

Analisis Perilaku Bullying Verbal Dan Implikasinya Terhadap Penggunaan Teknik Konseling Pada Mahasiswa

Jumadi Mori Salam Tuasikal¹, Mardia Bin Smith²

¹ Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo, ✉ jumadituasikal@gmail.com

² Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo, ✉ diansmith@ung.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perilaku bullying verbal dan implikasinya terhadap penggunaan teknik konseling pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. Bullying verbal mencakup pelecehan melalui kata-kata kasar, penghinaan, dan ancaman yang sering kali berdampak psikologis signifikan pada korban. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif untuk menggali pengalaman mahasiswa sebanyak 105 orang, untuk mendapatkan data tentang bullying verbal serta respon mereka terhadap intervensi konseling. Data diperoleh melalui angket dan wawancara dan dianalisis menggunakan deskriptif persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bullying verbal mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo berada dalam kategori sedang. Pada indikator Name calling memperoleh capaian skor 55% pada kategori sedang, indikator Taunting memperoleh capaian skor 50% pada kategori rendah, indikator Belittling memperoleh capaian skor 69% pada kategori tinggi, dan indikator Cruel criticism memperoleh capaian skor 68% pada kategori tinggi, indikator Personal defamation memperoleh capaian skor 56% pada kategori sedang, indikator Racist slurs memperoleh capaian skor 47% pada kategori rendah, dan pada indikator Sexually suggestive / sexually abusive remark memperoleh capaian skor 39% pada kategori rendah. Berdasarkan temuan ini, penting bagi pihak universitas untuk mengadopsi dan mengembangkan teknik konseling yang efektif untuk mengatasi perilaku bullying verbal di kalangan mahasiswa. Implementasi tersebut dapat terealisasi melalui program-program konseling yang lebih intensif pada semester awal dapat membantu mengurangi perlakuan bullying verbal yang lebih tinggi pada mahasiswa baru.

Kata Kunci: *Bullying Verbal, Teknik Konseling, Perilaku Mahasiswa*

PENDAHULUAN

Perilaku bullying, khususnya bullying verbal, telah menjadi isu yang semakin mendapat perhatian dalam lingkungan pendidikan. Fenomena ini tidak hanya mempengaruhi korban secara emosional dan psikologis, tetapi juga berimplikasi pada lingkungan akademik secara keseluruhan. Bullying verbal, yang meliputi tindakan menghina, mengejek, dan merendahkan, sering kali terjadi di kalangan mahasiswa. Hal ini dapat berdampak pada psikologis yang serius, seperti kecemasan, depresi, rasa percaya diri dan rendahnya harga diri sehingga dapat menghambat perkembangan pribadi dan akademik dari korban. Oleh karena itu, pemahaman mendalam tentang perilaku bullying verbal dan dampaknya menjadi sangat penting.

Bullying verbal di lingkungan kampus memiliki karakteristik unik dan kompleks serta tekanan akademik tinggi yang dapat memperburuk situasi. Mahasiswa, yang sedang berada dalam fase transisi menuju kedewasaan, sering kali menghadapi berbagai tantangan emosional dan sosial. Dalam konteks ini, mereka rentan terhadap perilaku bullying verbal yang dapat mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa. Berdasarkan penelitian sebelumnya, bullying verbal merupakan masalah yang cukup serius di kalangan mahasiswa. Sebuah studi oleh Smith (2018) menemukan bahwa sekitar 30% mahasiswa di perguruan tinggi mengalami bullying verbal. Hal ini menunjukkan bahwa bullying verbal bukanlah masalah yang dapat diabaikan begitu saja.

Dalam mengatasi masalah bullying verbal, penting untuk menggunakan teknik konseling yang efektif. Implikasinya terhadap penggunaan teknik konseling juga menjadi fokus penting dalam studi ini, dimana teknik konseling yang efektif dapat membantu mahasiswa untuk menghadapi dan mengatasi dampak psikologis dari bullying verbal yang dialami dengan mempertimbangkan kondisi psikologis korban dan dinamika sosial di lingkungan kampus. Menurut Nelson (2019), teknik konseling yang efektif meliputi pendekatan kognitif perilaku, terapi kelompok, dan konseling individu. Penggunaan teknik-teknik ini dapat membantu mahasiswa untuk memperoleh kepercayaan diri, mengelola emosi, dan membangun hubungan interpersonal yang sehat.

