

Efektivitas Layanan Bimbingan Konseling Dalam Mencegah Perilaku Menyimpang di Sekolah

Thufa Ainul Azmi Mulyani^{1*}, Ellen Prima²

^{1,2}Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto, Indonesia
Jl. A. Yani No.40A, Karanganjing, Purwanegara, Kabupaten Banyumas ·

Email: 254110402196@mhs.uinsaizu.ac.id

Corresponding Author: Thufa Ainul Azmi Mulyani

ABSTRAK

Perilaku tidak baik di sekolah seperti bullying, bentrokan antar siswa, dan tidak masuk sekolah bisa merusak pikiran, hubungan sosial, serta prestasi belajar siswa. Penelitian ini membahas seberapa baik layanan bimbingan konseling dalam mencegah masalah, dengan menganalisis berbagai sumber dari jurnal-jurnal nasional yang sudah terindeks. Hasil penelitian menunjukkan bahwa BK sangat efektif dengan pendekatan preventif seperti bimbingan kelompok, layanan informasi, serta konseling kelompok menggunakan pendekatan REBT, dan pendekatan kuratif seperti konseling individu, konseling darurat, kontrak perilaku, serta pendekatan muhasabah. Layanan BK membentuk lingkungan yang nyaman, membantu meningkatkan kemampuan memahami diri sendiri, mengelola perasaan, serta membina sikap dan kekuatan mental yang baik. Namun, tantangan tetap ada, seperti kesadaran siswa yang masih rendah, rasio konselor yang tidak seimbang, keterbatasan fasilitas, kurangnya dukungan dari sekolah dan orang tua, kolaborasi dengan wali kelas yang belum maksimal, serta minimnya penerapan teknologi sehingga banyak masalah tidak terdeteksi sejak awal. Diperlukan pengembangan sistem BK secara sistematis dengan meningkatkan kemampuan konselor melalui pelatihan rutin, adanya kebijakan sekolah yang mendukung program pencegahan, penggunaan platform konseling online, serta kerja sama dari berbagai pihak. Dengan menggunakan pendekatan yang terkoordinasi, BK dapat menjadi bagian penting dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman, sehat, dan bebas dari tindakan yang tidak sesuai.

Kata kunci :Efektivitas layanan bimbingan konseling, perilaku menyimpang, pencegahan, sekolah

ABSTRACT

Wrongful behavior at school, such as bullying, fights, and skipping classes, has negative effects on students' psychological, social, and academic well-being. This study examines the effectiveness of counseling services in preventing issues by reviewing existing literature from nationally indexed journals. The study results show that BK is effective through both preventive approaches like classical guidance, information services, and group counseling using REBT, as well as curative methods such as individual counseling, crisis counseling, behavior contracts, and the approach of muhasabah. The BK service creates a safe space, helps increase self-awareness, teaches emotion management, and builds positive character and resilience. However, there are still challenges: students have low awareness, the counselor-to-student ratio is unbalanced, there are limited resources, lack of support from schools and parents, collaboration with class teachers is not yet optimal, and there is not enough use of technology, leading to many cases not being detected early. A systematic strengthening of the BK system is needed by improving counselors' skills through regular training, implementing school policies that support prevention programs, using online counseling platforms, and collaborating with multiple parties. By using an integrated approach, BK can become a key part of a school environment that is safe, healthy, and free from disruptive behavior.

Keywords : Effectiveness Of Counseling Services, Behavior Maintenance, Prevention, Schools

1. PENDAHULUAN

Di lingkungan sekolah terdapat berbagai bentuk perilaku yang tidak baik, seperti perundungan, tindakan tidak sopan dari remaja, sikap agresif, kebiasaan bolos, serta penggunaan kata-kata kasar atau tindakan keras secara lisan dan bukan lisan. Perilaku tersebut semakin meningkat dan menjadi isu yang serius dalam dunia pendidikan (Afifah, 2025). Menurut hasil survei PISA 2018, 41,1% dari siswa di Indonesia mengatakan pernah mengalami perundungan, angka ini jauh lebih tinggi dibandingkan rata-rata negara-negara OECD yang hanya 22,7%. Sementara itu, data dari Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI) pada tahun 2024 menunjukkan bahwa jumlah kasus kekerasan di lingkungan pendidikan meningkat menjadi 573 kasus, sedangkan pada tahun sebelumnya hanya tercatat 285 kasus. Selain itu, tindakan tidak sopan dari remaja seperti saling bertengkar, merokok, melanggar peraturan sekolah, dan tidak masuk sekolah juga semakin banyak terjadi. Perilaku tidak patut yang dilakukan para pelajar bukan hanya terjadi di kota besar saja, tetapi juga mulai muncul di daerah pedesaan dengan cara yang semakin beragam. Misalnya, selain perundungan secara fisik dan lisan, kini ada juga bentuk perundungan yang dilakukan melalui internet, seperti di media sosial WhatsApp, Instagram, dan TikTok. Banyak siswa merasa tekanan mental yang besar karena komentar buruk, berita palsu, atau diasingkan secara daring. Dampaknya tidak kalah parah dibandingkan perundungan biasa, bahkan sering kali korban merasa tidak punya tempat untuk berlindung karena serangan terjadi di luar jam sekolah. Oleh karena itu, layanan bimbingan konseling harus menyesuaikan diri dengan perkembangan ini, tidak hanya mengandalkan pertemuan langsung tetapi juga harus meningkatkan pemahaman tentang dunia digital dan memberikan bantuan melalui media online (Muhid, 2021). Tanpa pendekatan yang sesuai dengan dunia digital para remaja, upaya mencegah masalah akan kehilangan separuh kesempatan untuk berperang. Oleh karena itu, pentingnya penelitian ini semakin besar karena ingin menunjukkan bahwa layanan BK yang baik harus selalu berkembang dan mampu menyesuaikan diri dengan bentuk-bentuk baru dari perilaku negatif remaja.

