

Pendekatan Konseling Multidimensional Pada Remaja Menyikapi Dampak BullyingUun Adeko¹, Fadila², Syamsul Rizal³, Dewi Purnma Sari⁴, Aida Rahmi Nasution⁵.Emial. uunadeko@gmail.comfadila@iaincurup.ac.idsyamsulrizal529@gmail.comfatiya.dewi@gmail.comaidarahminasution@iaincurup.ac.id

Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas Pascasarjana Megister

Institut Agama Islam Negeri Curup

Abstract

This study aims to explore the effectiveness of a multidimensional counseling approach in assisting adolescents in coping with the impacts of bullying at SMKN 4 Kepahiang. This approach integrates five main dimensions—emotional, cognitive, social, physical, and spiritual—to provide holistic support. The research method employed is qualitative, utilizing a field research design. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation, and were then analyzed using thematic analysis techniques. The results indicate that this approach helps students who are victims of bullying in managing emotions, building self-confidence, correcting negative thought patterns, strengthening social relationships, and enhancing spiritual calmness. The success of the counseling process is strongly influenced by supportive relationships between counselors and students, the active involvement of guidance and counseling teachers, as well as support from the school environment. The conclusion of this study affirms that multidimensional counseling is an effective and comprehensive strategy for the psychological recovery of students who are victims of bullying.

Keywords: Multidimensional Counseling, Adolescents, Bullying, Psychological Recovery**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas pendekatan konseling multidimensional dalam membantu remaja menghadapi dampak bullying di SMKN 4 Kepahiang. Pendekatan ini mengintegrasikan lima dimensi utama: emosional, kognitif, sosial, fisik, dan spiritual untuk memberikan dukungan secara holistik. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan jenis penelitian lapangan. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, yang kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan ini mampu membantu siswa korban bullying dalam mengelola emosi, membangun kepercayaan diri, memperbaiki pola pikir negatif, memperkuat hubungan sosial, dan meningkatkan ketenangan spiritual. Keberhasilan konseling sangat dipengaruhi oleh hubungan suportif antara konselor dan siswa, keterlibatan aktif guru BK, serta dukungan lingkungan sekolah. Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan bahwa konseling multidimensional merupakan strategi yang efektif dan komprehensif untuk pemulihan psikologis siswa korban bullying.

A. Latar Belakang

Konseling multidimensional pada remaja merupakan pendekatan yang holistik dan komprehensif dalam mendukung perkembangan psikologis remaja dengan mempertimbangkan berbagai aspek kehidupan mereka. Pendekatan ini berfokus pada integrasi antara dimensi emosional, kognitif, sosial, fisik, dan spiritual dalam proses konseling. Tujuannya adalah untuk membantu remaja mengatasi tantangan hidup mereka dengan cara yang lebih seimbang, mengingat bahwa setiap individu memiliki kebutuhan yang unik dan kompleks (Hakim et al. 2025).

Dimensi emosional dalam konseling multidimensional membantu remaja mengenali, mengelola, dan mengekspresikan perasaan mereka. Konselor dapat menggunakan berbagai teknik seperti konseling berbasis empati, terapi berbicara, atau pengelolaan stres untuk membantu remaja merasa lebih aman dalam mengungkapkan perasaan mereka tanpa rasa takut atau penghakiman (Rachmayanti and Nuryanti 2024). Di sisi kognitif, pendekatan ini berfokus pada membantu remaja mengidentifikasi dan mengganti pola pikir negatif yang mungkin mereka miliki, serta meningkatkan kepercayaan diri mereka. Teknik terapi kognitif-behavioral (CBT) sering digunakan untuk mengubah cara berpikir yang merugikan menjadi lebih positif dan adaptif (Dewang Sulistiana, Juntika Nurihsan, and Nandang Rusmana 2024).

Dimensi sosial juga sangat penting, mengingat remaja berada pada tahap perkembangan di mana interaksi sosial sangat mempengaruhi kesejahteraan mereka. Konseling multidimensional membantu remaja untuk memperkuat keterampilan sosial mereka, seperti kemampuan berkomunikasi, membangun hubungan positif dengan teman sebaya, dan menghadapi konflik sosial (Aneke and Hindradjat 2024). Selain itu, remaja yang mengalami masalah emosional atau psikologis sering kali mengalami dampak fisik, seperti gangguan tidur atau stres yang dapat mempengaruhi kesehatan tubuh. Konselor dapat menyarankan kegiatan fisik seperti olahraga atau relaksasi untuk meredakan ketegangan fisik dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan (Herman 2023).