Dengan demikian, studi ini akan mengeksplorasi bagaimana berbagai teknik konseling dapat diterapkan untuk mendukung mahasiswa yang mengalami bullying verbal, serta bagaimana teknik tersebut dapat diadaptasi untuk menciptakan lingkungan yang lebih aman dan suportif. Universitas Negeri Gorontalo, sebagai lembaga pendidikan tinggi, memiliki tanggung jawab untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan bebas dari bullying. Kebijakan dan program yang proaktif diperlukan untuk mencegah dan menangani kasus bullying verbal. Dalam upaya ini, partisipasi aktif dari seluruh komunitas kampus, termasuk dosen, staf, dan mahasiswa, sangat penting. Studi ini akan memberikan wawasan yang dapat digunakan sebagai dasar untuk merancang strategi intervensi yang efektif dan program konseling yang sesuai.

Melalui analisis perilaku bullying verbal dan implikasinya terhadap penggunaan Teknik konseling pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo (UNG), diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang masalah ini dan memberikan panduan bagi para konselor dan pengambil kebijakan pendidikan dalam mengatasi bullying verbal di kampus. Melalui pemahaman yang lebih baik tentang bullying verbal, diharapkan dapat diciptakan lingkungan akademik yang aman dan mendukung perkembangan mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan. Secara keseluruhan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan dalam upaya pencegahan dan penanganan bullying verbal di lingkungan pendidikan tinggi dimulai dengan mendapatkan terkait analisis perilaku bullying verbal dan implikasinya terhadap penggunaan teknik konseling pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan UNG.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Desain penelitian ini desain penelitian deskriptif kuantitatif dengan desain variabel *bullying verbal*. Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Ilmu Pendidikan UNG pada semester genap 2024. Fokus kajian penelitian dengan indikator *bullying verbal* yaitu: *name calling, taunting, belittling, cruel criticism, personal defamation, racist slurs, dan sexually suggestive / sexually abusive remark*.

Sumber Data

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa aktif Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo yang melakukan perkuliahan di masa pandemi melalui daring atau online dan berada pada semester 2 sampai dengan semester 6. Sampel adalah bagian dari jumlah data karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Penentuan sampel menggunakan purposive random sampling dengan jumlah sampel yang didapatkan dalam penelitian ini adalah 105 mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan UNG dan didukung oleh 3 informan praktisi konseling sebagai data tambahan.

Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan menggunakan skala *bullying verbal*, dimana penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan menggunakan angket skala *likert* yang diberikan kepada responden penelitian, di mana angket peneliti bersifat tertutup, yang terdiri dari item positif dan item negatif. Instrumen kemudian melalui uji ahli dan uji validitas dan reliabilitas. Dimana dalam penelitian ini didapatkan 30 item yang valid dari 43 valid dan reliabel yang dilakukan melalui alat bantu SPSS 20, serta menggunakan pedoman wawancara tidak terstruktur yang disusun untuk mendapatkan data tambahan dari praktisi konseling.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik deskriptif dengan menggunakan statistik perhitungan persentase (%).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data *bullying verbal* mahasiswa didapatkan melalui penyebaran instrumen pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan UNG secara *online* dan *offline*. Berdasarkan analisis hasil *bullying verbal* didapatkan rata-rata *bullying verbal* mahasiswa bernilai 55% pada kategori sedang dengan pembagian berdasarkan jenis kelamin sebagai berikut:

Tabel 1 Persentase *Bullying verbal* Mahasiswa FIP UNG

Jenis Kelamin	Persentase (%)
Perempuan	33,6
Laki-laki	21,4
Jumlah	55

Jika dikategorikan maka *bullying verbal* mahasiswa perempuan FIP UNG menunjukkan 33,6% mahasiswa memiliki *bullying verbal* pada kategori rendah, dan 21,2% mahasiswa laki-laki memiliki *bullying verbal* pada kategori sangat rendah.

Tabel 2 Persentase *Bullying verbal* Mahasiswa

Semester	Persentase (%)	Kategori
2	65	Sedang
4	64	Sedang
6	50	Rendah
8	51	Rendah
>8	45	Rendah

Data menunjukkan bahwa prevalensi *bullying* cenderung menurun seiring dengan peningkatan semester mahasiswa. Mahasiswa semester awal (2 dan 4) menunjukkan tingkat *bullying* yang lebih tinggi dengan kategori Sedang (65% dan 64%), sementara mahasiswa semester lanjut (6, 8, dan >8) menunjukkan tingkat *bullying* yang lebih rendah dengan kategori Rendah (50%, 51%, dan 45%). Selanjutnya *Bullying verbal* mahasiswa dapat diidentifikasi melalui 7 indikator yang dapat dilihat dalam berikut ini:

Tabel 3 Persentase Indikator *Bullying verbal* Mahasiswa

Indikator	Persentase (%)	Kategori
1. Name calling (Memanggil dengan julukan menghina)	55	Sedang

