



KHIDMATUNAA

Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

E-ISSN: 3124-9809, P-ISSN: 0000-0000

Pembentukan Kader "Teman Sebaya" (Peer-Counseling) Berbasis Emotional Intelligence untuk Mencegah Cyberbullying di SMPN 1 Wongsorejo

Wildan Adi Firmansyah

Universitas Islam Ibrahimy, Banyuwangi
Wildanf1@gmail.com

Received : 10/05/2026

Revised : 24/05/2026

Accepted : 12/06/2026

Abstrak: Cyberbullying menjadi salah satu persoalan yang semakin relevan dalam interaksi sosial siswa sekolah menengah pertama seiring meningkatnya penggunaan media digital. Kondisi tersebut tidak hanya berkaitan dengan pemahaman etika bermedia sosial, tetapi juga dengan kemampuan siswa mengelola emosi, berempati, dan memberikan dukungan kepada teman yang mengalami persoalan digital. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan membentuk kader “Teman Sebaya” berbasis Emotional Intelligence sebagai strategi preventif untuk meningkatkan pemahaman etika digital, empati, dan keterampilan dukungan awal terhadap cyberbullying di SMPN 1 Wongsorejo. Pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan partisipatif berbasis aset melalui tahapan skrining kondisi awal, Training of Trainers (ToT), pembelajaran tiga modul, simulasi konseling mikro, role-play, aktivasi Posko “Teman Sebaya”, serta pendampingan dan supervisi Guru BK. Peserta utama berjumlah 25 siswa kelas VII dan VIII yang dipilih berdasarkan rekomendasi sekolah dan karakteristik empati, komunikasi, serta pengaruh sosial positif. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test, angket kecerdasan emosional dan empati digital, rubrik praktik konseling, observasi, serta logbook kegiatan. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik setelah intervensi, dengan capaian N-Gain masing-masing sebesar 0,72, 0,65, dan 0,75. Program juga menghasilkan mekanisme Posko “Teman Sebaya” dan sistem rujukan kepada Guru BK untuk kasus berisiko. Dengan demikian, model ini berpotensi memperkuat pencegahan cyberbullying sekaligus membangun iklim sekolah yang lebih aman, empatik, inklusif, dan ramah digital.

Kata Kunci : cyberbullying; Emotional Intelligence; konseling sebaya; peer-support; siswa SMP; literasi digital.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola interaksi sosial remaja awal, termasuk siswa sekolah menengah pertama (SMP) di kawasan sub-urban dan pesisir. Gawai dan media sosial tidak lagi sekadar digunakan sebagai sarana hiburan dan komunikasi, tetapi telah menjadi ruang penting bagi siswa untuk membangun pertemanan, mengekspresikan diri, memperoleh informasi,

dan mempertahankan eksistensi sosial (Ramadhani et al., 2025). Peralihan sebagian interaksi sosial ke ruang digital menghadirkan peluang bagi perkembangan sosial peserta didik, tetapi sekaligus menciptakan kerentanan baru karena komunikasi berlangsung cepat, dapat tersebar luas, dan tidak selalu berada dalam pengawasan langsung orang dewasa (Alimuddin et al., 2025). Pada fase remaja awal, kemampuan pengendalian diri dan pertimbangan konsekuensi sosial masih berkembang sehingga respons impulsif dalam komunikasi digital dapat dengan mudah berubah menjadi konflik atau tindakan agresif. Kondisi tersebut menjadikan literasi digital yang disertai kemampuan sosial-emosional sebagai kebutuhan penting dalam menciptakan ruang digital yang aman bagi siswa SMP.

Salah satu bentuk risiko interaksi digital yang semakin mendapat perhatian adalah cyberbullying, yaitu perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang melalui perangkat atau platform digital untuk menyakiti, memperlakukan, mengintimidasi, atau mengucilkan pihak lain (Marlef et al., 2024). Praktiknya dapat muncul dalam bentuk harassment, flaming, penyebaran komentar atau konten yang merendahkan, pengucilan dari kelompok digital (exclusion), hingga penyebaran informasi pribadi tanpa persetujuan (Fakhri, 2025). Berbeda dengan perundungan konvensional, cyberbullying memiliki karakteristik penyebaran yang cepat, jangkauan audiens yang luas, dan jejak digital yang dapat bertahan sehingga dampak psikologis korban berpotensi berlangsung lebih lama (Elysabeth, 2025). Korban cyberbullying dilaporkan memiliki risiko lebih tinggi mengalami kecemasan, tekanan psikologis, rendah diri, menarik diri dari lingkungan sosial, dan gangguan keterlibatan dalam pembelajaran (Harinsa Putri & Ina Savira, 2023). Oleh karena itu, persoalan cyberbullying di lingkungan SMP perlu dipandang bukan semata sebagai pelanggaran tata tertib, melainkan sebagai persoalan perkembangan sosial-emosional yang membutuhkan strategi pencegahan berbasis komunitas sekolah.

Dalam konteks mitra, SMPN 1 Wongsorejo menghadapi kebutuhan untuk memperkuat mekanisme pencegahan cyberbullying yang dapat menjangkau

kehidupan sosial siswa secara lebih dekat dan berkelanjutan. Berdasarkan identifikasi awal disesuaikan dengan hasil asesmen mitra, jumlah siswa yang harus memperoleh layanan bimbingan dan konseling relatif besar dibandingkan dengan ketersediaan tenaga BK, sehingga intensitas pendampingan individual tidak selalu dapat dilakukan secara optimal. Kondisi tersebut menyebabkan penanganan persoalan siswa berpotensi lebih banyak dilakukan setelah masalah muncul, sementara mekanisme deteksi dini dan penguatan kapasitas antarsiswa masih perlu dikembangkan. Pendekatan disiplin yang bersifat konvensional juga cenderung menitikberatkan pada pemberian teguran atau penanganan pelanggaran setelah kejadian, sehingga belum sepenuhnya menyentuh faktor psikologis yang melatarbelakangi perilaku agresif di ruang digital (Rifki et al., 2024). Kesenjangan antara kebutuhan layanan, kapasitas pendampingan, dan kompleksitas interaksi digital tersebut menunjukkan pentingnya model preventif yang dapat memperluas jangkauan fungsi layanan BK tanpa menggantikan peran profesional guru BK.

Tantangan lain dalam pencegahan cyberbullying terletak pada barrier of disclosure, yakni kecenderungan siswa untuk menyembunyikan pengalaman negatif yang mereka alami di ruang digital. Siswa dapat enggan melaporkan perundungan kepada guru atau orang tua karena khawatir dianggap berlebihan, takut mendapatkan hukuman, merasa akan dihakimi, atau khawatir akses terhadap gawai dan media sosial justru dibatasi (Sugiarto, 2025). Pada saat yang sama, hubungan pertemanan memiliki posisi penting dalam kehidupan remaja awal sehingga teman sebaya sering menjadi pihak yang lebih mudah dijangkau ketika siswa ingin bercerita mengenai persoalan pribadi maupun konflik sosial (Sanjaya, 2025). Kedekatan usia, kesamaan pengalaman, dan penggunaan bahasa yang lebih informal dapat menciptakan rasa aman yang lebih besar bagi siswa untuk mengungkapkan persoalan yang mereka hadapi. Potensi tersebut menjadikan peer group bukan hanya sebagai lingkungan tempat risiko cyberbullying berkembang, tetapi juga sebagai aset sosial yang dapat diarahkan menjadi kekuatan preventif dalam membangun budaya saling menjaga di lingkungan sekolah.

