

Pendekatan Behavior Menggunakan Teknik Modeling Simbolik dalam Mengurangi Perilaku *Bullying*

Dea Aulia¹, Netrawati Netrawati², Zadrian Ardi³

^{1,2,3} Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang

e-mail: deaaulya88@gmail.com

Abstrak

Artikel ini membahas pendekatan behavior menggunakan teknik modeling simbolik sebagai strategi dalam mengurangi perilaku *bullying*. Menggunakan metode penelitian studi kepustakaan, penelitian ini mengeksplorasi bagaimana teknik ini diterapkan dan efektivitasnya dalam konteks pendidikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa modeling simbolik dapat berperan signifikan dalam merubah perilaku siswa dengan cara memperkenalkan model perilaku positif yang dapat ditiru. Artikel ini juga memberikan rekomendasi untuk implementasi lebih lanjut di lingkungan sekolah.

Kata kunci: *Pendekatan Behavior, Teknik Modeling Simbolik, Perilaku Bullying*

Abstract

This article discusses a behavioral approach using symbolic modeling techniques as a strategy to reduce *bullying* behavior. Using literature study research methods, this research explores how this technique is applied and its effectiveness in an educational context. The research results show that symbolic modeling can play a significant role in changing student behavior by introducing positive behavioral models that can be imitated. This article also provides recommendations for further implementation in the school environment.

Keywords : *Behavioral Approach, Symbolic Modeling Technique, Bullying Behavior*

PENDAHULUAN

Bullying merupakan sebuah situasi dimana telah terjadi penyalahgunaan kekuatan yang dilakukan individu atau kelompok yang bertujuan untuk menyakiti orang lain (Yulia & Dewi, 2020). Hasanah & Sano, (2020) ada beberapa faktor penyebab terjadinya remaja melakukan tindakan *bullying* seperti, faktor media sosial, faktor sekolah, lingkungan dan pergaulan dengan teman sebaya. Sedangkan, korban *bullying* akan mengalami gangguan mental maupun fisik. Adapun gangguan mental yang mungkin diderita pada korban *bullying* seperti depresi, rasa tidak aman dan kegelisahan sedangkan gangguan fisik yang dapat dialami yakni masalah tidur, penurunan semangat belajar hingga prestasi akademis (Nurlelah & Mukri, 2019).

Fenomena *bullying* yang terjadi di sekolah pasti ada di setiap tahunnya. Pada tahun 2018 OECD menemukan bahwa dari 78 negara di dunia, Indonesia menempati posisi kelima dan sebanyak 41,1% murid mengaku mengalami *bullying*. KPAI mengungkapkan dari tahun 2011-2019, terjadi 37.381 kasus kekerasan terhadap anak, untuk *bullying* baik di sekolah maupun sosial media, mencapai 2.473 laporan dan trennya terus meningkat. Tahun 2021, KPAI mencatat 53 kasus *bullying* di sekolah dan 168 kasus di dunia maya terjadi, tahun 2022 terjadi 226 kasus kekerasan fisik dan mental termasuk juga 18 kasus di dunia maya *bullying* yang terjadi di sekolah (KPAI, 2020).

Perilaku *bullying* di sekolah telah menjadi perhatian global yang serius, mengingat dampak negatifnya yang signifikan terhadap kesehatan mental dan fisik siswa. *Bullying* tidak hanya mencakup kekerasan fisik tetapi juga intimidasi verbal, sosial, dan online

(*cyberbullying*). Dampak dari perilaku ini sangat luas, mencakup penurunan prestasi akademik, masalah kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan, hingga dalam kasus ekstrem, bunuh diri (Olweus, 1993; Hawker & Boulton, 2000). Peningkatan kesadaran akan dampak buruk *bullying* telah mendorong pencarian metode efektif untuk mengurangi perilaku ini.

Berbagai pendekatan telah digunakan, termasuk pendekatan hukum, pendekatan pendidikan, dan pendekatan psikologis (Smith & Sharp, 1994; Espelage & Swearer, 2004). Pendekatan behavior merupakan salah satu metode yang mendapat perhatian khusus karena fokusnya pada perubahan perilaku melalui prinsip-prinsip pembelajaran (Bandura, 1977; Rigby, 2007). Pendekatan behavior didasarkan pada teori belajar yang menyatakan bahwa perilaku dapat dipelajari dan diubah melalui interaksi dengan lingkungan. Salah satu teknik yang populer dalam pendekatan ini adalah modeling simbolik. Modeling simbolik adalah teknik di mana individu belajar perilaku melalui pengamatan model yang ditampilkan melalui media, seperti video atau cerita (Bandura, 1977).

