

Implementation of Behavior Counseling with Islamic Shaping Techniques in Overcoming Bullying Behavior of Grade VII Students at MTsN 2 Surabaya City

Implementasi Konseling Behavior Dengan Teknik *Shaping* Islami Dalam Mengatasi Perilaku Bullying Siswa Kelas Vii Mtsn 2 Kota Surabaya

Alfiani Putri Gardewi¹, Alincia Dwi Trisnanti¹, Arif Ainur Rofiq¹

^{1,2,3} Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Keywords :

Behavioral Counseling,
Behavioral Formation Techniques,
Islamic, Bullying, Students

Correspondensi Author

Alfiani Putri Gardewi

Universitas Islam Negeri Sunan
Ampel Surabaya

Email: alfianiputri69@gmail.com,
alinalincia16@gmail.com,
arifainurrofiq@uinsa.ac.id

History Artikel

Received: 17-02-2026

Reviewed: 20-02-2026

Revised: 22-02-2026

Accepted: 25-02-2026

Published: 28-02-2026

Abstract. *This study aims to explain the application of Behavioral Counseling with Islamic Formation Techniques to reduce bullying behavior among students. Bullying is a serious problem that can hinder the creation of a safe and supportive learning environment. The research method used is descriptive qualitative. The subjects of the study involved seventh-grade students of MTsN 2 Kota Surabaya who were detected to have a tendency to bully behavior. Data were collected through observation, interviews, and documentation from Guidance and Counseling teachers and students who acted as respondents. The results of the study indicate that the application of Behavioral Counseling with Islamic Formation Techniques, which focuses on the gradual formation of positive behavior through reinforcement based on Islamic values, successfully suppressed bullying behavior among students. Therefore, this method can be an appropriate counseling strategy choice to encourage better social behavior in schools.*



*This work is licensed under a Creative Commons Attribution
4.0 International License*

Pendahuluan

Perilaku agresif yang sengaja dilakukan untuk menyakiti atau merugikan orang lain, baik secara fisik, verbal, atau psikologis, dikenal sebagai bullying. Anak-anak yang sulit mengendalikan diri, terutama yang memiliki pengalaman kekerasan sebelumnya, lebih cenderung menjadi pelaku bullying. Ini terjadi karena mereka sering mengembangkan pola pikir yang defensif, berpikir bahwa dunia dipenuhi ancaman, sehingga merasa perlu untuk menyerang sebelum mereka diserang (Retnowuni et al, 2022). Meskipun kekerasan fisik mendapatkan perhatian, bullying verbal dan relasional adalah bentuk yang paling umum dan berdampak psikologis yang jauh lebih dalam. Ini sering kali sulit untuk dideteksi, tetapi dapat secara permanen merusak citra diri korban. Permasalahan bullying ini adalah isu yang sulit untuk diatasi dan telah ada sejak lama di berbagai tingkat pendidikan, mulai dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi (Asikin & Arsyad, 2022).

Data terbaru menunjukkan peningkatan yang mengkhawatirkan di bidang pendidikan di Indonesia. Menurut laporan dari Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI), terdapat lonjakan kasus kekerasan dari 285 pada tahun 2023 menjadi 573 pada tahun 2024, (Zuhriyah, 2024), yang berarti lebih dari 100% mengalami peningkatan. Provinsi Jawa Timur, di mana MTsN 2 Kota Surabaya berada, mencatat jumlah kasus perundungan tertinggi dengan 81 kasus (Lintang, 2025). Selain itu, data digital menunjukkan bahwa kasus bullying terhadap anak di Kota Surabaya meningkat hingga 20% sampai bulan Agustus 2024 (Redaksi, 2024). Peningkatan ini menunjukkan bahwa langkah-langkah pencegahan yang saat ini ada belum berhasil. Bullying terjadi ketika ada ketidakseimbangan kekuatan, di mana seseorang yang memiliki kekuasaan melakukan tindakan agresif berulang kali untuk mengintimidasi atau merendahkan individu yang lebih lemah (Wardah, 2020).

Pelaku bullying biasanya sangat ingin mendapat perhatian dan mengendalikan orang lain, memanfaatkan orang lain untuk keuntungan pribadi, serta kesulitan dalam melihat situasi dari sudut pandang orang lain karena sifat egois mereka yang kuat (Afiyani, 2019). MTsN 2 Kota Surabaya, meskipun merupakan institusi berlandaskan Islam yang mengedepankan akhlak baik, tindakan bullying tetap terjadi. Hal ini diperparah oleh kenyataan bahwa bullying yang paling umum adalah bentuk verbal dan siber, yang seringkali tidak terlihat oleh guru secara langsung. Pelaku bullying percaya bahwa sikap agresif akan membantu mereka mendapatkan apa yang mereka inginkan dan menemukan kesenangan dalam hal tersebut, terutama ketika didukung oleh teman sebaya atau ditingkatkan oleh pengalaman buruk dalam keluarga (Ahmad, 2019).