Dimensi spiritual dalam konseling multidimensional juga bisa sangat bermanfaat, terutama bagi remaja yang memiliki keyakinan agama (Siti Aisyah, Dwi Ratnawati Wahyuningsih 2021). Pendekatan spiritual mengajarkan nilai-nilai agama yang dapat memberikan kekuatan

mental dan emosional, seperti sabar, tawakkul (berserah diri kepada Tuhan), serta pentingnya saling menghargai dan berempati. Dalam konteks remaja Muslim, konseling Islami bisa membantu mereka mengatasi kesulitan hidup dengan merujuk pada ajaran agama yang penuh hikmah dan memberikan rasa tenang (Windrawanto et al. 2022).

Pendekatan konseling multidimensional pada remaja yang menghadapi dampak bullying merupakan cara yang holistik dan menyeluruh untuk mendukung pemulihan psikologis siswa. Pendekatan ini mempertimbangkan berbagai aspek dalam diri remaja, baik dari segi fisik, emosional, sosial, maupun kognitif (Syifa and Nurjannah 2024). Dalam pendekatan emosional, konselor dapat membantu siswa untuk mengenali dan mengelola perasaan mereka setelah mengalami bullying. Teknik seperti konseling berbasis empati, pengelolaan stres, atau terapi berbicara bisa membantu remaja mengekspresikan perasaan mereka dengan aman dan tanpa penghakiman (Qona'ah and Ghufron 2024).

Pendekatan kognitif bertujuan untuk mengajarkan siswa mengidentifikasi dan mengganti pola pikir negatif yang muncul akibat bullying, seperti perasaan tidak berharga atau takut berinteraksi dengan orang lain (Amalia et al. 2025). Teknik seperti terapi kognitif-behavioral (CBT) dapat digunakan untuk membantu siswa mengubah cara mereka melihat diri mereka sendiri dan situasi yang mereka hadapi. Pendekatan sosial berfokus pada penguatan keterampilan sosial, yang sangat penting karena remaja yang dibuli sering merasa terisolasi (Syifa and Nurjannah 2024).

Konselor dapat memberikan teknik komunikasi yang lebih efektif dan mendukung mereka dalam membangun kembali rasa percaya diri di lingkungan sosial mereka (Istikhari 2021). Pendekatan fisik mengingatkan kita bahwa bullying dapat berdampak pada kesehatan fisik, sehingga konselor bekerja sama dengan pihak sekolah atau keluarga untuk memberikan dukungan pemulihan fisik dan meredakan ketegangan melalui kegiatan fisik seperti olahraga untuk meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan (Mulia and Kurniati 2023).

Dalam konteks spiritual, pendekatan Islami dalam konseling dapat membantu remaja Muslim mengatasi perasaan kesedihan atau kebingungan akibat bullying, dengan mengajarkan nilai-nilai agama seperti sabar, tawakkul (berserah diri kepada Allah), serta pentingnya persatuan dan saling menghargai antar sesama (Azka Silma Awawina 2022). Keterlibatan keluarga juga sangat penting dalam proses konseling, karena orang tua dapat memberikan dukungan emosional dan menciptakan lingkungan rumah yang aman bagi remaja yang dibuli.

Konselor dapat memberikan panduan kepada orang tua tentang cara mengatasi dampak bullying pada anak mereka, serta mendiskusikan cara-cara menciptakan komunikasi yang lebih baik di rumah. Terakhir, pendekatan pendidikan dan pemberdayaan berperan penting dalam memberikan pendidikan kepada remaja tentang dampak bullying dan bagaimana melindungi diri mereka sendiri (Tanjung et al. 2024). Ini juga mencakup pemberdayaan mereka untuk berbicara dan mencari bantuan bila dibuli, serta program pendidikan sosial dan keterampilan hidup yang dapat menjadi bagian dari upaya pencegahan bullying di sekolah (Rahmi, Oruh, and Agustang 2024).

