

**FENOMENA DAN PENANGANAN BULLYING PADA
SISWA SOFT MASCULINITY**

Ahmad Reza Samamang¹, Nur Fadhilah Umar², Zulfikri³, Nurfaidah Ardis⁴
^{1,2,3,4} Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling, Universitas Negeri
Makassar

¹ahmadrezasamamang@gmail.com, ²nurfadhilahumar@unm.ac.id,
³zulfikri@unm.ac.id , ⁴nurfaidahardis@unm.ac.id

ABSTRACT

This research is motivated by the phenomenon of soft masculinity in male students which is often perceived as different from traditional masculinity constructions so that they are vulnerable to being targeted by bullying in the school environment. These conditions can cause various psychological, social, and academic impacts that hinder the development of students. This study aims to describe the phenomenon of soft masculinity, the form of bullying experienced, the factors causing and impact, as well as efforts to handle it through individual counseling services for students at SMAN 10 Jeneponto. The research uses a qualitative approach with a case study type on one student with the initials MAI. Data collection is carried out through in-depth interviews, observations, and documentation, then analyzed through the stages of data reduction, data presentation, and conclusion drawn. The validity of the data was tested using source triangulation and triangulation techniques. The results of the study showed that the subjects experienced verbal, relational, and cyberbullying in the form of ridicule, negative nicknames, social exclusion, and derogatory comments on social media. Bullying behavior is influenced by gender stereotypes, patriarchal culture, and peer pressure on masculinity standards. The impacts experienced include low self-confidence, anxiety, shyness, difficulty interacting socially, and decreased study concentration. Treatment through individual counseling services using the Cognitive Behavioral Therapy (CBT) approach with assertive training techniques has been proven to help subjects change negative mindsets, increase assertive behavior, build confidence, and develop the ability to deal with bullying more adaptively. The findings of this study show that CBT-based individual counseling services with assertive training techniques are effective in helping students cope with bullying and improve self-adjustment in the school environment.

Keywords: *soft masculinity, bullying, Cognitive Behavioral Therapy (CBT), assertive training, high school students*

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena *soft masculinity* pada siswa laki-laki yang sering dipersepsikan berbeda dari konstruksi maskulinitas tradisional sehingga rentan menjadi sasaran *bullying* di lingkungan sekolah. Kondisi tersebut dapat menimbulkan berbagai dampak psikologis, sosial, dan akademik yang menghambat perkembangan peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan fenomena *soft masculinity*, bentuk *bullying* yang dialami, faktor penyebab dan dampaknya, serta upaya penanganan melalui layanan konseling individual pada siswa di SMAN 10 Jeneponito. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus terhadap satu siswa berinisial MAI. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data diuji menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek mengalami *bullying* verbal, relasional, dan *cyberbullying* berupa ejekan, pemberian julukan negatif, serta komentar merendahkan di media sosial. Perilaku *bullying* dipengaruhi oleh stereotip gender, budaya patriarki, dan tekanan teman sebaya terhadap standar maskulinitas. Dampak yang dialami meliputi rendahnya kepercayaan diri, kecemasan, rasa malu, kesulitan berinteraksi sosial, dan menurunnya konsentrasi belajar. Penanganan melalui layanan konseling individual menggunakan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dengan teknik *assertive training* terbukti membantu subjek mengubah pola pikir negatif, meningkatkan *self assertive*, membangun kepercayaan diri, serta mengembangkan kemampuan menghadapi *bullying* secara lebih adaptif. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling individual berbasis CBT dengan teknik *assertive training* efektif membantu siswa menghadapi *bullying* dan meningkatkan penyesuaian diri di lingkungan sekolah.