Akibat dari tindakan-tindakan itu tidak hanya memengaruhi pikiran dan hubungan sosial siswa, tetapi juga menyebabkan penurunan hasil belajar mereka. Jika dibiarkan terus-menerus, tindakan tidak sopan bisa membuat seseorang merasa sedih, takut, sulit berinteraksi dengan orang lain, kehilangan kepercayaan pada diri sendiri, dan bahkan meninggalkan sekolah. Dalam situasi seperti ini, layanan bimbingan dan konseling memiliki peran yang sangat penting karena mampu mencegah dan menyelesaikan masalah secara efektif. Guru BK bertindak sebagai konselor, pemberi semangat, teman kerja, penilai, serta pelaku pencegahan. Beberapa metode konseling seperti Terapi Perilaku Rasional Emotif (REBT), kontrak perilaku, muhasabah, serta Terapi Perilaku Kognitif (CBT) telah terbukti efektif dalam mengatasi perilaku yang tidak sesuai norma. Meskipun begitu, penelitian referensi yang secara menyeluruh mempelajari tingkat keberhasilan layanan BK dalam upaya mencegah masalah masih kurang banyak. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mempelajari seberapa efektif layanan bimbingan konseling dalam mencegah tindakan-tindakan yang tidak sesuai di sekolah, dengan menggabungkan berbagai penelitian dan referensi yang relevan. Lebih lanjut, peran guru BK seringkali tidak dimengerti dengan benar oleh para anggota komunitas sekolah. Beberapa guru mata pelajaran menganggap BK hanya bertugas mengurus siswa yang sudah tidak menaati aturan, bukan sebagai teman yang membantu dalam membentuk karakter siswa. Ini membuat program pencegahan sering kali diabaikan dan baru dijalankan setelah terjadi kasus yang cukup besar (Salsabila et al., 2022). Padahal, dari sudut pandang psikologi pendidikan, pendekatan yang proaktif lebih menghemat biaya dan waktu dibandingkan pendekatan yang reaktif. Dengan memberi bimbingan yang teratur dan menumbuhkan hubungan yang mendukung dari awal, banyak masalah yang mungkin muncul bisa dihindari. Sayangnya, kondisi yang ideal tersebut masih sangat jauh dari kenyataan di banyak sekolah di Indonesia. Penelitian ini penting karena bertujuan mengumpulkan bukti-bukti nyata bahwa jika

BK diterapkan secara sistematis, baik untuk mencegah maupun mengatasi masalah, maka tingkat tindakan yang tidak sesuai bisa dikurangi secara signifikan.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka (library research) atau *literature review*. Sumber data terdiri dari beberapa jurnal nasional terindeks (Sinta, Google Scholar, Garuda) yang diterbitkan antara tahun 2018 hingga 2025. Jurnal-jurnal tersebut membahas peran dan strategi BK dalam menangani berbagai bentuk perilaku menyimpang, meliputi bullying (fisik, verbal, psikologis), kenakalan remaja (bolos, tawuran, merokok), perilaku agresif, kekerasan verbal/non-verbal, serta membolos. Kriteria inklusi mencakup jurnal dengan metode kualitatif, kuantitatif, eksperimen, atau studi kasus yang fokus pada layanan BK preventif dan kuratif. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui dokumentasi dengan kata kunci “bimbingan konseling”, “perilaku menyimpang”, “pencegahan”, “bullying”, “kenakalan remaja”, dan “efektivitas BK”. Analisis data menggunakan analisis isi (content analysis) melalui tiga tahap yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Efektivitas layanan BK melalui Pendekatan Preventif