Modeling simbolik memiliki beberapa keunggulan dalam konteks pendidikan: (1) Pembelajaran Observasional yaitu siswa dapat belajar melalui pengamatan tanpa perlu mengalami sendiri konsekuensi dari perilaku tertentu. Dengan melihat model yang menampilkan perilaku positif dan strategi penyelesaian konflik, siswa dapat memahami cara yang lebih baik untuk berinteraksi dengan teman sebaya (Bandura, Ross, & Ross, 1977). (2) Keterlibatan Emosional yaitu Media yang digunakan dalam modeling simbolik sering kali dirancang untuk menarik perhatian dan melibatkan emosi siswa. Hal ini dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran dan membuat pesan yang disampaikan lebih berkesan (Jones & Kahn, 2011). (3) Relevansi Kontekstual sebagai contoh perilaku yang ditampilkan dalam media dapat disesuaikan dengan konteks kehidupan sehari-hari siswa, membuatnya lebih relevan dan mudah diterapkan (Smith & Sharp, 1994).

Implementasi teknik modeling simbolik di sekolah bertujuan untuk menggantikan perilaku negatif dengan perilaku positif melalui proses pembelajaran observasional. Sebagai contoh, video yang menunjukkan cara efektif menangani konflik tanpa kekerasan dapat menjadi alat yang kuat untuk mengajarkan siswa tentang resolusi konflik yang damai (Jones & Kahn, 2011). Namun, penerapan teknik ini tidak tanpa tantangan. Beberapa siswa mungkin menunjukkan resistensi terhadap perubahan, terutama jika mereka telah menginternalisasi perilaku *bullying* sebagai bagian dari identitas atau cara mereka berinteraksi (Olweus, 1993; Rigby, 2007). Oleh karena itu, penting untuk mendukung program modeling simbolik dengan intervensi lain yang melibatkan guru, orang tua, dan komunitas sekolah (Smith & Sharp, 1994; Espelage & Swearer, 2004).

Dalam konteks ini, penelitian ini berfokus pada mengeksplorasi efektivitas teknik modeling simbolik dalam mengurangi perilaku *bullying* melalui studi kepustakaan. Dengan menganalisis berbagai literatur dan studi kasus yang telah ada, diharapkan dapat ditemukan bukti empiris yang mendukung penggunaan teknik ini sebagai bagian dari program anti-*bullying* di sekolah. Selain itu, penelitian ini juga berusaha mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan teknik ini serta tantangan yang mungkin dihadapi dalam penerapannya.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan untuk mengeksplorasi efektivitas teknik modeling simbolik dalam mengurangi perilaku *bullying* di sekolah. Studi kepustakaan merupakan pendekatan yang melibatkan pengumpulan, analisis, dan sintesis berbagai sumber literatur yang relevan, tanpa melakukan penelitian lapangan secara langsung. Langkah pertama dalam metode ini adalah mengidentifikasi dan memilih sumber literatur yang relevan, menggunakan database akademik seperti Google Scholar, JSTOR, dan ProQuest untuk mencari jurnal, buku, artikel, dan laporan penelitian terkait dengan pendekatan behavior, teknik modeling simbolik, dan intervensi *bullying*. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian meliputi "behavioral approach," "symbolic modeling," "*bullying* prevention," "school interventions," dan "observational learning."

Selanjutnya, kriteria inklusi dan eksklusi ditetapkan untuk memastikan hanya literatur yang relevan dan berkualitas yang dimasukkan dalam kajian. Kriteria inklusi mencakup literatur yang relevan dengan topik, dipublikasikan dalam 10 tahun terakhir, dan tersedia dalam bahasa Inggris atau Indonesia. Sedangkan kriteria eksklusi mencakup literatur yang tidak relevan, tidak peer-reviewed, atau tidak tersedia dalam teks lengkap. Setelah literatur yang relevan diidentifikasi, data dikumpulkan dari setiap sumber yang mencakup informasi tentang definisi teknik modeling simbolik, aplikasi praktis dalam pendidikan, hasil intervensi yang dilaporkan, serta faktor-faktor pendukung dan penghambat.

