

Analisis Bullying Pada Sekolah Menengah: Pengertian, Penyebab, Pencegahan dan Solusi Penanganan

Bimarto Bora

Pendidikan Biologi, Pascasarjana Universitas Negeri Makassar

bimarto.bora94@gmail.com

Abstrak

Bullying di sekolah menengah merupakan fenomena kompleks yang berdampak signifikan terhadap kesejahteraan psikologis, sosial, dan akademik peserta didik. Penelitian ini bertujuan menganalisis faktor penyebab, strategi pencegahan, dan solusi penanganan bullying melalui studi literatur terhadap artikel nasional dan internasional terbitan 2020–2025. Proses pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran sistematis pada jurnal terindeks SINTA, Scopus, dan Web of Science menggunakan kata kunci “bullying,” “cyberbullying,” dan “sekolah menengah.” Kriteria inklusi meliputi artikel yang memfokuskan pembahasan pada bullying tingkat sekolah menengah, mengukur faktor psikologis-sosial siswa, atau memaparkan strategi pencegahan dan penanganan berbasis kebijakan sekolah. Analisis data dilakukan melalui teknik content analysis dengan mengekstraksi konsep, temuan empiris, dan pola hubungan antar variabel yang berkaitan dengan faktor penyebab bullying, strategi pencegahan, dan solusi penanganan. Hasil analisis menunjukkan bahwa munculnya bullying dipengaruhi oleh faktor internal seperti rendahnya empati, kontrol diri, dan harga diri; faktor eksternal berupa pola asuh tidak adaptif, budaya senioritas, serta lemahnya pengawasan sekolah; serta faktor kontekstual sosial-budaya yang mencakup kompetisi berlebihan, hierarki sosial, dan penetrasi media digital. Pencegahan efektif menuntut penguatan pendidikan karakter, kebijakan anti-bullying, deteksi dini oleh guru dan konselor, dukungan keluarga, serta pembangunan iklim sekolah yang aman dan inklusif. Sementara itu, penanganan membutuhkan pendekatan restoratif, intervensi psikologis, dukungan sebaya, disiplin positif, serta kolaborasi lintas sektor untuk memastikan keberlanjutan intervensi. Secara keseluruhan, bullying dipahami sebagai persoalan multidimensional yang memerlukan strategi integratif guna membangun lingkungan pendidikan yang bebas kekerasan dan berorientasi pada kesejahteraan siswa.

Kata Kunci: *bullying, sekolah menengah, penyebab, pencegahan, penanganan*

Pendahuluan

Fenomena bullying di sekolah menengah menjadi isu krusial dalam dunia pendidikan karena berdampak langsung terhadap kesejahteraan psikologis, sosial, dan akademik peserta didik. Perundungan yang terjadi pada fase remaja sering kali tidak hanya melibatkan kekerasan fisik, tetapi juga bentuk psikologis dan digital seperti cyberbullying, yang semakin meningkat seiring dengan penetrasi media sosial di kalangan siswa (Ni'mah, 2023). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa bullying pada jenjang sekolah menengah memiliki implikasi serius terhadap perkembangan karakter, motivasi belajar, dan kesehatan mental peserta didik (Ajibewa et al., 2025; Al-Ketbi et al., 2024).

Hasil survei *BMC Public Health* (Låftman et al., 2024) menemukan bahwa transisi dari sekolah menengah pertama ke menengah atas sering disertai peningkatan insiden bullying karena perubahan lingkungan sosial dan dinamika kelompok sebaya. Penelitian

nasional juga menunjukkan bahwa bentuk perundungan di sekolah menengah di Indonesia telah bergeser dari kekerasan fisik menjadi cyberbullying yang dilakukan melalui media sosial (Rahayu, Rahmawati & Asmen, 2023; Firmansyah & Basit, 2024).

Data dari Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI) menunjukkan bahwa kasus kekerasan di sekolah, termasuk bullying, mengalami peningkatan signifikan. Pada tahun 2024, tercatat 573 kasus kekerasan di sekolah, meningkat lebih dari 100% dibandingkan 285 kasus pada tahun 2023 (Kompas.com, 2024). Kenaikan ini menunjukkan bahwa sistem pendidikan Indonesia masih menghadapi tantangan serius dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman dan berkeadilan.

Beberapa kasus bullying di sekolah menengah bahkan mencuat secara viral di media sosial dan diberitakan oleh media nasional. Contohnya, kasus di SMA Negeri 11 Medan pada Februari 2025, ketika ratusan siswa melakukan aksi demonstrasi karena dugaan perundungan verbal yang dilakukan oleh kepala sekolah mereka (Detik.com, 2025). Kasus ini menyoroti bahwa bullying tidak selalu berbentuk kekerasan fisik, tetapi juga dapat berupa kekerasan verbal dan psikologis yang berdampak pada kesejahteraan emosional siswa (Moody & Stahel, 2025).

Selain itu, kasus SMP Negeri 1 Tambun Selatan (Kabupaten Bekasi) pada Oktober 2025 juga menjadi perhatian publik. Seorang siswa kelas IX menjadi korban perundungan yang melibatkan kelompok siswa lain, dan rekaman video kekerasan tersebut kemudian viral di media sosial (BeritaSatu.com, 2025). Kejadian ini memperlihatkan bahwa bullying di era digital memiliki dimensi baru, yakni cyberbullying, yang memperluas jangkauan kekerasan hingga ke ruang maya (Efianingrum, Dwiningrum & Nurhayati, 2020).

Rangkaian kasus tersebut menunjukkan bahwa bullying di sekolah menengah bukan sekadar insiden individual, tetapi merupakan manifestasi dari struktur sosial, budaya sekolah, dan lemahnya sistem pengawasan institusional yang memungkinkan kekerasan terus berulang (Sugiarto, 2025; Låftman et al., 2024). Fenomena ini juga memperlihatkan pentingnya pendekatan multi-level dalam memahami perundungan, mulai dari faktor individu, keluarga, hingga kebijakan pendidikan (Hughes et al., 2025).

Secara psikologis, pelaku bullying sering kali dipengaruhi oleh rendahnya self-esteem, stres akademik, pola asuh otoriter, dan lingkungan sekolah yang tidak mendukung perilaku prososial (Wang et al., 2024; Sidera et al., 2020). Di sisi lain, korban bullying mengalami gangguan emosional seperti kecemasan, depresi, bahkan keinginan untuk menarik diri dari lingkungan sekolah (Moody & Stahel, 2025; Hughes et al., 2025). Faktor-faktor keluarga, relasi sebaya, dan iklim sekolah yang kompetitif menjadi determinan yang saling berinteraksi dalam memperkuat atau melemahkan praktik perundungan (Sabramani et al., 2021; Tajik et al., 2025).

Upaya pencegahan bullying di sekolah menengah memerlukan pendekatan komprehensif melalui intervensi berbasis empati, literasi digital, dan pembentukan budaya sekolah yang inklusif. Beberapa penelitian dalam konteks Indonesia menunjukkan bahwa program pelatihan empati dan sinema edukasi mampu menurunkan kecenderungan perilaku perundungan di tingkat SMP dan SMA (Cahyaningrum, Handarini & Simon, 2024; Sinta, Hastuti & Sari, 2025). Selain itu, peran guru bimbingan dan konseling serta kebijakan sekolah berorientasi zero tolerance terbukti efektif dalam mengurangi kejadian bullying (Yusliwidaka, Rihardi & Pembayun, 2021).

Namun demikian, meskipun telah banyak dilakukan penelitian mengenai aspek perilaku dan dampak bullying, kajian komprehensif yang mengintegrasikan faktor penyebab, bentuk pencegahan, serta solusi penanganan secara sistematis di konteks sekolah menengah masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam faktor-faktor penyebab terjadinya bullying di sekolah

menengah, mengeksplorasi strategi pencegahan yang efektif, serta menawarkan solusi penanganan berbasis pendidikan karakter dan kesejahteraan psikososial peserta didik. Hasil analisis ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis bagi pengembangan kebijakan pendidikan dan menjadi acuan praktis dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman, inklusif, dan bebas perundungan.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi literatur (*literature study*) untuk menganalisis fenomena bullying di sekolah menengah berdasarkan hasil sintesis berbagai penelitian nasional dan internasional yang diterbitkan antara tahun 2020–2025. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti menelaah pola, tren, dan temuan teoretis secara komprehensif dari berbagai sumber ilmiah sehingga mampu menghasilkan pemahaman mendalam mengenai faktor penyebab, upaya pencegahan, serta solusi penanganan bullying.

