat juga memperburuk terjadinya perilaku bullying yang berulang.

Dampak yang ditimbulkan tidak hanya dirasakan oleh korban, seperti stres, depresi, penurunan prestasi, hingga keinginan untuk bunuh diri, tetapi juga oleh pelaku yang berisiko menjadi individu agresif dan kurang empati. Ini menunjukkan bahwa bullying adalah masalah yang kompleks dan membutuhkan penanganan yang serius.

Untuk menangani dan mencegah bullying, diperlukan peran aktif dari berbagai pihak, terutama sekolah, melalui layanan bimbingan dan konseling, guru, orang tua, serta masyarakat. Pendekatan yang efektif mencakup deteksi awal, pendidikan, komunikasi empatik, penerapan sanksi tegas, serta pelaksanaan konseling, termasuk konseling berbasis nilai-nilai keagamaan. Diharapkan kolaborasi yang berkelanjutan antara pihak-pihak ini

dapat menciptakan lingkungan pendidikan yang aman, inklusif, dan mendukung perkembangan remaja secara optimal.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Amnda, Viola, Septia Wulandari, Suci Wulandari, Saskia Nabila Syah, Yopie Andi Restari, Septina Atikah, Engkizar Engkizar, Fuady Anwar, and Zainul Arifin. 2020. "Bentuk Dan Dampak Perilaku Bullying Terhadap Peserta Didik." *Jurnal Kepemimpinan Dan Pengurusan Sekolah* 5(2):19–32.
- Karyanti, M. Pd, & A minudin, S. Pd. (2019). *Cyberbullying & Body Shaming*. Penerbit K-Media.
- Nasir, Amin. (2018). Konseling behavioral: Solusi alternatif mengatasi bullying anak di sekolah. *Journal of Guidance and Counseling*, 72.
- Alfarina, R., & Widiasmara, N. (2022, October). Tinjauan naratif konseling Islam dalam menangani kasus bullying yang berdampak terhadap kesehatan mental pada siswa di sekolah. In *Bandung Conference Series: Psychology Science* (Vol. 2, No. 3, pp. 780-789).
- Asyifah, C., Firmansyah, M. A., & Budiman, D. A. (2024). Kasus bullying dunia pendidikan di Indonesia dari perspektif media dan pemberitaannya. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 9(1), 374-383.
- Karisma, N., Rofiah, A., Afifah, S. N., & Manik, Y. M. (2023). Kesehatan mental remaja dan tren bunuh diri: Peran masyarakat mengatasi kasus bullying di Indonesia. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 3(03), 560-567.
- Ningrum, D. R. S., Rasimin, R., & Yaksa, R. A. (2023). Identifikasi Perilaku Bullying Verbal Dalam Hubungan Pertemanan Di Desa Simpang Terusan Kabupaten Batang Hari. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 3(3), 10330-10343.
- Salsabila, H., Nurnazhiifa, K., Sati, L., & Windayana, H. (2022). Peran Layanan Khusus Bimbingan dan Konseling dalam Mencegah dan Menangani Kasus Bullying di Sekolah. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 4(3), 290-298.
- Sari, Y. P., & Azwar, W. (2017). Fenomena bullying siswa: Studi tentang motif perilaku bullying siswa di SMP Negeri 01 Painan, Sumatera Barat. *Ijtimaiyya: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*, 10(2), 333–366.

- Sitanggang, F. Y., Hutabarat, E. M., Waruwu, T. A. S., & Batubara, A. (2024). Identifikasi Bentuk-Bentuk Perundungan Dan Tindakan Sekolah Dalam Penanganan Kasus Bullying Di Smp Negeri 14 Kota Medan. *Indonesian Culture and Religion Issues*, 1(2), 9.
- Sofyan, F. A., Wulandari, C. A., Liza, L. L., Purnama, L., Wulandari, R., & Maharani, N. (2022). Bentuk bullying dan cara mengatasi masalah bullying di sekolah dasar. *Jurnal Multidisipliner Kapalamada*, 1(04), 496-504.
- Wintoko, D. K., & Nugroho, J. M. (2024). Analisis kasus bullying pada remaja ditinjau dari perspektif interaksionisme simbolik. *ALADALAH: Jurnal Politik, Sosial, Hukum dan Humaniora*, 2(1), 62-70.
- Zahro, F., Augusta, S. S., & Romadhan, I. (2024). Komunikasi Empati Untuk Mengurangi Kasus Bullying Pada Siswa SD Negeri Medokan Semampir. *TUTURAN: Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial dan Humaniora*, 2(1), 136-146.