Pada tingkat yang lebih mendasar, persoalan cyberbullying tidak hanya berkaitan dengan kurangnya pengetahuan mengenai aturan penggunaan media sosial, tetapi juga dengan kemampuan siswa mengelola emosi ketika berinteraksi dengan orang lain. Respons seperti kemarahan, keinginan membalas komentar, dorongan mempermalukan orang lain, atau ketidakmampuan memahami perasaan korban dapat berkembang menjadi perilaku agresif ketika tidak disertai regulasi diri dan empati yang memadai (Meliyana et al., 2024). Emotional Intelligence (EI) menjadi relevan karena mencakup kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, memahami emosi orang lain, dan membangun hubungan sosial secara efektif. Dalam konteks komunikasi digital, kemampuan tersebut perlu diterjemahkan menjadi digital emotional intelligence, yaitu kemampuan membawa kesadaran emosi, pengendalian diri, empati, dan tanggung jawab interpersonal ke dalam komunikasi berbasis teknologi (Rini et al., 2025). Dengan demikian, pencegahan cyberbullying membutuhkan intervensi yang tidak berhenti pada pesan “gunakan media sosial dengan bijak”, tetapi melatih kapasitas psikologis yang memungkinkan siswa memilih respons yang tepat ketika menghadapi konflik dan tekanan sosial di ruang digital.

Atas dasar tersebut, program ini mengembangkan kader “Teman Sebaya” (peer-counseling) yang dibekali kecerdasan emosional dan keterampilan konseling mikro sebagai agen pencegahan cyberbullying di lingkungan sekolah. Pembekalan mengacu pada lima komponen kecerdasan emosional yang dikembangkan Goleman, yaitu kesadaran diri, pengelolaan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Kelima komponen tersebut dipadukan dengan keterampilan konseling dasar berupa active listening, empati non-judgmental, komunikasi asertif, kemampuan merespons secara tepat, serta pengenalan batas antara persoalan yang dapat didampingi teman sebaya dan persoalan yang harus dirujuk kepada guru BK (Wulandari & Anikoh, 2025). Kader tidak diposisikan sebagai pengganti konselor profesional, melainkan sebagai jejaring dukungan awal yang membantu menciptakan ruang aman bagi siswa untuk berbicara dan mendorong

pelaporan ketika ditemukan persoalan yang memerlukan intervensi lebih lanjut. Model ini sekaligus memanfaatkan kekuatan relasi sebaya sebagai aset sosial sekolah sebagaimana prinsip ABCD, dengan menempatkan siswa sebagai bagian dari solusi atas persoalan yang berkembang dalam komunitas mereka.

Intervensi tersebut menjadi penting dilaksanakan di SMPN 1 Wongsorejo karena perkembangan komunikasi digital membuat batas antara kehidupan sekolah dan ruang sosial daring semakin sulit dipisahkan, sementara mekanisme pencegahan berbasis teman sebaya belum sepenuhnya terlembaga. Kebaruan program tidak terletak pada pemberian sosialisasi mengenai bahaya cyberbullying semata, tetapi pada penggabungan peer-counseling, emotional intelligence, dan Social-Emotional Learning (SEL) dalam sebuah mekanisme preventif yang menempatkan siswa sebagai aktor pendukung keamanan sosial digital (Syahrin et al., 2024). Pendekatan ini menggeser orientasi program dari model informatif satu arah menuju pembentukan kapasitas, karena kader dilatih untuk mengenali emosi, mendengarkan, merespons, membangun empati, dan menghubungkan teman yang membutuhkan bantuan dengan sistem layanan BK. Pendekatan berbasis SEL relevan karena pencegahan perilaku agresif membutuhkan penguatan kompetensi sosial-emosional yang memungkinkan peserta didik mengambil keputusan bertanggung jawab dan membangun relasi positif. Dengan demikian, program ini diharapkan mampu memperluas fungsi preventif layanan BK sekaligus membangun mekanisme dukungan sebaya yang lebih dekat dengan realitas sosial siswa.

Pengabdian ini bertujuan membentuk dan memperkuat kader “Teman Sebaya” yang memiliki kapasitas dasar dalam pencegahan cyberbullying melalui penguatan kecerdasan emosional dan keterampilan konseling sebaya. Secara khusus, program diarahkan untuk mengukur peningkatan pemahaman siswa mengenai etika digital dan cyberbullying, perkembangan kecerdasan emosional kader, serta peningkatan efikasi diri kader dalam mendengarkan, merespons, dan memberikan dukungan awal kepada teman sebaya (Destiani, 2024). Keberhasilan

intervensi diharapkan tidak hanya terlihat pada peningkatan skor pengetahuan, tetapi juga pada perubahan sikap, kemampuan regulasi emosi, empati, komunikasi interpersonal, dan kesiapan kader untuk mengambil peran preventif secara bertanggung jawab. Dalam jangka panjang, pembentukan kader diharapkan dapat memperkuat sistem dukungan sosial siswa, memperluas jangkauan fungsi preventif BK, dan mendorong terciptanya iklim sekolah yang aman dalam interaksi luring maupun daring. Dengan pelebagaan kader, pendampingan guru BK, mekanisme rujukan, dan penguatan budaya saling menjaga, program ini diarahkan untuk membangun iklim sekolah ramah digital yang tidak hanya responsif terhadap kasus cyberbullying, tetapi mampu mencegahnya melalui kapasitas sosial-emosional komunitas sekolah.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di SMPN 1 Wongsorejo, Kabupaten Banyuwangi, Jawa Timur, selama 3 bulan, yaitu pada Januari sampai Maret 2026. Pelaksanaan kegiatan dirancang sebagai proses pendampingan bertahap yang mencakup persiapan dan skrining awal, pelatihan kader, praktik dan simulasi konseling sebaya, aktivasi Posko “Teman Sebaya”, serta evaluasi dan tindak lanjut. Tahap persiapan dilakukan melalui koordinasi dengan kepala sekolah, guru BK, Pembina OSIS, dan perwakilan siswa untuk mengidentifikasi kebutuhan mitra, memetakan kondisi awal, serta menyepakati mekanisme pelaksanaan kegiatan. Tahap pelatihan dilaksanakan melalui workshop interaktif dan Training of Trainers (ToT), sedangkan tahap berikutnya diarahkan pada praktik, pendampingan, dan penerapan keterampilan kader dalam lingkungan sekolah. Rangkaian kegiatan tersebut disusun agar intervensi tidak berhenti pada peningkatan pengetahuan, tetapi berkembang menjadi kapasitas siswa dalam memberikan dukungan awal kepada teman sebaya serta memperkuat sistem pencegahan cyberbullying di sekolah.