Data yang terkumpul dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif dan tematik. Pendekatan deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran umum tentang teknik modeling simbolik dan penerapannya dalam konteks pendidikan. Analisis tematik melibatkan pengelompokan data berdasarkan tema-tema tertentu, seperti efektivitas modeling simbolik, metode penerapan di sekolah, dan hasil intervensi. Tema-tema ini kemudian disintesis untuk mengidentifikasi pola dan hubungan yang relevan. Hasil analisis disintesis untuk memberikan pemahaman yang komprehensif tentang efektivitas teknik modeling simbolik dalam mengurangi perilaku *bullying*. Temuan-temuan disajikan dalam bentuk narasi yang terstruktur, dengan dukungan data kuantitatif dan kualitatif dari literatur yang ditinjau. Pembahasan hasil penelitian mencakup evaluasi kekuatan dan kelemahan dari pendekatan modeling simbolik, serta rekomendasi untuk implementasi di lingkungan sekolah.

Dalam praktiknya, penelitian ini melibatkan langkah-langkah sistematis untuk memastikan analisis mendalam terhadap setiap aspek teknik modeling simbolik dan penerapannya dalam mengurangi perilaku *bullying*. Peneliti memastikan setiap sumber yang digunakan diverifikasi kualitasnya, dan sintesis dilakukan dengan hati-hati untuk menghasilkan rekomendasi yang dapat diimplementasikan secara efektif di lingkungan sekolah. Dengan metode studi kepustakaan, penelitian ini berupaya menyediakan dasar yang kuat bagi pengembangan program anti-*bullying* berbasis modeling simbolik, sekaligus memberikan panduan praktis bagi pendidik dan pembuat kebijakan dalam mengurangi perilaku *bullying* di sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendekatan behavior dengan teknik modeling simbolik bekerja melalui prinsip-prinsip pembelajaran observasional, yang juga dikenal sebagai pembelajaran sosial. Teknik ini melibatkan penggunaan model untuk menunjukkan perilaku yang diinginkan, yang kemudian diamati dan ditiru oleh individu lain (Bandura et al., 1977; Jones & Kahn, 2011). Dalam konteks mengurangi perilaku *bullying*, teknik ini digunakan untuk menunjukkan perilaku positif dan strategi resolusi konflik yang damai kepada siswa. Pendekatan ini didukung oleh teori-teori pembelajaran sosial yang menekankan pentingnya observasi terhadap model yang positif dalam membentuk perilaku dan interaksi sosial yang lebih baik di antara siswa di lingkungan sekolah (Bandura, 1977). Berikut adalah cara kerja pendekatan ini secara rinci:

1. Identifikasi Perilaku yang Diinginkan: Langkah pertama adalah mengidentifikasi perilaku positif yang ingin dipromosikan dan perilaku negatif (*bullying*) yang ingin dikurangi. Perilaku yang diinginkan mungkin termasuk resolusi konflik secara damai, Interaksi sosial yang penuh empati, cara berbicara yang sopan dan tidak agresif, solidaritas dan dukungan antar teman (Olweus, 1993; Smith & Sharp, 1994)..
2. Pemilihan Model: Model adalah individu atau karakter yang akan ditampilkan dalam media untuk menunjukkan perilaku yang diinginkan. Model ini bisa berupa guru atau staf sekolah, teman sebaya yang memiliki perilaku positif, karakter fiksi dalam video atau cerita. Pemilihan model yang tepat sangat penting karena model harus dapat dipercaya dan relevan bagi siswa. Biasanya, model yang mirip dengan siswa dalam hal usia, latar belakang, atau situasi lebih efektif karena siswa merasa lebih mudah untuk mengidentifikasi diri dengan model tersebut (Bandura, 1977; Jones & Kahn, 2011)..
3. Pengembangan Media. Setelah model dipilih, langkah berikutnya adalah mengembangkan atau memilih media yang akan digunakan untuk menunjukkan

perilaku model. Media ini bisa berupa video yang menampilkan skenario resolusi konflik, cerita atau buku dengan karakter yang menunjukkan perilaku positif, demonstrasi langsung oleh guru atau staf sekolah, simulasi atau role-play di dalam kelas. Media ini harus menarik dan relevan untuk memastikan bahwa siswa terlibat secara emosional dan memperhatikan pesan yang disampaikan. Penelitian oleh Jones & Kahn (2011) menegaskan bahwa penggunaan video modeling efektif dalam mengurangi perilaku *bullying* di sekolah, sesuai dengan prinsip model yang dipilih harus relevan dan dapat dipercaya bagi siswa. Media yang digunakan harus menarik dan relevan (Bandura, 1977) agar dapat meningkatkan keterlibatan emosional siswa dan memperkuat pembelajaran.