Kata Kunci: *soft masculinity*, *bullying*, *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), *assertive training*, siswa SMA

A. Pendahuluan

Bullying masih menjadi salah satu permasalahan yang banyak ditemukan di lingkungan sekolah dan berdampak terhadap perkembangan psikologis, sosial, serta akademik peserta didik. Penelitian internasional menunjukkan bahwa remaja laki-laki yang menampilkan ekspresi gender di luar norma maskulinitas yang dominan memiliki risiko lebih tinggi

mengalami *bullying* dan *cyberbullying* (Mason *et al.*, 2025). Kondisi serupa juga ditemukan di Indonesia, di mana norma maskulinitas tradisional masih memengaruhi cara siswa memandang teman sebayanya. Salah satu bentuk ekspresi tersebut adalah *soft masculinity*, yaitu karakter maskulinitas yang ditandai dengan penampilan rapi, perhatian terhadap perawatan diri, gaya komunikasi yang

lembut, serta kemampuan mengekspresikan emosi secara terbuka. Meskipun tidak berkaitan dengan identitas gender, karakter ini masih sering dipersepsikan negatif sehingga memicu berbagai bentuk *bullying* di lingkungan sekolah (Rahman *et al.*, 2024).

Norma gender yang berkembang di masyarakat menyebabkan siswa dengan karakter *soft masculinity* lebih rentan mengalami ejekan, pengucilan, *bullying* verbal, fisik, maupun *cyberbullying*. Tekanan tersebut tidak hanya memengaruhi hubungan sosial dengan teman sebaya, tetapi juga berdampak pada kesehatan mental, rasa aman, dan pembentukan identitas diri. Zaidan dan Yoenanto (2024) menjelaskan bahwa individu yang tidak memenuhi ekspektasi maskulinitas tradisional lebih berisiko mengalami penolakan sosial dan tekanan emosional.

Temuan tersebut diperkuat oleh Abdelrheem *et al.* (2024) yang menyatakan bahwa ketidaksesuaian dengan stereotip gender meningkatkan peluang remaja menjadi korban *bullying*. Sejalan dengan itu, Burtsev (2023) mengemukakan bahwa anak laki-laki dengan ekspresi maskulinitas nonnormatif lebih sering menjadi sasaran intimidasi sebagai bentuk kontrol sosial terhadap perilaku yang dianggap berbeda. Dampak *Bullying* yang berlangsung secara berulang dapat menimbulkan kecemasan, rasa malu, penurunan kepercayaan diri,

serta mendorong korban menyembunyikan identitas dirinya agar dapat diterima oleh lingkungan sosial. Dalam jangka panjang, kondisi tersebut berpotensi menghambat perkembangan sosial maupun akademik peserta didik. Stanaland *et al.* (2023) menjelaskan bahwa tekanan terhadap identitas maskulin dapat memunculkan konflik emosional dan menurunkan kesejahteraan psikologis remaja.

Fenomena *bullying* terhadap siswa dengan karakter *soft masculinity* ditemukan di SMAN 10 Jeneponto berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling, wali kelas, serta beberapa siswa. Informan mengungkapkan bahwa siswa berinisial MAI sering mengalami berbagai bentuk *bullying*, seperti ejekan, peniruan perilaku, pengucilan, pemberian label negatif, dan komentar merendahkan melalui media sosial. Menurut guru BK, kondisi tersebut menyebabkan korban memperoleh perlakuan yang tidak menyenangkan sehingga sekolah melakukan pendampingan dan memberikan teguran kepada pelaku. Temuan ini menunjukkan bahwa ekspresi *soft masculinity* masih dipersepsikan menyimpang dari norma maskulinitas yang dominan dalam lingkungan sekolah.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa karakter *soft masculinity* pada MAI berkembang melalui proses sosialisasi dengan teman sebaya, terutama karena intensitas interaksi

dengan teman perempuan dan keterlibatan dalam PMR yang membentuk pola komunikasi lebih lembut dan ekspresif. Perbedaan tersebut memunculkan respons negatif berupa ejekan, candaan, perlakuan diskriminatif, peniruan perilaku, hingga komentar negatif di media sosial. Kondisi ini menunjukkan bahwa stereotip maskulinitas yang dipertahankan oleh kelompok sebaya meningkatkan kerentanan terhadap *bullying* (Abdelrheem *et al.*, 2024; Burtsev, 2023). Akibatnya, MAI mengalami rasa malu, penurunan kepercayaan diri, dan perubahan perilaku untuk diterima lingkungan, yang berdampak pada pembentukan identitas diri serta kesejahteraan psikologisnya (Stanaland *et al.*, 2023).