Dampak dari bullying, terutama yang bersifat verbal dan psikologis, sangat merusak, menyebabkan penderitaan, tekanan emosional, dan stres berat bagi korban (Fatimah at el, 20214). Efek ini langsung memengaruhi konsentrasi dalam belajar, mengurangi kemampuan berpikir, dan menghilangkan keinginan korban untuk bersekolah. Dalam situasi yang paling parah, tekanan emosional yang dirasakan oleh korban dapat memicu rasa dendam atau bahkan keinginan untuk mengakhiri hidup sebagai solusi dari penderitaan yang sangat menyakitkan, menekankan betapa pentingnya ada intervensi yang mendalam dan menyeluruh. Menyadari bahwa perilaku bullying terbentuk dan diperkuat oleh lingkungan sekitar, Bimbingan dan Konseling menawarkan cara untuk mengatasinya. Terdapat beragam metode yang dapat digunakan untuk menangani bullying, salah satunya adalah Konseling Behavior.

Konseling Behavior sangat efektif karena fokus pada perubahan perilaku yang dapat diamati, termasuk tingkah laku dan kata-kata, melalui prinsip-prinsip pembelajaran, yang memberikan solusi terstruktur untuk mengubah pola perilaku bullying yang tidak sehat (Erniasari, at el, 2022) Salah satu metode behavior yang terbukti berhasil adalah Teknik *Shaping*. *Shaping*, yang juga dikenal sebagai pembentukan perilaku, adalah suatu cara untuk belajar keterampilan yang sulit dengan melakukan pembelajaran secara bertahap, yang diperkenalkan oleh B. F. Skinner (Malika, 2020). Penelitian sebelumnya telah menunjukkan keefektifan teknik ini, contohnya, *shaping* telah berhasil meredakan agresi verbal di kalangan siswa dan juga efektif dalam mengurangi perilaku agresi terhadap diri sendiri (Sukmayanti, 2018).

Teknik *shaping* tidak hanya berguna untuk mengembangkan perilaku baru, tetapi juga dapat mengubah perilaku yang sudah ada agar lebih sesuai, termasuk dalam mengontrol ucapan yang tidak diinginkan. Proses ini dimulai dengan mengidentifikasi perilaku awal, misalnya, ucapan kasar yang ingin diubah menjadi ucapan yang lebih sopan. Penguatan positif yang konsisten untuk perilaku yang mendekati sasaran akan membantu seseorang untuk terbiasa menggunakan kata-kata yang lebih baik dan secara bertahap menghilangkan kebiasaan berbicara yang buruk (Sulastri

Alfiani Putri Gardewi, Alincia Dwi Trisnanti, Arif Ainur Rofiq. *Implementation of Behavior Counseling with Islamic Shaping Techniques in Overcoming Bullying Behavior of Grade VII Students at MTsN 2 Surabaya City*

& Astuti, 2023). Di MTsN 2 Kota Surabaya, penelitian ini menggabungkan Teknik *Shaping* dengan nilai-nilai Islami. Penyesuaian ini sangat penting untuk memberikan dasar spiritual yang kuat, di mana penguatan positif dikaitkan dengan nilai-nilai akhlak yang baik dan janji pahala dari Allah SWT.