Khalayak utama kegiatan adalah 25 siswa kelas VII dan VIII yang dipilih sebagai calon kader “Teman Sebaya” atau konselor sebaya. Pemilihan kader

dilakukan secara purposif dengan mempertimbangkan rekomendasi guru BK, wali kelas, dan Pembina OSIS, terutama terhadap siswa yang menunjukkan empati dasar, keterbukaan dalam berkomunikasi, kemampuan menjaga kepercayaan, serta pengaruh sosial yang positif di lingkungan teman sebaya. Kader dipandang sebagai aset sosial sekolah yang dapat membantu memperluas jangkauan upaya preventif tanpa mengambil alih fungsi profesional guru BK. Adapun sasaran dampak program mencakup seluruh siswa SMPN 1 Wongsorejo melalui kegiatan edukasi dan kampanye sebaya. Guru BK dan Pembina OSIS dilibatkan sebagai supervisor yang memberikan pendampingan, melakukan pengawasan, serta menjadi pihak rujukan untuk persoalan yang berada di luar kompetensi kader.

Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan partisipatif dengan memadukan prinsip Asset-Based Community Development (ABCD) dan Participatory Action Research (PAR). Pendekatan ABCD digunakan dengan mengoptimalkan aset yang telah dimiliki sekolah, terutama kapasitas guru BK, organisasi siswa, relasi antarteman sebaya, serta dukungan kelembagaan sekolah. Sementara itu, prinsip PAR diterapkan melalui proses identifikasi masalah, perencanaan tindakan, praktik, observasi, refleksi, dan tindak lanjut bersama mitra (Santi Samasta et al., 2025). Bentuk kegiatan meliputi workshop interaktif, Training of Trainers, role-playing konseling mikro, simulasi kasus, dan pendampingan berkelanjutan. Tahapan tersebut dilaksanakan secara berurutan agar kader memperoleh pengetahuan, kesempatan berlatih, umpan balik, dan pengalaman menerapkan keterampilan dalam konteks sekolah.

Tahap pertama berupa sosialisasi dan skrining baseline. Pada tahap ini tim pengabdian bersama guru BK memberikan pemahaman awal mengenai tujuan program, peran kader, batas kewenangan konselor sebaya, serta mekanisme pendampingan dan rujukan. Selanjutnya dilakukan pengukuran kondisi awal melalui pre-test mengenai cyberbullying, etika komunikasi digital, dan pengetahuan dasar konseling, disertai pengukuran kecerdasan emosional dan empati digital kader. Skrining juga digunakan untuk memperoleh gambaran

mengenai pengalaman siswa dalam menghadapi konflik digital, kecenderungan mencari bantuan, serta sumber dukungan yang paling mudah mereka akses. Hasil skrining menjadi dasar dalam menentukan kebutuhan pelatihan dan penyusunan skenario kasus yang digunakan pada tahap praktik. Dengan demikian, intervensi disusun berdasarkan kondisi mitra, bukan semata-mata berdasarkan asumsi mengenai persoalan cyberbullying pada siswa (Chairiyah et al., 2025).

Tahap kedua adalah Training of Trainers (ToT) yang diberikan kepada kader terpilih melalui tiga modul utama. Modul pertama membahas Literasi Emosi dan Emotional Intelligence, meliputi pengenalan emosi, regulasi diri, empati, motivasi, dan keterampilan sosial. Modul kedua membahas Bentuk dan Etika Siber Cyberbullying, termasuk harassment, flaming, exclusion, penyebaran konten yang merugikan, etika komunikasi digital, serta langkah awal ketika menemukan atau mengalami cyberbullying (Jamil et al., 2025). Modul ketiga berfokus pada Keterampilan Mikro Konseling dan Active Listening, meliputi kemampuan membuka percakapan, mendengarkan secara aktif, menggunakan pertanyaan terbuka, melakukan validasi emosi, memberikan respons empatik, dan mengenali situasi yang memerlukan rujukan kepada guru BK. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif melalui diskusi, studi kasus, latihan berpasangan, dan refleksi sehingga peserta tidak hanya menerima informasi, tetapi mulai membangun keterampilan yang diperlukan untuk menjalankan peran sebagai teman sebaya.

Tahap ketiga dilaksanakan melalui simulasi dan role-play konseling sebaya. Kader diberikan skenario kasus yang menggambarkan situasi cyberbullying yang dekat dengan kehidupan siswa, seperti komentar yang mempermalukan teman, penyebaran tangkapan layar percakapan pribadi, pengucilan dari kelompok digital, atau konflik yang berkembang melalui media sosial. Peserta secara bergantian berperan sebagai konselor sebaya, siswa yang mengalami masalah, dan pengamat sehingga proses pembelajaran berlangsung dari beberapa perspektif. Kemampuan kader dinilai berdasarkan kemampuan mendengarkan, menunjukkan empati, melakukan validasi emosi, menjaga komunikasi non-judgmental, menghindari

respons yang menyalahkan korban, dan menentukan kebutuhan rujukan. Simulasi juga menjadi ruang bagi fasilitator untuk memberikan koreksi dan umpan balik sebelum kader menjalankan fungsi pendampingan di lingkungan sekolah. Pendekatan praktik semacam ini dipilih karena keterampilan konseling membutuhkan latihan dan pengalaman langsung, bukan hanya penguasaan konsep (Kurniati et al., 2021).

Tahap keempat berupa aktivasi Posko Konseling “Teman Sebaya” dan kampanye sebaya. Kader yang telah memperoleh pelatihan dan memenuhi kriteria kompetensi awal mulai menjalankan fungsi sebagai pendukung sebaya dengan supervisi guru BK. Posko berfungsi sebagai ruang dukungan awal bagi siswa yang ingin berbicara mengenai persoalan pertemanan, konflik digital, atau pengalaman cyberbullying, tetapi bukan sebagai pengganti layanan konseling profesional. Selain layanan dukungan awal, kader melakukan edukasi sebaya melalui diskusi kelas/media poster/media sosial sekolah/kegiatan OSIS yang mengangkat tema empati digital, etika bermedia sosial, regulasi emosi, dan keberanian mencari bantuan. Selama pelaksanaan, kader mencatat aktivitas dan pengalaman pendampingan dalam logbook yang kemudian dibahas bersama guru BK dalam sesi supervisi. Pola tersebut memungkinkan program berkembang dari pelatihan kader menjadi mekanisme dukungan sebaya yang terhubung dengan sistem layanan Bimbingan dan Konseling sekolah.

Keberhasilan kegiatan diukur melalui tiga aspek utama, yaitu kognitif, afektif, dan praktik. Aspek kognitif mencakup pemahaman kader mengenai cyberbullying, etika digital, kecerdasan emosional, dan prinsip dasar konseling sebaya yang diukur melalui perbandingan pre-test dan post-test, dengan target N-Gain $> 0,70$ atau kategori tinggi. Aspek afektif mencakup kecerdasan emosional dan empati digital, terutama kemampuan mengenali dan mengelola emosi, memahami perspektif orang lain, serta menunjukkan kepedulian terhadap teman, dengan target peningkatan minimal 80%. Aspek praktik diukur melalui kemampuan kader melakukan konseling mikro berdasarkan rubrik role-play,

dengan target capaian minimal 85 sesuai skala penilaian yang digunakan. Selain capaian individual, indikator keberhasilan juga mencakup kemampuan kader menggunakan mekanisme rujukan secara tepat ketika menghadapi kasus yang berada di luar kewenangannya. Penetapan indikator tersebut memungkinkan keberhasilan program dinilai berdasarkan perubahan kapasitas kader dan penerapannya, bukan sekadar berdasarkan kehadiran peserta dalam kegiatan.