Upaya penanganan telah dilakukan oleh pihak sekolah melalui pendampingan guru bimbingan dan konseling, pemberian teguran kepada pelaku, serta pengawasan dari wali kelas. Meskipun demikian, penanganan tersebut masih berorientasi pada penghentian perilaku *bullying* dan belum sepenuhnya menyentuh faktor yang melatarbelakangi munculnya perundungan, yaitu stigma terhadap ekspresi maskulinitas yang berbeda. Padahal, penanganan *bullying* memerlukan pendekatan yang tidak hanya melindungi korban, tetapi juga membangun lingkungan sekolah yang inklusif dan menghargai keberagaman karakter peserta didik.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa intervensi

konseling memiliki peran penting dalam mengurangi dampak *bullying*. Nizamuddin *et al.* (2025) menjelaskan bahwa *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) efektif membantu menurunkan kecemasan pada remaja, sedangkan Sa'adah *et al.* (2021) menemukan bahwa pendekatan CBT mampu mengurangi perilaku *bullying* di sekolah. Selain itu, Ramadhani *et al.* (2024) menunjukkan bahwa *assertive training* dapat meningkatkan keberanian korban dalam menyampaikan pendapat, mempertahankan hak, serta mengurangi dampak psikologis akibat *bullying*. Subiantara (2023) juga menegaskan bahwa penguatan perilaku asertif perlu disertai dengan pemahaman mengenai kesetaraan gender agar diskriminasi yang berakar pada stereotip dapat diminimalkan.

Penelitian mengenai *bullying* dan intervensi konseling telah banyak dilakukan, namun kajian yang secara khusus membahas *bullying* pada siswa dengan karakter *soft masculinity* di sekolah menengah Indonesia masih terbatas. Padahal, pemahaman mengenai bentuk *bullying*, faktor penyebab, dampak terhadap korban, dan upaya penanganan sekolah penting untuk mendukung penyusunan layanan bimbingan dan konseling yang efektif. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan mendeskripsikan fenomena *bullying* yang dialami siswa dengan karakter *soft masculinity* di SMAN 10 Jeneponto, meliputi bentuk-bentuk *bullying*, dampak yang ditimbulkan,

serta upaya penanganannya. Hasil penelitian diharapkan berkontribusi pada pengembangan layanan yang responsif dan lingkungan sekolah yang inklusif.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Pendekatan kualitatif dipilih karena bertujuan memahami secara mendalam fenomena *bullying* yang dialami siswa dengan karakteristik *soft masculinity* dalam konteks alami serta menggambarkan pengalaman subjek secara komprehensif. Penelitian dilaksanakan di SMAN 10 Jeneponto terhadap seorang siswa laki-laki kelas XI berinisial MAI yang menunjukkan karakteristik *soft masculinity* dan mengalami *bullying* di lingkungan sekolah. Informan penelitian terdiri atas guru Bimbingan dan Konseling, wali kelas, teman dekat, serta siswa yang terlibat dalam pelaku *bullying*. Pemilihan informan dilakukan secara *purposive* berdasarkan kedekatan, intensitas interaksi, dan pengetahuan mereka terhadap kondisi subjek. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan studi dokumentasi. Adapun Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan secara berkesinambungan selama proses penelitian. Keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi sehingga

diperoleh data yang kredibel (Sugiyono, 2023).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan HASIL

Gambaran *Bullying* pada Siswa *Soft Masculinity*

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selama penelitian, subjek MAI memiliki karakteristik *soft masculinity* yang tampak pada gaya komunikasi, pola interaksi sosial, dan ekspresi diri yang ditampilkan dalam kehidupan sehari-hari. Karakteristik tersebut berkaitan dengan munculnya berbagai bentuk *bullying* yang dialami subjek di lingkungan sekolah. Ringkasan hasil observasi disajikan pada Tabel 1.

Aspek	Temuan
Karakteristik <i>soft masculinity</i>	Gaya bicara lembut, gestur ekspresif, dekat dengan teman perempuan
<i>Bullying</i> verbal	Ejekan (Bencong, princes, boti) peniruan suara, julukan negatif
<i>Bullying</i> fisik	Perlakuan kasar saat bercanda dan tindakan mendorong.
<i>Cyberbullying</i>	Komentar dan pesan negatif di media sosial (Bencong alay, boti hama, incess)
Respon subjek	Diam, menghindari, membatasi interaksi

Tabel 1. Hasil Observasi terhadap Subjek MAI

Berdasarkan tabel tersebut diketahui jika subjek memperoleh perlakuan tidak hanya berkaitan dengan perilaku perundungan itu sendiri, tetapi juga mencerminkan masih kuatnya persepsi dan stereotip

teman sebaya terhadap ekspresi maskulinitas yang dianggap berbeda.