Pendekatan konseling multidimensional pada remaja yang menghadapi dampak bullying di SMK 4 Kepahiang merupakan cara yang menyeluruh untuk membantu siswa mengatasi berbagai aspek yang dipengaruhi oleh pengalaman bullying. Pendekatan ini mengintegrasikan berbagai dimensi yang mencakup aspek emosional, kognitif, sosial, fisik, dan spiritual dalam mendukung pemulihan siswa (Bhakti and Purwakarta 2023). Pendekatan emosional membantu siswa mengenali dan mengelola perasaan mereka setelah mengalami bullying. Konselor dapat menggunakan teknik seperti konseling berbasis empati atau terapi berbicara untuk menciptakan ruang yang aman bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan mereka. Ini membantu mengurangi perasaan cemas, takut, atau malu yang sering muncul pada korban bullying (Shofa and Prabawa 2024).

Pendekatan kognitif penting untuk membantu siswa mengidentifikasi pola pikir negatif yang mungkin muncul akibat bullying, seperti perasaan rendah diri atau ketakutan berinteraksi dengan orang lain (Istikhari 2021). Terapi kognitif-behavioral (CBT) dapat digunakan untuk mengubah pola pikir tersebut dan menggantinya dengan cara berpikir yang lebih positif dan adaptif. Hal ini dapat meningkatkan rasa percaya diri dan membantu siswa melihat masalah dari perspektif yang lebih konstruktif (Rahmawati et al. 2022). Pendekatan sosial berfokus pada penguatan keterampilan sosial siswa yang sering kali terganggu akibat bullying. Remaja yang menjadi korban bullying sering merasa terisolasi atau kesulitan berinteraksi dengan teman sebaya. Konselor dapat memberikan pelatihan komunikasi efektif dan membantu siswa untuk membangun kembali hubungan sosial yang positif. Ini juga mencakup dukungan untuk meningkatkan rasa percaya diri mereka dalam berinteraksi di lingkungan sekolah (Putriani 2021).

Pendekatan fisik memperhatikan dampak bullying terhadap kesehatan fisik siswa, seperti stres, gangguan tidur, atau kecemasan. Konselor dapat bekerja sama dengan sekolah dan keluarga untuk menyediakan dukungan fisik, termasuk kegiatan fisik seperti olahraga yang dapat meredakan ketegangan dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan (Mulia and Kurniati 2023). Pendekatan spiritual juga relevan, terutama bagi siswa yang memiliki latar belakang agama. Dalam konteks remaja Muslim di SMK 4 Kepahiang, konseling Islami dapat membantu mereka mengatasi dampak emosional dan psikologis dari bullying dengan mengajarkan nilai-nilai agama seperti kesabaran (sabar), tawakkul (berserah diri kepada Allah), dan pentingnya menghargai sesama. Nilai-nilai ini dapat memberikan ketenangan batin dan kekuatan mental bagi siswa untuk menghadapi kesulitan (Angga Ade Saputra, 1 Silvira Hardiyanti, 2Sitti Arafah Utari 2025).

Pendekatan konseling multidimensional pada remaja yang menghadapi dampak bullying di SMK 4 Kepahiang diharapkan mampu memberikan pemulihan yang menyeluruh pada siswa. Secara ideal, setiap siswa yang menjadi korban bullying dapat menerima dukungan yang mencakup aspek emosional, kognitif, sosial, fisik, dan spiritual mereka. Konselor dapat memberikan ruang aman untuk ekspresi perasaan siswa, membantu mereka merubah pola pikir negatif, memperkuat keterampilan sosial, serta mengembalikan keseimbangan fisik dan mental mereka (Seprianto et al. 2024). Dengan pendekatan yang komprehensif, siswa diharapkan dapat mengatasi dampak negatif bullying, kembali membangun kepercayaan diri, serta mampu berinteraksi dengan teman sebaya tanpa rasa takut atau rendah diri. Keluarga dan pihak sekolah juga dilibatkan secara aktif untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pemulihan siswa. Pendidikan dan pemberdayaan siswa tentang bullying akan mengurangi peristiwa bullying lebih lanjut dan memberikan solusi jangka panjang (Sumenep and Sumenep 2025).