Evaluasi dilakukan pada awal, selama, dan setelah pelaksanaan program untuk memperoleh gambaran perubahan sekaligus keberlangsungan penerapan keterampilan kader. Instrumen yang digunakan meliputi pre-test dan post-test untuk aspek kognitif, angket kecerdasan emosional dan empati digital dengan skala Likert untuk aspek afektif, serta rubrik penilaian role-play untuk mengukur keterampilan konseling mikro. Data proses diperoleh melalui logbook kegiatan kader, catatan pendampingan, observasi, dan wawancara evaluatif dengan guru BK serta Pembina OSIS. Penggunaan beberapa instrumen memungkinkan perubahan yang terjadi dianalisis secara lebih komprehensif dengan menggabungkan data hasil pengukuran dan informasi mengenai pengalaman penerapan program di lapangan (Judijanto et al., 2024). Instrumen evaluasi disusun berdasarkan indikator kompetensi yang telah ditetapkan sehingga setiap perubahan dapat ditelusuri sejak kondisi awal hingga tahap tindak lanjut.

Data kuantitatif dianalisis menggunakan statistik deskriptif melalui perbandingan skor sebelum dan sesudah kegiatan serta perhitungan N-Gain untuk mengetahui tingkat peningkatan capaian peserta. Apabila karakteristik dan distribusi data memenuhi persyaratan, perubahan skor dapat dianalisis menggunakan uji beda berpasangan paired sample t-test/Wilcoxon signed-rank test (Ayu Rahmani et al., 2025). Sementara itu, data hasil observasi, logbook, dan wawancara dianalisis secara kualitatif melalui tahapan reduksi data, pengelompokan informasi berdasarkan tema, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan temuan diperkuat melalui triangulasi sumber dengan membandingkan informasi dari kader, guru BK, Pembina OSIS, dan hasil

observasi selama pendampingan. Analisis tersebut digunakan tidak hanya untuk mengetahui apakah terjadi peningkatan skor, tetapi juga untuk memahami bagaimana perubahan tersebut muncul dan sejauh mana keterampilan kader dapat diterapkan dalam situasi sekolah.

Sebagai bagian dari penguatan keberlanjutan, program menerapkan sistem rujukan (referral system) yang secara tegas membatasi kewenangan kader “Teman Sebaya”. Kader diarahkan untuk memberikan dukungan awal dan mendengarkan persoalan, tetapi wajib melibatkan guru BK apabila ditemukan kasus yang mengandung ancaman keselamatan, kekerasan berulang, tekanan psikologis berat, ancaman, pemerasan, penyebaran konten sensitif, atau kondisi lain yang memerlukan penanganan profesional. Alur rujukan dimulai dari identifikasi persoalan oleh kader, penyampaian informasi kepada guru BK sesuai prosedur yang telah disepakati, kemudian penanganan lebih lanjut oleh pihak sekolah sesuai tingkat risiko kasus. Informasi yang dicatat dalam logbook dibatasi pada informasi yang relevan dengan tindak lanjut dan tetap memperhatikan kerahasiaan serta perlindungan siswa. Mekanisme tersebut menjadi bagian penting dari desain program karena keberadaan konselor sebaya harus berjalan dalam batas kompetensi yang jelas dan berada di bawah supervisi guru BK (Fauziah & Fidyah, 2025). Dengan demikian, metode pengabdian tidak hanya menghasilkan kader yang memiliki pengetahuan dan keterampilan dasar, tetapi juga membangun alur dukungan sebaya—deteksi dini—rujukan—pendampingan yang dapat dipertahankan sebagai bagian dari sistem pencegahan cyberbullying di SMPN 1 Wongsorejo.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Kondisi Baseline dan Pemetaan Isu Cyberbullying Mitra

Hasil pemetaan awal di SMPN 1 Wongsorejo menunjukkan bahwa interaksi digital telah menjadi bagian dari kehidupan sosial siswa, terutama melalui grup WhatsApp dan media sosial. Berdasarkan hasil skrining awal jumlah siswa dan diskusi bersama Guru BK, bentuk persoalan yang paling banyak teridentifikasi meliputi harassment berupa komentar atau pesan yang merendahkan, exclusion

melalui pengucilan dari grup pertemanan digital, serta flaming yang muncul dalam bentuk pertengkaran atau saling menyerang melalui media sosial. Meskipun tidak seluruh konflik digital dapat dikategorikan sebagai cyberbullying secara definitif, temuan tersebut menunjukkan adanya pola komunikasi yang berpotensi berkembang menjadi perilaku perundungan apabila tidak disertai kemampuan regulasi emosi dan kesadaran etika digital yang memadai. Karakter komunikasi digital yang cepat, berlangsung tanpa tatap muka, dan dapat disaksikan oleh banyak orang membuat siswa relatif mudah memberikan respons impulsif tanpa mempertimbangkan dampaknya terhadap pihak lain (RIKARDUS, 2025). Kondisi baseline tersebut memperlihatkan bahwa persoalan yang dihadapi mitra bukan semata-mata kurangnya pengetahuan tentang cyberbullying, tetapi juga belum optimalnya kapasitas siswa untuk mengenali emosi, mengendalikan respons, dan membangun empati dalam interaksi digital.

Temuan lapangan juga memperlihatkan adanya kendala dalam mekanisme penanganan awal, terutama berkaitan dengan keterbatasan jangkauan layanan Guru BK dan kecenderungan siswa untuk tidak segera melaporkan persoalan yang dialaminya. Dari hasil wawancara dengan 3 Guru BK, diperoleh gambaran bahwa pendampingan siswa harus dilakukan di tengah keterbatasan waktu dan rasio layanan dibandingkan dengan jumlah siswa yang harus dijangkau. Pada sisi lain, sebagian siswa cenderung memilih menyelesaikan persoalan secara informal dengan teman dekat daripada menyampaikannya kepada guru atau orang tua karena khawatir dianggap bermasalah, dihakimi, atau memperoleh pembatasan penggunaan gawai (Pijay Nuri, 2022). Situasi ini menunjukkan adanya barrier of disclosure yang dapat menyebabkan persoalan cyberbullying tidak terdeteksi sejak awal. Temuan tersebut sekaligus memperlihatkan pentingnya membangun jalur dukungan yang lebih dekat dengan kehidupan sosial siswa, tanpa mengurangi otoritas dan fungsi profesional layanan BK. Dalam konteks inilah kelompok

sebaya dipandang sebagai aset sosial yang potensial untuk memperkuat deteksi dini dan dukungan awal terhadap persoalan yang muncul di ruang digital.



Gambar 1. Diskusi dan skrining awal bersama Guru BK dan perwakilan siswa

Pelaksanaan Training of Trainers (ToT)

Pelaksanaan Training of Trainers (ToT) diikuti oleh 25 kader yang telah dipilih berdasarkan rekomendasi sekolah dan karakteristik sosial yang mendukung peran sebagai teman sebaya. Kegiatan diawali dengan modul Emotional Literacy yang mengajak siswa mengenali emosi diri, memahami pemicu munculnya emosi, serta membedakan antara emosi dan tindakan yang muncul sebagai respons terhadap emosi tersebut. Pembelajaran kemudian diarahkan pada pengembangan empati digital melalui latihan melihat suatu peristiwa dari perspektif korban, pelaku, maupun pengamat dalam konflik daring. Pada sesi ini terlihat bahwa sebagian kader pada awalnya lebih mudah mengenali emosi seperti marah, sedih, atau takut secara umum, tetapi belum terbiasa menghubungkan emosi tersebut dengan pilihan respons dalam komunikasi digital. Melalui diskusi kasus dan refleksi personal, kader mulai memahami bahwa kemampuan mengelola emosi merupakan bagian penting dari pencegahan perilaku agresif di media sosial. Proses ini menjadi fondasi bagi materi berikutnya karena keterampilan konseling sebaya

membutuhkan kemampuan mengelola respons diri sebelum memberikan ruang aman bagi orang lain.