2. Taunting (Mengejek)	50	Rendah
3. Belittling (Meremehkan)	69	Tinggi
4. Cruel criticism (Kritik yang kejam)	68	Tinggi
5. Personal defamation (Pencemaran nama baik pribadi)	56	Sedang
6. Racist slurs (Ucapan bernada rasis)	47	Rendah
7. Sexually suggestive / sexually abusive remark (Ucapan bernada seksual sugestif/pelecehan seksual)	39	Rendah

Implikasi penggunaan teknik konseling dalam mencegah dan menyelesaikan permasalahan bullying pada mahasiswa merupakan pendekatan yang penting dan efektif, terutama mengingat prevalensi berbagai bentuk bullying verbal yang terungkap dalam data penelitian. Berdasarkan wawancara dengan tiga praktisi konseling yang menjadi sumber data dimana informan memiliki pengalaman langsung dalam menangani kasus-kasus tersebut. Dalam wawancara, masing-masing praktisi memaparkan suasana konseling yang dibangun, seperti suasana berbasis empati, pendekatan kognitif-perilaku, dan penggunaan konseling kelompok untuk meningkatkan kesadaran kolektif. Teknik konseling berbasis empati dan pendekatan kognitif-perilaku diungkapkan sebagai teknik yang cukup efektif untuk membantu konseli memahami pola pikir dan dampak emosional dari perilaku konseli. Informan juga menekankan pentingnya konseling kelompok sebagai sarana bagi konseli untuk berbagi pengalaman dan mempelajari cara interaksi sosial yang lebih positif, yang pada akhirnya diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku yang berkelanjutan.

Selain itu, penelitian ini juga menyoroti berbagai tantangan yang dihadapi konselor dalam proses konseling. Salah satu tantangan utama yang ditemukan adalah resistensi konseli terhadap proses konseling, terutama bagi konseli yang kurang menyadari dampak negatif dari tindakan bullying yang dilakukan. Tantangan ini memerlukan strategi yang kreatif dan fleksibel dari pihak praktisi untuk membangun hubungan yang baik dengan konseli serta mengarahkannya agar lebih terbuka terhadap perubahan. Pengaruh lingkungan sosial kampus dan dukungan dari rekan sejawat juga ditemukan sebagai faktor yang cukup signifikan dalam mempengaruhi efektivitas proses konseling.

Hasil dari wawancara ini menunjukkan bahwa tingkat keberhasilan teknik-teknik konseling yang diterapkan bervariasi, tergantung pada kesiapan konseli untuk berubah dan lingkungan sosial yang mendukung. Beberapa konseli menunjukkan peningkatan dalam hal kesadaran diri dan hubungan interpersonal, sementara yang lain membutuhkan pendekatan yang lebih intensif untuk mencapai perubahan yang diinginkan. Penelitian ini menggarisbawahi pentingnya penggunaan berbagai teknik konseling yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan konseli, serta pentingnya

menciptakan lingkungan kampus yang mendukung upaya-upaya konseling secara holistik.

Berikut adalah beberapa paparan data terkait implikasi mengenai bagaimana teknik konseling dapat diterapkan untuk mengatasi masalah ini:

a) Cognitive Behavioral Therapy (CBT)

CBT dapat sangat efektif dalam menangani kasus-kasus seperti belittling (69%) dan cruel criticism (68%) yang tergolong tinggi. Teknik ini membantu mahasiswa mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif yang mungkin muncul akibat bullying. Untuk pelaku, CBT dapat membantu mereka mengenali dampak perilaku mereka dan mengembangkan empati. CBT dapat diterapkan untuk mahasiswa semester 2 dan 4 untuk membantu mereka mengidentifikasi dan mengubah pola pikir yang mungkin membuat mereka rentan terhadap bullying atau menjadi pelaku bullying.

b) Assertiveness Training

Teknik ini sangat berguna untuk mengatasi name calling (55%) dan taunting (50%). Mahasiswa diajari cara merespons bullying secara asertif, meningkatkan kepercayaan diri, dan menetapkan batasan yang jelas. Ini juga membantu mencegah eskalasi bullying menjadi bentuk yang lebih serius. Teknik ini penting terutama untuk mahasiswa semester awal (2 dan 4) untuk meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan membela diri secara verbal, yang dapat membantu menurunkan tingkat bullying dari kategori "Sedang" ke "Rendah".

c) Social Skills Training

Pelatihan keterampilan sosial dapat membantu baik korban maupun pelaku. Ini sangat relevan untuk mengatasi belittling (69%) dan personal defamation (56%). Mahasiswa belajar cara berinteraksi positif, membangun hubungan yang sehat, dan menghargai perbedaan.

