

## Konsep Konseling Kelompok dalam Mengatasi Dampak Korban Bullying

Sonya Antika<sup>1</sup>, Caesaria Az Zahra<sup>2</sup>, Chelsea Rizky Valentine<sup>3</sup>, Muhammad Dicky Aditya<sup>4</sup>, Ratna Sari Dewi<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> Bimbingan dan Konseling, Universitas Sriwijaya  
e-mail: [sonyaantika6@gmail.com](mailto:sonyaantika6@gmail.com)

### Abstrak

Bullying merupakan masalah sosial yang berdampak signifikan pada kesejahteraan psikologis korban. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis konsep konseling kelompok sebagai intervensi untuk mengatasi dampak bullying. Metode yang digunakan adalah studi literatur sistematis dengan menelusuri database jurnal ilmiah, artikel yang relevan dianalisis kontennya untuk mengidentifikasi manfaat dan pendekatan konseling kelompok yang efektif bagi korban bullying. Hasil analisis menunjukkan bahwa konseling kelompok dapat memberikan dukungan sosial, mengembangkan keterampilan coping, dan meningkatkan harga diri korban bullying. Pendekatan seperti CBT, REBT, teori humanistik, dan *assertive training* terbukti efektif dalam membantu korban mengatasi dampak psikologis bullying. Konseling kelompok merupakan intervensi yang menjanjikan dan perlu dieksplorasi lebih lanjut dalam upaya mengatasi dampak bullying pada korban.

**Kata kunci:** *Konseling Kelompok, Korban Bullying*

### Abstract

Bullying is a social issue that significantly impacts the psychological well-being of victims. This study aims to analyze the concept of group counseling as an intervention to address the effects of bullying. The method used is a systematic literature review by searching scientific journal databases, with relevant articles analyzed for their content to identify the benefits and effective group counseling approaches for bullying victims. The analysis results show that group counseling can provide social support, develop coping skills, and enhance the self-esteem of bullying victims. Approaches such as CBT, REBT, humanistic theory, and assertive training have been proven effective in helping victims cope with the psychological effects of bullying. Group counseling is a promising intervention and should be further explored as an effort to address the impact of bullying on victims.

**Keywords :** *Group Counseling, Victim of Bullying*

### PENDAHULUAN

Upaya dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis individu berkaitan erat dengan tantangan sosial di era modern, salah satu tantangan yang signifikan adalah bullying, bullying bukan hanya sekadar kenakalan remaja biasa, melainkan tindakan yang dapat menyebabkan trauma berkepanjangan bagi korban dan dapat menyebabkan dampak psikologis jangka panjang bagi korbannya (Suriani et al., 2025). Korban bullying seringkali mengalami kesulitan dalam mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang sehat, di era yang penuh tekanan ini individu perlu mengembangkan kemampuan adaptif yang berfokus pada pemulihan dan ketahanan mental. Korban bullying perlu memproses pengalaman traumatis, mengelola emosi negatif, membangun kembali rasa percaya diri, dan mengembangkan strategi coping yang efektif. Ketahanan mental juga dapat digunakan untuk memprediksi kemampuan individu untuk mengatasi kesulitan di masa depan, karena ketahanan mental merupakan proses adaptasi positif terhadap kesulitan. Ketahanan mental adalah kemampuan untuk bangkit kembali dari kesulitan, beradaptasi dengan perubahan, dan tumbuh melalui pengalaman yang menantang yang berfokus pada pengembangan kemampuan individu untuk mengatasi stres secara efektif, membangun hubungan yang suportif, dan menemukan makna dalam kehidupan juga mendefinisikan ketahanan mental sebagai proses metakognitif yang mengajarkan cara memanfaatkan sumber daya dari dalam dan

luar untuk mengatasi tantangan dan mencapai sasaran. Ketahanan mental menantang individu untuk merefleksikan pengalaman mereka, mengidentifikasi kekuatan mereka, dan mengembangkan strategi untuk mengatasi tantangan di masa depan. Oleh karena itu, ketahanan mental korban bullying perlu dilatih dan dipulihkan sedini mungkin.