Proses pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran sistematis pada jurnal terindeks SINTA, Scopus, dan Web of Science menggunakan kata kunci “bullying,” “cyberbullying,” dan “sekolah menengah.” Kriteria inklusi meliputi artikel yang memfokuskan pembahasan pada bullying tingkat sekolah menengah, mengukur faktor psikologis-sosial siswa, atau memaparkan strategi pencegahan dan penanganan berbasis kebijakan sekolah.

Tahap analisis data dilakukan melalui teknik content analysis dengan mengekstraksi konsep, temuan empiris, dan pola hubungan antar variabel yang berkaitan dengan faktor penyebab bullying, strategi pencegahan, dan solusi penanganan. Seluruh artikel dikategorikan ke dalam tiga kluster utama, yaitu: (1) faktor internal (psikologis dan kepribadian siswa), (2) faktor eksternal (lingkungan keluarga, kelompok sebaya, dan iklim sekolah), serta (3) faktor kontekstual sosial-budaya (kebijakan, struktur sosial, dan budaya sekolah). Selanjutnya, peneliti melakukan triangulasi tematik untuk memastikan konsistensi dan kesesuaian antar temuan dari berbagai sumber, termasuk data publik seperti laporan JPPI, media nasional, dan kasus viral di media sosial yang relevan dengan konteks Indonesia periode 2023–2025. Pendekatan sintesis ini memungkinkan peneliti merumuskan model konseptual yang integratif mengenai penyebab, pencegahan, dan penanganan bullying di sekolah menengah.

Hasil

1. Pengertian dan Karakteristik Bullying

Berdasarkan hasil kajian literatur jurnal, dapat ditarik beberapa poin penting dari pengertian dan karakteristik bullying pada sekolah menengah yaitu sebagai berikut.

Table 1 : Hasil Analisis Pengertian dan Karakteristik Bullying

Aspek	Deskripsi Akademis (Temuan Sintesis)	Sumber Pendukung
Definisi Umum	Bullying adalah perilaku agresif yang dilakukan secara sadar dan berulang oleh individu/kelompok terhadap pihak yang lebih lemah dengan tujuan menyakiti secara fisik, verbal, sosial, atau psikologis.	Sabramani et al. (2021); Rokhanawati, et al. (2020).
Unsur Utama Bullying	(a) Niat untuk menyakiti, (b) dilakukan berulang-ulang, (c) terdapat ketimpangan kekuasaan antara pelaku dan korban.	Olweus dalam Sabramani et al. (2021); Låftman et al. (2024)
Bentuk Bullying	Meliputi <i>direct bullying</i> (fisik, verbal, sosial) dan <i>indirect/cyberbullying</i> melalui media digital atau daring.	Rachmatan & Ayunizar (2017); Wang et al. (2024)

Konteks Sekolah Menengah	Bullying terjadi seiring dinamika hubungan sosial dan pencarian identitas remaja, terutama saat transisi antarjenjang sekolah.	Läftman et al. (2024); Moody & Stahel (2025)
Dimensi Psikologis Pelaku	Pelaku cenderung memiliki empati rendah, impulsivitas tinggi, dan keinginan untuk mendominasi kelompok sebaya.	Wang et al. (2024); Tajik et al. (2025)
Dampak pada Korban	Korban mengalami gangguan emosional, harga diri rendah, stres, depresi, bahkan penurunan motivasi belajar.	Sidera et al. (2020); Hughes et al. (2025)
Faktor Kontekstual di Indonesia	Pengaruh pola asuh keluarga, lemahnya pengawasan sekolah, serta budaya permisif terhadap kekerasan verbal di media sosial.	Sinta, Hastuti & Sari (2025); Al Afghani, Sahna & Amelia (2025)
Perspektif Sosial Kultural	Bullying bukan hanya perilaku individual, tetapi juga refleksi dari struktur sosial dan budaya sekolah yang kompetitif.	Moody & Stahel (2025); Ajibewa et al. (2025)
Orientasi Pencegahan	Memerlukan pendekatan sistemik berbasis empati, literasi digital, dan budaya sekolah yang inklusif.	Gunada et al. (2025); Setiawan, Fatgehipon & Martini, (2025)

2. Faktor Penyebab Bullying di Sekolah Menengah

Berdasarkan hasil kajian literatur jurnal, dapat ditarik beberapa poin penting dari faktor-faktor penyebab bullying pada sekolah menengah yaitu sebagai berikut.

Tabel 2 : Hasil Analisis Faktor Penyebab Bullying di Sekolah Menengah

Kategori Faktor	Aspek Spesifik	Deskripsi Akademis (Temuan Sintesis)	Sumber Referensi
Faktor Internal (Individu Pelaku & Korban)	1. Rendahnya empati dan kontrol diri	Pelaku bullying menunjukkan empati rendah, impulsif, dan memiliki dorongan kuat untuk mendominasi atau memperoleh kekuasaan sosial.	Sidera et al. (2020); Wang et al. (2024); Ajibewa et al. (2025)
	2. Kepribadian agresif dan narsistik	Karakter narsistik mendorong perilaku untuk menunjukkan superioritas dengan merendahkan orang lain.	Hughes et al. (2025); Läftman et al. (2024)
	3. Harga diri rendah dan kecemasan sosial (pada korban)	Korban biasanya memiliki citra diri negatif, penyesuaian sosial rendah, dan kesulitan mengontrol emosi.	Ni'mah (2023); Rachmatan & Ayunizar (2017)
	4. Kecanduan media sosial dan kebutuhan pengakuan	Peningkatan <i>cyberbullying</i> dipengaruhi kebutuhan eksistensi di media sosial dan penggunaan digital tanpa etika.	Rahayu, Rahmawati & Asmen (2023); Efianingrum, Dwiningrum & Nurhayati (2020)
	5. Distorsi moral dan rendahnya literasi karakter	Ketidakmampuan membedakan perilaku etis dengan perilaku agresif akibat lemahnya pendidikan karakter.	Nenotek et al., (2025);
Faktor Eksternal (Lingkungan Sosial Dan Kultural)	1. Pola asuh keluarga otoriter atau permisif	Orang tua yang keras, acuh, atau tidak konsisten mendorong anak meniru perilaku agresif di sekolah.	Mil & Ningsih (2023).
	2. Iklim sekolah tidak aman dan permisif terhadap kekerasan	Sekolah yang kurang tegas dalam penegakan disiplin memberi ruang bagi perilaku bullying berkembang.	Moody & Stahel (2025); Handayani, Cahyani & Lestari (2025)

Faktor Kontekstual Sosial-Budaya	3. Pengawasan guru dan peran BK yang lemah	Kurangnya intervensi guru BK menyebabkan kasus bullying sering tidak terdeteksi.	Nimala & Anisa (2024)
	4. Budaya senioritas dan tekanan kelompok sebaya	Norma sosial yang menekankan hierarki antar siswa memperkuat perilaku perundungan.	Låftman et al. (2024); Sylvia (2025).
	5. Pengaruh media dan konten kekerasan	Konsumsi film, game, atau konten digital yang mengandung kekerasan menormalisasi perilaku agresif.	Ajibewa et al. (2025); Hughes et al. (2025)
	6. Rendahnya keterlibatan orang tua dan komunitas sekolah	Minimnya komunikasi antara sekolah dan keluarga memperlemah upaya pencegahan.	Syawitri (2024)
	7. Tekanan akademik dan stres belajar	Tuntutan prestasi tinggi memicu perilaku agresif sebagai mekanisme kompensasi sosial.	Wang et al. (2024); Astifionita (2024)
	1. Budaya kompetitif dan hierarki sosial di sekolah	Sekolah dengan struktur sosial kompetitif meningkatkan kecenderungan dominasi antar siswa.	Moody & Stahel (2025); Låftman et al. (2024)
	2. Kurangnya regulasi dan kebijakan anti-bullying	Sekolah yang tidak memiliki sistem pelaporan dan penanganan yang jelas memperparah masalah.	Yudha, Kadir & Bunga (2025).
	3. Pengaruh gender dan stereotip sosial	Peran gender tertentu (misalnya maskulinitas toksik) berkontribusi pada perilaku intimidasi dan dominasi.	Hughes et al. (2025); Sidera et al. (2020)

3. Upaya Pencegahan Bullying di Sekolah Menengah

Berdasarkan hasil kajian literatur jurnal, dapat ditarik beberapa poin penting dari upaya pencegahan bullying pada sekolah menengah yaitu sebagai berikut.