Dalam realitanya, meskipun pendekatan konseling multidimensional sudah direncanakan dengan baik, tantangan dalam implementasi sering kali muncul. Banyak sekolah yang masih kekurangan sumber daya, baik dari sisi tenaga konselor yang berkompeten maupun fasilitas yang mendukung. Kurangnya pemahaman tentang pentingnya keterlibatan keluarga dalam proses konseling juga dapat menghambat efektivitas pendekatan ini. Di SMK 4 Kepahiang, misalnya, mungkin ada keterbatasan dalam mengakses teknik konseling yang lebih canggih, atau siswa yang merasa enggan untuk terbuka tentang perasaan mereka karena takut dianggap lemah atau dibuli lebih lanjut. Selain itu, stigma terhadap konseling atau terapi masih bisa

menjadi penghalang, membuat beberapa siswa enggan untuk memanfaatkan layanan yang ada. Tantangan sosial di lingkungan sekolah, seperti norma peer pressure yang negatif, juga bisa menghalangi upaya konseling untuk memberikan dampak yang maksimal.

Dampak dari pendekatan konseling multidimensional yang diterapkan dengan baik dapat sangat signifikan. Siswa yang menerima konseling bisa mengalami peningkatan dalam hal keterampilan sosial, rasa percaya diri, dan kemampuan untuk mengelola emosi mereka. Namun, jika tidak diimplementasikan dengan tepat, dampak yang diharapkan mungkin tidak sepenuhnya tercapai. Dampak bullying yang tidak ditangani dengan baik bisa menyebabkan siswa mengalami gangguan mental jangka panjang, seperti kecemasan, depresi, atau bahkan tindakan melukai diri sendiri. Selain itu, jika pendekatan konseling tidak sesuai dengan kebutuhan individu siswa, hal ini bisa memperburuk perasaan isolasi atau ketidakmampuan untuk menghadapi masalah, sehingga menambah beban psikologis mereka.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (field research) yang bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman siswa yang terdampak bullying serta bagaimana pendekatan konseling multidimensional dapat diterapkan dalam membantu mereka (Patonah, Sambella, and Az-Zahra 2023). Lokasi penelitian ini dilakukan di SMKN 4 Kepahiang, Provinsi Bengkulu, yang dipilih berdasarkan adanya indikasi kasus bullying yang memengaruhi kondisi psikologis siswa. Subjek penelitian adalah siswa-siswa yang menjadi korban bullying, baik dalam bentuk verbal, fisik, sosial, maupun cyberbullying. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive, yaitu berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian, seperti pernah mengalami tindakan bullying dan bersedia untuk diwawancarai (Sugiyono 2020).

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tiga metode, yaitu wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan terhadap siswa korban bullying serta guru BK dan wali kelas untuk menggali pengalaman dan proses konseling yang telah dijalani. Observasi digunakan untuk mengamati perilaku dan interaksi sosial siswa di sekolah. Sementara itu, dokumentasi dilakukan dengan mengumpulkan data pendukung seperti catatan konseling, laporan pelanggaran, dan arsip kegiatan sekolah. Data dianalisis menggunakan analisis tematik melalui proses reduksi, penyajian, dan penarikan kesimpulan berdasarkan tema

yang ditemukan. Keabsahan data dijaga dengan triangulasi sumber dan teknik agar hasil penelitian valid dan dapat dipercaya

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian di SMKN 4 Kepahiang, ditemukan bahwa siswa yang menjadi korban bullying mengalami berbagai dampak negatif, baik secara emosional, sosial, maupun akademik. Dampak emosional yang paling sering muncul adalah rasa takut, cemas, malu, hingga rendah diri. Beberapa siswa juga menunjukkan gejala menarik diri dari pergaulan dan kehilangan motivasi belajar. Dari sisi sosial, korban bullying mengalami kesulitan dalam menjalin komunikasi dan kepercayaan terhadap teman sebaya. Bahkan beberapa di antaranya cenderung menyendiri dan enggan mengikuti kegiatan kelas.

Langkah awal dalam penelitian ini dilakukan dengan mengidentifikasi adanya kasus bullying di SMKN 4 Kepahiang. Peneliti menjalin komunikasi awal dengan pihak sekolah, khususnya guru Bimbingan dan Konseling (BK), untuk memperoleh informasi terkait siswa yang mengalami bullying. Dari hasil komunikasi tersebut, peneliti memastikan bahwa terdapat siswa yang benar-benar menjadi korban bullying dan bersedia untuk berpartisipasi dalam proses penelitian. Identifikasi ini menjadi dasar penting dalam menentukan subjek dan arah penelitian secara lebih terfokus.

