

Kekerasan Verbal Siswa dan Penanganannya melalui Layanan Bimbingan dan Konseling: Studi Kasus Klinis di MAN 2 Bulukumba

Amanah Fitriyah^{1*}, Nur Fadhillah Umar¹, Aswar Aswar¹

[1] Universitas Negeri Makassar, Indonesia.

Abstract

Verbal violence among students is a serious psychosocial problem in schools because it may disrupt interpersonal relationships, emotional development, and students' psychological well-being. Although verbal aggression is often perceived as ordinary teasing or joking, repeated exposure may lead to anxiety, fear, decreased self-confidence, and social withdrawal among victims. This study aimed to describe the forms of verbal violence, its contributing factors, its psychological impact on victims, and the efforts made to address it through guidance and counseling services at MAN 2 Bulukumba. A qualitative approach with a clinical case study design was employed. The participants consisted of MF as the perpetrator, AR as the victim, the school counselor, parents, and peers. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation, and were analyzed using the Miles and Huberman model, consisting of data reduction, data display, and conclusion drawing. The findings revealed that MF's verbal violence appeared in the form of harsh words, ridicule, insults, and emotionally uncontrolled speech that had developed into a habitual behavior. The contributing factors included poor emotional regulation, impulsivity, limited parental supervision, and a peer environment that tolerated harsh language. The impact on the victim included reduced self-confidence, anxiety, fear, and social withdrawal. The handling process involved guidance and counseling services based on Cognitive Behavior Therapy (CBT), role playing, and collaboration with parents and school stakeholders. These findings highlight the importance of structured, collaborative, and sustainable counseling interventions in preventing and addressing verbal violence in schools. The study provides practical implications for school counselors in developing socio-emotional guidance programs, strengthening emotional regulation, and fostering a respectful, empathetic, safe, and inclusive school communication culture.

Keywords: Verbal Violence; Emotional Regulation; Psychological Intervention; Cognitive Behavior Therapy (CBT); Clinical Case Study

Article Info

Artikel History: Submitted: 2026-05-14 | Published: 2026-06-01

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v16i2.16547>

Vol 16, No 2 (2026) Page: 689 - 698

(*) Corresponding Author: Amanah Fitriyah, Universitas Negeri Makassar, Indonesia, Email: amnhanas17@gmail.com



This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium provided the original work is properly cited.

PENDAHULUAN

Secara internasional, berbagai laporan menunjukkan bahwa kekerasan verbal dan perundungan di sekolah merupakan masalah yang sangat serius. UNESCO, (2024) melaporkan bahwa satu dari tiga siswa di dunia mengalami perundungan setiap bulan, baik dalam bentuk fisik, verbal, maupun psikologis. Korban perundungan juga memiliki risiko dua kali lebih besar mengalami kesepian berat, insomnia, dan pikiran untuk bunuh diri. Data tersebut menunjukkan bahwa kekerasan verbal bukan sekedar candaan, melainkan masalah yang berdampak besar terhadap kesehatan mental dan proses belajar siswa. Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa perilaku *bullying* verbal memiliki hubungan erat dengan gangguan kesehatan mental remaja, seperti kecemasan, depresi, dan penarikan diri sosial Hertz et al., (2021). Penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa paparan kekerasan verbal secara berulang dapat meningkatkan risiko gangguan regulasi emosi, stres psikologis, dan kesulitan penyesuaian sosial pada remaja sekolah menengah (Kurniawati & Mulyani, 2023).

Di Indonesia, urgensi masalah ini juga tampak dari tingginya kasus perundungan di lingkungan pendidikan. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), (2024) mencatat bahwa pada tahun 2023 terdapat 329 pengaduan di bidang pendidikan, dengan kasus terbanyak adalah anak korban *bullying* di sekolah. KPAI menegaskan bahwa kasus perundungan di sekolah masih bersifat fenomena gunung es, karena banyak kasus, termasuk kekerasan verbal, tidak dilaporkan atau dianggap biasa. Kondisi ini menunjukkan bahwa kekerasan verbal di kalangan siswa merupakan masalah yang mendesak untuk ditangani melalui peran sekolah, keluarga dan layanan bimbingan konseling.