Table 3 : Hasil Analisis Upaya Pencegahan Bullying di Sekolah Menengah

Kategori Strategi Pencegahan	Deskripsi Akademis (Temuan Sintesis)	Aktor Utama	Indikator Keberhasilan
Penguatan Pendidikan Karakter dan Literasi Sosial-Emosional	Pendidikan karakter menjadi landasan utama dalam membangun empati, tanggung jawab, dan kontrol diri peserta didik. Integrasi literasi sosial-emosional membantu siswa memahami dampak perilaku terhadap orang lain. (Moody & Stahel, 2025; Sangadji, 2025)	Guru, wali kelas, konselor sekolah	Siswa menunjukkan peningkatan empati dan penurunan perilaku agresif dalam observasi dan survei sekolah.
Kebijakan Sekolah Anti-Bullying dan Prosedur Pelaporan yang Efektif	Sekolah perlu memiliki kebijakan tertulis, mekanisme pelaporan, dan prosedur penanganan kasus yang jelas dan transparan. (Yudha, Kadir & Bunga, 2025); Låftman et al., 2024)	Kepala sekolah, tim BK, komite sekolah	Penurunan jumlah kasus bullying yang tidak tertangani dan meningkatnya pelaporan dari siswa.
Peran Aktif Guru dan Konselor dalam Deteksi Dini	Guru dan konselor memiliki posisi strategis dalam mengenali tanda-tanda awal perilaku agresif dan memberikan intervensi segera. (Utami, Sari & Ristianti, 2024); Ajibewa et al., 2025)	Guru BK, wali kelas	Meningkatnya jumlah kasus yang teridentifikasi lebih awal dan terselesaikan sebelum eskalasi.

Penguatan Dukungan Keluarga dan Kolaborasi Orang Tua	Keluarga berperan penting dalam membentuk perilaku anak dan memperkuat nilai empati melalui komunikasi terbuka. (Mil & Ningsih, 2023); Hughes et al., 2025)	Orang tua, wali murid, komite sekolah	Orang tua terlibat aktif dalam pelaporan, diskusi, dan pencegahan kasus bullying di sekolah.
Pengembangan Iklim Sekolah yang Inklusif dan Aman	Sekolah yang inklusif menumbuhkan rasa aman dan menghargai keberagaman sehingga mengurangi potensi diskriminasi dan intimidasi. (Wang et al., 2024; Al-Ketbi et al., 2024)	Kepala sekolah, guru, siswa	Lingkungan sekolah menunjukkan peningkatan persepsi aman dan menurunnya konflik sosial antar siswa.
Kampanye dan Edukasi Anti-Bullying Berkelanjutan	Program kampanye internal sekolah menjadi media efektif untuk meningkatkan kesadaran kolektif siswa terhadap dampak bullying. (Sidera et al., 2020)	OSIS, guru BK, siswa	Terbentuknya komunitas siswa peduli dan menurunnya kasus bullying berulang.
Integrasi Teknologi untuk Pencegahan dan Pemantauan (Cyberbullying)	Teknologi digunakan untuk mengidentifikasi, mencegah, dan melaporkan kasus perundungan digital melalui platform aman. (Al-Ketbi et al., 2024; Mashuri & Ambarwati, 2024).	Guru TIK, siswa, orang tua	Penurunan kasus <i>cyberbullying</i> dan peningkatan literasi digital siswa.
Pembentukan Peer Support System (Kelompok Teman Sebaya)	Siswa dilibatkan secara aktif menjadi agen perubahan untuk mendukung korban dan mencegah perilaku agresif di antara rekan sebaya. (Moody & Stahel, 2025)	OSIS, kelompok teman sebaya	Meningkatnya solidaritas sosial antar siswa dan menurunnya isolasi sosial korban bullying.
Pelatihan Profesional untuk Tenaga Pendidik	Pelatihan pedagogik dan psikologis bagi guru menjadi faktor kunci dalam pencegahan jangka panjang. (Wardhani & Alawiyah, 2024); Rahim & Suyitno, 2024)	Guru, kepala sekolah	Peningkatan pengetahuan guru dalam menangani bullying dan pencegahan secara proaktif.
Penguatan Kolaborasi Lintas Sektor (Sekolah, Masyarakat & Pemerintah)	Pencegahan efektif membutuhkan dukungan lintas lembaga, termasuk Dinas Pendidikan, lembaga sosial, dan komunitas lokal. (Hughes et al., 2025)	Sekolah, Dinas Pendidikan, LSM	Peningkatan partisipasi publik dan kebijakan daerah yang mendukung sekolah bebas bullying.

4. Solusi Penanganan Kasus Bullying di Sekolah Menengah

Berdasarkan hasil kajian literatur jurnal, dapat ditarik beberapa poin penting dari solusi penanganan bulliying pada sekolah menengah yaitu sebagai berikut.

Tabel 4 : Hasil Analisis Solusi Penanganan Kasus Bullying di Sekolah Menengah

Kategori Solusi Penanganan	Deskripsi Akademis (Temuan Sintesis)	Aktor yang Terlibat	Indikator Keberhasilan
Pendekatan Restoratif	Mengutamakan pemulihan hubungan sosial antara pelaku, korban, dan komunitas sekolah melalui mediasi dan rekonsiliasi. (Moody & Stahel, 2025)	Guru BK, konselor, mediator sekolah	Terbangunnya kembali hubungan sosial yang sehat antara pelaku dan korban; penurunan perilaku agresif berulang.
Intervensi Psikologis Individual	Menangani kondisi emosional korban dan pelaku melalui terapi kognitif, konseling perilaku, atau <i>cognitive-behavioral intervention</i> .	Konselor sekolah, psikolog pendidikan	Peningkatan kesejahteraan psikologis korban; perubahan perilaku agresif pelaku menjadi prososial.

(Konseling dan Terapi)	(Hughes et al., 2025; Ajibewa et al., 2025)		
Intervensi Sosial Kelompok	Menggunakan dukungan teman sebaya sebagai agen pemulihan sosial melalui dialog kelompok. (Låftman et al., 2024; Waang et al., 2025)	OSIS, kelompok sebaya, guru BK	Meningkatnya rasa empati dan solidaritas sosial antar siswa; berkurangnya isolasi korban.
Intervensi Edukatif dan Reflektif untuk Pelaku	Pendekatan edukatif dilakukan melalui pembinaan karakter, bimbingan moral, dan refleksi nilai. (Ardiyanti, Pujiyanti & Setyaningsih, 2025).	Guru, wali kelas, konselor	Pelaku menunjukkan pemahaman etis dan tanggung jawab sosial yang lebih tinggi.
Dukungan Psikososial bagi Korban	Memberikan ruang aman, perlindungan, dan pendampingan psikologis terhadap korban. (Astifionita, 2024).; Wang et al., 2024)	Guru BK, psikolog, teman sebaya	Korban mengalami pemulihan psikologis; peningkatan kepercayaan diri dan partisipasi sosial di sekolah.
Pendekatan Disiplin Positif dan Non-Punitive	Mengganti pola hukuman dengan pendekatan reflektif, empatik, dan mendidik untuk mengubah perilaku pelaku. (Waang et al., 2025; Kusumardi, 2024)	Kepala sekolah, guru	Pelaku menunjukkan perubahan perilaku tanpa muncul efek dendam atau kekerasan baru.
Kolaborasi Sekolah, Orang Tua Dan Masyarakat	Sinergi antar pihak dalam mengawasi, menindaklanjuti, dan mendukung proses pemulihan kasus bullying. (Anita, Tini & Ratnawulan, 2025); Sidera et al., 2020)	Kepala sekolah, guru, orang tua, komite	Dukungan keluarga meningkat; kasus bullying tidak berulang di lingkungan sosial siswa.
Penegakan Hukum dan Kebijakan Perlindungan Anak	Implementasi regulasi sekolah dan hukum nasional terkait perlindungan anak untuk memberi efek jera. (Moody & Stahel, 2025)	Kepala sekolah, komite sekolah, Dinas Pendidikan	Kepastian hukum dan keadilan bagi korban terjamin; sanksi bersifat edukatif dan proporsional.
Pemulihan Iklim Sekolah	Rehabilitasi suasana sekolah pasca kasus bullying melalui kegiatan sosial dan rekonstruksi norma kolektif. (Al-Ketbi et al., 2024)	Kepala sekolah, guru, siswa, OSIS	Lingkungan sekolah kembali aman; meningkatnya rasa kepercayaan antar komunitas sekolah.
Monitoring, Evaluasi, dan Tindak Lanjut Berkelanjutan	Pengawasan sistematis terhadap perubahan perilaku dan efektivitas penanganan kasus. (Ajibewa et al., 2025; Låftman et al., 2024)	Tim BK, kepala sekolah, Dinas Pendidikan	Keberlanjutan pencegahan terjamin; menurunnya angka kasus bullying berulang.