Sebelum pelaksanaan penelitian, peneliti terlebih dahulu mengajukan surat izin resmi kepada Kepala Sekolah SMKN 4 Kepahiang. Pengajuan izin ini bertujuan untuk memperoleh akses dalam melakukan kegiatan penelitian, seperti observasi, wawancara, dan dokumentasi terhadap siswa yang menjadi korban bullying serta pihak sekolah yang relevan, seperti guru BK dan wali kelas. Izin tersebut menjadi syarat administratif sekaligus bentuk etika penelitian agar proses pengumpulan data dapat berjalan secara legal dan profesional.

Observasi lapangan dilakukan oleh peneliti dengan mengamati secara langsung perilaku siswa yang menjadi korban bullying di lingkungan sekolah, baik dalam situasi formal seperti kegiatan pembelajaran di kelas, maupun dalam interaksi sosial bersama teman sebaya di luar kelas. Tujuan dari observasi ini adalah untuk memperoleh gambaran nyata mengenai kondisi psikologis dan sosial siswa setelah mengalami bullying, termasuk sikap, ekspresi, cara berkomunikasi, serta keterlibatan mereka dalam aktivitas sekolah. Selain itu, peneliti juga melakukan observasi terhadap proses konseling yang dilakukan oleh guru Bimbingan dan

Konseling (BK), guna melihat secara langsung bagaimana pendekatan konseling diterapkan, respon siswa selama sesi berlangsung, serta dinamika hubungan antara konselor dan siswa. Observasi ini memberikan data tambahan yang bersifat naturalistik, sehingga dapat memperkuat temuan dari hasil wawancara dan dokumentasi dalam menggambarkan dampak bullying serta efektivitas konseling multidimensional yang diterapkan

Pelaksanaan wawancara mendalam dalam penelitian ini difokuskan pada siswa yang menjadi korban bullying, dengan tujuan untuk menggali secara lebih komprehensif pengalaman yang mereka alami, baik dari segi bentuk bullying yang diterima seperti verbal, fisik, sosial, siber, maupun dampak psikologis yang timbul sebagai akibatnya. Melalui wawancara ini, peneliti berupaya memahami bagaimana siswa menyikapi situasi yang mereka hadapi, strategi yang digunakan untuk bertahan, serta perubahan emosi atau perilaku yang terjadi selama proses tersebut. Selain mewawancarai siswa, peneliti juga melakukan wawancara terhadap guru Bimbingan dan Konseling (BK) serta wali kelas sebagai informan pendukung. Tujuan dari wawancara ini adalah untuk memperoleh data tambahan mengenai perubahan perilaku yang terlihat pada siswa pasca bullying, serta untuk mengetahui intervensi atau langkah konseling yang telah dilakukan oleh pihak sekolah dalam mendampingi siswa. Informasi yang diperoleh dari berbagai pihak ini menjadi penting untuk memperkuat validitas data dan memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai kondisi psikososial korban bullying serta efektivitas pendekatan konseling yang diterapkan.

Hasil wawancara mendalam dengan siswa korban bullying menunjukkan bahwa mereka mengalami berbagai bentuk perlakuan tidak menyenangkan, seperti kekerasan verbal, fisik, sosial, dan siber. Para siswa mengaku sering diejek, dijauhi oleh teman sebaya, bahkan mengalami intimidasi secara langsung, yang berdampak pada kondisi emosional mereka, seperti rasa takut, cemas, malu, dan enggan untuk bersosialisasi di lingkungan sekolah. Beberapa siswa bahkan sempat berpikir untuk pindah sekolah karena merasa tidak tahan dengan perlakuan tersebut. Dampak psikologis yang dirasakan cukup besar, seperti menurunnya rasa percaya diri, kesulitan berbicara di depan umum, dan kurangnya motivasi belajar. Mereka juga merasa tidak memiliki ruang aman untuk bercerita, kecuali kepada guru Bimbingan dan Konseling (BK). Namun, setelah mengikuti beberapa sesi konseling, siswa mulai menunjukkan perubahan positif, seperti merasa lebih tenang, terbuka, dan mampu mengelola emosi dengan lebih baik. Dari wawancara dengan guru BK, terungkap bahwa