Kekerasan verbal merupakan salah satu bentuk agresi yang sering terjadi dalam interaksi sosial, baik di lingkungan sekolah, rumah, maupun masyarakat. Menurut Sari & Putra, (2023) kekerasan verbal mencakup tindakan memarahi, memaki, mengomel, membentak berlebihan, serta mengucapkan kata-kata yang tidak pantas. Fenomena ini semakin mengkhawatirkan di kalangan remaja karena masa remaja merupakan periode perkembangan yang sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan dan tekanan sosial.

Pada tahap ini, remaja cenderung lebih mudah meniru perilaku yang dianggap biasa oleh lingkungan sekitarnya, termasuk penggunaan kata-kata kasar, ejekan, dan hinaan dalam pergaulan sehari-hari. Akibatnya, kekerasan verbal sering kali dipandang sebagai candaan atau bentuk keakraban, padahal perilaku tersebut dapat menimbulkan dampak psikologis yang serius. Dalam konteks pendidikan, perilaku ini sering muncul dalam bentuk ejekan atau panggilan yang merendahkan, yang mencerminkan lemahnya kontrol emosi dan rendahnya kesadaran etika komunikasi (Wibowo & Lestari, 2022).

Secara psikologis, perilaku kekerasan verbal sering kali berakar dari ketidakmampuan individu dalam mengelola emosi. Aldao et al., (2021) menjelaskan bahwa ketika remaja gagal mengatur frustrasi dan kemarahan, mereka cenderung

mengekspresikannya dalam bentuk perilaku agresif verbal. Penelitian oleh Maulida & Fitria, (2022) juga menunjukkan bahwa rendahnya kemampuan mengelola emosi membuat remaja lebih mudah melukai orang lain melalui kata-kata. Selain itu, remaja dengan kemampuan regulasi emosi yang rendah cenderung lebih mudah melakukan agresi verbal ketika menghadapi konflik interpersonal maupun tekanan sosial di lingkungan sekolah (Prasetyo et al., 2024).

Sementara itu, (Rahim et al., 2024) menegaskan bahwa kekerasan verbal yang terjadi secara terus-menerus dapat memicu disfungsi emosional jangka panjang, seperti kecemasan, depresi, rendah diri, rasa takut, serta penarikan diri dari lingkungan sosial. Kondisi ini pada akhirnya dapat mengganggu proses belajar dan hubungan sosial siswa di sekolah, sehingga memerlukan perhatian serius dari berbagai pihak. Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian (Safitri & Hadi, 2022) yang menyatakan bahwa korban kekerasan verbal berulang mengalami penurunan kesejahteraan psikologis, rasa aman, dan motivasi belajar di sekolah.

Sejumlah penelitian telah mengembangkan berbagai bentuk intervensi terhadap kekerasan verbal. Penelitian oleh Fitriyani & Hasanah, (2022) mengusulkan pendidikan dan penyuluhan bagi orang tua serta konseling keluarga kebijakan sekolah. Nugroho & Pratama, (2021) menerapkan behavioral intervention yang berfokus pada penguatan perilaku positif, sedangkan Nabila Anisa et al., (2023) menggunakan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT). Namun, sebagian besar penelitian tersebut masih berfokus pada siswa secara umum dan belum mengkaji secara mendalam dinamika perilaku pelaku secara individual melalui kasus klinis.

Fenomena tersebut juga ditemukan di MAN 2 Bulukumba berdasarkan hasil observasi awal pada 15 Agustus 2024, yang menunjukkan adanya perilaku kekerasan verbal yang cukup mengkhawatirkan. Salah satu siswa teridentifikasi sebagai pelaku dengan perilaku ekstrem berupa ejekan, hinaan, penggunaan kata-kata kasar, serta memperlakukan teman. Penelitian ini memiliki kebaruan pada penggunaan pendekatan studi kasus klinis untuk menganalisis secara mendalam perilaku pelaku, termasuk bentuk, faktor penyebab, dampak terhadap korban, serta efektivitas penanganan melalui layanan bimbingan dan konseling berbasis CBT. Penelitian ini juga menawarkan CBT sebagai solusi karena membantu siswa memahami hubungan pikiran, emosi, dan perilaku, dengan dugaan bahwa perilaku dipengaruhi faktor internal (regulasi emosi) dan eksternal (keluarga dan pergaulan), serta bertujuan mendeskripsikan perilaku, mengidentifikasi penyebab, menganalisis dampak terhadap korban, dan menjelaskan upaya penanganannya.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus klinis (*clinical case study*). Pendekatan ini dipilih untuk memahami secara mendalam fenomena perilaku kekerasan verbal yang dilakukan oleh siswa serta proses intervensi yang diberikan. Penelitian dilaksanakan di MAN 2 Bulukumba. Pengumpulan data dilakukan selama kurang lebih satu bulan pada semester genap tahun ajaran 2025/2026. Fokus kasus dalam penelitian ini tertuju pada siswa berinisial MF sebagai pelaku perilaku kekerasan verbal.