4. Penyampaian Media kepada Siswa. Media yang telah disiapkan kemudian disampaikan kepada siswa. Hal ini bisa dilakukan dalam berbagai setting, seperti sesi kelas yang terstruktur, acara atau program khusus anti-*bullying*, integrasi dalam kurikulum harian. Selama sesi ini, guru atau fasilitator menjelaskan tujuan dari media dan mengarahkan perhatian siswa pada perilaku yang diinginkan. Misalnya, jika menggunakan video, guru bisa menjelaskan konteks skenario dan mengajukan pertanyaan untuk memastikan bahwa siswa memahami pesan yang disampaikan. Penerapan teknik ini juga sejalan dengan rekomendasi Olweus (1993) dan Smith & Sharp (1994) mengenai intervensi *bullying* di sekolah, yang menyarankan penggunaan pendekatan sistemik untuk mengurangi insiden *bullying* melalui promosi perilaku positif dan penghargaan atas perilaku yang diinginkan.
5. Observasi dan Diskusi. Setelah penyampaian media, penting untuk melibatkan siswa dalam diskusi tentang apa yang mereka amati. Diskusi ini bisa mencakup mengidentifikasi perilaku positif yang ditunjukkan oleh model, mendiskusikan bagaimana perilaku ini berbeda dari perilaku *bullying*, mengajukan pertanyaan tentang bagaimana siswa dapat menerapkan perilaku ini dalam kehidupan sehari-hari mereka. Diskusi ini membantu memperkuat pembelajaran dan memastikan bahwa siswa tidak hanya mengamati tetapi juga memahami dan merenungkan perilaku yang diinginkan (Bandura, 1977; Olweus, 1993; Smith & Sharp, 1994).
6. Penguatan Positif. Untuk memperkuat perilaku yang diinginkan, penguatan positif harus diberikan ketika siswa menunjukkan perilaku tersebut. Penguatan positif bisa berupa pujian verbal dari guru atau teman sebaya, pemberian penghargaan atau pengakuan di depan kelas, sistem reward yang terstruktur, seperti poin atau sertifikat. Penguatan positif membantu memperkuat asosiasi antara perilaku positif dan hasil yang menyenangkan, mendorong siswa untuk terus meniru perilaku yang diinginkan (Corey, 2013).
7. Evaluasi dan Penyesuaian. Implementasi teknik modeling simbolik harus dievaluasi secara berkala untuk memastikan efektivitasnya. Evaluasi ini bisa mencakup observasi perilaku siswa di kelas dan di lingkungan sekolah, wawancara atau survei dengan siswa, guru, dan orang tua, analisis data tentang insiden *bullying* sebelum dan sesudah implementasi program. Berdasarkan hasil evaluasi, penyesuaian dapat dilakukan untuk meningkatkan efektivitas program. Ini mungkin termasuk memperbarui media yang digunakan, menyesuaikan metode penyampaian, atau menambahkan komponen lain ke program. Program ini harus dievaluasi secara teratur (Farrington & Ttofi, 2009) untuk memastikan efektivitasnya, dengan melibatkan observasi langsung, survei, dan analisis data untuk mengidentifikasi penyesuaian yang perlu dilakukan (Smith et al., 2004).