Pendekatan konseling yang memadukan metode psikologi modern dengan nilai agama terbukti memberikan makna yang lebih mendalam dalam proses perubahan dan meningkatkan komitmen jangka Panjang (Retnowuni & Yani, 2022). Dengan mempertimbangkan pentingnya masalah bullying yang sering menangani agresi verbal dan siber, serta potensi Teknik *Shaping* Islami yang dapat dijadikan solusi, penelitian ini bertujuan untuk secara empiris menguji dan menganalisis efektivitas Konseling Behavior melalui Teknik *Shaping* Islami dalam mengurangi perilaku bullying di kalangan siswa Kelas VII MTsN 2 Kota Surabaya. Hasil dari studi kuantitatif ini diharapkan dapat memberikan bukti kuat mengenai kontribusi signifikan dari model intervensi behavior yang selaras dengan etika keagamaan.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Metode penelitian kualitatif deskriptif dipilih karena bertujuan untuk menggambarkan secara rinci fenomena yang terjadi tanpa mengutamakan aspek kuantitatif (Moleong, 2017). Pendekatan ini memungkinkan peneliti memahami proses dan makna perubahan perilaku bullying melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi secara mendalam (Creswell, 2014). Fokus penelitian bukan pada angka atau data statistik, melainkan pada makna, pengalaman, dan perubahan perilaku siswa berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penelitian dilaksanakan di MTsN 2 Kota Surabaya yang berlokasi di Kecamatan Lakarsantri, Surabaya Barat. Lingkungan madrasah yang kondusif memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi dan wawancara terhadap siswa dalam kegiatan sehari-hari. Subjek penelitian adalah siswa kelas VII yang menunjukkan kecenderungan melakukan bullying verbal, seperti mengejek, memanggil dengan nama orang tua, dan berkata kasar. Dari hasil asesmen awal guru BK, dipilih beberapa siswa yang paling sering terlibat perilaku tersebut untuk menjadi responden penelitian.

Teknik pengumpulan data observasi, wawancara, dan dokumentasi sesuai dengan pendekatan kualitatif untuk mendapatkan data yang kaya dan otentik (Patton, 2014). Observasi langsung dapat memberikan gambaran perilaku siswa secara natural, sedangkan wawancara menggali perspektif subjek terhadap perubahan perilaku (Sutopo, 2012). Dokumentasi berfungsi sebagai data pendukung untuk validasi hasil. Dimana observasi dilakukan untuk mengamati langsung perilaku siswa di kelas maupun di luar kelas sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling, wawancara dilakukan kepada siswa yang menjadi responden serta guru BK untuk mengetahui pandangan mereka mengenai perubahan perilaku yang dialami, dan dokumentasi berupa catatan kegiatan konseling, rekaman hasil wawancara, serta laporan dari guru BK mengenai perkembangan siswa. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan Model analisis data Miles dan Huberman mencakup tiga tahapan utama yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan Kesimpulan (Miles & Huberman. Proses ini membantu mengefektifkan pengolahan data kualitatif sehingga hasil interpretasi dapat menunjukkan gambaran realistik mengenai perubahan perilaku bullying yang terjadi setelah intervensi.

Hasil Dan Pembahasan

Sasaran penelitian ini siswa kelas VII dan konseli dalam penelitian ini sebanyak 10 siswa yang sebelumnya sering terlibat dalam perilaku bullying verbal. Berdasarkan keterangan guru BK, mereka memiliki kebiasaan mengejek teman, menggunakan kata-kata kasar, serta merasa diakui jika teman-temannya tertawa atas ejekan yang dilakukan. Observasi awal menunjukkan siswa masih sering mengejek dengan menyebut nama orang tua teman atau mengucapkan kata-kata kasar saat bercanda. Wawancara dengan guru BK menguatkan temuan ini, bahwa beberapa siswa kerap dipanggil ke ruang BK karena aduan teman sebaya. Teori *shaping* dari Skinner mendasari penggunaan teknik *shaping* dalam konseling behavior, dimana perilaku baru dibentuk melalui penguatan bertahap terhadap respons yang mendekati target yang diinginkan (Skinner, 1953).

Dalam konteks Islami, penguatan berupa kalimat thayyibah sebagai reinforcement positif bukan hanya membentuk perilaku adaptif, tetapi juga mengintegrasikan nilai-nilai religius yang meningkatkan kualitas hubungan sosial di lingkungan madrasah (Al-Ghazali, 1994). Proses konseling dengan Teknik *Shaping* Islami dimana ada pertemuan pertama, peneliti memperkenalkan konsep *shaping* Islami, yaitu membiasakan mengganti ucapan negatif dengan kalimat thayyibah seperti "Masya Allah" atau "Astaghfirullah", konseli diajak melakukan analisis ABC (Antecedent–Behavior–Consequence) untuk memahami pemicu, bentuk perilaku, dan akibat dari tindakannya. Pada pertemuan berikutnya, diberikan penguatan positif setiap kali responden berhasil mengendalikan diri dan tidak mengejek temannya.