Pembahasan

1. Pengertian Bullying

Hasil telaah terhadap jurnal nasional dan internasional menunjukkan bahwa bullying di sekolah menengah merupakan fenomena multidimensional yang mencakup

aspek psikologis, sosial, dan budaya institusional sekolah. Secara umum, seluruh jurnal sepakat bahwa bullying adalah bentuk perilaku agresif yang dilakukan secara berulang dan disengaja, dengan adanya ketimpangan kekuasaan antara pelaku dan korban (Låftman et al., 2024; Wang et al., 2024). Dari hasil analisis literatur, ditemukan bahwa inti konseptual bullying mengandung tiga elemen utama, yaitu:

- 1) adanya niat untuk menyakiti, baik secara fisik maupun psikologis;
- 2) tindakan dilakukan secara berulang dalam jangka waktu tertentu; dan
- 3) terdapat ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban, baik secara fisik, sosial, maupun status

Pada konteks sekolah menengah, bullying sering muncul sebagai bentuk ekspresi dominasi dan pencarian identitas diri di kalangan remaja (Astifionita, 2024). Lingkungan sosial yang kompetitif, adanya hierarki antar siswa, serta norma kelompok yang permisif terhadap perilaku agresif memperkuat munculnya perilaku perundungan (Moody & Stahel, 2025). Hasil analisis ini memperlihatkan bahwa bullying bukan hanya masalah individual, melainkan produk dari interaksi sosial yang kompleks, di mana faktor personal, kelompok sebaya, dan budaya sekolah saling berpengaruh.

Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa bentuk bullying di sekolah menengah semakin beragam, meliputi bullying fisik, verbal, relasional, dan digital (*cyberbullying*) (Ajibewa et al., 2025; Al-Ketbi et al., 2024). Perubahan pola komunikasi remaja akibat penggunaan media sosial memperluas ruang terjadinya bullying, yang kini tidak lagi terbatas pada lingkungan sekolah fisik, tetapi juga di ranah daring. Fenomena *cyberbullying* ini berdampak lebih luas karena dapat terjadi kapan saja dan menimbulkan efek psikologis yang lebih mendalam bagi korban (Hughes et al., 2025).

Dari sisi psikologis, hasil analisis menunjukkan bahwa pelaku bullying cenderung memiliki tingkat empati rendah, kontrol diri lemah, dan kebutuhan tinggi untuk mendominasi (Sidera et al., 2020; Wang et al., 2024). Sementara korban biasanya menunjukkan tingkat kepercayaan diri rendah, perasaan tidak aman, serta gejala stres dan depresi yang berpengaruh terhadap performa akademik (Hughes et al., 2025). Di Indonesia, faktor-faktor seperti pola asuh otoriter, minimnya pengawasan guru, dan kurangnya pendidikan karakter di sekolah turut memperkuat prevalensi bullying (Mil & Ningsih, 2023).

Secara teoritis, Mil & Ningsih (2023) serta Kusumaningsih (2023) juga menambahkan bahwa perilaku agresif seperti bullying terbentuk melalui proses observasi, peniruan, dan penguatan sosial. Anak yang sering menyaksikan kekerasan dalam lingkungan keluarga atau sekolah akan lebih mungkin meniru perilaku tersebut. Di sisi lain, perspektif sosiologis memandang bullying sebagai refleksi dari struktur kekuasaan dan budaya sosial sekolah yang tidak seimbang (Låftman et al., 2024). Dengan kata lain, perilaku bullying bukan sekadar penyimpangan individu, melainkan bagian dari proses sosialisasi yang salah arah dalam konteks kelompok sebaya.

Secara keseluruhan, hasil analisis menunjukkan bahwa pengertian bullying harus dipahami secara holistik, mencakup dimensi perilaku, relasi sosial, serta konteks budaya sekolah. Bullying di sekolah menengah dapat didefinisikan sebagai tindakan agresif berulang yang dilakukan secara sengaja oleh individu atau kelompok terhadap seseorang yang lebih lemah, baik secara fisik maupun simbolik, dengan tujuan mendominasi, menyakiti, atau mengucilkan, yang dapat terjadi secara langsung maupun melalui media digital. Pemahaman yang komprehensif ini memiliki implikasi penting bagi praktik pendidikan. Sekolah tidak cukup hanya berfokus pada aspek penegakan disiplin, tetapi juga perlu mengembangkan strategi pencegahan berbasis karakter, intervensi sosial, dan

pembinaan empati, guna menciptakan lingkungan belajar yang aman, inklusif, dan bebas dari kekerasan terselubung.

2. Faktor Penyebab Bullying di Sekolah Menengah

Bullying di sekolah menengah disebabkan oleh kombinasi faktor individu, sosial, dan budaya institusional yang saling berinteraksi secara dinamis. Pola penyebab ini tidak berdiri sendiri, melainkan saling memperkuat melalui mekanisme psikologis dan sosial yang kompleks. Secara umum, temuan penelitian dapat diklasifikasikan ke dalam tiga kategori besar, yaitu faktor internal (psikologis individu), faktor eksternal (lingkungan sosial), dan faktor kontekstual sosial-budaya (sistem dan norma sosial sekolah).

a. Faktor Internal (Individu Pelaku dan Korban)

Faktor internal mencakup karakteristik kepribadian, emosi, dan moralitas individu baik pelaku maupun korban. Hasil penelitian (Sidera et al., 2020; Wang et al., 2024; Ajibewa et al., 2025) menunjukkan bahwa pelaku bullying umumnya memiliki tingkat empati rendah, kontrol diri lemah, serta kecenderungan untuk mendominasi orang lain. Mereka kerap menampilkan perilaku agresif sebagai bentuk kompensasi terhadap perasaan tidak aman atau untuk mendapatkan pengakuan sosial.

Selain itu, beberapa studi (Hughes et al., 2025; Låftman et al., 2024) menyoroti adanya kecenderungan narsistik dan distorsi moral, di mana pelaku merasa tindakannya sah atau bahkan dianggap sebagai bagian dari interaksi sosial normal di sekolah. Hal ini menunjukkan lemahnya literasi moral dan ketidakmampuan membedakan antara perilaku asertif dan agresif. Sementara itu, korban bullying sering kali menunjukkan harga diri rendah, kecemasan sosial, dan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan kelompok sebaya (Ni'mah, 2023; Rachmatan & Ayunizar, 2017). Kondisi psikologis ini menyebabkan korban sulit melapor atau melawan, sehingga memperkuat pola kekuasaan yang tidak seimbang.

Dalam konteks modern, muncul pula faktor baru berupa kecanduan media sosial dan kebutuhan akan pengakuan digital, yang berkontribusi pada meningkatnya kasus *cyberbullying* (Efianingrum, Dwiningrum & Nurhayati (2020). Ketergantungan pada validasi sosial daring memperlemah kemampuan remaja dalam mengontrol perilaku komunikasi dan empati digital. Dengan demikian, faktor internal berperan sebagai pemicu primer perilaku bullying, terutama ketika individu tidak memiliki regulasi emosi dan pemahaman moral yang kuat.

b. Faktor Eksternal (Lingkungan Sosial dan Sekolah)

Faktor eksternal meliputi lingkungan keluarga, hubungan teman sebaya, dan iklim sekolah. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pola asuh keluarga otoriter atau permisif menjadi penyebab dominan yang membentuk perilaku agresif pada remaja (Mil & Ningsih (2023). Anak yang sering menerima hukuman fisik atau kurang mendapat perhatian emosional dari orang tua cenderung meniru pola kekerasan tersebut di lingkungan sekolah. Selain keluarga, iklim sekolah yang tidak aman dan pengawasan guru yang lemah juga menjadi pemicu utama. Sekolah yang tidak menegakkan aturan secara konsisten menciptakan ruang bagi pelaku untuk menormalisasi perilaku agresif (Moody & Stahel, 2025). Banyak kasus bullying tidak terdeteksi karena minimnya koordinasi antara guru, wali kelas, dan konselor sekolah (Sabramani et al., 2021); Anita, Tini & Ratnawulan, 2025).