Bullying merupakan tindakan negatif yang sering terjadi di lingkungan sekitar dimana perlakuan bully ini dapat menimpa siapa saja, tanpa memandang status, gender, maupun usia. Namun, umumnya kasus bullying di kalangan remaja sering ditemukan di sekolah dan lingkungan sosial mereka (Fitri et al., 2016). Bullying juga merupakan fenomena sosial yang dapat berdampak besar pada kondisi kesehatan mental (Salsabillah et al., 2024). Bullying dapat menjadi awal mula terjadinya kekerasan, oleh karena itu tindakan bullying ini harus dicegah dan dilawan. Jika perilaku bullying bisa diatasi, maka secara otomatis perilaku kekerasan di sekolah dapat diminimalkan (Aly et al., 2025). Keterlibatan sekolah dalam menciptakan suasana yang aman dan nyaman merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis peserta didik dibandingkan sekolah-sekolah lain di dunia (WHO, 2018). Menurut Rahayu et al., (2019) sekolah perlu menyediakan guru dan ruang konseling sebagai upaya dalam menjaga kedisiplinan siswa. Kehadiran unit kedisiplinan diharapkan mampu mendorong siswa untuk mematuhi peraturan yang berlaku serta menumbuhkan rasa saling menghargai antar siswa, guru, dan seluruh warga sekolah. Data dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa prevalensi bullying di Indonesia masih tinggi dan memerlukan perhatian serius (UNICEF, 2020).

Penggunaan intervensi konseling kelompok merupakan salah satu alternatif bagi konselor atau psikolog untuk melatih dan mengukur level ketahanan mental peserta didik. Namun, pada kenyataannya penggunaan intervensi konseling kelompok masih sangat jarang digunakan dalam penanganan bullying, salah satu metode intervensi untuk memperkuat ketahanan mental bagi korban perundungan adalah melalui konseling kelompok. Konseling kelompok adalah upaya dukungan bagi individu atau konseli dalam suasana kelompok yang bersifat mendukung dan menyembuhkan, dengan fokus pada hubungan antara individu dan kelompok (Saragi et al., 2022). Konseling kelompok berfokus pada intervensi psikologis yang melibatkan sekelompok orang dengan masalah serupa yang bertemu secara rutin dengan seorang konselor atau psikolog untuk berbagi pengalaman, memberikan dukungan, serta mempelajari keterampilan mengatasi masalah yang efektif untuk meningkatkan ketahanan mental peserta didik karena intervensi ini memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk saling berbagi pengalaman, belajar dari orang lain, dan mengembangkan keterampilan sosial yang positif. Penelitian menurut Sawirah et al., (2024) intervensi konseling kelompok layak digunakan untuk meningkatkan ketahanan mental peserta didik, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tingkat ketahanan mental peserta didik yang mengikuti konseling kelompok meningkat secara signifikan. Untuk mengetahui kemampuan ketahanan mental peserta didik, maka diperlukan indikator-indikator yang mampu mengukur kemampuan tersebut, beberapa indikator ketahanan mental yaitu kemampuan untuk mengatasi stres, kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan, kemampuan untuk bangkit kembali dari kesulitan, kemampuan untuk membangun hubungan yang suportif, dan kemampuan untuk menemukan makna dalam kehidupan. Menurut Rosalindah (2024) perundungan adalah isu yang perlu dicegah karena dapat menyebabkan trauma bagi korban dan menimbulkan tekanan dalam perilakunya. Siswa yang bertindak sebagai pelaku perundungan juga memerlukan bimbingan, oleh karena itu guru bimbingan dan konseling dapat melakukan konseling untuk mengatasi masalah perundungan ini. Pengalaman perundungan adalah salah satu pengalaman traumatis yang sulit dihadapi oleh siswa, sehingga seringkali siswa mengalami kesulitan dalam mengatasi dampak psikologis yang ditimbulkan oleh bullying. Karakteristik masalah pada korban bullying adalah kesulitan dalam mengelola emosi, membangun hubungan sosial, dan mengembangkan rasa percaya diri. Sehingga sangat sesuai jika diterapkan intervensi konseling kelompok yang membutuhkan keterampilan berbagi pengalaman, memberikan dukungan, dan belajar keterampilan coping.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi konsep konseling kelompok sebagai metode intervensi dalam menangani dampak perundungan terhadap korban. Melalui studi literatur yang komprehensif, penelitian ini berupaya mengidentifikasi manfaat,

pendekatan, dan teknik konseling kelompok yang efektif dalam meningkatkan ketahanan mental dan kesejahteraan psikologis korban bullying.