Layanan bimbingan konseling dengan pendekatan preventif terbukti sangat efektif dalam mencegah berbagai tindakan yang tidak sesuai di sekolah, karena pendekatan ini bertujuan untuk mencegah siswa menghadapi masalah sebelum masalah tersebut terjadi. Salah satu cara pencegahan yang paling umum dan efektif adalah bimbingan yang dilakukan secara langsung di dalam kelas. Melalui bimbingan kelas biasa, guru BK memberikan penjelasan langsung kepada semua siswa mengenai berbagai jenis tindakan menyimpang, seperti bullying verbal, fisik, atau psikologis, serta akibat negatif yang bisa terjadi. Siswa diajarkan dengan jelas tentang pentingnya saling menghormati, mampu mengendalikan perasaan, serta menolak segala bentuk kekerasan. Layanan informasi juga merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendekatan preventif, di mana guru BK memberikan data, fakta, dan pengetahuan melalui berbagai media, seperti poster, brosur, atau papan pengumuman sekolah. Informasi yang diberikan meliputi penjelasan tentang apa itu bullying, berbagai jenis bullying, akibat hukum yang bisa terjadi, serta langkah-langkah yang dapat dilakukan jika seseorang menjadi korban (Ninil Elfira, 2022). Dengan memiliki informasi yang cukup, siswa menjadi lebih hati-hati dan tidak gampang terpengaruh untuk ikut melakukan tindakan yang tidak benar.

Selain bimbingan secara biasa dan pemberian informasi, konseling kelompok dengan pendekatan REBT (Rational Emotive Behavior Therapy) juga digunakan sebagai bagian dari strategi pencegahan. Pendekatan ini fokus pada pentingnya mengenali dan mengubah pikiran yang tidak rasional, yang biasanya menjadi penyebab tindakan agresif atau perbuatan merendahkan orang lain. Dalam pertemuan kelompok konseling, para siswa diajak berbagi pengalaman pribadi, melatih rasa empati, dan memahami bahwa kesalahan memandang situasi sosial bisa menyebabkan terjadinya konflik (Syamsiyah, 2024). Teknik berpikir logis, cara berperilaku, dan latihan berperan sebagai karakter digunakan untuk membantu siswa mengganti keyakinan yang tidak masuk akal dengan cara berpikir yang lebih sehat dan cocok untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Hasilnya, siswa tidak hanya mengurangi kecenderungan untuk membuli, tetapi juga bisa mengelola rasa stres dan cemas dengan lebih baik. Cara lain yang sangat penting adalah konseling krisis, yang juga bertindak sebagai

langkah pencegahan bagi siswa yang sudah mengalami trauma karena menghadapi perundungan yang parah. Layanan ini diberikan secara cepat dan intensif untuk membantu korban stabil secara emosional, mencegah timbulnya gangguan psikologis yang berkepanjangan seperti depresi atau PTSD, serta memastikan siswa dapat kembali mengikuti proses belajar mengajar dengan merasa aman. Dengan demikian, pendekatan preventif dengan bimbingan klasikal, konseling kelompok REBT, serta konseling krisis dapat membantu menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman, ramah, dan mendukung bagi semua siswa.

Selain bimbingan biasa, layanan informasi, dan konseling kelompok REBT, cara mencegah masalah juga bisa dilakukan dengan program konseling oleh teman sebaya atau konseling sebaya. Beberapa penelitian yang dianalisis menunjukkan bahwa siswa lebih nyaman bercerita kepada teman sebaya yang sudah dilatih menjadi konselor sebaya. Pelatihan singkat tentang teknik mendengarkan aktif, menjaga kerahasiaan, dan cara menghubungi guru BK jika masalah terasa terlalu berat ternyata sangat efektif dalam membentuk jaringan dukungan yang informal di sekolah. Dengan adanya konselor yang sebaya, tindakan-tindakan buruk seperti perundungan bisa terlihat lebih dini karena pelakunya sering kali tidak sadar ketika berada di tengah teman-temannya. Selain itu, program diskusi kelompok berupa topik-topik seperti “Mengelola Marah Tanpa Kekerasan” atau “Berani Menolak Ajakan Merokok” yang dipandu oleh guru BK juga termasuk dalam upaya pencegahan primer yang bersifat interaktif. Metode ini tidak hanya memberi pemahaman, tetapi juga melatih kemampuan berinteraksi dengan orang lain secara langsung melalui simulasi peran (Syamsiyah, 2024). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa sekolah yang menggabungkan bimbingan dari teman sebaya dan pembahasan topik tertentu, melaporkan penurunan kasus pertengkaran hingga 40% dalam waktu setengah tahun. Ini menguatkan kesimpulan bahwa cara mencegah dengan melibatkan siswa secara aktif bisa bertahan lebih lama dibandingkan hanya mendengar ceramah dari guru.