Dampak *Bullying* Pada Siswa *Soft Masculinity*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *bullying* yang dialami MAI memberikan dampak pada aspek emosional, identitas diri, akademik, dan sosial. Hasil wawancara dengan subjek MAI, guru BK, wali kelas, dan teman dekat menunjukkan bahwa pengalaman *bullying* memberikan dampak pada aspek emosional, identitas diri, akademik, dan sosial. Ringkasan hasil wawancara disajikan pada Tabel 2.

Aspek	Temuan	Sumber
Emosional	Subjek merasa malu, tidak nyaman, rendah diri	MAI, Guru BK
Identitas Diri	Subjek bimbang antara ekspresi diri dan penerimaan sosial	MAI
Akademik	Subjek menunjukkan penurunan kepercayaan diri, terutama saat berbicara atau presentasi di depan kelas	MAI, Wali Kelas
Sosial	Subjek menjadi selektif dalam bergaul dan menghindari situasi yang berpotensi memicu subjek di <i>bullying</i>	MAI, Teman Dekat

Tabel 2. Dampak *Bullying* yang Dialami MAI Berdasarkan Hasil Wawancara

Bullying yang dialami MAI berdampak pada kesejahteraan psikologis, perkembangan identitas diri, kepercayaan diri, dan hubungan sosial di lingkungan sekolah. Meskipun tidak menghambat proses pembelajaran secara keseluruhan, pengalaman tersebut menyebabkan subjek membatasi ekspresi diri, mengurangi partisipasi dalam aktivitas tertentu, serta lebih berhati-hati dalam berinteraksi dengan teman sebaya. Temuan ini menunjukkan bahwa *bullying* pada siswa dengan karakteristik *soft masculinity* memengaruhi perkembangan emosional, sosial, dan akademik.

Upaya Penanganan *Bullying* terhadap Siswa *Soft Masculinity*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penanganan *bullying* terhadap subjek MAI dilakukan melalui layanan konseling individual menggunakan pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dengan teknik *assertive training* selama enam kali pertemuan. Ringkasan tahapan intervensi disajikan pada Tabel 3.

Pertemuan	Fokus Intervensi	Hasil
1.	Rapport dan identifikasi masalah	subjek mulai membangun hubungan kerja yang baik dengan konselor dan terbuka mengungkapkan

		pengalaman bullying.
2.	Pemahaman <i>bullying</i> dan dampaknya	Subjek menunjukkan peningkatan pemahaman tentang bullying dan dampaknya. Subjek mulai menyadari bahwa perlakuan yang diterima memengaruhi kondisi emosional, kepercayaan diri, dan interaksi sosialnya.
3.	Pengenalan respon pasif, agresif, dan asertif	Subjek mulai memahami respons pasif, agresif, dan asertif terhadap bullying. Subjek menyadari kecenderungan respons pasifnya serta pentingnya menyampaikan perasaan secara tegas dan tepat.
4.	Role playing perilaku asertif	Subjek mengikuti latihan perilaku asertif melalui role playing. Hasil latihan menunjukkan peningkatan kemampuan menolak perilaku bullying secara tegas dan sopan, disertai keberanian berpendapat serta perbaikan kontak mata, intonasi, dan bahasa tubuh.
5.	Praktik perilaku asertif	Subjek mulai menerapkan keterampilan asertif dalam situasi nyata di sekolah. Subjek berani menyampaikan penolakan terhadap ejekan, disertai

		penurunan rasa takut dan peningkatan keyakinan dalam mempertahankan haknya.
6.	Evaluasi	Evaluasi akhir menunjukkan perkembangan positif pada subjek. Subjek lebih berani berbicara, mampu merespons bullying secara asertif, serta menunjukkan peningkatan kepercayaan diri. Konseling individual enam sesi membantu meningkatkan kesadaran terhadap bullying, keterampilan komunikasi asertif, dan kemampuan menghadapi tekanan sosial secara adaptif.