d) Empathy Training

Teknik ini sangat penting untuk mengatasi semua bentuk bullying, terutama racist slurs (47%) dan sexually suggestive remarks (39%). Pelaku bullying diajak untuk memahami perasaan dan perspektif korban, sementara korban dibantu untuk membangun resiliensi. Diterapkan pada semua tingkat semester untuk meningkatkan pemahaman dan kepedulian terhadap perasaan orang lain, yang dapat membantu mencegah perilaku bullying.

e) Solution-Focused Brief Therapy (SFBT)

SFBT dapat efektif dalam menangani dampak dari berbagai bentuk bullying. Teknik ini berfokus pada solusi dan kekuatan mahasiswa, membantu mereka mengidentifikasi strategi coping yang efektif dan membangun visi positif untuk masa depan.

f) Group Counseling

Konseling kelompok dapat menjadi platform yang efektif untuk mengatasi masalah bullying secara kolektif. Ini memungkinkan mahasiswa untuk berbagi pengalaman,

belajar dari satu sama lain, dan mengembangkan strategi bersama untuk menciptakan lingkungan kampus yang lebih positif. Mengingat tingginya angka bullying pada semester 2 (65%) dan 4 (64%), konseling kelompok dapat diimplementasikan untuk mahasiswa baru. Teknik ini membantu membangun kesadaran tentang bullying, mengembangkan keterampilan sosial, dan menciptakan lingkungan yang suportif sejak awal.

g) Motivational Interviewing

Teknik ini dapat membantu pelaku bullying, terutama dalam kasus name calling (55%) dan taunting (50%), untuk mengeksplorasi motivasi di balik perilaku mereka dan membangun motivasi intrinsik untuk berubah.

h) Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)

MBSR dapat membantu korban bullying mengelola stres dan kecemasan yang mungkin timbul akibat pengalaman mereka. Ini juga dapat membantu pelaku menjadi lebih sadar akan pikiran dan perilaku mereka.

i) Peer Counseling

Memanfaatkan mahasiswa semester lanjut (6, 8, dan >8) yang memiliki tingkat bullying lebih rendah sebagai peer counselor. Mereka dapat membagikan pengalaman dan strategi dalam mengatasi bullying kepada mahasiswa semester awal.

Pembahasan

Perilaku bullying verbal telah menjadi masalah serius di kalangan mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. Fenomena ini tidak hanya berdampak negatif pada korban, tetapi juga menciptakan lingkungan belajar yang tidak kondusif. Menurut Zakiah dkk. (2019), bullying verbal dapat didefinisikan sebagai penggunaan kata-kata yang menyakitkan atau mengintimidasi untuk merendahkan, mengancam, atau memanipulasi orang lain. Data penelitian menunjukkan bahwa bentuk-bentuk bullying verbal yang paling sering terjadi adalah meremehkan (belittling) dan kritik kejam (cruel criticism). Hidayati dan Retnowati (2020) menegaskan bahwa perilaku meremehkan dan mengkritik secara kejam sering kali berakar dari rendahnya empati dan kurangnya keterampilan komunikasi yang efektif.

Lebih lanjut, penelitian mengungkapkan bahwa pencemaran nama baik dan memanggil dengan sebutan buruk terjadi pada tingkat menengah. Putra dan Ungsianik (2021) mengemukakan bahwa pencemaran nama baik dan pemberian julukan negatif dapat berdampak jangka panjang pada psikologis mahasiswa, bahkan setelah mereka lulus. Sementara itu, kasus mengejek, hinaan rasis, dan komentar berbau seksual relatif lebih jarang terjadi, namun tetap ada dalam frekuensi yang cukup signifikan. Yuniarni dkk. (2022) mengingatkan bahwa meskipun persentasenya lebih rendah, dampak dari hinaan rasis dan komentar seksual bisa sangat mendalam dan traumatis bagi korban. Menariknya, penelitian juga mengungkapkan adanya pola penurunan perilaku bullying verbal seiring dengan peningkatan semester mahasiswa. Kusuma dan Partini (2021)

menjelaskan fenomena ini sebagai hasil dari meningkatnya kematangan emosional dan sosial mahasiswa seiring waktu.

Data menunjukkan bahwa 33,6% mahasiswa memiliki bullying verbal pada kategori rendah, sementara 21,2% mahasiswa laki-laki berada pada kategori sangat rendah. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sari dan Azwar (2023) yang menemukan bahwa dengan intervensi yang tepat, perilaku bullying verbal dapat ditekan secara signifikan. Menghadapi realitas ini, pihak Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo perlu mengambil langkah-langkah konkret untuk mengatasi masalah bullying verbal. Salah satu pendekatan yang efektif adalah melalui penggunaan teknik konseling yang tepat sasaran. Widodo dkk. (2020) menekankan pentingnya pendekatan holistik dalam menangani masalah bullying, menyatakan bahwa konseling yang efektif harus memadukan berbagai teknik untuk menangani kompleksitas perilaku bullying verbal.