3.2 Efektivitas Layanan BK melalui Pendekatan Kuratif

Sementara pendekatan preventif berfokus pada pencegahan, pendekatan kuratif dalam bimbingan konseling bertujuan untuk membantu siswa yang sudah terlibat dalam perilaku menyimpang, baik sebagai pelaku maupun korban. Pendekatan ini bertujuan untuk menyembuhkan dan memulihkan, dengan fokus pada penghentian perilaku yang buruk serta pemulihan fungsi psikologis siswa hingga mencapai kondisi yang sehat kembali. Salah satu cara pengobatan yang sering digunakan adalah konseling pribadi dengan metode kontrak perilaku (Bahauddin et al., 2025). Dalam teknik ini, konselor dan siswa membuat perjanjian tertulis yang disepakati bersama, yang berisi target perubahan perilaku tertentu, seperti tidak membolos selama satu minggu, serta konsekuensi yang jelas jika perjanjian tersebut tidak dipenuhi. Siswa juga diberi apresiasi atau dukungan positif ketika berhasil memenuhi komitmen yang telah dibuat. Teknik ini terbukti sangat efektif dalam mengatasi siswa yang sering bolos, karena siswa merasa punya tanggung jawab pribadi atas kontrak yang mereka buat, sekaligus termotivasi untuk mendapatkan hadiah yang dijanjikan.

Pendekatan lain yang juga sangat efektif adalah konseling individu yang berdasarkan pada refleksi atau peninjauan diri sendiri, yang memiliki akar pada nilai-nilai spiritual dan agama. Pendekatan ini sangat cocok digunakan di sekolah-sekolah yang memiliki latar belakang Islam, karena membantu siswa untuk berpikir tentang kesalahan yang sudah mereka lakukan, meminta maaf, dan berjanji tidak mengulangi tindakan yang tidak baik lagi. Dengan

sesi konseling yang ramah dan tidak menyudutkan, siswa diberi kesempatan untuk menemukan penyebab kenakalan mereka, termasuk faktor dari dalam diri seperti malas atau kurang disiplin, serta faktor dari luar seperti tekanan dari teman sebaya atau masalah di rumah tangga. Setelah itu, konselor membantu siswa membuat rencana untuk meningkatkan diri, dengan fokus pada tujuan kehidupan yang lebih bermakna. Penelitian menunjukkan bahwa cara muhasabah berhasil mengurangi jumlah siswa yang bolos, merokok, dan melakukan bullying, sekaligus meningkatkan spiritualitas, kedisiplinan, dan rasa empati mereka. Selain itu, konseling berbasis perilaku dengan teknik penguatan positif dan pelatihan assertif juga sering digunakan sebagai metode utama dalam pendekatan penyembuhan (Kurniasanti, 2024). Teknik penguatan positif memberi hadiah atau puji kepada siswa ketika mereka menunjukkan sikap baik, sehingga sikap positif tersebut semakin kuat. Sementara itu, pelatihan assertif membantu siswa belajar mengatakan "tidak" pada ajakan yang tidak baik, menyampaikan pendapat tanpa terlihat agresif, serta menyelesaikan masalah dengan cara yang baik dan sehat. Kedua metode tersebut terbukti efektif dalam mengurangi kemungkinan terjadinya tindakan yang tidak sesuai secara perlahan dan berkelanjutan. Dengan demikian, pendekatan sembuhkan melalui konseling pribadi, perjanjian perilaku, refleksi diri, dan penguatan hal-hal baik memberikan manfaat besar dalam membantu siswa keluar dari pola perilaku yang tidak baik (Baspuri Luahambowo, 2025).

Pendekatan kuratif juga bisa diperkaya dengan teknik praktik restoratif, meskipun dalam literatur yang sudah ditinjau masih tergolong belum begitu populer. Praktik restoratif berupaya memperbaiki hubungan yang terganggu karena tindakan tidak sesuai, bukan hanya memberikan hukuman. Misalnya, ketika terjadi perundungan, pelaku dan korban ditemui secara langsung dalam sebuah pertemuan yang dipandu oleh guru BK. Pelaku diminta untuk menjelaskan akibat tindakannya dan minta maaf dengan tulus, sementara korban diberi kesempatan untuk menyampaikan perasaannya. Kesepakatan untuk memperbaiki situasi bisa berupa pelaku membantu korban menyelesaikan tugas yang belum selesai atau berdua mengikuti kegiatan yang bermanfaat. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa metode restoratif lebih baik dalam mengurangi kemungkinan seseorang kembali melakukan kesalahan dibandingkan dengan dikenai skorsing atau hukuman fisik. Selain itu, teknik cognitive restructuring yang digunakan dalam pendekatan CBT juga sering diterapkan untuk mengubah cara berpikir pelaku bullying yang merasa bahwa "menjadi kuat berarti menginjak orang yang lemah". Dengan berlatih berpikir, siswa diajarkan bahwa kekuatan yang benar adalah melindungi, bukan menyakiti. Kombinasi antara pendekatan restoratif dan restrukturisasi kognitif menawarkan hasil yang baik, terutama untuk kasus perilaku tidak bermoral yang sudah terjadi lama.