## **METODE**

Artikel ini menerapkan metode tinjauan literatur sistematis untuk menganalisis konsep konseling kelompok dalam mengatasi dampak bullying. Metode ini dipilih untuk menemukan, menilai, dan menyintesis temuan relevan dari berbagai artikel jurnal ilmiah. Pencarian literatur dilakukan melalui basis data Google Scholar dengan kata kunci "konseling kelompok" dan "korban bullying". Artikel-artikel terpilih kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi (publikasi jurnal ilmiah yang telah melalui proses peer-review dalam dekade terakhir) serta eksklusi (artikel-artikel yang tidak relevan atau tidak memenuhi standar kualitas ilmiah). Analisis konten dilakukan secara kritis untuk menemukan tema utama, hasil penting, serta celah penelitian. Sintesis hasil ini bertujuan untuk memberikan pemahaman menyeluruh mengenai potensi konseling kelompok sebagai intervensi yang efektif bagi korban bullying.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Konseling kelompok muncul sebagai intervensi penting untuk mengatasi dampak psikologis bullying pada korban. Konseling kelompok secara signifikan mengurangi kecemasan, stres, dan depresi di kalangan korban perundungan, terutama ketika menggunakan teknik seperti pelatihan asertif misalnya sebuah studi menunjukkan bahwa peserta didik yang berpartisipasi dalam konseling kelompok mengalami kemajuan yang signifikan dalam kesehatan mental mereka. Guru bimbingan dan konseling memainkan peran penting dalam melaksanakan intervensi ini, menumbuhkan lingkungan yang mendukung, menghormati keberagaman dan meningkatkan ketahanan di kalangan siswa. Secara keseluruhan, integrasi strategi konseling kelompok tidak hanya mengurangi dampak langsung dari penindasan tetapi juga meningkatkan ketahanan psikologis jangka panjang para korban, sehingga berkontribusi pada iklim sekolah yang lebih sehat. Konseling kelompok merupakan bentuk layanan konseling di mana seorang konselor profesional melakukan wawancara bersama beberapa individu dalam sebuah kelompok kecil. (Yandri et Al., 2022). Konseling kelompok dapat menjadi pendekatan efektif dalam membantu korban bullying dengan menyediakan lingkungan yang aman dan mendukung. Melalui metode ini individu dapat berbagi pengalaman, mempelajari strategi menghadapi masalah, serta membangun ketahanan diri, salah satu manfaat utamanya adalah dukungan sosial, di mana korban dapat terhubung dengan orang lain yang mengalami hal serupa, sehingga mengurangi rasa kesepian dan isolasi serta menumbuhkan rasa memiliki. Selain itu, berbagi pengalaman dalam kelompok membantu korban menyadari bahwa mereka tidak sendiri, yang pada akhirnya dapat mengurangi rasa malu dan bersalah yang sering menyertai pengalaman bullying. Menurut Abdi et al., (2024) menjelaskan bahwa dengan dukungan emosional, strategi penanganan, dan kesempatan untuk mengungkapkan perasaan dalam konseling kelompok, individu yang menghadapi bullying dapat merasa lebih berani dan aktif dalam menangani masalah di masa depan. Selain memberikan rasa nyaman, konseling kelompok juga berperan dalam pengembangan keterampilan seperti komunikasi efektif, asertivitas, dan resolusi konflik. Kemampuan ini tidak hanya membantu mereka menghadapi bullying di masa depan tetapi juga meningkatkan kepercayaan diri, dukungan dari sesama anggota dan fasilitator turut berkontribusi dalam meningkatkan