Tabel 3. Tahapan Konseling Individual CBT dengan Teknik *Assertive training*

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling individual selama enam sesi memberikan perubahan bertahap pada diri subjek. Perubahan tersebut ditandai dengan meningkatnya kesadaran terhadap *bullying* yang dialami, berkembangnya kemampuan membedakan bentuk respons terhadap *bullying*, meningkatnya keterampilan berkomunikasi secara asertif, serta tumbuhnya kepercayaan diri dalam menghadapi tekanan sosial di lingkungan sekolah. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan

konseling yang diberikan mampu membantu subjek mengembangkan strategi yang lebih adaptif dalam menghadapi pengalaman *bullying*

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *bullying* yang dialami oleh MAI menunjukkan bahwa *bullying* yang dialami MAI bersifat multidimensional, mencakup *bullying* verbal, fisik, sosial, dan *cyberbullying*, sebagaimana klasifikasi *bullying* yang dikemukakan oleh Andriyani *et al.* (2024). Bentuk *bullying* verbal menjadi perilaku yang paling dominan karena dilakukan secara terus-menerus dalam interaksi sehari-hari dan sering kali dianggap sebagai candaan oleh pelaku.

Salah satu faktor utama adalah adanya perbedaan ekspresi diri yang ditampilkan MAI dibandingkan dengan standar maskulinitas yang berkembang di lingkungan sekolah. Lingkungan pergaulan laki-laki masih memandang bahwa laki-laki ideal harus menunjukkan karakter yang tegas, kuat, serta tidak memperlihatkan sisi feminin. Akibatnya, ekspresi *soft masculinity* yang ditunjukkan MAI dianggap sebagai penyimpangan dari norma tersebut sehingga memicu munculnya berbagai bentuk intimidasi. Temuan ini mendukung penelitian Troop-Gordon *et al.* (2021) yang menyatakan bahwa remaja yang menampilkan ekspresi gender di luar norma tradisional memiliki kemungkinan lebih besar menjadi sasaran agresi teman sebaya.

Di sisi lain, respon MAI yang cenderung pasif juga menjadi salah satu faktor yang menyebabkan *bullying* terus berulang. Selama mengalami *bullying*, MAI lebih memilih diam, menghindari, atau meninggalkan situasi dibandingkan menyampaikan ketidaknyamanannya secara langsung. Respon tersebut membuat pelaku merasa bahwa perilaku mereka tidak memberikan konsekuensi sehingga terus diulangi. Rendahnya kemampuan asertif yang dimiliki MAI menunjukkan bahwa korban mengalami kesulitan dalam menetapkan batasan terhadap perlakuan yang diterimanya. Kondisi ini sejalan dengan pendapat Ramadhani *et al.* (2024) yang menyatakan bahwa individu dengan tingkat asertivitas yang rendah cenderung lebih rentan menjadi korban *bullying* karena mengalami kesulitan dalam mempertahankan hak-haknya, sehingga berpotensi mengalami penurunan harga diri, frustrasi, dan isolasi sosial.

Sebagian besar pelaku menganggap ejekan, peniruan, maupun pemberian julukan hanya sebagai candaan antarteman tanpa memahami dampak psikologis yang dialami korban. Kondisi ini menunjukkan bahwa budaya sekolah belum sepenuhnya membangun kesadaran mengenai batasan interaksi sosial yang sehat serta pentingnya menghargai keberagaman ekspresi diri. Temuan tersebut mendukung penelitian Utami *et al.* (2023) yang menyatakan bahwa *bullying* sering kali dipersepsikan

sebagai candaan akibat rendahnya pemahaman siswa terhadap bentuk maupun dampak *bullying* itu sendiri.