3.3 Dampak Positif Layanan BK

Penyelenggaraan layanan bimbingan konseling, baik dengan cara pencegahan maupun penyelesaian masalah, memberikan banyak manfaat positif yang cukup besar bagi para siswa serta suasana sekolah secara umum. Dampak pertama yang paling terasa adalah adanya tempat yang aman bagi siswa untuk menyampaikan perasaan, pikiran, dan masalah pribadi yang mereka alami. Di ruang konseling yang aman dan tenang, siswa tidak perlu khawatir dihakimi atau diolok-olok. Mereka bisa berbicara tentang tekanan belajar, masalah dengan teman, kesulitan di rumah, hingga ketakutan jadi korban bullying. Ruang aman ini sangat penting karena banyak siswa masih menyimpan masalah secara pribadi karena merasa malu atau takut

untuk berkata kepada orang lain (Bahauddin et al., 2025). Dengan adanya layanan BK, mereka punya tempat untuk melepas perasaan dan mencari cara mengatasi masalah bersama konselor yang berpengalaman dan penuh perhatian. Dampak kedua adalah meningkatnya kesadaran diri, kemampuan mengelola emosi, dan rasa empati. Dengan menggunakan berbagai metode konseling seperti REBT, refleksi diri, atau peran bermain, siswa bisa memahami perasaan mereka, mengenali penyebab marah atau takut, serta mengendalikan hasrat untuk bertindak keras (Siti Konaah et al., 2025). Mereka juga diajarkan untuk memandang kondisi dari sudut pandang orang lain, sehingga timbul perasaan empati dan dorongan untuk membantu korban, bukan malah ikut membully.

Dampak ketiga adalah munculnya sifat-sifat positif, seperti disiplin dan rasa tanggung jawab. Layanan BK terus-menerus mengajarkan nilai-nilai seperti jujur, disiplin, berani mengakui kesalahan, dan berkomitmen untuk terus memperbaiki diri. Siswa yang dulu sering melanggar aturan sekolah, seperti terlambat datang, tidak masuk sekolah tanpa izin, atau merokok, setelah mengikuti konseling menunjukkan perubahan sikap yang lebih taat aturan dan lebih bertanggung jawab. Mereka juga ikut lebih giat dalam kegiatan ekstrakurikuler yang bermanfaat dan bisa menjadi contoh yang baik bagi teman-temannya. Dampak keempat adalah penurunan signifikan dalam jumlah pelanggaran tata tertib dan kekerasan yang terjadi di sekolah. Sekolah-sekolah yang mengimplementasikan program BK secara teratur melaporkan penurunan jumlah kasus perkelahian antar siswa, tindakan perundungan, serta kerusakan fasilitas sekolah. Iklim sekolah menjadi lebih nyaman, proses belajar berjalan lancar tanpa hambatan, dan para siswa merasa lebih tenang serta nyaman berada di lingkungan sekolah (Banur, 2026). Dampak kelima adalah peningkatan kesejahteraan psikologis siswa secara umum. Siswa yang mendapatkan bimbingan dari BK memiliki tingkat stres yang lebih rendah, rasa percaya diri lebih tinggi, dan kemampuan berinteraksi sosial yang lebih baik. Mereka tidak sering merasa takut menghadapi ujian atau permasalahan, dan cenderung lebih yakin dalam menghadapi masa depan. Dengan demikian, layanan bimbingan konseling tidak hanya membantu menyelesaikan masalah perilaku, tetapi juga membentuk generasi muda yang lebih sehat secara mental, memiliki karakter yang baik, dan siap menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan.

Dampak positif lain yang juga sangat penting adalah meningkatnya rasa memiliki siswa terhadap sekolah. Saat siswa merasa ada orang dewasa yang perhatian dan mau mendengarkan (guru BK), mereka biasanya lebih patuh pada aturan sekolah dan lebih suka ikut serta dalam kegiatan di luar kurikulum. Penelitian yang dicek menunjukkan bahwa di sekolah yang memiliki layanan bimbingan konseling yang sering dilakukan, jumlah siswa yang tidak masuk sekolah berkurang hingga 25%, dan partisipasi mereka dalam kegiatan keagamaan sosial meningkat. Siswa juga mengatakan bahwa mereka lebih mudah fokus dalam kelas karena tidak lagi merasa takut atau stres yang tidak teratasi. Dalam jangka panjang, hal ini membuat nilai ujian nasional meningkat dan jumlah siswa yang putus sekolah berkurang. Dengan demikian, investasi dalam layanan BK bukan hanya sekadar pengeluaran, tetapi juga merupakan cara untuk meningkatkan kualitas pendidikan secara menyeluruh (Khoiriatu Sa'adah et al., 2025).