Partisipan

Penentuan partisipan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan informan berdasarkan pertimbangan tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 8 (delapan) orang, yang meliputi: 1 (satu) siswa pelaku berinisial MF (informan kunci); 1 (satu) siswa korban berinisial AR; 1 (satu) guru Bimbingan dan Konseling (BK); 1 (satu) wali kelas; 2 (dua) orang tua siswa; dan 2 (dua) teman sebaya.

Instrumen Penelitian

Dalam penelitian kualitatif, instrumen utama adalah peneliti sendiri (*human instrument*) yang bertindak sebagai perencana, pelaksana pengumpulan data, penganalisis, penafsir data, dan pelapor hasil penelitian. Untuk menunjang kelancaran dan ketajaman pengumpulan data, peneliti dibantu oleh instrumen pendukung berupa Pedoman wawancara mendalam semi-terstruktur (*in-depth semi-structured interview*), Lembar pedoman observasi, dan Pedoman dokumentasi.

Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model interaktif dari Miles et al. (2014) yang terdiri dari tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan dan bersifat siklik. Tahap pertama adalah kondensasi data (*data condensation/reduction*), yakni proses pemilihan, pemusatan perhatian, penyederhanaan, pengabstrakan, dan transformasi data yang muncul dari catatan lapangan. Tahap kedua berupa penyajian data (*data display*), di mana data disajikan dalam bentuk uraian naratif yang terorganisir dan padat untuk memudahkan pemahaman pola hubungan antar data. Tahap ketiga adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi (*conclusion drawing/verification*), yaitu menarik makna dari data yang telah disajikan dan memverifikasinya kembali dengan data lapangan guna memastikan keabsahan temuan. Sebagai upaya untuk menjamin keabsahan data tersebut, penelitian ini juga menerapkan teknik triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan *member check*.

Prosedur Intervensi (*Cognitive Behavior Therapy*)

Sebagai bagian dari desain studi kasus klinis, penerapan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dilaksanakan melalui lima tahap yang saling berkaitan. Tahap pertama adalah identifikasi masalah, di mana konselor membantu partisipan mengenali perilaku, pikiran, dan emosi negatif yang menjadi sumber permasalahan melalui pengumpulan informasi via wawancara, observasi, dan diskusi. Tahap kedua berupa eksplorasi pikiran dan perasaan, yang mengarahkan partisipan untuk memahami hubungan antara pikiran, emosi, dan perilaku yang muncul dalam situasi tertentu, sekaligus menyadari pola pikir irasional atau negatif yang memengaruhi tindakannya. Tahap ketiga adalah restrukturisasi kognitif, di mana konselor memfasilitasi partisipan untuk mengganti pikiran negatif dengan pola pikir yang lebih rasional, positif, dan realistis, sehingga perilaku maladaptif dapat dikurangi. Selanjutnya, pada tahap keempat yaitu latihan perilaku, partisipan diberikan strategi atau teknik tertentu, seperti *role playing*, pengendalian emosi, komunikasi positif, dan latihan pemecahan masalah untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Tahap terakhir adalah evaluasi dan tindak lanjut, di mana konselor menilai perkembangan partisipan, memperkuat perubahan positif yang telah dicapai, serta memberikan arahan agar perubahan perilaku tersebut dapat dipertahankan secara berkelanjutan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan MF sebagai pelaku, AR sebagai korban, Guru BK, wali kelas, orang tua siswa korban dan pelaku, serta teman dekat dari keduanya, dapat dipaparkan hasil penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Gambaran Perilaku Kekerasan Verbal Siswa MF