Penelitian menunjukkan bahwa *bullying* menyebabkan munculnya rasa malu, tidak nyaman, penurunan kepercayaan diri, serta konflik identitas diri. MAI mulai mempertimbangkan untuk mengubah cara berbicara maupun menampilkan dirinya agar lebih sesuai dengan harapan lingkungan. Kondisi tersebut menunjukkan adanya tekanan sosial yang membuat individu berada pada posisi dilematis antara mempertahankan identitas dirinya atau menyesuaikan diri dengan norma sosial yang berlaku. Selain itu, MAI juga menjadi lebih selektif dalam memilih lingkungan pertemanan dan lebih nyaman berinteraksi dengan teman perempuan yang dianggap memberikan penerimaan sosial yang lebih positif. Hal ini menunjukkan bahwa *bullying* tidak hanya memengaruhi kondisi emosional korban, tetapi juga membentuk pola relasi sosial dan proses perkembangan identitas dirinya. Hal ini sejalan dengan temuan Martínez Esquivel *et al.* (2023) bahwa ancaman identitas maskulin dapat memunculkan respons internal seperti kecemasan, rasa malu, dan tekanan emosional.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini menerapkan teknik *assertive training* sebagai bagian dari pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) untuk membantu MAI menghadapi perilaku *bullying* secara

lebih adaptif. Penggunaan CBT juga membantu MAI mengidentifikasi serta mengubah pola pikir negatif yang dapat memengaruhi perilaku dan kepercayaan dirinya. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sa'adah *et al.* (2021) yang menunjukkan bahwa CBT efektif dalam mengurangi perilaku *bullying* di lingkungan sekolah serta meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan sosial secara konstruktif.

Hasil penelitian kemudian dilanjutkan dengan pengenalan konsep perilaku pasif, agresif, dan asertif. Pada tahap ini, MAI mulai memahami bahwa respon diam yang selama ini dilakukan justru memperkuat perilaku *bullying* dari teman-temannya. Melalui teknik *role playing*, MAI dilatih untuk menyampaikan penolakan secara tegas namun tetap menghargai orang lain. Latihan yang dilakukan secara bertahap membantu MAI membangun pola respon baru ketika menghadapi situasi yang tidak menyenangkan. Temuan ini mendukung penelitian Nurbeta *et al.* (2025) yang menjelaskan bahwa teknik *role playing* efektif dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal, keberanian mengungkapkan pendapat, dan kemampuan menghadapi tekanan sosial.

Setelah mengikuti seluruh rangkaian konseling, MAI menunjukkan perubahan yang cukup signifikan. MAI mulai berani menyampaikan ketidaksetujuan ketika

menerima ejekan, lebih percaya diri untuk berbicara di kelas, serta tidak lagi selalu memilih menghindari situasi yang menimbulkan tekanan. Meskipun perubahan tersebut belum sepenuhnya konsisten, kemampuan MAI dalam mempertahankan hak dirinya mengalami peningkatan dibandingkan sebelum memperoleh intervensi. Temuan ini sejalan dengan Kusumawati *et al.* (2025) yang menyatakan bahwa *assertive training* efektif meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal dan keberanian individu dalam mengungkapkan perasaan secara adaptif. Hasil penelitian ini juga didukung oleh *Assertive Training* efektif meningkatkan keberanian korban *bullying* dalam menyatakan pendapat dan mempertahankan hak-haknya, sekaligus menurunkan tingkat kecemasan sosial. Penelitian (Umar *et al.* 2022).

Selain meningkatkan kemampuan merespons *bullying*, intervensi juga memberikan dampak positif terhadap aspek psikologis dan sosial MAI. Setelah mengikuti proses konseling, MAI menunjukkan peningkatan kepercayaan diri, lebih mampu menerima karakteristik dirinya, serta lebih selektif dalam membangun hubungan sosial yang memberikan dukungan positif. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa *assertive training* tidak hanya berfungsi sebagai strategi menghadapi *bullying*, tetapi juga menjadi sarana penguatan identitas diri dan pengembangan keterampilan sosial. Peningkatan perilaku asertif

diketahui berkontribusi terhadap berkembangnya kepercayaan diri, kemampuan komunikasi interpersonal, dan kualitas hubungan sosial yang lebih sehat (Kirana *et al.*, 2024; Nuha *et al.*, 2024; Nurmastuti *et al.*, 2026; Sari dan Widyatmoko, 2025).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *bullying* terhadap siswa dengan karakter *soft masculinity* merupakan fenomena yang dipengaruhi oleh interaksi antara norma maskulinitas, tekanan kelompok sebaya, rendahnya pemahaman mengenai keberagaman ekspresi diri, serta rendahnya kemampuan asertif korban. Oleh karena itu, penanganan *bullying* tidak cukup hanya berfokus pada perubahan perilaku korban, tetapi juga perlu diarahkan pada perubahan budaya sekolah melalui penguatan literasi anti-*bullying*, peningkatan sensitivitas terhadap keberagaman ekspresi gender, serta pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling yang sistematis. Dalam konteks tersebut, teknik *assertive training* terbukti menjadi salah satu intervensi yang efektif dalam membantu siswa meningkatkan kemampuan menghadapi *bullying*, memperkuat kepercayaan diri, serta mengembangkan hubungan sosial yang lebih adaptif di lingkungan sekolah.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa *bullying* pada siswa dengan karakteristik *soft*