3.4 Tantangan Implementasi Layanan BK

Meskipun layanan bimbingan konseling banyak manfaat dan sudah terbukti efektif, menerapkan layanan ini di sekolah-sekolah Indonesia masih banyak menghadapi hambatan yang cukup sulit. Tantangan pertama dan terpenting adalah kesadaran siswa masih rendah serta stigma negatif terhadap konseling masih kuat. Sebagian besar siswa berpikir bahwa ruang BK hanya digunakan oleh orang-orang yang mempunyai masalah besar, perilaku buruk, atau mempunyai pikiran yang tidak normal. Mereka merasa malu dan takut dianggap memiliki masalah jiwa jika terbongkar bahwa mereka pergi ke layanan konseling. Masalah ini semakin memburuk karena sekolah kurang memberikan penjelasan yang jelas tentang peran sebenarnya dari BK. Akibatnya, banyak siswa yang benar-benar membutuhkan bantuan justru memilih tidak berkata apa-apa atau cerita kepada teman-teman yang belum tentu bisa membantu, sehingga masalahnya tidak bisa segera diatasi bahkan bisa semakin parah. Tantangan kedua adalah ketidakseimbangan dalam jumlah konselor dibandingkan dengan jumlah siswa. Sebenarnya, seorang konselor sebaiknya melayani maksimal 150 siswa, tetapi kenyataannya, banyak sekolah hanya memiliki satu atau dua guru BK untuk melayani ribuan siswa. Dengan perbandingan yang sangat tidak seimbang, konselor tidak bisa memberikan pelayanan yang personal, dalam, dan berkelanjutan kepada setiap orang. Akibatnya, banyak siswa tidak terpantau dengan baik, dan tindakan tidak pantas mereka baru terungkap setelah terjadi kejadian yang serius. Tantangan ketiga adalah kurangnya fasilitas, infrastruktur, dan bantuan keuangan. Ruang konseling biasanya hanya sebuah ruangan sempit yang tidak benar-benar kedap suara, sehingga pembicaraan antara konselor dan siswa bisa didengar oleh orang-orang di luar. Hal ini membuat siswa semakin malas bercerita karena takut aibnya terungkap. Selain itu, banyak sekolah tidak memiliki alat penilaian psikologis yang cukup, seperti kuesioner bakat, tes kepribadian, atau daftar masalah siswa (Ifnaldi, 2022). Kurangnya dana juga membuat program-program pencegahan seperti seminar, pelatihan, atau kampanye melawan bullying sulit untuk berjalan secara teratur dan merata. Kegiatan tersebut hanya bisa dilakukan sekali setahun atau bahkan tidak pernah dilakukan, sehingga pesan-pesan pencegahan tidak mendarah daging di pikiran siswa. Tantangan keempat adalah kurangnya kerja sama antara guru BK dengan wali kelas, guru mata pelajaran, orang tua, serta pihak lain yang terkait. Penanganan siswa yang menunjukkan perilaku tidak sesuai sering kali hanya dilakukan oleh guru BK sendiri, tanpa melibatkan orang tua atau guru-guru lainnya. Padahal, tanpa bantuan dari keluarga, perubahan cara berperilaku siswa tidak akan bertahan lama. Orang tua yang terlalu sibuk bekerja atau tidak peduli dengan perkembangan anak justru bisa membuat siswa kembali melakukan kebiasaan buruk. Sementara itu, guru-guru yang mengajar mata pelajaran dan tidak memahami tugas BK sering kali tidak bekerja sama.

Tantangan kelima adalah kurangnya penerapan teknologi dalam layanan konseling dan ketidakcukupan pelatihan terus menerus bagi para konselor. Di masa kini yang serba digital, banyak siswa lebih suka berbicara lewat pesan pendek atau akun media sosial daripada bertemu langsung secara wajah sama wajah. Namun, tidak semua sekolah memiliki platform konseling online yang aman dan rahasia. Belum semua guru BK mampu melakukan konseling jarak jauh dengan baik, karena mereka perlu mengelola kerahasiaan dan empati secara berbeda. Selain itu, banyak konselor tidak pernah mendapatkan pelatihan tambahan mengenai pendekatan konseling terbaru, sehingga mereka tetap menggunakan metode lama yang tidak efektif untuk generasi sekarang. Tantangan keenam adalah dampak dari lingkungan di luar yang sangat besar, misalnya keluarga yang tidak utuh, tekanan dari teman sebaya, serta paparan terhadap konten