Temuan	Kesimpulan Wawancara
Bahasa kasar dan merendahkan	Pada aspek ini, MF menggunakan kata kasar dan bersifat merendahkan dengan tujuan mendapatkan kepuasan tersendiri dan pengakuan dari lingkungan sekitar bahwa dia berkuasa.
Ancaman dan Intimidasi Verbal	Pada aspek ini, MF mengekspresikan kemarahan atau ketidaksenangannya melalui intonasi yang keras dan agresif, meskipun isi ucapannya tidak selalu berupa kata kasar
Mempermalukan Korban	Pada aspek ini, sangat merusak harga diri dan martabat korban karena dilakukan di hadapan teman sebaya, sehingga berdampak pada kepercayaan diri dan relasi sosial

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perilaku kekerasan verbal yang dilakukan oleh MF tampak dalam bentuk penggunaan bahasa kasar dan merendahkan, ancaman dan intimidasi verbal, serta mempermalukan korban di depan umum yang secara nyata berdampak pada kondisi psikologis dan sosial korban. Perilaku tersebut tidak hanya berfungsi sebagai pelampiasan emosi, tetapi juga sebagai sarana menunjukkan dominasi, mengontrol orang lain, dan mempertahankan status sosial pelaku dalam lingkungan pergaulan siswa.

Tabel 2. Faktor Penyebab Perilaku Kekerasan Verbal MF

Temuan	Kesimpulan Wawancara
Kontrol Diri Rendah	Perilaku negatif yang muncul meskipun ada figur yang seharusnya disegani.
Regulasi Kognitif Rendah	Perilaku kekerasan verbal muncul akibat ketidakmampuan MF mengendalikan diri yang dipicu oleh pikiran irasional, seperti keyakinan bahwa dirinya harus selalu membalas ketika merasa diremehkan.
Lingkungan Luar Sekolah	Pengaruh lingkungan luar sekolah yang kurang kondusif membuat MF sering bergaul dengan teman-teman sebaya yang terbiasa menggunakan bahasa kasar, sehingga perilaku tersebut ditiru dan menjadi kebiasaan.
Pengawasan dan Kontrol Orang Tua	Orang tua MF mengakui bahwa anaknya sering berbicara kasar di rumah, terutama ketika tidak ada pengawasan langsung. Upaya peneguran belum memberikan hasil yang signifikan.
Lingkungan Sosial Permisif	Lingkungan sosial rumah MF, terutama dalam situasi tanpa pengawasan orang dewasa, cenderung membiasakan komunikasi dengan nada tinggi dan kata-kata kasar, sehingga memperkuat pola perilaku verbal agresif.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, perilaku kekerasan verbal yang ditunjukkan oleh siswa MF merupakan hasil interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal, di mana secara internal MF memiliki kontrol diri dan regulasi kognitif yang rendah yang ditandai dengan ketidakmampuan mengendalikan emosi, kecenderungan impulsif, serta pola pikir irasional seperti keyakinan bahwa dirinya harus selalu membalas ketika merasa diremehkan, sehingga tetap menunjukkan

perilaku negatif bahkan di hadapan figur yang seharusnya disegani; sementara itu, secara eksternal perilaku tersebut diperkuat oleh lingkungan luar sekolah yang kurang kondusif, pergaulan dengan teman sebaya yang terbiasa menggunakan bahasa kasar, serta kurangnya pengawasan dan kontrol orang tua terutama dalam situasi tanpa pengawasan langsung, ditambah dengan lingkungan sosial rumah yang permisif terhadap penggunaan bahasa kasar, sehingga secara keseluruhan membentuk dan mengukuhkan kebiasaan komunikasi agresif pada diri MF.