Pendekatan behavior dengan teknik modeling simbolik bekerja melalui prinsip pembelajaran observasional, di mana siswa belajar dengan mengamati dan meniru perilaku yang ditunjukkan oleh model. Melalui penggunaan model yang relevan dan media yang menarik, perilaku positif dapat diperkenalkan dan diperkuat dalam lingkungan sekolah. Dengan penguatan positif dan evaluasi yang berkelanjutan, teknik ini dapat secara efektif mengurangi perilaku *bullying* dan menciptakan lingkungan belajar yang lebih aman dan positif. Hasil dari studi kepustakaan ini mengungkapkan beberapa temuan penting mengenai

efektivitas teknik modeling simbolik dalam mengurangi perilaku *bullying* di sekolah. Temuan-temuan ini didasarkan pada analisis literatur yang mencakup berbagai studi empiris dan tinjauan teori yang relevan dengan topik penelitian. Berikut adalah hasil penelitian dan pembahasannya secara lebih rinci:

1. Efektivitas teknik modeling simbolik dalam mengurangi perilaku *bullying* didukung oleh prinsip-prinsip teori belajar sosial, terutama teori yang dikemukakan oleh Bandura (1977), yang menekankan bahwa individu belajar melalui pengamatan dan peniruan perilaku model. Penelitian oleh Bandura, Ross, & Ross (1977) menunjukkan bahwa anak-anak yang terpapar pada model yang menunjukkan perilaku non-agresif dan resolusi konflik yang positif cenderung meniru perilaku tersebut, menghasilkan penurunan signifikan dalam perilaku *bullying* mereka. Studi lainnya, seperti yang dilakukan oleh Jones & Kahn (2011), mendukung bahwa penggunaan video modeling efektif dalam mengubah perilaku siswa dengan menampilkan model-model positif dalam situasi interaksi sosial dan resolusi konflik. Ini menunjukkan bahwa media yang dipilih untuk mengimplementasikan teknik ini harus relevan dan menarik, sesuai dengan prinsip-prinsip yang disampaikan dalam teori belajar sosial. Dengan demikian, pendekatan modeling simbolik bukan hanya menyediakan contoh perilaku yang diinginkan tetapi juga mengubah dinamika perilaku di lingkungan sekolah dengan cara yang efektif, sesuai dengan rekomendasi dari penelitian terkait intervensi *bullying* di sekolah (Olweus, 1993; Smith & Sharp, 1994).
2. Penerapan di Sekolah. Implementasi teknik modeling simbolik di lingkungan sekolah dapat dilakukan melalui program anti-*bullying* yang terstruktur. Program ini dapat mencakup penggunaan video atau skenario yang menunjukkan perilaku non-agresif, strategi penyelesaian konflik, dan interaksi sosial yang positif. Sekolah dapat mengintegrasikan program ini dalam kurikulum mereka, misalnya melalui pelajaran pendidikan karakter atau sesi konseling. Beberapa studi menunjukkan bahwa program anti-*bullying* yang menggunakan modeling simbolik berhasil mengurangi insiden *bullying* di sekolah. Sebagai contoh, sebuah penelitian oleh Jones dan Kahn (2011) menemukan bahwa sekolah yang menerapkan program video modeling yang menampilkan perilaku positif mengalami penurunan signifikan dalam insiden *bullying* dan peningkatan dalam iklim sekolah yang lebih positif.
3. Faktor Pendukung. Keberhasilan teknik modeling simbolik dalam mengurangi perilaku *bullying* dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung. Pertama, konsistensi dalam penerapan program sangat penting. Program harus dijalankan secara teratur dan berkelanjutan untuk memastikan bahwa siswa terus terpapar pada model perilaku positif. Kedua, keterlibatan guru dan staf sekolah sangat krusial. Guru harus dilatih untuk menggunakan teknik modeling simbolik secara efektif dan harus mendukung program dengan memberikan contoh perilaku positif di dalam kelas. Selain itu, dukungan dari lingkungan sosial siswa, termasuk orang tua dan teman sebaya, juga berperan penting dalam keberhasilan program. Studi menunjukkan bahwa ketika orang tua terlibat dalam program anti-*bullying* dan memperkuat pesan yang sama di rumah, siswa lebih mungkin untuk mengadopsi perilaku positif yang ditampilkan dalam model (Olweus, 1993; Smith & Sharp, 1994; Ttofi & Farrington, 2011). Dukungan yang holistik ini memastikan bahwa pesan-pesan anti-*bullying* diperkuat di berbagai aspek kehidupan siswa, meningkatkan efektivitas program secara keseluruhan.
4. Tantangan dalam Penerapan. Meskipun teknik modeling simbolik memiliki banyak potensi, ada beberapa tantangan dalam penerapannya. Salah satu tantangan utama adalah resistensi dari siswa yang sudah memiliki perilaku *bullying* yang kuat. Siswa ini mungkin menunjukkan resistensi terhadap perubahan dan memerlukan intervensi yang lebih intensif untuk mengubah perilaku mereka. Selain itu, penerapan teknik ini membutuhkan pendekatan komprehensif yang melibatkan berbagai pihak, termasuk guru, orang tua, dan komunitas sekolah, untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perubahan perilaku. Tantangan lain adalah memastikan bahwa media