pendekatan konseling yang dilakukan tidak hanya menekankan pada aspek psikologis, tetapi juga melibatkan pendekatan sosial dengan pelibatan teman sebaya, serta pendekatan spiritual melalui nilai-nilai keagamaan yang ditanamkan dalam proses konseling. Guru BK menilai bahwa pendekatan multidimensional ini lebih efektif dalam membantu pemulihan siswa secara menyeluruh. Hal serupa juga disampaikan oleh wali kelas, yang mencatat adanya perubahan perilaku siswa setelah intervensi dilakukan, seperti meningkatnya partisipasi dalam kelas, keberanian untuk berbicara, dan mulai membangun hubungan sosial yang sehat dengan teman-teman sekelas.

Data yang diperoleh dari wawancara mendalam, observasi langsung, dan dokumentasi dianalisis menggunakan teknik analisis tematik untuk mengidentifikasi tema-tema utama, seperti dampak bullying, kebutuhan psikologis siswa, dan efektivitas pendekatan konseling multidimensional. Dari hasil wawancara, diketahui bahwa siswa korban bullying mengalami berbagai dampak psikologis seperti rasa takut, cemas, penurunan percaya diri, dan menarik diri dari lingkungan sosial. Hal ini diperkuat melalui observasi di mana siswa terlihat pasif dalam pembelajaran dan cenderung menghindari interaksi dengan teman sebaya. Selain itu, dokumentasi dari guru BK menunjukkan adanya catatan perubahan perilaku siswa yang konsisten dengan pengakuan mereka dalam wawancara.

Melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, ditemukan bahwa pendekatan konseling multidimensional, yang mencakup aspek psikologis, sosial, dan spiritual, terbukti efektif dalam membantu pemulihan siswa. Siswa yang mengikuti sesi konseling menunjukkan perubahan positif, seperti meningkatnya keberanian untuk berbicara, membangun hubungan sosial yang lebih sehat, dan menunjukkan semangat belajar kembali. Untuk menjamin keabsahan data, peneliti melakukan triangulasi dengan mencocokkan temuan dari wawancara, observasi, dan dokumentasi, serta melakukan konfirmasi ulang kepada narasumber untuk memastikan tidak terjadi kesalahan interpretasi. Validasi ini memperkuat kesimpulan bahwa konseling multidimensional merupakan pendekatan yang tepat untuk menangani dampak bullying pada remaja.

Melalui pendekatan konseling multidimensional, para siswa mendapatkan bantuan yang tidak hanya fokus pada aspek psikologis semata, tetapi juga mencakup dimensi sosial, perilaku, kognitif, dan spiritual. Dalam dimensi emosional, siswa dibimbing untuk mengenali dan menyalurkan emosi dengan cara yang sehat. Dalam dimensi kognitif, mereka diarahkan untuk

mengubah pola pikir negatif menjadi lebih positif melalui teknik restructuring. Pada dimensi sosial dan perilaku, konselor membantu siswa membangun keterampilan sosial dan kepercayaan diri dalam berinteraksi. Adapun dimensi spiritual digunakan untuk memberikan kekuatan batin dan makna positif terhadap pengalaman buruk yang mereka alami.

Selain itu, penelitian ini menemukan bahwa keberhasilan penerapan pendekatan konseling multidimensional sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung. Salah satunya adalah adanya hubungan yang suportif antara konselor dan siswa, di mana siswa merasa aman, didengarkan, dan diterima tanpa penghakiman. Kedekatan emosional ini menciptakan rasa percaya yang memungkinkan siswa lebih terbuka dalam proses konseling. Keberhasilan juga didorong oleh keterlibatan aktif guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang tidak hanya berperan sebagai fasilitator, tetapi juga sebagai pendamping yang konsisten dalam proses pemulihan siswa. Guru BK memadukan berbagai pendekatan emosional, kognitif, sosial, dan spiritual secara terpadu sesuai dengan kebutuhan individu siswa.