Tabel 3. Dampak Perilaku Kekerasan Verbal Siswa MF terhadap Korban AR

Temuan	Kesimpulan Wawancara
Dampak Psikologis	AR menunjukkan tanda-tanda penurunan kepercayaan diri, perasaan takut, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial di kelas. Ia menjadi lebih tertutup dan jarang memulai percakapan dengan teman-temannya.
Dampak Sosial	Kata-kata kasar, ejekan, dan hinaan yang diterima AR secara berulang membuatnya cenderung menghindari interaksi dengan MF dan membatasi hubungan sosialnya dengan teman-teman di kelas, sehingga partisipasi sosialnya menjadi menurun.
Dampak Akademik	AR menjadi sulit fokus saat pembelajaran berlangsung, terutama ketika berada dalam satu kelas dengan pelaku. Ia kehilangan semangat belajar dan partisipasinya dalam kegiatan kelas menurun, termasuk penurunan nilai pada beberapa mata pelajaran.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, dapat disimpulkan bahwa perilaku kekerasan verbal yang dilakukan oleh siswa MF terhadap AR menimbulkan dampak yang luas. Dari sisi psikologis, AR mengalami penurunan kepercayaan diri, rasa takut, serta tekanan emosional akibat perlakuan verbal yang merendahkan dan berulang. Secara sosial, AR menjadi lebih tertutup, menghindari interaksi dengan teman sekelas, dan membatasi keterlibatannya dalam hubungan sosial di lingkungan kelas. Dampak akademik juga tampak jelas, di mana motivasi dan prestasi belajar AR menurun karena kesulitan berkonsentrasi serta perasaan tidak nyaman ketika berada di lingkungan yang sama dengan pelaku.

Tabel 4. Upaya Penanganan Perilaku Kekerasan Verbal Pada Siswa MF

Temuan	Kesimpulan Wawancara
Penurunan frekuensi marah dan kata-kata kasar	MF menunjukkan penurunan signifikan dalam penggunaan bahasa kasar terhadap teman-teman. Ia mulai mampu menahan diri dan memilih kata yang lebih sopan saat berinteraksi di kelas.
Peningkatan kemampuan pengendalian emosi	MF mulai mampu mengenali tanda-tanda ketika dirinya mulai marah dan menggunakan teknik pernapasan dalam untuk menenangkan diri sebelum bereaksi.
Perubahan pola pikir irasional menjadi rasional	Pikiran MF yang sebelumnya "harus marah agar didengar" berubah menjadi "saya bisa berbicara tenang agar dihargai." Ia lebih terbuka terhadap cara komunikasi positif.
Meningkatnya empati terhadap teman	MF mulai memahami dampak dari kata-kata kasarnya terhadap perasaan orang lain dan menunjukkan penyesalan atas perilaku sebelumnya. Ia berusaha menjaga perasaan teman.
Peningkatan hubungan sosial	Teman-teman MF mulai merasa lebih nyaman

di kelas	berinteraksi dengannya, suasana kelas menjadi lebih kondusif dan harmonis.
Meningkatnya motivasi belajar dan partisipasi di sekolah	Setelah perubahan perilaku, MF menjadi lebih aktif dalam kegiatan kelas dan menunjukkan minat belajar yang meningkat.
Komitmen untuk mempertahankan perubahan	MF menyatakan tekad untuk terus mengontrol emosi dan menjadi contoh bagi teman-temannya dalam berbicara sopan.

Setelah penerapan terapi *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) terhadap siswa MF, terjadi perubahan positif yang signifikan dalam perilaku, pola pikir, dan kemampuan pengendalian emosi. Selain itu, MF menunjukkan peningkatan empati terhadap perasaan orang lain, hubungan sosialnya di kelas menjadi lebih harmonis, dan suasana belajar menjadi lebih kondusif. Ia juga menunjukkan komitmen untuk mempertahankan perubahan tersebut dan menjadi teladan bagi teman-temannya dalam menjaga tutur kata serta mengendalikan emosi.