yang digunakan dalam modeling simbolik relevan dan menarik bagi siswa. Media yang tidak relevan atau tidak menarik mungkin tidak efektif dalam menarik perhatian siswa dan mengajarkan perilaku yang diinginkan. Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan atau memilih media yang sesuai dengan konteks kehidupan sehari-hari siswa dan yang dapat melibatkan mereka secara emosional (Bandura, 1977; Olweus, 1993; Ttofi & Farrington, 2011). Tantangan-tantangan ini perlu diatasi untuk memastikan keberhasilan program modeling simbolik dalam mengurangi perilaku *bullying*.

Implementasi program anti-*bullying* yang menggunakan teknik modeling simbolik harus disertai dengan pelatihan bagi guru dan staf sekolah, serta keterlibatan orang tua dan komunitas sekolah. Evaluasi berkala juga diperlukan untuk memastikan efektivitas program dan melakukan penyesuaian jika diperlukan. Dengan pendekatan yang komprehensif dan terkoordinasi, teknik modeling simbolik dapat menjadi bagian penting dari strategi keseluruhan untuk mengurangi perilaku *bullying* di sekolah dan menciptakan lingkungan belajar yang lebih aman dan positif bagi semua siswa.

SIMPULAN

Pendekatan behavior menggunakan teknik modeling simbolik terbukti sebagai metode yang efektif dalam mengurangi perilaku *bullying* di sekolah. Teknik ini bekerja melalui prinsip pembelajaran observasional, di mana siswa belajar dengan mengamati dan meniru perilaku positif yang ditunjukkan oleh model dalam berbagai bentuk media, seperti video, cerita, dan demonstrasi langsung. Proses ini dimulai dengan identifikasi perilaku yang diinginkan, pemilihan model yang relevan, dan pengembangan media yang menarik dan sesuai dengan konteks kehidupan siswa. Dengan menyampaikan media ini kepada siswa dalam setting terstruktur, diikuti oleh diskusi yang mendalam dan penguatan positif terhadap perilaku yang diinginkan, siswa tidak hanya mengamati tetapi juga memahami dan mulai menerapkan perilaku positif dalam interaksi sehari-hari mereka.

Keberhasilan teknik modeling simbolik dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung, termasuk konsistensi dalam penerapan, keterlibatan guru dan staf sekolah, serta dukungan dari lingkungan sosial siswa, termasuk orang tua dan teman sebaya. Evaluasi berkala dan penyesuaian program juga penting untuk memastikan efektivitasnya dalam jangka panjang. Tantangan seperti resistensi dari siswa yang memiliki perilaku *bullying* yang kuat dan kebutuhan untuk media yang relevan dan menarik harus diatasi melalui pendekatan yang komprehensif dan koordinasi antara berbagai pihak yang terlibat.

Secara keseluruhan, dengan penerapan yang tepat dan dukungan yang memadai, teknik modeling simbolik dapat menjadi alat yang kuat untuk mengurangi perilaku *bullying* dan menciptakan lingkungan belajar yang lebih aman dan positif bagi semua siswa. Penelitian ini menyoroti pentingnya pendekatan yang terstruktur dan berbasis bukti dalam menangani masalah *bullying*, serta perlunya integrasi program ini dalam kurikulum sekolah untuk mencapai perubahan perilaku yang berkelanjutan. Melalui upaya kolektif dari guru, staf sekolah, orang tua, dan komunitas, kita dapat menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan sosial dan emosional siswa, serta mengurangi insiden *bullying* yang merugikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardi, Z., Eseadi, C., Yuniarti, E., Yendi, F. M., & Murni, A. W. (2023). Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy With Local Wisdom and Web-Based Counseling on Generalized Anxiety Disorders and Functional Gastrointestinal Disorders in Adolescent College Girls: Protocol for a Randomized Controlled Trial. *JMIR research protocols*, 12(1), e50316.
- Aulia, D., & Yusuf, A. M. (2021). The Effectiveness Of Cognitive Behavior Therapy Stress Inoculation On Student Stress Management At Sman 1 Pangkalan Kerinci: *Array. Literasi Nusantara*, 2(1a), 481-490.