harga diri korban, terutama saat mereka berhasil menerapkan keterampilan yang telah dipelajari, mendengarkan pengalaman serta perspektif orang lain dalam kelompok dapat membantu korban melihat situasi mereka dengan cara yang lebih positif, sehingga mereka dapat keluar dari pola pikir negatif dan mengembangkan sudut pandang yang lebih sehat. Menurut Maulidha et al., (2024) menjelaskan bahwa konseling kelompok memberikan ruang bagi siswa untuk memahami dampak dari tindakan mereka baik sebagai pelaku maupun sebagai korban serta menawarkan kesempatan bagi mereka untuk mengembangkan keterampilan sosial yang lebih positif. Konseling kelompok dapat menjadi wadah yang sangat efektif untuk membantu korban bullying mengatasi dampak emosional dan sosial yang dialami, dalam lingkungan kelompok yang aman dan suportif, korban dapat berbagi pengalaman, membangun keterampilan mengatasi masalah, dan merasa tidak sendirian. Maka dari itu perlunya pendekatan konseling kelompok, hal ini merupakan

intervensi yang menjanjikan dan perlu dieksplorasi lebih lanjut dalam upaya mengatasi dampak bullying pada korban, pendekatan konseling kelompok yang efektif dan sesuai dengan kebutuhan korban bullying sangat penting untuk memberikan dukungan yang optimal dan membantu mereka meraih kembali kualitas hidup yang lebih baik. Menurut Nashrulloh et al., (2025) menambahkan bahwa pelaksanaan konseling kelompok menggunakan teknik pelatihan asertif. Terdapat pendekatan konseling kelompok untuk mengatasi dampak korban bullying yaitu;

1. Teori kognitif perilaku (CBT)

CBT merupakan pendekatan sistematis yang bertujuan mengidentifikasi serta mengubah pola pikir, emosi, dan perilaku negatif yang muncul akibat bullying. Dalam penelitian Abdi et al., (2024) menunjukkan konseling kelompok dengan pendekatan berfokus pada klien terbukti berhasil membantu siswa korban perundungan dalam menghadapi dampak psikologis yang mereka alami. Pendekatan ini menekankan pada lingkungan yang empatik dan suportif, sehingga siswa merasa diterima dan dipahami, dengan demikian konseli atau individu lebih mudah mengekspresikan perasaan serta mengembangkan strategi coping yang lebih adaptif. Dalam konseling kelompok, metode ini membantu korban melalui restrukturisasi kognitif, di mana mereka belajar mengenali dan mengganti pikiran irasional seperti "Saya pantas diperlakukan seperti ini" dengan pemikiran yang lebih positif dan realistis, misalnya "Saya layak dihormati dan tidak pantas menerima perlakuan buruk." Selain itu, terapi paparan digunakan untuk membantu korban menghadapi secara bertahap situasi atau ingatan yang memicu kecemasan akibat bullying dalam lingkungan yang aman dan terkendali, sehingga dapat mengurangi reaksi emosional negatif serta memperoleh rasa kendali yang lebih besar atas diri mereka sendiri contohnya, seorang fasilitator konseling kelompok dapat membimbing anggota kelompok untuk mengidentifikasi pikiran-pikiran negatif yang muncul ketika mereka mengingat pengalaman bullying. Kemudian, fasilitator membantu untuk menantang validitas pikiran-pikiran tersebut dan menggantinya dengan pikiran yang lebih realistis dan positif.

2. Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

*Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah pendekatan yang berfokus pada pemahaman serta perubahan pola pikir tidak rasional yang memengaruhi tindakan serta emosi seseorang, teknik REBT meliputi mengidentifikasi pikiran irasional, perdebatan kognitif, dan mengembangkan pikiran rasional yang dapat diterapkan melalui konseling kelompok untuk mengatasi keyakinan irasional dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk bekerja sama memecahkan masalah. Mengubah pola pikir negatif, REBT membantu siswa merubah cara berpikir negatif serta pembicaraan diri yang memperkuat rasa kurang percaya diri mereka. Dalam sesi konseling kelompok, siswa diajarkan untuk mengenali serta menantang pikiran-pikiran tidak rasional, kemudian menggantinya dengan pemikiran yang lebih positif dan realistis (Milenial et al., 2023). Dalam konteks bullying, REBT dapat membantu korban untuk mengidentifikasi dan mengubah keyakinan irasional seperti "Saya tidak berharga karena saya di-bully". Melalui diskusi kelompok dan latihan kognitif, korban belajar untuk menantang keyakinan ini dan mengembangkan keyakinan yang lebih rasional dan adaptif.