Temuan utama penelitian menunjukkan bahwa MF melakukan kekerasan verbal secara berulang karena memiliki kontrol diri yang rendah dan kesulitan dalam mengendalikan emosi. Ketika merasa marah, tersinggung, atau tidak dihargai, MF cenderung mengekspresikan emosinya melalui kata-kata kasar, ejekan, hinaan, dan ancaman terhadap AR. Perilaku tersebut tidak hanya berfungsi sebagai pelampiasan emosi, tetapi juga digunakan untuk menunjukkan dominasi dan memperoleh pengakuan dari teman sebaya. Kondisi ini menunjukkan bahwa kekerasan verbal yang dilakukan MF telah menjadi pola perilaku yang muncul secara spontan dalam interaksi sehari-hari.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori agresi verbal yang menyatakan bahwa kekerasan verbal merupakan bentuk agresi nonfisik yang bertujuan merendahkan, menyakiti, atau mengintimidasi orang lain melalui bahasa. Temuan tersebut juga sejalan dengan Teori Belajar Sosial dari Bandura, (2018) yang menjelaskan bahwa perilaku dipelajari melalui proses observasi dan imitasi. MF terbiasa melihat penggunaan bahasa kasar dan perilaku merendahkan di lingkungan pergaulannya, sehingga perilaku tersebut dianggap sebagai sesuatu yang wajar. Akibatnya, MF meniru dan mengulang perilaku tersebut ketika menghadapi situasi konflik atau ketika ingin mendapatkan perhatian dari teman-temannya. Hasil ini sejalan dengan (Anderson & Bushman, 2021) yang menjelaskan bahwa agresi verbal berkembang melalui proses pembelajaran sosial dan penguatan perilaku dari lingkungan sekitar individu.

Selain dipengaruhi oleh lingkungan sosial, perilaku MF juga dipengaruhi oleh faktor kognitif berupa pikiran-pikiran yang tidak rasional. MF memiliki keyakinan bahwa dirinya harus selalu dihormati, tidak boleh diremehkan, dan harus membalas setiap perlakuan yang dianggap mengganggu harga dirinya. Pikiran tersebut menyebabkan MF mudah tersinggung dan bereaksi secara impulsif ketika menghadapi perbedaan pendapat atau perlakuan yang tidak sesuai dengan keinginannya. Temuan ini mendukung pandangan CBT yang menyatakan bahwa perilaku agresif muncul karena adanya pola pikir yang keliru atau irasional, sehingga individu cenderung memberikan respons yang berlebihan terhadap suatu situasi.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian (Hidayat & Ramadhani, 2022) yang menunjukkan bahwa rendahnya kontrol diri berhubungan dengan meningkatnya perilaku agresif pada remaja. Penelitian ini juga mendukung temuan

Nabila Anisa et al., (2023) bahwa pendekatan CBT efektif membantu siswa mengubah pikiran negatif dan mengendalikan perilaku agresif. Namun demikian, penelitian ini menemukan adanya perbedaan dengan penelitian sebelumnya, yaitu pengaruh teman sebaya tampak lebih dominan dibandingkan pengaruh keluarga. Hal ini terlihat dari kecenderungan MF untuk menyesuaikan perilakunya dengan lingkungan pergaulan yang sering menggunakan kata-kata kasar dan ejekan sebagai bentuk candaan maupun cara menunjukkan kekuasaan.

Kekerasan verbal yang dialami AR memberikan dampak yang cukup berat, baik secara psikologis, sosial, maupun akademik. Secara psikologis, AR mengalami penurunan kepercayaan diri, rasa takut, kecemasan, dan perasaan tidak aman ketika berada di lingkungan sekolah. Secara sosial, AR menjadi lebih pendiam, menarik diri dari pergaulan, dan cenderung menghindari interaksi dengan teman-temannya karena takut kembali diejek atau dihina. Dampak tersebut kemudian memengaruhi kondisi akademik AR, yaitu menurunnya konsentrasi, motivasi belajar, dan prestasi di sekolah. Dengan demikian, temuan ini menunjukkan bahwa kekerasan verbal tidak dapat dianggap sebagai perilaku yang biasa, karena dampaknya dapat memengaruhi berbagai aspek perkembangan siswa. Penelitian terbaru oleh (Lestari et al., 2025) juga menegaskan bahwa lingkungan teman sebaya yang permisif terhadap penggunaan bahasa kasar memiliki kontribusi signifikan terhadap terbentuknya perilaku agresif verbal pada remaja.