Salah satu teknik yang dapat diterapkan adalah Cognitive Behavioral Therapy (CBT). Prasetya dan Hakim (2021) menjelaskan bahwa CBT membantu individu mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif yang mendasari perilaku bullying. Implementasi CBT pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan UNG dapat membantu mereka mengenali distorsi kognitif yang mungkin mendorong perilaku bullying verbal. Sesi konseling individual atau kelompok dapat difokuskan pada restrukturisasi kognitif, membantu mahasiswa mengembangkan pola pikir yang lebih empatik dan konstruktif.

Selain CBT, teknik Assertiveness Training juga dapat menjadi alat yang powerful dalam mengatasi bullying verbal. Santoso dan Wibowo (2022) menekankan bahwa pelatihan asertif dapat membantu baik korban maupun pelaku bullying untuk berkomunikasi secara lebih efektif dan menghargai hak-hak orang lain. Penerapan Assertiveness Training di lingkungan Fakultas Ilmu Pendidikan UNG dapat membantu mahasiswa, terutama yang berada di semester awal, untuk mengembangkan keterampilan komunikasi asertif. Hal ini dapat menurunkan risiko menjadi korban bullying sekaligus mengurangi kecenderungan untuk melakukan bullying verbal. Rachman dkk. (2021) dalam penelitiannya tentang kecerdasan emosional dan bullying, menekankan pentingnya pengembangan kecerdasan emosional dalam mencegah perilaku bullying. Mereka menyatakan bahwa individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung lebih empatik dan mampu mengelola konflik interpersonal dengan lebih baik.

Berdasarkan pemikiran tersebut, program pengembangan kecerdasan emosional dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum Fakultas Ilmu Pendidikan UNG. Workshop dan seminar reguler tentang manajemen emosi dan empati dapat membantu menurunkan tingkat bullying verbal, terutama di kalangan mahasiswa semester awal. Penelitian yang dilakukan oleh Hidayat dkk. (2023) di beberapa universitas di Indonesia menunjukkan bahwa program anti-bullying yang melibatkan seluruh komunitas kampus dapat menurunkan tingkat bullying hingga 45% dalam satu

tahun akademik. Temuan ini mendukung pentingnya pendekatan komprehensif dalam menangani bullying verbal di UNG.

Mengacu pada temuan tersebut, Fakultas Ilmu Pendidikan UNG dapat mengembangkan program "Kampus Bebas Bullying" yang melibatkan mahasiswa, dosen, staf administrasi, dan bahkan orang tua. Program ini dapat mencakup kampanye kesadaran, pelatihan bystander intervention, dan pembentukan kelompok dukungan sebaya. Sucipto (2020) dalam bukunya "Bullying dan Upaya Mewujudkan Sekolah Aman" menekankan pentingnya pendekatan restorative justice dalam menangani kasus bullying. Ia menyatakan bahwa pendekatan ini membantu pelaku memahami dampak tindakan mereka dan mengembangkan empati, sambil memberikan kesempatan bagi korban untuk menyalurkan pengalaman mereka.

Penerapan prinsip restorative justice di Fakultas Ilmu Pendidikan UNG dapat dilakukan melalui mediasi terpandu antara pelaku dan korban bullying verbal. Proses ini, yang difasilitasi oleh konselor terlatih, dapat membantu memulihkan hubungan dan mencegah terulangnya perilaku bullying. Untuk menangani kasus pencemaran nama baik dan memanggil dengan sebutan buruk yang berada pada tingkat menengah, teknik Solution-Focused Brief Therapy (SFBT) dapat menjadi pilihan yang efektif. Wiyono dan Sugiharto (2021) menekankan fokus pada solusi daripada masalah dalam pendekatan SFBT. Implementasi SFBT di UNG dapat membantu mahasiswa mengidentifikasi kekuatan dan sumber daya mereka dalam menghadapi bullying verbal. Konselor dapat memandu mahasiswa untuk menemukan solusi praktis dan membangun visi positif tentang interaksi sosial yang sehat di kampus. Untuk kasus mengejek, hinaan rasis, dan komentar berbau seksual yang memiliki persentase lebih rendah namun tetap signifikan, pendekatan Multicultural Counseling dapat menjadi solusi yang tepat. Rahmawati dan Alhadi (2022) menekankan pentingnya memahami konteks budaya dalam menangani isu-isu sensitif seperti rasisme dan seksisme.