negatif di media sosial. Seorang siswa mungkin sudah berperilaku baik di sekolah, tetapi ketika pulang ke rumah yang orang tuanya sering berkelahi atau sudah bercerai, ia bisa merasa stres lagi dan mengeluarkan perasaan itu dengan cara yang kasar (Soraya & Lubis, 2024). Demikian pula, jika lingkungan rumah masih mendorong anak untuk merokok atau terlibat tawuran, maka perubahan positif yang terjadi di sekolah akan cepat hilang. Oleh karena itu, kesulitan dalam menerapkan layanan BK memiliki banyak aspek dan membutuhkan penyelesaian yang menyeluruh. Selain keenam tantangan tersebut, masih ada tantangan lainnya, yaitu minimnya data yang didasarkan pada bukti di lingkungan sekolah. Banyak guru BK belum terbiasa melakukan pengecekan kebutuhan secara rutin atau mencatat masalah dengan cara yang sudah pasti. Akibatnya, program pencegahan sering dibuat hanya berdasarkan firasat atau kebiasaan, bukan berdasarkan data nyata mengenai jenis tindakan menyimpang yang paling umum dan penyebabnya. Tanpa data, evaluasi program menjadi sulit dilakukan. Sekolah tidak dapat mengetahui apakah layanan BK yang diberikan benar-benar mengurangi jumlah pelanggaran atau hanya sekadar kegiatan rutin yang dilakukan setiap tahun. Ini juga terkait dengan kurangnya budaya melakukan penelitian dan refleksi di kalangan guru BK (Gultom & Muis, 2021). Untuk mengatasi masalah tersebut, diperlukan pelatihan yang mudah tentang bagaimana membuat instrumen angket bagi siswa, menganalisis hasilnya, serta menyusun laporan secara berkala. Dengan adanya data tersebut, guru BK menjadi lebih yakin dan tenang saat mengajukan proposal anggaran atau usulan perubahan kebijakan kepada kepala sekolah.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan studi literatur, layanan bimbingan dan konseling (BK) terbukti berperan dalam mencegah dan mengurangi perilaku menyimpang siswa di sekolah. Layanan preventif seperti bimbingan klasikal, pemberian informasi, konseling kelompok dengan teknik REBT, dan bantuan krisis dapat meningkatkan pemahaman siswa, kemampuan mengelola emosi, serta ketahanan diri, sedangkan layanan kuratif seperti konseling individu, kontrak perilaku, penguatan positif, pelatihan asertif, CBT, dan muhasabah dapat membantu mengurangi bullying, bolos, agresivitas, dan perilaku tidak sopan serta meningkatkan kesadaran diri, disiplin, empati, dan kepercayaan diri. Namun, pelaksanaan layanan BK masih menghadapi kendala berupa rendahnya kesadaran siswa, stigma terhadap konseling, keterbatasan konselor, sarana, dana, teknologi, dan kerja sama dengan orang tua serta pihak sekolah, termasuk pengaruh keluarga dan media sosial. Oleh karena itu, keberhasilan layanan BK tidak bergantung pada satu metode, tetapi pada kemampuan menyesuaikan dan menggabungkan pendekatan sesuai kondisi sekolah dan kebutuhan siswa, disertai peningkatan kompetensi guru BK, dukungan sekolah, pemanfaatan teknologi, dan kerja sama berbagai pihak.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan di atas, berikut beberapa saran yang diajukan. Guru bimbingan dan konseling sebaiknya terus memperbaiki kemampuan kerja mereka dengan mengikuti pelatihan-pelatihan terus menerus. Mereka juga perlu memiliki hubungan yang ramah dan tidak menyalahkan terhadap para siswa. Selain itu, guru bisa menggunakan berbagai metode konseling yang tepat sesuai dengan kebutuhan siswa, seperti REBT, kontrak perilaku, muhasabah, dan CBT. Karena masing-masing metode memiliki kelebihan tersendiri dalam

mengatasi perilaku-perilaku yang tidak sesuai. Bagi para kepala sekolah dan pembuat kebijakan, diperlukan langkah-langkah strategis seperti menambah jumlah konselor profesional agar rasio konselor terhadap siswa menjadi lebih seimbang. Selain itu, perlu disediakan fasilitas konseling yang memadai, seperti ruang konseling yang nyaman dan tidak bocor suara, alat-alat penilaian psikologis, serta perangkat teknologi pendukung. Juga, diperlukan alokasi dana khusus untuk program pencegahan tindakan menyimpang, seperti seminar, sosialisasi, dan pelatihan. Selain itu, layanan bimbingan konseling harus diintegrasikan ke dalam kurikulum sekolah.