Tahap berikutnya diarahkan pada keterampilan konseling mikro melalui latihan active listening, penangguhan penghakiman, dan validasi emosi. Kader dilatih untuk tidak langsung menyalahkan, menggurui, atau memberikan solusi ketika teman menyampaikan pengalaman cyberbullying, melainkan terlebih dahulu mendengarkan, mengklarifikasi persoalan, dan menunjukkan bahwa pengalaman emosional teman dipahami. Dalam simulasi, fasilitator memberikan umpan balik terhadap penggunaan kontak mata, posisi tubuh, respons verbal, pertanyaan terbuka, serta kemampuan kader mempertahankan sikap empatik ketika menghadapi cerita yang emosional. Teknik validasi emosi diberikan bukan untuk membenarkan seluruh tindakan yang dilakukan seseorang, tetapi untuk mengakui bahwa emosi yang dirasakan merupakan pengalaman yang perlu didengarkan sebelum menentukan langkah penyelesaian. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip konseling dasar yang menempatkan penerimaan, empati, dan hubungan interpersonal sebagai fondasi terbentuknya komunikasi yang membantu (Dewi Fatmasary Edy et al., 2025). Hasil praktik menunjukkan bahwa latihan berulang membuat kader lebih percaya diri dalam membuka percakapan dan merespons cerita teman secara lebih tenang dibandingkan pada simulasi awal.

Setelah rangkaian pelatihan dan simulasi selesai, kader “Teman Sebaya” diperkenalkan secara resmi dalam kegiatan sekolah melalui acara/pertemuan sekolah, ditandai dengan penyesatan pin atau atribut kader secara simbolis dan peluncuran Posko “Teman Sebaya”. Momentum tersebut tidak hanya memiliki fungsi seremonial, tetapi menjadi bentuk pengakuan kelembagaan bahwa siswa memiliki peran dalam membangun lingkungan pertemanan yang aman dan suportif. Antusiasme kader terlihat dari keterlibatan mereka dalam simulasi, diskusi, serta kesediaan mengambil peran dalam kampanye sebaya setelah pelatihan. Dukungan kepala sekolah, Guru BK, Pembina OSIS, dan unsur sekolah lainnya menjadi faktor penting karena keberadaan kader membutuhkan legitimasi,

supervisi, dan batas kewenangan yang jelas. Dengan dukungan tersebut, program tidak ditempatkan sebagai kegiatan tambahan yang berdiri sendiri, melainkan mulai diarahkan menjadi bagian dari mekanisme preventif sekolah dalam menghadapi persoalan relasi sosial dan interaksi digital siswa.



Gambar 2. Aktivitas role-play konseling mikro antarkader

Evaluasi Peningkatan Pemahaman, Empati, dan Efikasi Konseling Kader

Evaluasi program dilakukan dengan membandingkan kondisi kader sebelum dan sesudah mengikuti rangkaian ToT, simulasi, dan pendampingan. Secara umum, hasil pengukuran menunjukkan adanya peningkatan pada aspek pengetahuan, kecerdasan emosional dan empati digital, serta keterampilan praktik konseling sebaya. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa pelatihan yang memadukan materi, latihan, simulasi, dan refleksi memberikan perubahan yang lebih luas daripada sekadar penguasaan informasi mengenai cyberbullying. Data kuantitatif berikut digunakan sebagai dasar untuk membaca perubahan capaian secara lebih terukur, sedangkan hasil observasi dan logbook digunakan untuk menginterpretasikan bagaimana perubahan tersebut muncul dalam praktik. Karena angka final perlu disesuaikan dengan hasil pengolahan data lapangan, nilai pada tabel berikut ditempatkan sebagai placeholder dan tidak dimaksudkan sebagai data empiris final.

Tabel 1. Rekapitulasi Evaluasi Program Kader “Teman Sebaya”

Dimensi Evaluasi	Indikator Pengukuran	Skor Pre-test	Skor Post-test	N-Gain Score	Kategori Efektivitas
------------------	----------------------	---------------	----------------	--------------	----------------------

Kognitif	Pemahaman cyberbullying, etika digital, dan dasar konseling	58,20	88,40	0,72	Tinggi
Afektif	Emotional Intelligence dan empati digital	64,50	87,60	0,65	Sedang
Psikomotorik	Active listening, validasi emosi, dan simulasi konseling	56,80	89,20	0,75	Tinggi
Rata-rata	Capaian keseluruhan kader	59,83	88,40	0,71	Tinggi

Peningkatan pada dimensi kognitif terlihat terutama pada kemampuan kader membedakan konflik digital biasa dengan bentuk perilaku yang memiliki karakteristik cyberbullying, mengenali bentuk harassment, exclusion, dan flaming, serta memahami prinsip etika komunikasi digital. Sebelum pelatihan, pemahaman siswa cenderung berpusat pada definisi sederhana bahwa cyberbullying merupakan tindakan “menghina di media sosial”, sedangkan setelah pelatihan mereka mulai mampu mengenali konteks, pola perilaku, posisi korban dan pelaku, serta konsekuensi sosial-psikologisnya. Pada dimensi afektif, perubahan terlihat dari meningkatnya kesadaran bahwa respons emosional di ruang digital dapat memengaruhi kondisi psikologis orang lain. Kader juga menunjukkan kecenderungan lebih berhati-hati dalam memberikan respons terhadap cerita teman dan lebih mampu melihat persoalan dari perspektif korban. Temuan tersebut memperkuat pandangan bahwa pendidikan mengenai keamanan digital akan lebih bermakna apabila diikuti dengan pengembangan kecerdasan emosional dan empati sebagai kapasitas untuk menerjemahkan pengetahuan menjadi keputusan sosial yang bertanggung jawab (Patriasih et al., 2025).

Perubahan pada dimensi psikomotorik tampak melalui meningkatnya kemampuan kader menjalankan tahapan dasar interaksi konseling sebaya. Dalam praktik, kader mulai mampu menerima curhat dengan sikap terbuka, mendengarkan tanpa segera menyela, memberikan respons yang menunjukkan perhatian, serta melakukan validasi terhadap emosi teman. Penggunaan logbook juga membantu kader memahami pentingnya pencatatan aktivitas secara

sederhana dan terarah tanpa memasukkan informasi pribadi yang tidak diperlukan. Hasil observasi menunjukkan bahwa kemampuan praktik berkembang lebih baik setelah kader memperoleh kesempatan melakukan simulasi berulang dan menerima umpan balik langsung dari fasilitator maupun Guru BK. Meskipun demikian, keterampilan tersebut tetap berada pada level dukungan awal dan tidak diarahkan untuk menggantikan proses konseling profesional. Peningkatan efikasi kader dengan demikian dipahami sebagai meningkatnya kesiapan untuk menjadi pendengar dan penghubung awal, sekaligus kemampuan mengenali kapan sebuah persoalan harus diteruskan kepada Guru BK.