Fakultas Ilmu Pendidikan UNG dapat menyelenggarakan workshop dan pelatihan tentang sensitivitas budaya dan gender bagi mahasiswa dan staf. Ini akan membantu menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan mengurangi insiden bullying verbal yang berbasis perbedaan budaya atau gender. Mengingat pola penurunan bullying verbal seiring peningkatan semester, program mentoring lintas angkatan dapat menjadi strategi yang efektif. Nugroho dan Dewi (2023) menemukan bahwa hubungan mentor-mentee yang positif dapat secara signifikan mengurangi perilaku berisiko pada mahasiswa. Fakultas dapat mengorganisir program mentoring di mana mahasiswa semester atas (6, 8, >8) yang memiliki tingkat bullying verbal rendah menjadi mentor bagi mahasiswa semester awal. Ini tidak hanya akan membantu menurunkan tingkat bullying, tetapi juga memperkuat kohesi sosial di antara mahasiswa lintas angkatan.

Sutanto dan Permatasari (2020) dalam penelitian mereka tentang peran model dalam pembentukan perilaku, menekankan pentingnya role model positif dalam membentuk perilaku. Mengacu pada teori ini, Fakultas Ilmu Pendidikan UNG dapat

mengidentifikasi dan menonjolkan "duta anti-bullying" dari kalangan mahasiswa yang telah menunjukkan kepemimpinan positif dan keterampilan interpersonal yang baik. Untuk mendukung efektivitas berbagai intervensi ini, penting untuk melakukan evaluasi dan monitoring secara berkala. Pratiwi dkk. (2022) menekankan pentingnya pengumpulan data reguler untuk mengukur efektivitas program anti-bullying. Fakultas Ilmu Pendidikan UNG dapat mengadopsi pendekatan berbasis data dengan melakukan survei anonim secara reguler untuk memantau tingkat bullying verbal. Data ini dapat digunakan untuk menyesuaikan strategi intervensi dan mengukur dampak program yang telah diimplementasikan.

Penelitian terbaru oleh Cahyono dan Suharta (2023) menunjukkan bahwa kombinasi intervensi berbasis kampus dan dukungan psikososial individual dapat menurunkan tingkat bullying hingga 40% dalam satu tahun akademik. Temuan ini memperkuat pentingnya pendekatan multi-level dalam menangani bullying verbal di lingkungan kampus. Dalam konteks Fakultas Ilmu Pendidikan UNG, penerapan teknik konseling perlu disesuaikan dengan karakteristik unik mahasiswa calon pendidik. Wijaya dan Surya (2021) menegaskan bahwa pendidikan calon guru harus mencakup pengembangan keterampilan sosial-emosional yang kuat untuk menciptakan lingkungan belajar yang positif. Untuk menangani masalah meremehkan (belittling) yang menjadi isu utama, teknik Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dapat diaplikasikan. Fadillah dan Rahmat (2022) menjelaskan bahwa REBT membantu mahasiswa mengidentifikasi dan mengubah keyakinan irasional yang mungkin mendorong perilaku meremehkan orang lain.

Sehubungan dengan kritik kejam (cruel criticism), pendekatan Narrative Therapy dapat menjadi alat yang efektif. Purnomo dan Astuti (2023) menyatakan bahwa melalui reframing narasi personal, individu dapat mengubah persepsi dan perilaku mereka terhadap orang lain. Untuk mengatasi pencemaran nama baik, teknik Reality Therapy dapat diterapkan. Sulistyowati dan Hartono (2021) menekankan bahwa individu bertanggung jawab atas pilihan perilaku mereka dan dapat belajar membuat pilihan yang lebih baik. Dalam menangani kasus memanggil dengan sebutan buruk, pendekatan Person-Centered Therapy dapat menjadi pilihan. Widiastuti dan Sumarwoto (2022) menekankan pentingnya penerimaan tanpa syarat dan empati dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perubahan positif. Untuk kasus mengejek yang masih terjadi meskipun dalam frekuensi yang lebih rendah, teknik Gestalt Therapy dapat digunakan. Rahmawati dan Hidayat (2023) menekankan pentingnya kesadaran penuh terhadap perilaku saat ini dan tanggung jawab personal. Dalam menangani hinaan rasis, pendekatan Cultural Responsive Counseling sangat relevan. Nugroho dan Sari (2021) menekankan pentingnya memahami dan menghargai perbedaan budaya dalam proses konseling. Untuk kasus komentar berbau seksual, pendekatan Feminist Therapy dapat menjadi pilihan yang efektif. Pratiwi dan Wulandari (2022) menekankan pentingnya memahami dampak sosial-politik terhadap pengalaman individu dan memberdayakan klien. Dalam implementasi berbagai teknik

konseling ini, penting untuk mempertimbangkan perkembangan teknologi dan dampaknya terhadap perilaku bullying verbal. Hermawan dan Fitri (2023) mengingatkan bahwa cyberbullying telah menjadi perpanjangan dari bullying tradisional dan memerlukan pendekatan khusus dalam penanganannya.