Hasil observasi menunjukkan adanya perubahan, seperti siswa mulai menahan diri untuk tidak mengejek, lebih memilih diam, atau menggunakan ucapan yang santun. Guru BK menyatakan bahwa frekuensi siswa dipanggil ke ruang BK berkurang, dan interaksi mereka dengan teman menjadi lebih baik. Wawancara dengan siswa juga mengungkapkan bahwa mereka merasa lebih dihargai ketika berbicara dengan sopan, serta menyadari bahwa mengejek teman bisa menimbulkan sakit hati. Catatan guru BK menunjukkan adanya penurunan signifikan dalam laporan kasus bullying verbal. Selain itu catatan refleksi siswa memperlihatkan bahwa mereka lebih nyaman menggunakan bahasa positif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan konseling behavior melalui teknik *shaping* Islami efektif dalam mengurangi perilaku bullying verbal pada siswa kelas VII. Efektivitas ini terlihat dari perubahan perilaku siswa yang semula sering mengejek menjadi lebih mampu mengontrol ucapan, serta mulai terbiasa menggunakan kalimat positif. Dalam konteks Islami, penguatan berupa pembiasaan kalimat thayyibah memiliki dampak ganda selain memperbaiki komunikasi antar siswa, juga menanamkan nilai religius yang selaras dengan budaya madrasah. Pandangan ini diperkuat oleh Santrock yang menyatakan bahwa konseling behavior efektif jika mengkombinasikan penguatan positif secara konsisten untuk membentuk kebiasaan baru dan mengurangi perilaku negative (Al-Ghazali, 1998). Selain itu, nilai religius dalam *shaping* Islami berperan sebagai motivator intrinsik yang meningkatkan kesadaran moral siswa (Az-Zarnuji, 2000). Selain itu, observasi guru BK menunjukkan bahwa siswa yang telah mengikuti konseling menjadi lebih diterima dalam kelompok pertemanan karena sikap mereka yang lebih santun. Hal ini mempertegas bahwa *shaping* Islami bukan hanya berdampak pada individu, tetapi juga pada dinamika sosial di kelas.

Teknik *shaping* Islami juga dapat dipandang sebagai jawaban terhadap tantangan sikap siswa di lingkungan pendidikan. Dalam konteks pembelajaran, intimidasi verbal sering kali bersumber dari hubungan sosial yang rumit di antara para siswa. Pengamatan awal menunjukkan

bahwa siswa yang terlibat dalam perilaku bullying sering mencari pengakuan dan penerimaan dari teman sejawat melalui cemoohan. Ini sejalan dengan teori interaksi sosial, yang mengemukakan bahwa perilaku seseorang dipengaruhi oleh interaksi dengan orang-orang di sekitarnya (Goffman, 1959). Dengan demikian, penerapan teknik *shaping* Islami tidak hanya bertujuan untuk mengubah perilaku individu, tetapi juga untuk membangun budaya yang lebih positif di dalam kelas.

Penerapan metode *shaping* Islami dalam konseling mampu meningkatkan keterikatan sosial di antara para siswa. Studi menunjukkan bahwa lingkungan sekolah yang mendorong nilai-nilai kerjasama dan saling menghormati dapat menurunkan kejadian bullying dan membentuk suasana yang lebih damai (Smith & Sharp, 1994). Dengan rutin menggunakan kalimat *thayyibah*, siswa tidak hanya berlatih mengontrol ucapan mereka, tetapi juga untuk menghormati perasaan orang lain. Ini berkontribusi pada peningkatan mutu hubungan antara siswa, yang pada gilirannya menghasilkan suasana belajar yang lebih baik.

Dampak dari hasil penelitian ini mengindikasikan pentingnya penggabungan cara konseling yang berlandaskan nilai-nilai religius ke dalam kurikulum pendidikan. Dalam lingkungan madrasah, metode *shaping* Islami bisa berfungsi sebagai pendekatan yang efisien untuk menangani isu perilaku buruk di antara para siswa. Pendidikan lebih lanjut diperlukan untuk menyelidiki pemanfaatan metode ini dalam konteks yang lebih besar, serta untuk mengetahui elemen-elemen yang mendukung keberhasilan penerapannya (Arifin, 2021). Melalui pendekatan yang menyeluruh, diharapkan bahwa lingkungan belajar dapat menjadi area yang aman dan mendukung bagi semua siswa.

Simpulan dan Saran

Analisis implementasi Konseling Behavior dengan Teknik *Shaping* Islami menunjukkan keberhasilan dalam mengatasi perilaku bullying siswa Kelas VII MTsN 2 Kota Surabaya. Penelitian ini menyoroti perubahan perilaku siswa selama dan setelah sesi konseling, dengan menunjukkan efektivitas proses *shaping* yang memecah perilaku bullying menjadi target yang lebih kecil dan dapat dicapai. Hasilnya, terdapat penurunan signifikan perilaku bullying, terutama yang verbal dan relasional, serta peningkatan perilaku pro-sosial. *Shaping* yang dikombinasikan dengan penguatan positif berbasis nilai-nilai Islami berhasil menanamkan motivasi internal pada siswa yang berdampak pada kesadaran spiritual.