Pembahasan Kritis dan Relevansi Teoretis

Pendekatan konselor sebaya berbasis Emotional Intelligence memiliki keunggulan dibandingkan pendekatan yang semata-mata mengandalkan ancaman sanksi atau hukuman karena intervensi diarahkan pada faktor yang memengaruhi perilaku sebelum pelanggaran terjadi. Sanksi tetap diperlukan sebagai bagian dari tata kelola disiplin sekolah, tetapi penerapan sanksi tanpa penguatan kesadaran, regulasi emosi, dan empati berisiko membuat siswa hanya memahami bahwa suatu tindakan “dilarang”, tanpa memahami mengapa tindakan tersebut dapat merugikan orang lain. Program ini menggeser titik tekan dari kontrol eksternal menuju penguatan kapasitas internal siswa dalam mengenali emosi dan mempertimbangkan konsekuensi tindakannya. Kehadiran teman sebaya juga membuat pesan pencegahan lebih dekat dengan bahasa dan pengalaman sosial siswa sehingga lebih mudah diterima dalam kehidupan sehari-hari. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa penguatan kompetensi sosial-emosional dapat berkontribusi terhadap perilaku prososial, hubungan interpersonal yang lebih sehat, dan penurunan perilaku bermasalah (Sakalieng et al., 2025). Dengan demikian, kekuatan pendekatan ini bukan pada penghapusan disiplin, melainkan pada pelengkapannya dengan mekanisme preventif yang membangun kesadaran dan tanggung jawab dari dalam komunitas siswa.

Hasil program juga dapat dibaca melalui kerangka Social-Emotional Learning (SEL) dan Peer-Support Theory. Penguatan kesadaran diri, regulasi diri, empati, keterampilan relasi, dan pengambilan keputusan bertanggung jawab dalam kegiatan kader menunjukkan keterkaitan langsung dengan kompetensi inti SEL. Sementara itu, keterlibatan teman sebaya sebagai pihak yang mendengarkan dan memberikan dukungan awal menciptakan safe space yang lebih dekat dengan kehidupan sosial siswa. Relasi sebaya dalam konteks ini tidak lagi hanya dipandang sebagai lingkungan yang berpotensi menjadi tempat munculnya tekanan sosial, tetapi dapat dikembangkan sebagai sumber dukungan dan proteksi psikososial (Nasichah Nascihah, Zalfa Ghaisani, 2023). Integrasi kedua perspektif tersebut menjelaskan mengapa program tidak berhenti pada pelatihan “cara menghadapi cyberbullying”, tetapi membangun kapasitas siswa untuk menciptakan pola relasi yang lebih empatik. Dalam ekosistem sekolah, mekanisme tersebut berpotensi memperkuat iklim sosial yang memungkinkan siswa merasa lebih aman untuk berbicara, mencari bantuan, dan menghindari normalisasi perilaku merendahkan di ruang digital.

Pelaksanaan pendampingan tidak sepenuhnya berlangsung tanpa hambatan. Pada tahap awal simulasi, beberapa kader masih menunjukkan kecanggungan ketika harus membuka percakapan, mempertahankan kontak interpersonal, atau merespons cerita sensitif tanpa memberikan nasihat secara langsung. Hambatan lain muncul dari kekhawatiran kader mengenai kerahasiaan cerita teman dan ketidakpastian mengenai batas persoalan yang boleh ditangani sendiri. Untuk mengatasinya, pengabdian menggunakan pendekatan latihan bertahap melalui skenario sederhana sebelum beralih pada kasus yang lebih kompleks, disertai peer feedback, refleksi, dan supervisi Guru BK. Kader juga diberikan panduan sederhana mengenai batas peran, prinsip kerahasiaan, serta kondisi yang mengharuskan rujukan kepada pihak profesional. Strategi tersebut membuat proses belajar lebih aman karena kader tidak dituntut langsung mampu menangani kasus nyata, tetapi terlebih dahulu membangun kesiapan melalui situasi simulatif

yang terkontrol. Refleksi lapangan ini menjadi penting karena keberhasilan program konseling sebaya tidak hanya ditentukan oleh kualitas materi, tetapi juga oleh kejelasan peran, kualitas supervisi, dan kesiapan emosional kader.

Keberlanjutan Program dan Pelembagaan Sistem Rujukan

Keberlanjutan program diperkuat melalui penyusunan SOP Sistem Rujukan (Referral System) yang menghubungkan kader “Teman Sebaya” dengan layanan profesional Guru BK. Dalam mekanisme tersebut, kader berperan pada tahap dukungan awal, yaitu mendengarkan, memberikan respons empatik, membantu siswa merasa tidak sendirian, dan mengarahkan kepada bantuan yang sesuai. Kasus yang mengandung risiko tinggi atau berada di luar kompetensi kader harus segera diteruskan kepada Guru BK untuk memperoleh asesmen dan penanganan lebih lanjut (Ranakusuma et al., 2021). Alur ini penting untuk mencegah dua risiko sekaligus, yaitu kader mengambil peran profesional yang tidak sesuai kompetensinya dan persoalan serius justru berhenti pada dukungan informal teman sebaya. SOP juga perlu memuat mekanisme pelaporan, batas kerahasiaan, pihak yang menerima rujukan, serta prosedur tindak lanjut sesuai kebijakan sekolah. Dengan sistem tersebut, kader ditempatkan sebagai mata rantai awal dalam deteksi dini–dukungan sebaya–rujukan–pendampingan, sementara tanggung jawab penanganan profesional tetap berada pada Guru BK.

Pelembagaan Posko “Teman Sebaya” selanjutnya diarahkan agar terintegrasi dengan kegiatan sekolah yang telah berjalan, seperti OSIS, kegiatan pengembangan diri, atau program bimbingan dan konseling. Integrasi tersebut penting agar keberadaan kader tidak bergantung pada keberlangsungan satu kegiatan pengabdian, tetapi menjadi bagian dari mekanisme pembinaan siswa yang dapat diteruskan oleh sekolah. Regenerasi kader direncanakan dilakukan secara periodik pada setiap tahun ajaran baru dengan melibatkan kader senior sebagai pendamping awal bagi calon kader berikutnya. Pola regenerasi tersebut memungkinkan pengetahuan dan pengalaman tidak terputus ketika kader kelas VIII atau IX menyelesaikan masa belajarnya. Guru BK tetap menjadi supervisor

utama, sedangkan Pembina OSIS dapat membantu pengorganisasian kegiatan dan kampanye sebaya. Dengan demikian, keberlanjutan program dibangun melalui kombinasi antara kelembagaan, regenerasi, supervisi, dan sistem rujukan, bukan hanya melalui penyediaan Posko secara fisik.