Kemudian, dukungan dari lingkungan sekolah seperti wali kelas, teman sebaya, serta kebijakan sekolah yang berpihak pada perlindungan siswa turut mempercepat proses pemulihan. Lingkungan yang inklusif dan bebas dari stigma membuat siswa korban bullying merasa dihargai dan tidak sendirian. Sebagai hasilnya, pendekatan multidimensional ini mampu menstabilkan kondisi psikologis siswa, meningkatkan kepercayaan diri, mengurangi kecemasan, dan mendorong siswa untuk kembali aktif dalam kegiatan pembelajaran serta berinteraksi secara sehat dengan lingkungan sekitarnya.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMKN 4 Kepahiang, dapat disimpulkan bahwa pendekatan konseling multidimensional merupakan strategi yang efektif dalam membantu remaja menyikapi dampak bullying. Pendekatan ini mampu menjangkau berbagai aspek kehidupan siswa baik emosional, kognitif, sosial, perilaku, maupun spiritual sehingga pemulihan psikologis dan sosial korban bullying dapat dilakukan secara menyeluruh.

Penerapan pendekatan ini terbukti membantu siswa mengelola emosi negatif, membangun kembali kepercayaan diri, memperbaiki pola pikir, serta memperkuat relasi sosial dan spiritualitas. Keberhasilan pendekatan ini juga sangat bergantung pada keterlibatan aktif guru BK, hubungan yang suportif antara konselor dan siswa, serta adanya dukungan lingkungan

sekolah yang kondusif. Dengan demikian, konseling multidimensional menjadi alternatif yang tepat dan komprehensif untuk menangani dampak bullying pada remaja di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Yuni, Wafiq Azizah Ashari, Syifa Wiri Tanaya, and Muhammad Zaky Fahmi. 2025. "Pendekatan Kognitif Dalam Pembelajaran Kaidah Nahwu Untuk Penutur Non-Arab." *Jurnal Sathar* 3 (1): 27–38. <https://doi.org/10.59548/js.v3i1.364>.
- Aneke, Aneke, and Juliana Hindradjat. 2024. "Membangun Ketahanan Nilai-Nilai Kristiani: Intervensi Konseling Kristen Berbasis Iman Untuk Mengatasi Cyberbullying Di Kalangan Remaja Kristen." *Jurnal Teologi Injili* 4 (1): 48–62. <https://doi.org/10.55626/jti.v4i1.71>.
- Angga Ade Saputra, 1 Silvira Hardiyanti, 2Sitti Arafah Utari, 3 Nadira Nurul Fattia. 2025. "Meriva: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam," 149–60.
- Azka Silma Awawina. 2022. "Peta Konsep Keilmuan Bimbingan Dan Konseling Islam." *Assertive: Islamic Counseling Journal* 1 (1): 46–60. <https://doi.org/10.24090/j.assertive.v1i1.6988>.
- Bhakti, Politeknik, and Asih Purwakarta. 2023. "BIMBINGAN KONSELING DENGAN PENDEKATAN SPIRITUAL DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN MENTAL REMAJA Eka Prihatin Ningsih." *Jurnal Of Health Services* 1 (2): 1–15. <https://ojs.polbap.ac.id/index.php/jhs/article/view/75>.
- Dewang Sulistiana, Juntika Nurihsan, and Nandang Rusmana. 2024. "Adaptasi Dan Standarisasi Multidimensional Aptitude Battery-II (Performa Tes) Sebagai Tes Intelegensi Bagi Siswa SMA Menggunakan Analisis RASCH Model." *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 9 (1): 460–71. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.6593>.
- Hakim, Arif Rahman, Hani Adi Wijono, Sugiyanto Sugiyanto, Ari Setyawan, and Ahsanatul Khulailiyah. 2025. "Implementasi Pendekatan Multidimensional Guru Aqidah Akhlak Dalam Penanaman Sikap Percaya Diri." *Ngaos: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran* 3 (1): 31–41. <https://doi.org/10.59373/ngaos.v3i1.101>.
- Herman, Samuel. 2023. "Strategi Unggul Konseling Pastoral Pada Remaja Dalam Hubungan Percintaan." *Jurnal Apokalupsis* 14 (2): 134–55. <https://doi.org/10.52849/apokalupsis.v14i2.85>.
- Istikhari, Naufil. 2021. "Pendekatan Kognitif Dalam Teori Kesehatan Mental Al-Balkhi: Psikologi Positif Di Abad Keemasan Islam." *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 26 (2): 233–50. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss2.art1>.
- Mulia, Pupun Suci, and Euis Kurniati. 2023. "Partisipasi Orang Tua Dalam Pendidikan Anak Usia Dini Di Wilayah Pedesaan Indonesia." *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 7 (3): 3663–74. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4628>.
- Patonah, Isma, Mutiara Sambella, and Salma Mudjahidah Az-Zahra. 2023. "Pendekatan Penelitian Pendidikan: Penelitian Kualitatif, Kuantitatif Dan Kombinasi (Mix Method)." *Pendas: Jurnal Ilmiah* ... 08 (1989): 5378–92. <https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/11671>.