Penelitian menyarankan konselor untuk menggunakan teknik ini dalam berbagai pendekatan konseling, termasuk kolaborasi antara guru, konselor, dan orang tua untuk memperkuat perubahan perilaku. Siswa juga diharapkan untuk menyadari dampak negatif perilaku bullying dan mengadopsi perilaku positif demi menciptakan lingkungan sekolah yang lebih baik, serta menjadikan sesi konseling sebagai kesempatan untuk berkembang. Keterlibatan semua pihak dalam proses ini sangat penting untuk mendukung keberlanjutan perubahan perilaku.

Daftar Rujukan

- Afiyani, I. A., Wiarsih, C., & Bramasta, D. (2019). Identifikasi Ciri-Ciri Perilaku Bullying Dan Solusi Untuk Mengatasinya di Sekolah. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 5(3), 21-25.
- Ahmad, E. H. (2019). Cognitive-behavioral therapy untuk menangani kemarahan pelaku bullying di sekolah. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 4(1), 14-18.

- Al-Ghazali. (1994). *The Revival of Religious Sciences*. Beirut: Dar al-Kotob al-Ilmiyah.
- Arifin, Z. (2021). The Role of Islamic Values in Reducing Bullying Behavior in Schools. *Journal of Islamic Education Research*, 5(1), 45-60.
- Asikin, I., Burhan, B., & Arsyad, S. N. (2022). Pengaruh Bullying Terhadap Minat Belajar Peserta Didik Kelas X dan XI di SMA Trisoko Jakarta Timur. *Klasikal: Journal of Education, Language Teaching and Science*, 4(1), 187-194.
- Az-Zarnuji. (2000). *Instruction of the Student: The Method of Learning*. Cairo: Al-Azhar University Press.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Erniasari, Y. N., Ramli, M., & Hotifah, Y. (2022). Pengembangan Panduan Konseling Kelompok Pendekatan Behavior dengan Teknik *Shaping* untuk Mereduksi Perilaku Agresif Verbal Peserta Didik di SMKN 5 Malang. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan*, 2(3), 196-204.
- Fatimah, U., Rachma, A., Balaqis, T. L., Gaol, R. S. L., Taufik, T. A., & Bara, A. B. (2024). Pentingnya Edukasi Tentang Bullying Untuk Mencegah Kejahatan Di Sekolah SMP Negeri 29 Medan. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 3(3), 238-243.
- Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. New York: Doubleday.
- Lintang, Indira, diakses pada 2 Oktober 2025, <https://www.inilah.com/kasus-perundungan-di-indonesia-2024>
- Malika, N. (2020). Penerapan Terapi Modifikasi Perilaku dengan Teknik *Shaping* untuk Membentuk Kemandirian Anak. *Proceedings of the ICECRS*, 8(1).
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative Research & Evaluation Methods*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Redaksi, diakses pada 28 September 2025, <https://rajawarta.com/di-balik-surabaya-layak-anak-dunia-kasus-perundungan-meningkat-hingga-20/>
- Retnowuni, A. (2022). Ekplorasi pelaku bullying di pesantren. *Borobudur Nursing Review*, 2(2), 118-126.
- Santrock, J. W. (2011). *Educational Psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and Human Behavior*. New York: Macmillan.
- Smith, P. K., & Sharp, S. (1994). *School Bullying: Insights and Perspectives*. London: Routledge.
- Sukmayanti, N. P. A. I., Dantes, N., & Dharsana, I. K. (2018). Konseling Behavioral dengan Teknik *Shaping* melalui Setting Lesson Study untuk Meminimalisir Self Aggression. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 9(2), 99-105.
- Sulastri, N. M., & Astuti, F. H. (2023). Pengaruh teknik *shaping* terhadap sikap konformitas pada siswa. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 1953-1959.
- Sutopo, H. B. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret Press.
- Wardah, Ani. (2020). Keterbukaan Diri dan Regulasi Emosi Peserta didik SMP Korban Bullying. *Indonesia Journal of Learning Education and Counseling*, 2(2).
- Zuhriyah, Umi, diakses pada 30 Oktober 2025, <https://tirto.id/data-kasus-bullying-terbaru-2024-apakah-meningkat-g621>