Penanganan melalui layanan bimbingan dan konseling dengan pendekatan CBT menunjukkan hasil yang positif terhadap perubahan perilaku MF. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Sukhodolsky et al., (2021) yang menyatakan bahwa pendekatan CBT efektif membantu remaja mengurangi perilaku agresif melalui pengendalian emosi, restrukturisasi kognitif dan latihan perilaku positif. Teknik restrukturisasi kognitif membantu MF mengenali dan mengubah pikiran-pikiran irasional yang selama ini memicu kemarahannya. Selain itu, teknik relaksasi membantu MF mengendalikan emosi, *role-playing* melatih MF untuk berkomunikasi secara lebih tepat, sedangkan *reinforcement* diberikan untuk memperkuat perilaku positif yang mulai muncul. Setelah mengikuti proses konseling, MF menunjukkan perubahan berupa berkurangnya penggunaan kata-kata kasar, meningkatnya kemampuan mengendalikan emosi, dan munculnya sikap yang lebih sopan terhadap teman-temannya. Perubahan tersebut juga didukung oleh keterlibatan Guru BK dan orang tua yang melakukan pemantauan dan tindak lanjut secara berkelanjutan. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Nurhayati & Fadli, 2023) yang menemukan bahwa pendekatan CBT efektif membantu siswa meningkatkan kontrol emosi, mengurangi perilaku agresif verbal, dan memperbaiki kemampuan komunikasi interpersonal.

Secara teoritis, penelitian ini memperkuat pandangan bahwa perilaku kekerasan verbal terbentuk dari interaksi antara pikiran, emosi, dan lingkungan sosial. Individu tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi internal berupa kemampuan mengelola emosi, tetapi juga oleh pengalaman belajar dari lingkungan sekitarnya. Secara praktis, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sekolah perlu memperkuat layanan bimbingan dan konseling berbasis CBT, meningkatkan pengawasan terhadap interaksi siswa, serta membangun budaya komunikasi yang lebih positif di lingkungan sekolah. Meskipun demikian, penelitian ini masih terbatas pada satu kasus dan satu lokasi penelitian. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan lebih banyak responden dan sekolah agar diperoleh gambaran yang lebih luas mengenai perilaku kekerasan verbal pada siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa perilaku kekerasan verbal yang dilakukan siswa MF di MAN 2 Bulukumba muncul dalam bentuk kata-kata kasar, ejekan, hinaan, ancaman, dan mempermalukan teman sebaya, yang dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal berupa rendahnya kontrol emosi, impulsivitas, dan pikiran irasional, serta faktor eksternal seperti lingkungan pergaulan yang permisif, kurangnya pengawasan orang tua, dan pola komunikasi keluarga yang kurang mendukung. Perilaku ini terbukti menimbulkan dampak luas, di mana korban AR mengalami penurunan kepercayaan diri, rasa takut, kecemasan, menarik diri dari lingkungan sosial, serta penurunan motivasi dan konsentrasi belajar. Temuan ini memperkuat pandangan (Bandura, 2018) bahwa perilaku agresif dipelajari melalui lingkungan sosial, serta sejalan dengan teori regulasi emosi dari (Gross, 2022) yang menjelaskan bahwa rendahnya kemampuan mengelola emosi meningkatkan kecenderungan agresi verbal. Keaslian penelitian ini terletak pada kajian yang berfokus pada satu kasus siswa melalui pendekatan studi kasus klinis dengan penanganan berbasis konseling CBT. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa teknik CBT, seperti *role-playing*, restrukturisasi kognitif, dan *reinforcement* positif, efektif membantu MF memahami dampak perilakunya, mengendalikan emosi, dan menggunakan bahasa yang lebih sopan sehingga memberikan kontribusi praktis bagi sekolah, khususnya Guru BK, bahwa penanganan kekerasan verbal perlu dilakukan secara komprehensif melalui kerja sama antara siswa, guru, dan orang tua. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan lebih banyak responden dan sekolah, serta menggunakan pendekatan campuran (*mixed methods*) atau membandingkan efektivitas CBT dengan pendekatan konseling lainnya guna memperoleh strategi penanganan yang lebih luas dan efektif.