- Putriani, Lisa. 2021. "Konselor Dalam Bimbingan Dan Konseling Kelompok Dengan Expressive Arts Therapy." *Counseling AS SYAMIL: Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Islam* 1 (2): 29–37. <https://doi.org/10.24260/as-syamil.v1i2.480>.
- Qona'ah, Indah, and M. Ali Ghufroon. 2024. "Mengintegrasikan Dimensi Spiritual, Emosional, Sosial Dan Intelektual Dalam Penilaian MI Salafiyah Jenggot 01." *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 7 (7): 6996–7002. <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i7.5345>.
- Rachmayanti, Januarni Dwi, and Lusi Nuryanti. 2024. "Upaya Penanganan Perilaku Agresif Pada Remaja Pelaku Klitih." *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi* 7 (2): 57–71.
- Rahmawati, Alfiah Dewi, Fajar Dwi Wibowo, Habibullah Habibullah, Hamidah Nurrochmah, Hana Fitria Noor Baity, and Ulya Makmudah. 2022. "Efektivitas Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Sma/Smk: Systematic Literature Review." *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling* 3 (2): 63–71. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v3i2.2223>.
- Rahmi, Silatul, Shermina Oruh, and Andi Agustang. 2024. "GOVERNANCE: Jurnal Ilmiah Kajian Politik Lokal Dan Pembangunan CYBERBULLYING DI KALANGAN REMAJA PADA PERKEMBANGAN TEKNOLOGI ABAD 21." *GOVERNANCE: Jurnal Ilmiah Kajian Politik Lokal Dan Pembangunan* 10 (1): 101–6.
- Seprianto, Fadila, Dina Hajja Ristianti, and Beni Azwar. 2024. "Dalam Mewujudkan Kesejahteraan Psikologis Siswa Di Smpit An-Nida." *Jurnal Muhafadzah: Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling Islam*, 103–17.
- Shofa, Azka Faila, and Abi Fa'izzarahman Prabawa. 2024. "Kajian Literatur: Terapi Istighfar Dalam Konseling Kelompok Behavioral Dapat Mengurangi Perilaku Bullying." *Social, Humanities, and Educational Studies (SHES): Conference Series* 7 (3): 296–306. <https://doi.org/10.20961/shes.v7i3.91562>.
- Siti Aisyah, Dwi Ratnawati Wahyuningsih, Ari Khusumadewi. 2021. "PENDEKATAN HOLISTIK DAN MULTIKULTURAL DALAM LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING : STUDI PADA MODEL KONSELING PANCAWASKITA" 5 (2): 85–92.
- Sugiyono. 2020. "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Kombinasi (Mixed Methods)," 1–781.
- Sumenep, Stkip Pgri, and Stkip Pgri Sumenep. 2025. "MENGUASAI HAKIKAT MANUSIA INDONESIA , ASUMSI – ASUMSI MENGENAI KEPRIBADIAN KONSELOR DAN KONSELI" 2 (4): 171–80.
- Syifa, and Nurjannah. 2024. "Pendekatan Multidimensi Dalam Penanganan Kekerasan Penyandang Disabilitas: Integrasi Psikologi, Spiritualitas, Dan Hukum." *Journal of Social Movements E-ISSN* 1 (2): 125. <https://journals.akademia.or.id/index.php/jsm/index>.
- Tanjung, Nurul Afifah, Universitas Islam, Negeri Sumatera, and Medan Estate. 2024. "Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling" 3 (2): 1–10.
- Windrawanto, Yustinus, Program Studi, Universitas Kristen, and Satya Wacana. 2022. "Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application Meneroka

Komponen Spiritualitas Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Lembaga Pendidikan.” *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* 11 (1): 88–98.