Pada akhirnya, pembentukan kader “Teman Sebaya” berbasis Emotional Intelligence menunjukkan bahwa pencegahan cyberbullying dapat diarahkan dari pendekatan yang semata-mata reaktif menuju penguatan kapasitas sosial-psikologis komunitas sekolah. Kader yang mampu mendengarkan, memahami emosi, menunjukkan empati, dan mengetahui batas kewenangannya dapat menjadi jembatan antara siswa dan layanan BK, terutama bagi siswa yang belum siap melakukan pelaporan formal. Dalam jangka panjang, keberadaan mekanisme dukungan sebaya yang terhubung dengan supervisi profesional berpotensi memperkuat rasa aman, keterhubungan sosial, dan kepercayaan siswa terhadap sistem dukungan sekolah. Dampak tersebut tidak hanya berkaitan dengan pengurangan potensi cyberbullying, tetapi juga dengan terbentuknya school climate yang lebih inklusif, kondusif, dan ramah digital. Oleh karena itu, keberhasilan program sebaiknya tidak hanya diukur dari peningkatan skor pengetahuan atau keterampilan kader, tetapi dari kemampuan sekolah mempertahankan praktik dukungan sebaya dan sistem rujukan sebagai bagian dari budaya kelembagaan.

Tabel 2. Matriks Keberlanjutan Program “Teman Sebaya”

Kegiatan	Penanggung Jawab	Indikator Keberlanjutan	Frekuensi
Posko Teman Sebaya	Kader & Guru BK	Posko tetap aktif	Mingguan
Pendampingan & Rujukan	Kader & Guru BK	Kasus tertangani sesuai alur rujukan	Sesuai kebutuhan
Edukasi Sebaya	Kader & OSIS	Edukasi anti-cyberbullying terlaksana	Bulanan
Regenerasi Kader	Guru BK & OSIS	Kader baru terbentuk	Tahunan

Keberlanjutan program sebagaimana dirangkum pada Tabel 2 menunjukkan bahwa keberhasilan intervensi tidak hanya bergantung pada pelaksanaan pelatihan, tetapi pada kemampuan sekolah mempertahankan

mekanisme yang telah dibangun setelah kegiatan pengabdian berakhir. Keberadaan Posko “Teman Sebaya”, pendampingan dan sistem rujukan, edukasi sebaya, serta regenerasi kader menjadi empat komponen yang saling melengkapi dalam menjaga kesinambungan program. Guru BK tetap memiliki posisi strategis sebagai supervisor dan pihak yang menangani kasus yang memerlukan intervensi profesional, sedangkan kader berperan sebagai jejaring dukungan awal di antara siswa. Pola tersebut memungkinkan hasil pengabdian berkembang dari kegiatan intervensi jangka pendek menjadi praktik preventif yang terintegrasi dalam kehidupan sekolah. Dengan demikian, pelembagaan program diharapkan dapat memperkuat budaya saling mendukung, meningkatkan keberanian siswa untuk mencari bantuan, dan secara bertahap membangun iklim sekolah yang lebih aman, inklusif, dan ramah terhadap interaksi digital.

KESIMPULAN

Pelaksanaan program pengabdian melalui pembentukan kader “Teman Sebaya” berbasis Emotional Intelligence di SMPN 1 Wongsorejo menunjukkan bahwa pendekatan preventif berbasis siswa dapat menjadi strategi yang relevan untuk memperkuat upaya pencegahan cyberbullying di lingkungan sekolah. Program dilaksanakan melalui tahapan skrining kondisi awal, Training of Trainers (ToT), simulasi konseling mikro, role-play, aktivasi Posko “Teman Sebaya”, serta pendampingan dan supervisi Guru BK. Rangkaian kegiatan tersebut tidak hanya memberikan pemahaman mengenai bentuk dan etika cyberbullying, tetapi juga membangun kemampuan siswa dalam mengenali emosi, mengembangkan empati digital, mendengarkan secara aktif, dan memberikan dukungan awal kepada teman sebaya. Pemanfaatan kader siswa sebagai aset sosial sekolah sekaligus memperluas jangkauan layanan preventif, terutama pada kondisi ketika tidak semua persoalan siswa mudah disampaikan secara langsung kepada guru.

Berdasarkan hasil evaluasi, intervensi menunjukkan adanya peningkatan pada tiga dimensi kompetensi kader, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik. Peningkatan kognitif terlihat dari bertambahnya pemahaman mengenai

cyberbullying, etika komunikasi digital, serta prinsip dasar konseling sebaya; dimensi afektif tercermin melalui penguatan kecerdasan emosional dan empati digital; sedangkan dimensi psikomotorik ditunjukkan melalui kemampuan melakukan active listening, validasi emosi, menerima curhat awal, mencatat aktivitas pendampingan, dan menjalankan simulasi konseling. Berdasarkan data evaluasi yang disajikan pada Tabel 1, nilai pre-test dan post-test serta N-Gain isi sesuai hasil pengolahan data aktual menunjukkan arah peningkatan capaian setelah intervensi. Temuan ini memperlihatkan bahwa kombinasi pembelajaran konseptual, pengalaman praktik, refleksi, dan pendampingan lebih mampu menerjemahkan pengetahuan tentang cyberbullying menjadi kesiapan perilaku dibandingkan pembelajaran yang hanya berorientasi pada penyampaian informasi.

Keberlanjutan program diperkuat melalui pelebagaan Posko “Teman Sebaya”, supervisi Guru BK, sistem rujukan untuk kasus yang berada di luar kompetensi kader, edukasi sebaya, dan regenerasi kader pada setiap tahun ajaran. Model ini menempatkan siswa bukan sebagai pengganti konselor profesional, melainkan sebagai jejaring dukungan awal dan penghubung antara siswa dengan layanan BK. Dengan mekanisme tersebut, program memiliki peluang untuk berkembang dari intervensi pengabdian menjadi praktik preventif yang terintegrasi dalam budaya sekolah. Secara lebih luas, pembentukan kader “Teman Sebaya” berbasis Emotional Intelligence berpotensi memperkuat rasa aman, empati, keberanian mencari bantuan, dan kualitas relasi antarsiswa sehingga mendukung terbentuknya school climate yang inklusif, kondusif, dan ramah digital di SMPN 1 Wongsorejo.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimuddin, A., Naharuddin SR, & Naharuddin SR. (2025). Transformasi Komunikasi Keluarga Di Era Media Sosial Antara Kehangatan Tatap Muka Dan Tantangan Privasi Digital. *Al-IHKAM Jurnal Hukum Keluarga Jurusan Ahwal Al-Syakhsbiyyah Fakultas Syariah IAIN Mataram*, 17(1), 148–164. <https://doi.org/10.20414/alihkam.v17i1.13360>
- Ayu Rahmani, D., Risnawati, & Fikri Hamdani, M. (2025). Uji T-Student Dua Sampel Saling Berpasangan/Dependend (Paired Sample t-Test). *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia*, 4(2), 568–576.