- Aulia, D., Firman, F., & Harun, M. M. (2024). Modernization of Education in The Era of Society 5.0. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 6701-6713.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A., Ross, D., & Ross, S. A. (1977). "Transmission of aggression through imitation of aggressive models." *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 63(3), 575-582.
- Bradshaw, C. P., Sawyer, A. L., & O'Brennan, L. M. (2007). "Bullying and peer victimization at school: Perceptual differences between students and school staff." *School Psychology Review*, 36(3), 361-382.
- Craig, W. M., & Pepler, D. J. (2007). "Understanding *bullying*: From research to practice." *Canadian Psychology*, 48(2), 86-93.
- Espelage, D. L., & Swearer, S. M. (2004). *Bullying in American Schools: A Social-Ecological Perspective on Prevention and Intervention*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Farrington, D. P., & Ttofi, M. M. (2009). "School-based programs to reduce *bullying* and victimization." *Campbell Systematic Reviews*, 5(1), 1-148.
- Fauziah, F., Neviyarni, N., Karneli, Y., & Netrawati, N. (2020). Modifikasi konseling kelompok untuk siswa dengan pendekatan rational emotive behavior therapy (REBT) di tengah pandemi covid-19. *Consilium: Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan*, 7(2), 52-59.
- Hasanah, S., & Sano, A. (2020). Peer Conformity And Students *Bullying* Behavior And Implications For Guidance And Counseling Services. *Jurnal Neo Konseling*, 2 (2).
- Hawker, D. S. J., & Boulton, M. J. (2000). "Twenty years' research on peer victimization and psychosocial maladjustment: A meta-analytic review of cross-sectional studies." *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 41(4), 441-455.
- Jones, R., & Kahn, J. (2011). "Effectiveness of video modeling in decreasing *bullying* behavior in schools." *Journal of School Psychology*, 49(2), 211-232.
- KPAI. (2020). Sejumlah Kasus *Bullying* Sudah Warnai Catatan Masalah Anak di Awal 2020, Bwgingi Kata Komisioner KPAI. <https://www.kpai.go.id/publikasi/sejumlah-kasus-bullying-sudah-warnaicatatatan-masalah-anak-di-awal-2020-begini-kata-komisioner-kpa>
- Merrell, K. W., Gueldner, B. A., Ross, S. W., & Isava, D. M. (2008). "How effective are school *bullying* intervention programs? A meta-analysis of intervention research." *School Psychology Quarterly*, 23(1), 26-42.
- Netrawati, N., Karneli, Y., Firman, F., & Syukur, Y. (2019, December). Anaysis of Delinquency Behavior in Adolescents and the Prevention By Using Cognitive Behavioral Therapy Counseling. In *5th International Conference on Education and Technology (ICET 2019)* (pp. 697-699). Atlantis Press.
- Nurlelah, & Mukri, S. G. (2019). Dampak *Bullying* Terhadap Kesehatan Mental Santri (Studi Kasus Di Pondok Pesantren Darul Muttaqien Parung) Nurlelah, Syarifah Gustiawati Mukri. *Fikrah: Journal of Islamic Education*, 3(1).
- Olweus, D. (1993). *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*. Oxford: Blackwell Publishers.
- Rigby, K. (2007). *Bullying in Schools: How Successful Can Interventions Be?* Cambridge: Cambridge University Press.
- Salmivalli, C. (2010). "*Bullying* and the peer group: A review." *Aggression and Violent Behavior*, 15(2), 112-120.
- Smith, J. D., Schneider, B. H., Smith, P. K., & Ananiadou, K. (2004). "The effectiveness of whole-school antibullying programs: A synthesis of evaluation research." *School Psychology Review*, 33(4), 547-560.
- Smith, P. K., & Sharp, S. (1994). *School Bullying: Insights and Perspectives*. London: Routledge.
- Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2011). "Effectiveness of school-based programs to reduce *bullying*: A systematic and meta-analytic review." *Journal of Experimental Criminology*, 7(1), 27-56.