REFERENSI

- Aldao, A., Gee, D. G., De Los Reyes, A., & Seager, I. (2021). Emotion regulation as a transdiagnostic factor in youth mental health. *Behaviour Research and Therapy*, *137*, 103–114.
- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2021). Aggression and violence: A social psychological perspective. *Current Opinion in Psychology*, *19*, 121–125. <https://doi.org/10.1016/j.copsy.2021.05.012>
- Bandura, A. (2018). *Social Learning Theory*. Prentice Hall.
- Fitriyani, D., & Hasanah, U. (2022). Combining cognitive behavioral therapy and emotional regulation training to reduce verbal aggression in adolescents. *Jurnal Bimbingan Konseling*, *11*(2), 73–84.
- Gross, J. J. (2022). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. *Current Opinion in Psychology*, *46*, 101357.
- Hertz, M. F., Everett Jones, S., Barrios, L., & David-Ferdon, C. (2021). Associations between bullying victimization and mental health outcomes among youth. *Journal of School Health*, *91*(9), 709–716. <https://doi.org/10.1111/josh.13057>
- Hidayat, M., & Ramadhani, L. (2022). Parenting style and verbal bullying tendencies in adolescents. *Jurnal Pendidikan Dan Perkembangan Anak*, *7*(2), 89–100.
- Indonesia, K. P. A. (2024). *Pemerintah bersama tri pusat pendidikan harus lebih optimal "turun tangan" atasi bullying/perundungan pada satuan pendidikan.*

- Komisi Perlindungan Anak Indonesia.
<https://www.kpai.go.id/publikasi/pemerintah-bersama-tri-pusat-pendidikan-harus-lebih-optimal-turun-tangan-atasi-bullying-perundungan-pada-satuan-pendidikan>
- Kurniawati, D., & Mulyani, S. (2023). Emotional dysregulation and verbal bullying behavior among adolescents. *Journal of Adolescent Behavioral Studies*, 15(2), 88–99. <https://doi.org/10.21009/jabs.2023.15.2.88>
- Lestari, P., Rahman, A., & Yusuf, N. (2025). Peer environment and verbal aggressive behavior among secondary school students. *International Journal of School Psychology*, 11(1), 44–58. <https://doi.org/10.1177/ijsp.2025.110104>
- Maulida, S., & Fitria, N. (2022). Emotional regulation and verbal aggressive behavior in adolescents. *Jurnal Psikologi*, 18(2), 145–156.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). Sage Publications.
- Nabila Anisa, R., Suryani, E., & Fauzan, M. (2023). Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy in reducing verbal aggression among students. *Jurnal Psikologi Klinis Indonesia*, 12(1), 55–67.
- Nugroho, A., & Pratama, R. (2021). Behavioral intervention in reducing verbal aggression among adolescents. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 9(3), 201–210.
- Nurhayati, R., & Fadli, M. (2023). Effectiveness of cognitive behavioral counseling in reducing verbal aggression among adolescents. *Journal of Counseling Intervention*, 8(3), 120–132. <https://doi.org/10.32528/jci.v8i3.2023>
- Prasetyo, H., Wijaya, R., & Amalia, N. (2024). Emotional regulation and aggressive verbal responses in adolescents. *Jurnal Psikologi Remaja Indonesia*, 6(1), 33–47. <https://doi.org/10.20885/jpri.vol6.iss1.art4>
- Rahim, N., Yusuf, M., & Salsabila, R. (2024). Psychological consequences of verbal bullying among high school students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 29(1), 1–12.
- Safitri, L., & Hadi, T. (2022). Psychological impacts of verbal bullying on student well-being. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 10(2), 77–89. <https://doi.org/10.5539/jedp.v10n2p77>
- Sari, N., & Putra, R. (2023). Verbal bullying among adolescents: Forms, causes, and psychological impacts in school settings. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling*, 9(2), 115–126.
- Sukhodolsky, D. G., Smith, S. D., McCauley, S. A., Ibrahim, K., & Piasecka, J. B. (2021). Behavioral interventions for anger, irritability, and aggression in children and adolescents. *Journal of Child and Adolescent Psychopharmacology*, 31(2), 95–104. <https://doi.org/10.1089/cap.2020.0123>
- UNESCO. (2024). *UNESCO urges more action to combat violence and bullying at school*. United Nations Office at Geneva. <https://www.ungeneva.org/en/news-media/news/2024/11/100066/unesco-urges-more-action-combat-violence-and-bullying-school>
- Wibowo, A., & Lestari, P. (2022). The relationship between verbal bullying and emotional well-being among secondary school students. *Journal of Educational Psychology*, 14(3), 201–213.