3. Teori Humanistik (Berpusat pada Klien)

Pendekatan humanistik menekankan pentingnya membangun hubungan terapeutik yang penuh empati, penerimaan tanpa syarat, serta kejujuran dalam interaksi, pendekatan humanistik bertujuan agar individu dapat kembali percaya diri, rasa rendah dirinya berkurang dapat berinteraksi dengan baik di lingkungan sosialnya (Pratiwi et al., 2023). Dalam konseling kelompok, metode ini menciptakan lingkungan yang mendorong korban untuk mengekspresikan perasaan dengan bebas, menerima diri sendiri, serta meningkatkan harga diri mereka. Empati dan dukungan dari terapis maupun anggota kelompok lainnya memungkinkan korban merasa didengar serta dipahami tanpa adanya penilaian negatif. Selain itu, penerimaan tanpa syarat membantu korban merasa diterima apa adanya, baik dalam kelebihan maupun kekurangannya, yang pada akhirnya mengurangi rasa malu serta meningkatkan penerimaan diri. Kejujuran dan keterbukaan dalam kelompok juga menjadi aspek penting dalam teori ini, di mana baik terapis maupun anggota kelompok bersikap autentik dalam berinteraksi, sehingga tercipta lingkungan yang penuh rasa percaya dan keterbukaan. Dalam sesi konseling kelompok dan fasilitator menciptakan suasana yang aman dan suportif di mana anggota kelompok merasa nyaman

dalam berbagi pengalaman mereka tanpa takut dihakimi. Fasilitator juga menggunakan keterampilan mendengarkan aktif dan refleksi untuk membantu anggota kelompok merasa dipahami dan diterima.

#### 4. Latihan Asertif

Latihan asertif bertujuan untuk melatih individu agar mampu menyampaikan perasaan atau pendapat secara terbuka, jujur, dan tanpa rasa cemas (Fatmawati et al., 2020). Dalam prosesnya, individu tetap menghargai hak serta kepentingan orang lain dengan berfokus pada pengembangan keterampilan komunikasi yang tegas namun menghormati hak-hak individu (Ratnasari & Arifin (2021). Dengan keterampilan asertif yang baik, individu dapat mempertahankan hak pribadi dan membangun interaksi yang positif dengan orang lain, latihan ini menekankan pada penyampaian pesan dengan tetap menghargai hak serta kepentingan orang lain. Dengan demikian, asertivitas bukanlah tentang mendominasi percakapan atau memaksakan kehendak, melainkan tentang menemukan titik keseimbangan antara kebutuhan diri sendiri dan kebutuhan orang lain. Dalam konteks bullying, *assertive training* dapat membantu korban untuk mengembangkan keterampilan komunikasi yang memungkinkan mereka untuk membela diri mereka sendiri tanpa menjadi agresif. Misalnya, korban belajar untuk mengatakan "tidak" kepada pelaku bullying atau untuk menyampaikan perasaan mereka secara tegas namun sopan.