Budaya senioritas dan tekanan kelompok sebaya turut memperkuat perilaku bullying di sekolah menengah (Låftman et al., 2024). Dalam kelompok sosial remaja, agresivitas sering dipandang sebagai cara memperoleh status sosial dan rasa dihormati. Siswa yang menolak norma kelompok sering kali menjadi sasaran intimidasi. Faktor

eksternal lain yang berpengaruh adalah paparan media kekerasan seperti film, gim daring, dan konten digital yang menormalisasi kekuasaan dan dominasi (Ajibewa et al., 2025). Kondisi ini membentuk *social modeling* yang memperkuat perilaku agresif di dunia nyata. Dengan demikian, faktor eksternal berfungsi sebagai penguat dan pemelihara perilaku bullying, di mana interaksi sosial yang tidak sehat membentuk siklus kekerasan yang terus berulang di sekolah.

c. Faktor Kontekstual Sosial-Budaya (Struktural dan Nilai Kolektif Sekolah)

Faktor kontekstual berkaitan dengan struktur sosial dan budaya sekolah yang memengaruhi terbentuknya perilaku bullying secara sistemik. Sekolah yang memiliki budaya kompetitif dan hierarki sosial yang kuat cenderung meningkatkan kecenderungan dominasi antar siswa (Moody & Stahel, 2025). Dalam lingkungan seperti ini, nilai solidaritas dan empati sering tergantikan oleh semangat persaingan yang berlebihan.

Selain itu, kurangnya kebijakan anti-bullying dan mekanisme pelaporan kasus memperlemah sistem penegakan norma di sekolah (Yudha, Kadir & Bunga, 2025). Banyak sekolah belum memiliki prosedur tetap dalam menangani perundungan, sehingga kasus yang terjadi sering kali diselesaikan secara informal tanpa efek jera. Dari sisi budaya sosial, stereotip gender juga memainkan peran penting. Konsep *maskulinitas toksik* misalnya, mendorong siswa laki-laki menunjukkan kekuatan dengan perilaku agresif, sementara siswa perempuan menjadi lebih rentan terhadap bentuk *relational bullying* seperti gosip dan pengucilan (Hughes et al., 2025; Sidera et al., 2020).

Selain faktor struktural, lemahnya integrasi antara sekolah, keluarga, dan masyarakat dalam pendidikan karakter menyebabkan nilai-nilai moral tidak tertanam secara konsisten. Hasil sintesis menunjukkan bahwa lingkungan sosial yang permisif terhadap kekerasan berkontribusi besar terhadap keberlangsungan budaya bullying (Moody & Stahel, 2025). Secara konseptual, faktor kontekstual sosial-budaya menjadi lingkungan sistemik yang memungkinkan perilaku bullying bertahan dalam jangka panjang. Tanpa perubahan pada struktur sosial dan budaya sekolah, intervensi individual cenderung tidak berkelanjutan.

Temuan keseluruhan menunjukkan bahwa bullying di sekolah menengah bersifat multifaktorial, di mana faktor internal bertindak sebagai pemicu perilaku, faktor eksternal sebagai penguat, dan faktor kontekstual sosial-budaya sebagai sistem yang memelihara perilaku tersebut. Oleh karena itu, penanganan bullying perlu dilakukan melalui pendekatan komprehensif dan multilevel, meliputi:

- 1) Intervensi individual dengan penguatan empati, kontrol diri, dan pendidikan moral peserta didik.
- 2) Intervensi lingkungan sekolah dengan penerapan kebijakan disiplin, pelatihan guru, dan peningkatan fungsi layanan bimbingan konseling.
- 3) Intervensi sosial budaya dengan penanaman budaya anti-kekerasan, pelibatan orang tua, dan kolaborasi lintas lembaga dalam menciptakan iklim sekolah yang inklusif.

Pendekatan integratif ini sejalan dengan arah kebijakan pendidikan karakter nasional yang menekankan pembentukan *school well-being* dan pencegahan kekerasan berbasis nilai kemanusiaan dan empati.

3. Upaya Pencegahan Bullying di Sekolah Menengah

Pencegahan bullying di sekolah menengah merupakan aspek fundamental dalam menciptakan iklim pendidikan yang aman, inklusif, dan berorientasi pada kesejahteraan psikososial peserta didik. Berdasarkan hasil analisis jurnal nasional dan internasional, upaya pencegahan bullying menuntut pendekatan multidimensional yang melibatkan

pendidik, peserta didik, keluarga, serta dukungan kebijakan sekolah dan masyarakat. Upaya tersebut dapat dikategorikan ke dalam sepuluh strategi utama, sebagaimana diuraikan berikut ini.

a. Penguatan Pendidikan Karakter dan Literasi Sosial Emosional

Pendidikan karakter menjadi fondasi utama dalam mencegah perilaku bullying karena berfungsi menanamkan nilai empati, tanggung jawab, dan respek terhadap perbedaan. Penelitian Moody dan Stahel (2025) serta Sangadji (2025) menegaskan bahwa integrasi literasi sosial-emosional dalam kurikulum mampu mengembangkan kemampuan peserta didik dalam mengelola emosi, memahami perspektif orang lain, serta mengambil keputusan etis. Program pendidikan karakter efektif apabila diterapkan secara konsisten melalui pembelajaran kolaboratif, reflektif, dan berbasis nilai, bukan hanya dalam bentuk penyampaian teori moral. Dengan demikian, penguatan karakter menjadi pilar preventif jangka panjang terhadap terbentuknya perilaku agresif dan intimidatif di sekolah.

b. Kebijakan Sekolah Anti-Bullying dan Prosedur Pelaporan yang Efektif

Kebijakan sekolah anti-bullying berperan sebagai instrumen struktural yang memastikan adanya standar perilaku, mekanisme pelaporan, dan tindak lanjut terhadap kasus perundungan. Penelitian Yudha, Kadir & Bunga (2025) serta Låftman et al. (2024) menunjukkan bahwa sekolah yang memiliki SOP pelaporan dan sanksi yang transparan mampu menekan angka kasus bullying secara signifikan dibanding sekolah tanpa kebijakan tertulis. Pencegahan akan berjalan optimal bila terdapat komitmen kelembagaan, yang melibatkan kepala sekolah, guru, dan komite sekolah dalam menjaga disiplin dan keadilan sosial. Implementasi kebijakan yang konsisten membentuk budaya sekolah yang menolak kekerasan dan mendukung keterbukaan dalam pelaporan kasus.

c. Peran Aktif Guru dan Konselor dalam Deteksi Dini

Guru dan konselor sekolah berperan strategis sebagai garda depan dalam mendeteksi dini perilaku agresif dan mengintervensi sebelum terjadi eskalasi kekerasan. Penelitian oleh Nimala & Anisa (2024) serta Ardiyanti, Pujiyanti & Setyaningsih (2025) menunjukkan bahwa pelatihan guru dalam mengenali tanda-tanda emosional siswa berkontribusi signifikan terhadap penurunan frekuensi kasus bullying. Pendekatan pedagogi empatik dan komunikasi non-kekerasan perlu diperkuat agar guru mampu merespons perilaku siswa secara konstruktif. Selain itu, guru BK berperan sebagai mediator yang menyeimbangkan hubungan sosial siswa serta memberikan ruang aman bagi korban untuk melapor tanpa rasa takut.

d. Penguatan Dukungan Keluarga dan Kolaborasi Orang Tua

Keluarga merupakan lingkungan pertama yang membentuk perilaku sosial anak. Pola asuh yang otoriter atau permisif terbukti menjadi pemicu munculnya perilaku agresif pada remaja (Sabramani et al., 2021; Mil & Ningsih, 2023). Oleh karena itu, pencegahan bullying harus melibatkan keluarga melalui program parenting edukatif, komunikasi terbuka antara sekolah dan orang tua, serta edukasi keluarga tentang dampak psikologis bullying. Sekolah yang rutin melaksanakan forum komunikasi orang tua–guru menunjukkan penurunan tingkat kekerasan antar siswa karena tercipta kesinambungan nilai antara pendidikan formal dan rumah tangga. Dengan demikian, keluarga menjadi mitra utama dalam pengawasan dan pembentukan karakter anak.

e. Pengembangan Iklim Sekolah yang Inklusif dan Aman

Lingkungan sekolah yang inklusif dan aman menciptakan rasa memiliki (*sense of belonging*) yang kuat pada peserta didik. Penelitian Wang et al. (2024) dan Al-Ketbi et al. (2024) menyimpulkan bahwa iklim sekolah yang menghargai keberagaman, partisipatif, dan non-diskriminatif dapat menurunkan risiko terjadinya intimidasi sosial. Program

seperti “Teman Sebaya Anti-Bullying” dan “Sekolah Ramah Anak” terbukti efektif menumbuhkan solidaritas sosial dan menghapus hierarki sosial yang menjadi lahan subur bagi perilaku dominasi. Dengan demikian, iklim sekolah yang positif menjadi faktor pelindung (protective factor) terhadap munculnya kekerasan sosial di lingkungan pendidikan.