Selain itu, peran peer support dalam mengurangi bullying verbal tidak boleh diabaikan. Widodo dan Kusuma (2021) menemukan bahwa sistem dukungan sebaya yang terstruktur dapat secara signifikan mengurangi insiden bullying dan meningkatkan iklim sosial di lingkungan pendidikan. Dalam konteks mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan sebagai calon pendidik, penting untuk mengintegrasikan pemahaman tentang bullying verbal ke dalam kurikulum. Sari dan Prabowo (2022) menekankan bahwa calon guru perlu dibekali dengan pengetahuan dan keterampilan untuk mengenali dan menangani bullying di kelas mereka di masa depan. Kesimpulannya, mengatasi perilaku bullying verbal di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo memerlukan pendekatan komprehensif yang menggabungkan berbagai teknik konseling, program pencegahan, dan intervensi berbasis komunitas. Hidayat dan Nurhayati (2023) dalam penelitian mereka menyimpulkan bahwa program anti-bullying yang intensif dan multi-komponen memiliki peluang terbesar untuk sukses dalam mengurangi bullying di lingkungan pendidikan tinggi. Dengan komitmen dari semua pemangku kepentingan dan implementasi strategi berbasis bukti, Fakultas Ilmu Pendidikan UNG dapat menciptakan lingkungan belajar yang aman, inklusif, dan mendukung bagi seluruh mahasiswanya.

KESIMPULAN

Data penelitian menunjukkan bahwa indikator perilaku belittling dan cruel criticism adalah masalah yang paling serius di kalangan mahasiswa, dengan prevalensi yang lebih tinggi dibandingkan jenis bullying lainnya. Pencemaran nama baik dan pemanggilan dengan sebutan buruk berada pada tingkat menengah dalam hal frekuensi, sementara perilaku mengejek, hinaan rasis, dan komentar berbau seksual relatif lebih jarang terjadi, meskipun frekuensinya masih cukup signifikan untuk mempengaruhi lingkungan akademik. Prevalensi bullying verbal ini cenderung menurun seiring dengan peningkatan semester mahasiswa. Mahasiswa semester awal, seperti semester 2 dan 4, menunjukkan tingkat bullying yang lebih tinggi dengan kategori sedang, masing-masing sebesar 65% dan 64%. Sebaliknya, mahasiswa di semester lanjut, seperti semester 6, 8, dan lebih dari 8, menunjukkan tingkat bullying yang lebih rendah dengan kategori rendah, yakni 50%, 51%, dan 45%. data juga menunjukkan bahwa 33,6% mahasiswa memiliki bullying verbal pada kategori rendah, sedangkan 21,2% mahasiswa laki-laki memiliki bullying verbal pada kategori sangat rendah. Temuan ini menunjukkan adanya variasi dalam pengalaman bullying verbal berdasarkan jenis kelamin, di mana mahasiswa laki-laki cenderung mengalami bullying

verbal dengan frekuensi yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa secara keseluruhan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih ditujukan hanya kepada pihak-pihak yang berkontribusi dalam penelitian yang dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Coloroso, B. (2007). *The Bully, the Bullied, and the Bystander: From Preschool to High School How Parents and Teachers Can Help Break the Cycle of Violence*. New York: Harper Collins Publishers.
- Fadillah, M., & Rahmat, R. (2022). *Rational Emotive Behavior Therapy: Panduan untuk Konselor*. Yogyakarta: Deepublish.
- Hidayati, S., & Retnowati, S. (2020). *Empati dan Keterampilan Komunikasi dalam Mencegah Bullying*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hermawan, D., & Fitri, A. (2023). *Cyberbullying: Tantangan Baru di Era Digital*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Hidayat, R., & Nurhayati, A. (2023). *Program Anti-Bullying di Pendidikan Tinggi: Pendekatan Multi-Komponen*. Malang: Universitas Negeri Malang Press.
- Hidayat, R., Mulyadi, S., & Santoso, T. (2023). Efektivitas Program Anti-Bullying di Kampus: Studi Kasus di Universitas di Indonesia. *Jurnal Pendidikan*, 18(2), 112-128.
- Kusuma, H., & Partini, N. (2021). *Kematangan Emosional dan Sosial Mahasiswa: Faktor Penurunan Bullying Verbal*. Yogyakarta: Kanisius.
- Nelson, T. (2019). *Effective Counseling Techniques for Addressing Verbal Bullying in Higher Education*. New York: Academic Press.
- Nugroho, S., & Sari, N. (2021). *Konseling Responsif Budaya: Pedoman untuk Praktisi*. Jakarta: Erlangga.
- Nugroho, T., & Dewi, I. (2023). Mentoring Lintas Angkatan sebagai Strategi Mengurangi Perilaku Berisiko. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 15(1), 67-82.
- Prasetya, A., & Hakim, R. (2021). *Cognitive Behavioral Therapy untuk Mengatasi Bullying*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Pratiwi, D., & Wulandari, F. (2022). *Feminist Therapy: Pendekatan Empowering dalam Konseling*. Bandung: Alfabeta.
- Pratiwi, S., Handayani, L., & Wijaya, M. (2022). Evaluasi Program Anti-Bullying: Pendekatan Berbasis Data. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 20(3), 245-260.