Menurut Rahmat et al., (2023) prinsip-prinsip dasar dari konseling kelompok, seperti sukarela, keterbukaan, aktivitas, norma-norma sosial, serta relevansi saat ini, memiliki peran penting dalam mendukung korban perundungan agar dapat mengatasi dampak psikologis yang mereka alami. Asas kerahasiaan menjadi dasar utama dalam membangun rasa percaya. Korban bullying yang sering mengalami luka emosional dan perasaan rentan akan lebih nyaman berbagi pengalaman dan perasaan jika ada jaminan bahwa informasi pribadi mereka akan dirahasiakan. Sementara itu, asas kesukarelaan memastikan bahwa partisipasi korban dalam konseling didasarkan pada kehendak sendiri, bukan paksaan, sehingga mereka lebih termotivasi dan aktif mengikuti proses konseling, serta asas keterbukaan juga menjadi elemen penting. Melalui penerapan konseling kelompok yang efektif dan berlandaskan pada asas-asas humanis, korban bullying diharapkan dapat memulihkan diri, meningkatkan harga diri, dan membangun masa depan yang lebih positif. Konseling kelompok, sebagai sebuah intervensi, memberikan tempat aman bagi korban dalam berbagi pengalaman, membangun dukungan sosial, dan mengembangkan strategi koping yang adaptif (Sukarti et al., 2018). Pendekatan humanis dalam konseling menekankan pada potensi individu, penerimaan tanpa syarat, dan empati, yang sangat penting dalam membantu korban membangun kembali rasa percaya diri dan harga diri yang terluka akibat bullying. Selain itu, konseling kelompok juga memberikan kesempatan bagi korban untuk belajar dari pengalaman orang lain dan menyadari bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi tantangan ini.

Kolaborasi antara konselor, tenaga pendidik, orang tua atau wali murid, dan masyarakat sangat penting dalam membangun lingkungan yang inklusif dan bebas dari bullying. Fenomena perundungan tidak hanya dianalisis dari perspektif individu pelaku maupun korban, tetapi juga lebih menekankan pada aspek sosial yang mendasari terjadinya fenomena tersebut (Darmayanti et al., 2019). Guru dapat berperan sebagai pengawas dan memberikan edukasi mengenai dampak bullying, sementara orang tua dapat menanamkan nilai-nilai empati dan menghargai perbedaan pada anak. Lebih lanjut, menekankan pentingnya keterlibatan masyarakat dalam mendukung program-program pencegahan di sekolah. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menguji efektivitas jangka panjang dari konseling kelompok dan mengembangkan pendekatan yang lebih inovatif. Oleh karena itu, intervensi yang komprehensif perlu melibatkan semua pihak yang terlibat dalam fenomena bullying. Selain itu, penelitian juga perlu dilakukan untuk mengembangkan pendekatan konseling yang lebih inovatif, seperti penggunaan teknologi atau seni, untuk menjangkau korban bullying yang mungkin enggan untuk mencari bantuan secara tradisional. komitmen dan kerjasama dari semua pihak, kita bisa membangun suasana aman serta mendukung bagi setiap anak agar tumbuh dan berkembang secara optimal