f. Kampanye dan Edukasi Anti-Bullying Berkelanjutan

Upaya pencegahan tidak hanya bersifat struktural, tetapi juga memerlukan strategi kultural melalui kampanye dan edukasi. Sidera et al. (2020) menegaskan bahwa kampanye kreatif berbasis media dan seni dapat meningkatkan kesadaran kolektif terhadap bahaya bullying. Kegiatan seperti Hari Anti-Bullying, lomba poster, video pendek, serta diskusi publik terbukti efektif dalam membangun budaya kepedulian sosial di kalangan remaja. Strategi ini tidak hanya mengedukasi siswa, tetapi juga menciptakan identitas kolektif sekolah sebagai komunitas anti-kekerasan.

g. Integrasi Teknologi untuk Pencegahan dan Pemantauan (Cyberbullying)

Fenomena *cyberbullying* menuntut strategi baru dalam pencegahan berbasis teknologi. Al-Ketbi et al. (2024) menunjukkan bahwa penggunaan sistem pelaporan digital yang anonim dan rahasia mendorong siswa lebih berani melaporkan kasus yang mereka alami. Selain itu, penguatan literasi digital melalui edukasi etika bermedia menjadi langkah penting untuk membangun tanggung jawab komunikasi di dunia maya. Sekolah yang menerapkan sistem pemantauan media sosial internal menunjukkan penurunan signifikan dalam kasus perundungan daring.

h. Pembentukan Peer Support System (Kelompok Teman Sebaya)

Keterlibatan siswa secara aktif dalam pencegahan bullying merupakan wujud pemberdayaan sosial yang efektif. Program peer support system memberikan ruang bagi siswa untuk saling mendukung, mengawasi, dan menegur perilaku negatif di antara rekan sebaya (Moody & Stahel, 2025). Model ini terbukti mampu meningkatkan solidaritas sosial, terutama bila didukung oleh pelatihan keterampilan komunikasi dan resolusi konflik. Siswa yang menjadi agen perubahan menunjukkan peningkatan empati dan kepercayaan diri dalam membela korban bullying.

i. Pelatihan Profesional untuk Tenaga Pendidik

Pelatihan profesional bagi guru dan tenaga kependidikan merupakan investasi jangka panjang dalam pencegahan bullying. Nimala & Anisa (2024) serta Ardiyanti, Pujianti & Setyaningsih (2025) menegaskan bahwa guru yang memahami psikologi remaja dan teknik komunikasi asertif mampu menciptakan lingkungan kelas yang aman secara emosional. Workshop tahunan tentang pencegahan kekerasan, manajemen konflik, dan pembelajaran berbasis empati perlu dijadikan program wajib di sekolah menengah. Guru yang terampil dalam deteksi dini dan intervensi sosial dapat mengurangi risiko eskalasi kasus perundungan di kelas.

j. Kolaborasi Lintas Sektor (Sekolah, Masyarakat dan Pemerintah)

Pencegahan bullying tidak dapat dilakukan secara parsial. Sidera et al. (2020) serta Hughes et al. (2025) menekankan pentingnya sinergi antara sekolah, masyarakat, dan pemerintah dalam membangun sistem perlindungan anak. Kolaborasi dengan Dinas Pendidikan, lembaga sosial, serta aparat hukum memperkuat jaminan perlindungan hukum bagi korban dan memastikan tindak lanjut terhadap pelaku. Sekolah yang menjalin kemitraan lintas sektor umumnya menunjukkan keberhasilan lebih tinggi dalam menurunkan kasus bullying dan membangun budaya anti-kekerasan secara berkelanjutan.

Dari berbagai strategi di atas, dapat disimpulkan bahwa pencegahan bullying di sekolah menengah harus dilakukan secara sistemik dan berlapis, melibatkan dimensi

personal, sosial, kelembagaan, dan struktural. Strategi yang menekankan pendidikan karakter dan kebijakan sekolah perlu disinergikan dengan dukungan keluarga, penguatan komunitas siswa, serta pemanfaatan teknologi digital yang bertanggung jawab. Dengan demikian, pencegahan bullying tidak hanya berorientasi pada pengendalian perilaku, tetapi juga pada pembangunan budaya sekolah yang berempati, adil, dan berkeadaban sosial.

4. Solusi Penanganan Kasus Bullying di Sekolah Menengah

a. Pendekatan Restoratif

Pendekatan restoratif menekankan pemulihan hubungan sosial antara pelaku, korban, dan komunitas sekolah melalui proses mediasi, dialog reflektif, dan rekonsiliasi. Metode ini bukan hanya menyelesaikan konflik, tetapi juga membangun kembali rasa saling percaya dan menciptakan kesadaran moral bahwa perilaku agresif memiliki konsekuensi sosial. Dalam konteks sekolah menengah, pendekatan ini terbukti efektif mengurangi perilaku agresif berulang karena melibatkan pelaku secara aktif dalam proses pertanggungjawaban sosial (Moody & Stahel, 2025).

b. Intervensi Psikologis Individual (Konseling dan Terapi)

Intervensi psikologis individual berfokus pada pemulihan kondisi emosional korban dan pelaku melalui terapi kognitif-perilaku, konseling emosional, dan *cognitive-behavioral intervention*. Pendekatan ini memperbaiki regulasi emosi, membangun kembali harga diri korban, serta membantu pelaku mengenali pola pikir agresif yang maladaptif. Konselor sekolah dan psikolog pendidikan memegang peran utama dalam memfasilitasi transformasi perilaku ini menuju perilaku prososial (Hughes et al., 2025; Ajibewa et al., 2025).

c. Intervensi Sosial Kelompok

Intervensi sosial kelompok melibatkan teman sebaya sebagai agen perubahan melalui dialog kelompok, mediasi konflik, dan dukungan sosial. Model ini menciptakan wadah aman bagi korban untuk berbagi pengalaman, sekaligus membangun empati dan solidaritas sosial antar siswa. Peer mediation terbukti mengurangi isolasi sosial dan meningkatkan kohesi kelompok sehingga mampu mencegah berulangnya kasus bullying (Låftman et al., 2024; Waang et al., 2025).

d. Intervensi Edukatif dan Reflektif untuk Pelaku

Pendekatan edukatif-reflektif bagi pelaku berfokus pada pembinaan karakter, bimbingan moral, dan refleksi nilai untuk mengembangkan pemahaman tentang konsekuensi perilaku agresif. Kegiatan seperti diskusi etis, *value clarification*, dan pembiasaan perilaku positif membantu pelaku menginternalisasi tanggung jawab sosial dan meningkatkan kompetensi empatik. Dengan demikian, intervensi ini tidak hanya menghentikan perilaku bullying, tetapi juga memperkuat pembentukan karakter peserta didik (Ardiyanti et al., 2025).

e. Dukungan Psikososial bagi Korban

Dukungan psikososial menyediakan ruang aman, pendampingan emosional, serta perlindungan bagi korban untuk memulihkan diri setelah mengalami bullying. Pendekatan ini mencakup konseling suportif, pendampingan oleh teman sebaya, hingga penciptaan *safe space* di sekolah. Dampak nyata dari strategi ini adalah meningkatnya kepercayaan diri korban, pemulihan kestabilan emosional, serta keterlibatan kembali dalam aktivitas sosial dan akademik (Astifionita, 2024; Wang et al., 2024).

f. Pendekatan Disiplin Positif dan Non-Punitive

Pendekatan disiplin positif mengganti pola hukuman konvensional dengan mekanisme reflektif, empatik, dan edukatif untuk membantu pelaku memahami

kesalahan dan memperbaiki perilaku. Dengan tidak menggunakan sanksi yang bersifat menghukum, sekolah dapat meminimalkan risiko munculnya dendam, perlawanan, atau siklus kekerasan yang baru. Pendekatan ini menekankan tanggung jawab personal dan kesadaran moral pelaku sebagai fondasi perubahan perilaku jangka panjang (Waang et al., 2025; Kusumardi, 2024).

g. Kolaborasi Sekolah, Orang Tua dan Masyarakat

Kolaborasi lintas sektor antara sekolah, orang tua, dan komunitas menjadi elemen penting dalam memastikan keberlanjutan penanganan bullying. Sinergi ini memperkuat komunikasi, mempercepat tindak lanjut kasus, serta menciptakan dukungan lingkungan yang konsisten baik di rumah maupun di sekolah. Keterlibatan orang tua secara aktif juga meningkatkan efektivitas intervensi dan mencegah terulangnya kasus bullying pada siswa (Anita et al., 2025; Sidera et al., 2020).