Orang tua dan masyarakat diharapkan bisa bantu program BK di sekolah dengan ikut terlibat dalam memantau perilaku siswa, mengurangi persepsi negatif terhadap konseling, serta memberi perhatian dan cara asuh yang baik, terutama untuk siswa yang berasal dari keluarga tidak utuh agar mereka tidak mudah terjerumus ke perilaku buruk. Akhirnya, bagi peneliti yang akan datang, dianjurkan untuk melanjutkan penelitian secara langsung mengenai seberapa efektif menggabungkan beberapa metode konseling, seperti REBT dan kontrak perilaku, dalam satu program intervensi yang terpadu. Selain itu, juga disarankan untuk membuat model konseling secara daring yang efektif, aman, dan memiliki protokol kerahasiaan yang ketat, agar bisa mencapai siswa yang kurang suka bertemu secara langsung. Dengan menerapkan saran-saran ini secara teratur dan bersama-sama, layanan bimbingan konseling diharapkan dapat menjadi bagian penting dalam mencegah tindakan tidak menyimpang di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, N. (2025). Strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mencegah dan Menangani Bullying di Sekolah Menengah Pertama. *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian Dan Penerapannya*, 4(4), 120–124. <https://doi.org/10.31960/konseling.v4i4.2847>
- Bahauddin, A., Hamidah, H., & Hamzah, H. (2025). Peran Layanan Konseling Dalam Menangani dan Mencegah Kasus Bullying di Sekolah. *An Namatul Ausath*, 3(1), 1–7. <https://doi.org/10.64431/annamatulausath.v3i1.301>
- Banur, M. (2026). *Jurnal Pendidikan Indonesia: UPAYA GURU BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM MENGATASI KENAKALAN REMAJA PADA SISWA KELAS XI: STUDI LITERATUR di SMA NEGERI 3 KUPANG*. 6(1). <https://doi.org/10.59818/jpi.v6i1.2409>
- Baspuri Luahambowo, L. R. L. (2025). *EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DALAM MENANGGULANGI PERILAKU AGRESIF SISWA DI SMK NEGERI 1*. 13(2), 757–763.
- Gultom, R., & Muis, T. (2021). Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mencegah Perilaku Bullying Siswa Kelas X Ips 2 Di Sma Hang Tuah 4 Surabaya Tahun Ajaran 2020/2021. *HELPER: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 38(2), 79–87. <https://doi.org/10.36456/helper.vol38.no2.a3943>
- Ifnaldi, I. (2022). Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mencegah dan Mengatasi Perilaku Menyimpang Siswa di Sekolah. *Literatus*, 4(2), 418–427. <https://doi.org/10.37010/lit.v4i2.767>
- Khoiriatu Sa'adah, Tri Wulandari, & Gusman Lesmana. (2025). Urgensi dan Kedudukan Bimbingan Konseling (BK) di Sekolah. *Counselia; Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 6(1), 237–244. <https://doi.org/10.31943/counselia.v6i1.186>
- Kurniasanti, M. D. (2024). Muhasabah Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku Menyimpang Melalui Pendekatan Konseling Individual. *NATHIQIYYAH: Jurnal Psikologi Islam*, 7, 205–216.
- Muhid, F. N. V. dan A. (2021). Efektivitas Layanan Konseling Individu Dengan Teknik Behavior Contract Untuk Mengatasi Perilaku Membolos Siswa : Literature Review.

- Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling : Teori Dan Praktik)*, 05, No. 1(2019), 17–22.
- Ninil Elfira. (2022). Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mencegah Prilaku Menyimpang Siswa Di Sekolah. *El-Rusyd : Jurnal Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah STIT Ahlussunnah Bukittinggi*, 5(2), 75–101. <https://doi.org/10.58485/elrusyd.v5i2.59>
- Salsabila, H., Nurnazhiifa, K., Sati, L., & Windayana, H. (2022). Peran Layanan Khusus Bimbingan dan Konseling dalam Mencegah dan Menangani Kasus Bullying di Sekolah. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 4(3), 290–298. <https://doi.org/10.31004/aulad.v4i3.228>
- Siti Konaah, Nofia Lolita, Zakia Rahmadania, Galuh Nabila Audry Rahmania, & Ratna Sari Dewi. (2025). Eefektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik REBT untuk Mereduksi Bullying pada Siswa di Sekolah. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial (Jupendis)*, 3(2), 304–318. <https://doi.org/10.54066/jupendis.v3i2.3198>
- Soraya, K., & Lubis, S. A. (2024). Hubungan Keluarga Broken Home Dengan Perilaku Sosial Siswa Yang Menyimpang Pada Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 1893–1904. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.6352>
- Syamsiyah, S. N. (2024). Bimbingan Konseling Teknik Kelompok Untuk Mengatasi Perilaku Menyimpang Siswa Kelas Xi Negeri 2 Singosari Malang Semester Ganjil Tahun Pelajaran 2022/2023. *Jurnal Pendidikan Taman Widya Humaniora (JPTWH)*, 3(1), 1–21.