## SIMPULAN

Studi literatur ini menunjukkan bahwa konseling kelompok adalah intervensi yang efektif untuk mengatasi dampak bullying pada korban. Konseling kelompok memberikan dukungan sosial, mengembangkan keterampilan coping, dan meningkatkan harga diri korban. Pendekatan seperti CBT, REBT, teori humanistik, dan *assertive training* dapat diterapkan dalam konseling kelompok untuk membantu korban mengatasi dampak psikologis bullying, implikasi dari temuan ini adalah pentingnya mengembangkan dan menerapkan program konseling kelompok yang komprehensif untuk korban bullying di sekolah-sekolah dan lembaga-lembaga lainnya. Program-program ini harus didasarkan pada pendekatan yang terbukti efektif dan disesuaikan dengan kebutuhan spesifik korban bullying. Selain itu, penting untuk melatih konselor dan profesional kesehatan mental lainnya dalam penggunaan konseling kelompok sebagai intervensi untuk bullying, dan perlu untuk mengeksplorasi efektivitas konseling kelompok dalam mengatasi dampak bullying pada berbagai populasi dan dalam berbagai konteks. Penelitian juga diperlukan dalam rangka mengidentifikasi faktor-faktor yang memoderasi efektivitas konseling kelompok serta untuk mengembangkan pedoman praktik terbaik untuk penggunaan konseling kelompok sebagai intervensi untuk bullying.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, S., Hasna, A., Solihah, N. R., Khassanah, N., Khaerani, I., & Hidayat, M. S. (2024). Penanganan Korban Bullying: Intervensi Konseling Kelompok dengan Pendekatan Client Centered. *Konseling: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 5(4), 108-114.
- Aly, M. F., & Firdaus, R. (2025). Menelusuri akar perilaku bullying di sekolah: Kajian sistematis literatur review (SLR). *Konselia: Jurnal Konseling dan Psikologi Indonesia*, 1(1), 14-20.
- Darmayanti, K. K. H., Kurniawati, F., & Situmorang, D. D. B. (2019). Bullying di Sekolah: Pengertian, Dampak, Pembagian dan Cara Menanggulanginya. Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia.
- Fatmawati, D. S., & Pratiwi, T. I. (2020). Penerapan konseling kelompok latihan asertif pada siswa korban bullying di smpn 34 surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 476-483.
- Fitri, E. N., & Marjohan. (2016). Manfaat Layanan Konseling Kelompok Dalam Menyelesaikan Masalah Pribadi Siswa. *Jurnal Educatio*, 2(2), 19–23
- Maulidha, S. R., & Sholichah, I. F. (2024). Konseling Kelompok untuk Mengurangi Perilaku Bullying Pada Siswa UPT SMPN 9 Gresik. *Jurnal Insan Pendidikan dan Sosial Humaniora*, 2(4), 89-97.
- Milenia, D. S., & Rosada, U. D. (2023). Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Mereduksi Sikap Tidak Percaya Diri pada Siswa Korban Bullying. *Cerdas-Jurnal Pendidikan*, 2(1), 44- 54.
- Nashrulloh, A., Diana, A. K. W., Fitriani, D., & Sancaya, S. A. (2024). Penerapan Konseling Kelompok Melalui Teknik Assertive Training untuk Mengatasi Korban Bullying. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 3, 191-198.
- Pratiwi, V., Razzaq, A., & Ramadoni, M. A. (2023). Penerapan Konseling Individu dengan Pendekatan Humanistik dalam Mengatasi Insecure pada Korban Bullying. *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora*, 1(3).
- Rahayu, B. A., & Permana, I. (2019). Bullying di sekolah: Kurangnya empati pelaku bullying dan pencegahan. *Jurnal keperawatan jiwa*, 7(3), 237-246.
- Rahmat, F. (2023). Efektivitas konseling kelompok pendekatan realitas untuk mereduksi perilaku bullying verbal. *CONS-IEDU*, 3(2), 25-41.
- Rosalindah, Y. (2024). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengatasi Perilaku Bullying Pada Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Konseling*, 19.
- Salsabillah, C. S., Fitra, M. A., Zaidan, M. F., & Kusmawati, A. (2024). Intervensi Konseling Kelompok untuk Mengurangi Dampak Bullying terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Jurnal Bima: Pusat Publikasi Ilmu Pendidikan Bahasa dan Sastra*, 2(1).
- Saragi, M. P., Tasmara, L., Berutu, R., & Ihsan, M. (2022). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok (Role Playing) Dalam Mengatasi Bullying di Yayasan Penyantunan Anak Yatim Piatu. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, 273.

- Sawirah, S., Fadhil, T., & Aldina, F. (2024). Konseling Kelompok Dengan Teknik Role Playing Untuk Mengatasi Siswa Bullying di Smp. *Jurnal Psikologi Konseling*, 8.
- Sukarti, S., Kurniawan, K., & M. (2018). Mengurangi Bullying Verbal Melalui Konseling Kelompok dengan Teknik Kontrak Perilaku. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(1), 52-59.
- Suriani, N., Putri, N. A., Situmorang, D. A., Laia, A., Simatupang, N., & Dumichen, R. (2025). Pencegahan tindakan bullying di lingkungan sekolah. *Jurnal Hukum Progresif*, 8(2), 40-46.
- UNICEF. (2020). *A situation analysis of children in Indonesia*. UNICEF Indonesia WHO. (2018). *Health promoting schools: A resource for developing policies and practices*. World Health Organization.
- Yandri, H., Rahayu, G., S, N., & S, N. (2022). Kebermaknaan Konseling Kelompok dalam Menanggulangi Masalah Kehidupan. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 4(2), 59-69.