h. Penegakan Hukum dan Kebijakan Perlindungan Anak

Penanganan bullying perlu didukung oleh kebijakan sekolah dan regulasi perlindungan anak yang jelas, baik pada level institusional maupun nasional. Penegakan kebijakan ini memberikan kepastian hukum bagi korban serta memastikan bahwa sanksi bagi pelaku bersifat proporsional, edukatif, dan sesuai prinsip perlindungan anak. Dengan demikian, kebijakan ini berfungsi sebagai instrumen preventif sekaligus represif yang menjaga keamanan siswa di lingkungan pendidikan (Moody & Stahel, 2025).

i. Pemulihan Iklim Sekolah

Pemulihan iklim sekolah dilakukan dengan merehabilitasi norma, nilai kolektif, dan interaksi sosial pasca terjadinya kasus bullying. Kegiatan seperti kampanye anti-kekerasan, penguatan budaya apresiatif, dan kegiatan sosial kolaboratif dapat membangun kembali rasa aman dan kepercayaan di antara komunitas sekolah. Upaya ini penting untuk memastikan bahwa sekolah kembali menjadi ruang aman yang mendukung tumbuh kembang peserta didik (Al-Ketbi et al., 2024).

j. Monitoring, Evaluasi, dan Tindak Lanjut Berkelanjutan

Monitoring dan evaluasi berkelanjutan diperlukan untuk memastikan efektivitas seluruh program penanganan bullying. Pengawasan sistematis terhadap perubahan perilaku pelaku, kondisi korban, serta dinamika sosial sekolah memungkinkan pihak sekolah melakukan koreksi dan peningkatan kebijakan secara berkelanjutan. Upaya ini memastikan bahwa pencegahan tidak bersifat sesaat, tetapi menjadi bagian dari budaya institusional sekolah (Ajibewa et al., 2025; Låftman et al., 2024).

Sintesis temuan menunjukkan bahwa penanganan bullying di sekolah menengah menuntut pendekatan komprehensif yang mengintegrasikan pemulihan relasi sosial, intervensi psikologis, penguatan dukungan sebaya, dan pembinaan karakter pelaku. Pendekatan restoratif dan intervensi kognitif-perilaku terbukti efektif mengembalikan kesejahteraan emosional korban dan mengurangi kecenderungan agresif pelaku. Dukungan psikososial, disiplin positif, serta keterlibatan aktif orang tua dan masyarakat memperkuat proses pemulihan dan mencegah terulangnya kasus. Pada tataran institusional, penegakan kebijakan perlindungan anak, pemulihan iklim sekolah, serta monitoring berkelanjutan menjadi elemen kunci untuk memastikan keberlanjutan intervensi. Secara keseluruhan, penanganan bullying harus dipandang sebagai upaya sistemik yang menekankan keamanan, empati, dan transformasi budaya sekolah.

Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bullying di sekolah menengah merupakan fenomena multidimensional yang dipengaruhi oleh faktor internal, eksternal, dan konteks

sosial-budaya sekolah. Perilaku perundungan tidak hanya lahir dari rendahnya empati, kontrol diri, serta literasi moral individu, tetapi juga diperkuat oleh pola asuh keluarga yang tidak adaptif, lemahnya pengawasan guru dan BK, serta budaya kompetitif dan hierarki sosial di lingkungan sekolah. Perkembangan teknologi digital turut memperluas bentuk agresi melalui cyberbullying, yang berdampak lebih luas dan mendalam terhadap kesehatan psikologis peserta didik. Temuan ini menegaskan bahwa bullying merupakan masalah sistemik yang membutuhkan pemahaman komprehensif terhadap dinamika psikologis remaja dan struktur sosial sekolah.

Berdasarkan sintesis strategi pencegahan dan penanganan, penelitian ini menyimpulkan bahwa upaya mengatasi bullying harus dilakukan melalui pendekatan integratif yang mencakup penguatan pendidikan karakter dan literasi sosial-emosional, penerapan kebijakan anti-bullying yang tegas, deteksi dini oleh guru dan konselor, serta dukungan keluarga yang konsisten. Intervensi restoratif, konseling psikologis, dukungan sebaya, dan disiplin positif terbukti efektif dalam memulihkan kondisi korban dan mengurangi kecenderungan agresif pelaku. Pada tingkat kelembagaan, pemulihan iklim sekolah dan kolaborasi lintas sektor antara sekolah, orang tua, masyarakat, dan pemerintah menjadi kunci dalam membangun ekosistem pendidikan yang aman, inklusif, dan berkelanjutan. Temuan ini diharapkan memperkuat dasar teoretis dan praktik kebijakan sekolah dalam menciptakan lingkungan belajar yang bebas dari perundungan.

Referensi

- Ajibewa, T. A., Kershaw, K. N., Carnethon, M. R., Heard-Garris, N. J., Beach, L. B., & Allen, N. B. (2025). Peer bullying victimization, psychological distress, and the protective role of school connectedness among adolescents. *BMC public health*, 25(1), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-24002-6>
- Al Afghani, A. A., Sahna, A. R., & Amelia, R. (2025). Religiusitas Dan Hubungannya Dengan Perilaku Cyberbullying Pada Remaja Yang Bersekolah Di Islamic Based High School. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 12(1), 178-192. <https://jurnal.citrabakti.ac.id/index.php/jil/article/view/4754>
- Al-Ketbi, A., Elkonaishi, I., Abdullahi, A. S., Elbarazi, I., Hamada, B. A., & Grivna, M. (2024). Bullying victimization in schools in the United Arab Emirates: a cross-sectional study. *BMC public health*, 24(1), 3025. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20392-1>
- Anita, A., Tini, N., & Ratnawulan, T. (2025). Implementasi Guru Pembimbing BK dalam Mengatasi Bullying Siswa di SMP Negeri 59 Kota Bandung. *Jurnal Pendidikan Indonesia: Teori, Penelitian, dan Inovasi*, 5(4). <https://doi.org/10.59818/jpi.v5i4.1896>
- Ardiyanti, E., Pujiyanti, E., & Setyaningsih, R. (2025). Upaya Guru dalam Mengatasi Perilaku Bullying Melalui Penanaman Akhlakul Karimah Peserta Didik di Mts Hidayatul Muhtadiin: Penelitian. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 3(4), 3898-3905. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.1158>
- Astifionita, R. V. (2024). Memahami dampak bullying pada siswa sekolah menengah: Dampak emosional, psikologis, dan akademis, serta Implikasi untuk kebijakan dan praktik sekolah. *Lebah*, 18(1), 36-46. <https://plus62.isha.or.id/index.php/abdimas/article/view/238>
- Cahyaningrum, V. D., Handarini, D. M., & Simon, I. M. (2024). Pengembangan panduan pelatihan empati menggunakan teknik sinema edukasi untuk mencegah perilaku