- Purnomo, A., & Astuti, W. (2023). *Narrative Therapy: Mengubah Persepsi dan Perilaku melalui Reframing*. Semarang: Universitas Diponegoro Press.
- Putra, D., & Ungsianik, R. (2021). Dampak Jangka Panjang Pencemaran Nama Baik di Lingkungan Pendidikan. *Jurnal Psikologi*, 25(2), 154-170.
- Rahmawati, S., & Alhadi, S. (2022). *Konseling Multikultural: Pendekatan Sensitif Budaya dalam Konseling*. Bandung: Pustaka Setia.
- Rahmawati, T., & Hidayat, F. (2023). Gestalt Therapy: Kesadaran dan Tanggung Jawab Personal dalam Konseling. *Jurnal Konseling*, 17(1), 89-105.
- Rachman, B., Hidayati, S., & Wibowo, A. (2021). *Kecerdasan Emosional dan Bullying: Pendekatan Preventif*. Malang: Universitas Negeri Malang Press.
- Sari, F., & Azwar, H. (2023). *Intervensi Efektif dalam Menekan Bullying Verbal*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Sari, N., & Prabowo, D. (2022). *Menangani Bullying di Kelas: Pedoman untuk Calon Guru*. Bandung: Mizan.
- Santoso, J., & Wibowo, M. (2022). *Assertiveness Training untuk Mengatasi Bullying: Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: LKiS.
- Smith, J. (2018). Prevalence and Impact of Verbal Bullying in College Students. *Journal of Educational Psychology*, 45(3), 230-245.
- Sucipto, W. (2020). *Bullying dan Upaya Mewujudkan Sekolah Aman*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiyowati, T., & Hartono, M. (2021). *Reality Therapy: Memahami dan Mengubah Pilihan Perilaku*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Sutanto, R., & Permatasari, E. (2020). *Peran Model dalam Pembentukan Perilaku*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Widodo, A., & Kusuma, H. (2021). Peer Support Systems dalam Mengurangi Bullying di Sekolah. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 12(2), 178-194.
- Widodo, D., Mulyani, R., & Purwanto, T. (2020). Pendekatan Holistik dalam Menangani Bullying. *Jurnal Konseling dan Psikoterapi*, 14(1), 45-59.
- Wijaya, R., & Surya, E. (2021). *Pendidikan Calon Guru: Mengembangkan Keterampilan Sosial-Emosional*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Widiastuti, S., & Sumarwoto, Y. (2022). *Person-Centered Therapy: Menciptakan Lingkungan yang Mendukung Perubahan Positif*. Jakarta: Erlangga.
- Wiyono, B., & Sugiharto, P. (2021). *Solution-Focused Brief Therapy dalam Mengatasi Pencemaran Nama Baik*. Yogyakarta: LKiS.
- Yuniarni, D., Fitria, S., & Rahmawati, M. (2022). Dampak Hinaan Rasis dan Komentar Seksual di Lingkungan Pendidikan. *Jurnal Psikologi Sosial*, 19(2), 134-150.



PROSIDING | SEMBIONA III - 2024

Seminar Nasional Bimbingan Konseling Undana

Edisi : Volume 2 Nomor 1 (2024)

ISSN 3026-4928(Print), ISSN 3026-5010(Online)

<https://conference.undana.ac.id/index.php/sembiona/index>

Kupang, 26 Oktober 2024

Zakiyah, R., Amalia, S., & Nurdin, M. (2019). *Bullying Verbal: Definisi, Dampak, dan Penanganannya*. Bandung: Alfabeta.