- <https://jpion.org/index.php/jpi568>Situswebjurnal:<https://jpion.org/index.php/jpi568>
- Chairiyah, U., Kharisma, U., Zahiyah, S. El, & Fadilah, W. N. (2025). *Media Sosial, Komunikasi Massa, dan Tantangan Konseling Remaja*. PT Penerbit Qriset Indonesia. <https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=NpvNEQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=doomscrolling+kecanduan+gadget+anak&ots=NxNmT1rCFL&sig=IO3XQ41ssDtalDI8938IdYqGenQ>
- Destiani, Y. E. (2024). *Efektivitas Pelatihan Komunikasi Antar Pribadi (Kap) Terhadap Peningkatan Keterampilan Komunikasi AntarPribadi (Kap) Tentang Stunting Pada Kader Kesehatan DiWilayah Kerja Uptd Puskesmas Pasirluyu Kota Bandung Tahun 2024*.
- Dewi Fatmasary Edy, Raissa Dwifandra Putri, Amalia Soraya Hasanuddin, & Jati Fatmawiyati. (2025). *Konselor Sebaya Berintegritas: Buku Ajar Penguatan Karakter dan Empati*. Penerbit: Kramantara JS.
- Elysabeth. (2025). Tinjauan kriminologis: Peran media sosial terhadap peningkatan kasus cyberbullying. *DEDIKASI: Jurnal Ilmiah Sosial, Hukum, Budaya*, 26(1), 1–15.
- Fakhri, N. (2025). Digital Device Usage and Cyber-aggression: An Analysis of Online Aggressive Behavior Patterns on Digital Platforms in Indonesia. *ARRUS Journal of Social Sciences and Humanities*, 5(6), 1270–1284. <https://doi.org/10.35877/soshum4466>
- Harinsa Putri, L., & Ina Savira, S. (2023). Dampak Psikologis Pada Remaja Yang Mengalami Cyberbullying. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(01), 312–313.
- Jamil, S. N., Susanto, T., & Budhiharti, T. W. (2025). Dinamika Komentar Negatif di Instagram: Studi Analisis Isi pada Kasus Cyberbullying terhadap Akun Instagram @abidzar73. *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)*, 4(4), 1095–1104. <https://jurnal.unived.ac.id/index.php/mude/article/view/9488>
- Judijanto, L., Wibowo, G. A., Karimuddin, Samsuddin, H., & Patahuddin, A. (2024). *Research Design Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif* (Vol. 2). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Kurniati, D., Musyofah, T., & Ojil, A. P. (2021). Pelaksanaan Supervisi Bimbingan Konseling dalam Meningkatkan Keterampilan Layanan Konseling Guru BK SMA Kabupaten Rejang Lebong. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(1), 133. <https://doi.org/10.29240/jbk.v5i1.2736>
- Marlef, A., Masyhuri, M., & Muda, Y. (2024). Mengenal dan Mencegah Cyberbullying: Tantangan Dunia Digital. *Journal of Education Research*, 5(3), 4002–4010. <https://doi.org/10.37985/jer.v5i3.1295>
- Meliyana, M., Zubair, A. G. H., & Aditya, A. M. (2024). Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Perilaku Bullying pada Siswa SMA/SMK di Kota Makassar. In *Jurnal Psikologi Karakter* (Vol. 4, Issue 2, pp. 483–489). Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim. <https://doi.org/10.56326/jpk.v4i2.3723>
- Nasichah Nascihah, Zalfa Ghaisani, S. S. A. (2023). Relasi Sosial, Tekanan Teman Sebaya, dan Implikasinya terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa BPI UIN Jakarta. *International Journal of Research in Science, Commerce, Arts, Management and Technology*, 410–421.
- Patriasih, R., Yogawati, N. D., Prayogi, A., Sukmawati, Walid, A., Febriani, Asmara, A., Khoiri, Nefianthi, R., Putra, S., Cahyono, D., & Jatmiko, A. (2025). Membangun Pendidikan Berkualitas: Dari Pedagogi Hingga Teknologi. In *PT Nawala Gama Education*. PT. Nawala Gama Education.
- Pijay Nuri, M. (2022). *Perilaku Bermain Gawai Siswa dan Peran Guru bk dalam Mengatasinya (Studi SMA N 4 Rejang Lebong)* (pp. 1–51). Institut Agama Islam Negeri Curup.

- Ramadhani, H. T., Salsabila, A. D., Marwah, T., & Wahyuningsih, Y. (2025). Analisis Dampak Penggunaan Gawai terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Siswa Sekolah Dasar. *CaXra: Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, 5(2), 896–907. <https://doi.org/10.31980/caxra.v5i2.3396>
- Ranakusuma, O. I., Trisiswati, M., & Utami, S. P. (2021). Kolaborasi Penanganan Masalah Siswa Melalui Kemitraan antara Pusat Pelayanan Keluarga Sejahtera Universitas YARSI dan Guru Bimbingan Konseling di Jakarta Pusat. *Info Abdi Cendekia*, 4(1), 11–19. <https://doi.org/10.33476/iac.v4i1.57>
- Rifki, A., Haruna, D., Zakir, S., & Wahyuni, S. I. (2024). Transformasi Karakter Siswa SMK dengan Pendekatan Disiplin Positif. *Al-Marsus : Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 2(2), 167–178. <https://doi.org/10.30983/al-marsus.v2i2.8858>
- RIKARDUS, U. A. R. (2025). *Analisis Dampak Penggunaan Gadget Dan Fenomena Game Online Terhadap Karakter Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri* STKIP PERSADA KHATULISTIWA. http://repository.persadakhatulistiwa.ac.id/id/eprint/1618/1/PPKN_211702736_Title.pdf
- Rini, W. M., Ramadhina, W. O., Adabi, A. H., & Anshori, M. I. (2025). Emotional Intelligence & Digital Leadership: Mengapa Kecerdasan Emosional Tetap Penting Di Era Ai. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(Juni), 211–227.
- Sakalieng, F., Christhania, & Lahinda, D. (2025). Kajian Literatur Tentang Peran Layanan Bimbingan Dan Konseling Dalam Mendukung Perkembangan Sosial-Emosional Siswa Sekolah Dasar. *MATHESE: Jurnal Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 2(3), 19–31. <https://doi.org/10.70420/gyeex305>
- Sanjaya, D. G. A. (2025). Bimbingan Pribadi-Sosial Dalam Meningkatkan Kemampuan Menjalin Relasi Pertemanan. *Daini Widya*, 11(2), 103–116. <https://doi.org/10.37637/dw.v11i2.2323>
- Santi Samasta, A., Oktavia, V., Safitri, M., Manajemen, J., Ekonomi, F., & Bisnis, D. (2025). Peningkatan Kompetensi Guru melalui Program Widikuat dengan Metode Participatory Action Research (PAR). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Aplikasi Teknologi*, 5(1), 59–68. <https://ejurnal.itats.ac.id/adipati/article/view/8362>
- Sugiarto, J. (2025). *Sekolah Tanpa Perundungan: Integrasi Perspektif Akademik dan Praktik*. PT. Revormasi Jangkar Philosophia.
- Supervisi Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Kompetensi Layanan Kepada Peserta Didik Fauziah, E., & Fidyah, D. (2025). Efektivitas Supervisi Bimbingan Dan Konseling Dalam Meningkatkan Kompetensi Layanan Kepada Peserta Didik. *Counselia. Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 6(2), 329.
- Syahrin, M. A., Anam, R. K., Asmara, R., & Tisna, D. (2024). Value Education in the Digital Era : Its Impact on the Emotional Intelligence of Elementary School Students. *AL IBTIDAIYAH: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 05(01), 170–187.
- Wulandari, & Anikoh, I. (2025). Konseling Individu: Teknik Assertivnes Training Terhadap Kemampuan Komunikasi Asertif Remaja. *Conseils (Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 105–118. <https://ejournal.insud.ac.id/index.php/bki>