- bullying siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 3(3), 11. <https://citeus.um.ac.id/jkbk/vol3/iss3/11>
- Efianingrum, A., Dwiningrum, S. I. A., & Nurhayati, R. (2020). Cyberbullying pelajar SMA di media sosial: Prevalensi dan rekomendasi. *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi Dan Aplikasi*, 8(2), 144-153. <https://doi.org/10.21831/jppfa.v8i2.38300>
- Firmansyah, K. C., & Basit, A. (2024). Social Media and Cyberbullying Behavior: (Case Study at SMA Negeri 6 Tangerang). *Jurnal Komunikasi*, 18(2), 184-196. <https://doi.org/10.21107/ilkom.v18i2.27113>
- Gunada, I. W., Ayub, S., Rahayu, S., Verawati, N. N. S. V., & Haqqi, M. A. (2025). Gerakan Anti Bullying: Edukasi dan Strategi Pencegahan Untuk Siswa SMA Negeri 2 Jonggat. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 8(3), 936-943. <https://doi.org/10.29303/jpmipi.v8i3.12882>
- Handayani, F., Cahyani, T. H., & Lestari, A. (2025). Kebijakan Sekolah dalam Menangani Pelaku Bullying Yang Berstatus Anak di Bawah Umur. *Kariman: Jurnal Pendidikan Keislaman*, 13(1), 43-53. <https://doi.org/10.52185/kariman.v13i1.671>
- Hughes, A., Grey, E., Haigherty, A. et al. (2025). Weight-related bullying in schools: a review of school anti-bullying policies. *BMC Public Health* 25, 2006. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23170-9>
- Kusumaningsih, L. P. S. (2023). Perilaku Perundungan (Bullying) ditinjau dari Teori Pembelajaran Sosial. *SENRIABDI*, 63-71. <https://jurnal.usahidsolo.ac.id/index.php/SENRIABDI/article/view/1589>
- Kusumardi, A. (2024). Teknik Restitusi dalam Menangani Pelaku Bullying, Perundungan Pada Kurikulum Merdeka. *LENTERNAL: Learning and Teaching Journal*, 5(3), 286-298. <https://doi.org/10.32923/lenternal.v5i3.5051>
- Låftman, S. B., Grigorian, K., Lundin, A., Östberg, V., & Raninen, J. (2024). Bullying experiences before and after the transition from lower to upper secondary school: associations with subsequent mental health in a Swedish cohort. *BMC public health*, 24(1), 27. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17443-4>
- Mashuri, S. F., & Ambarwati, K. D. (2024). *Self-esteem pada remaja korban cyberbullying di SMA Islam Sudirman Ambarawa*. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 6(2), 307-317. <https://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/PSIKOLOGI/article/download/16079/pdf>
- Mil, S., & Ningsih, A. S. (2023). Pengaruh pola asuh otoriter terhadap perilaku agresif anak. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 6(2), 219-225. <https://doi.org/10.31004/aulad.v6i2.500>
- Moody, Z., & Stahel, T. (2025). School bullying: children and adolescent norms, cultures and identity development. In *Frontiers in Education* (Vol. 10, p. 1497681). Frontiers Media SA. <https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1497681>
- Nenotek, D. Y., Fa'o, E., Suri, Y. D., Ottu, M. A., Tapatab, L., Tugu, I. A., & Lala, S. G. U. (2025). Hubungan Antara Bullying di Sekolah Dasar Terhadap Perkembangan Karakter Antisosial Pada Siswa. *Edukatif: Jurnal Kreativitas dalam Pendidikan*, 6(1). <https://ijurnal.com/1/index.php/jkp/article/view/430>
- Ni'mah, S. A. (2023). Pengaruh cyberbullying pada kesehatan mental remaja. In *Prosiding Seminar Sastra Budaya dan Bahasa (SEBAYA)* (Vol. 3, pp. 329-338). <https://e-journal.unmas.ac.id/index.php/sebaya/article/view/7002>
- Nimala, C., & Anisa, A. (2024). Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Perilaku Bullying Siswa di UPTD SMP Negeri 1 Mendo Barat. *IJoCE: Indonesian Journal of Counseling and Education*, 5(1), 1-8. <https://rumahjurnal.iainsasbabel.ac.id/IJoCE/article/view/4946>

- Rachmatan, R., & Ayunizar, S. R. (2017). Cyberbullying pada remaja sma di banda aceh. *Jurnal Insight Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember*, 13(2), 67-79. https://www.researchgate.net/profile/Risana-Rachmatan/publication/324220775_CYBERBULLYING_PADA_REMAJA_SMA_DI_BANDA_ACEH/links/5ac5d2ad0f7e9b1067d4db84/CYBERBULLYING-PADA-REMAJA-SMA-DI-BANDA-ACEH.pdf
- Rahayu, R. R., Rahmawati, I., & Asmen, F. (2023). Perilaku Cyberbullying di SMA Negeri 1 Kepenuhan. *TANJAK: Journal of Education and Teaching*, 4(1), 54-61. <https://doi.org/10.35961/tanjak.v4i1.733>
- Rahim, A., & Suyitno, S. (2024). Program pelatihan upaya anti bullying di sekolah dan lingkungan. *SABAJAYA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(05), 230-236. <https://doi.org/10.59561/sabajaya.v2i05.437>
- Rokhanawati, D., SiT, S., Kurniawati, H. F., & SiT, S. (2020). *Gambaran Kejadian Bullying Pada Remaja* (Doctoral dissertation, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta).
- Sabramani, V., Idris, I. B., Ismail, H., Nadarajaw, T., Zakaria, E., & Kamaluddin, M. R. (2021). Bullying and Its Associated Individual, Peer, Family and School Factors: Evidence from Malaysian National Secondary School Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13), 7208. <https://doi.org/10.3390/ijerph18137208>
- Sangadji, H. (2025). Character Education As A Preventive Efforts Against Bullying In Elementary School Students. *Jurnal Pendidikan Dan Ekonomi (JUPEK)*, 6(2), 183-190. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15582036>
- Setiawan, A. K., Fatgehipon, A. H., & Martini, M. (2025). Deskripsi Strategi Penanganan Bullying Terhadap Peserta Didik Berkebutuhan Khusus (PDBK) di SMP Negeri 70 Jakarta. *Al-Irsyad: Journal of Education Science*, 4(2), 351-366. <https://doi.org/10.58917/aijes.v4i2.277>
- Sidera, F., Serrat, E., Collell, J., Perpiñà, G., Ortiz, R., & Rostan, C. (2020). Bullying in Primary School Children: The Relationship between Victimization and Perception of Being a Victim. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24), 9540. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249540>
- Sinta, T. B., Hastuti, N. M., & Sari, N. L. (2025). Edukasi Anti Bullying Upaya Pencegahan Tindakan Kekerasan pada Remaja. *Dedication: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 9(1), 75-80. <https://doi.org/10.31537/dedication.v9i1.2263>
- Sugiarto, J. (2025). *Sekolah Tanpa Perundungan: Integrasi Perspektif Akademik dan Praktik*. PT. Revormasi Jangkar Philosophia.
- Syawitri, M. (2024). Peran Keluarga dalam Mencegah Perilaku Bullying: Upaya Kolaboratif dengan Sekolah dan Pemerintah. *Al-Amin: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Sosial Humaniora*, 1(2), 171-178. <https://doi.org/10.53398/alaman.v1i2.332>
- Sylvia, R. (2025). Efektivitas Kebijakan Hukum dalam Penanganan Kasus Bullying di Perguruan Tinggi dan Faktor Penghambat Implementasinya. *Disiplin: Majalah Civitas Akademika Sekolah Tinggi Ilmu Hukum sumpah Pemuda*, 31(1), 77-96. <https://doi.org/10.46839/disiplin.v31i1.1166>
- Tajik, B., E Pickett, K., E Roberts, K., & Bryant, M. (2025). Relationship Between School-Based Bullying Behaviours and Happiness, and the Mediating Role of Body Mass Index at School-entry: Evidence from the Born in Bradford Primary School Years Study. *Wellcome Open Research*, 10, 451. <https://doi.org/10.12688/wellcomeopenres.24593.1>
- Utami, F. P., Sari, D. P., & Ristianti, D. H. (2024). *Permasalahan Bullying Yang Dialami Siswa Dan Rencana Tindak Lanjut Guru Pembimbing Dalam Menyikapinya (Studi di SMP*

- Negeri 1 Kepahiang*) (Doctoral dissertation, Institut Agama Islam Negeri Curup).
<http://e-theses.iaincurup.ac.id/id/eprint/7756>
- Waang, Y. E., Konay, J. P., Pairikas, F., Leobisa, J., & Saingo, Y. A. (2025). Korban Ke Penyitas: Upaya Sekolah Mengatasi Bullying Fisik Melalui Pendekatan Empatik. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan/ E-ISSN: 3063-1467*, 2(2), 35-44.
<https://jurnal.kopusindo.com/index.php/jipk/article/view/1075>
- Wang, X., Shi, L., Ding, Y., Liu, B., Chen, H., Zhou, W., Yu, R., Zhang, P., Huang, X., Yang, Y., & Wu, Z. (2024). School Bullying, Bystander Behavior, and Mental Health among Adolescents: The Mediating Roles of Self-Efficacy and Coping Styles. *Healthcare*, 12(17), 1738. <https://doi.org/10.3390/healthcare12171738>
- Wardhani, P. S. N., & Alawiyah, T. (2024). Penanaman Nilai-Nilai Karakter kepada Generasi Muda untuk Mencegah Perundungan. *Ducare: Journal of Education and Learning*, 1(2), 59-74.
<https://jurnal.limitlabel.com/index.php/ducare/article/view/75>
- Yudha, W. Y., Kadir, Y. K., & Bunga, M. B. (2025). Efektifitas Pencegahan Dan Penanganan Hukum Terhadap Tindak Pidana Bullying. *Gorontalo Justice Research*, 1(1), 124-136.
<https://jurnal.unigo.ac.id/index.php/gjr/article/view/4148>
- Yusliwidaka, A., Rihardi, S. A., & Pembayun, J. G. (2021). Upaya Preventif terhadap Perilaku Cyber Bullying di Kalangan Siswa SMA Negeri di Kota Magelang. *Indonesian Journal Of Community Service*, 1(1), 38-47.
<http://ijocs.rcipublisher.org/index.php/ijocs/article/view/20>