masculinity dipengaruhi oleh norma maskulinitas tradisional, tekanan teman sebaya, rendahnya pemahaman keberagaman, dan kemampuan asertif yang lemah. *Bullying* berdampak pada kondisi emosional, identitas diri, kepercayaan diri, dan hubungan sosial. Konseling individual berbasis *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) dengan teknik *assertive training* terbukti efektif meningkatkan kemampuan asertif, penerimaan diri, dan keterampilan sosial siswa. Temuan ini menegaskan pentingnya kolaborasi sekolah, keluarga, dan masyarakat dalam menciptakan lingkungan yang inklusif dan mencegah *bullying*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdelrheem, S. S., El-Gibaly, O., & Khairy, H. (2024). *Perception of gender norms and its association with bullying behavior among adolescent students. Journal of the Egyptian Public Health Association*, 99(1), Article 6. <https://doi.org/10.1186/s42506-024-00151-1>
- Andriyani, H., Idrus, I. I., & Suhaeb, F. W. (2024). Fenomena perilaku *bullying* di lingkungan pendidikan. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(2), 1298–1303. <https://doi.org/10.29303/jipp.v9i2.2176>
- Burtsev, E. A. (2023). *The role of masculinity norms in the formation of school bullying. Bulletin of Practical Psychology of Education*, 20(4), 97–105. <https://doi.org/10.17759/bppe.202300409>
- Cahyani, N. F., Samad, S., & Anas, M. (2022). Konseling individu bagi siswa korban *broken home* (Studi kasus di SMP Negeri 5 Makassar). *Pinisi Journal of Art, Humanity & Social Studies*, 2(1), 1–10. <https://eprints.unm.ac.id/25280/>
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (Eds.). (2018). *The SAGE handbook of qualitative research* (5th ed.). SAGE Publications.
- Kirana, D. L., Mutiah, R., & Prayona, B. A. (2024). The effectiveness of *assertive training* in improving assertive behaviour in peer counselors. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 13(2), 107–114. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v13i2.30322>
- Kusumawati, M. W., Faradisa, E., Yulianto, S., Budiman, A. A., & Salsabila, A. S. (2025). Strategies for strengthening new student communication in the campus environment through assertive communication training. *Community Service Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat Mardira*, 1(2), 84–91. <https://doi.org/10.71266/csj.v1i2.74>
- Mason, M. E., Curtis, M. G., Floresca, Y. B., Kelsey, S. W., Davoudpour, S., Jayne, N., & Phillips II, G. (2025). *Perceived*

- gender expression nonconformity as an important determinant for vulnerability to bullying and cyberbullying among high school youth in the United States, 2013–2021. *Social Science & Medicine*, 367, 117748.
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2025.117748>
- Nafwari, L. F., & Qudsyi, H. (2024). Efektivitas pelatihan asertivitas untuk meningkatkan harga diri korban bullying. *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*, 16(2), 245–262.
<https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol16.iss2.art7>
- Nickerson, A. B., Jenkins, L. N., Bellavia, G. M., Manges, M. E., Livingston, J. A., & Feeley, T. H. (2022). The role of personal and perceived peer norms in bullying and sexual harassment perpetration. *School Psychology*, 37(3), 236–247.
<https://doi.org/10.1037/spq0000498>
- Nizamuddin Kamil, Andik Matulesy, & Amanda Pasca Rini. (2025). The effect of cognitive behavior therapy (CBT) to reduce generalized anxiety disorder (GAD) in adolescents based on gender. *Journal of Scientific Research, Education, and Technology (JSRET)*, 4(1), 208–213.
<https://doi.org/10.58526/jsret.v4i1.682>
- Nuha, M. S., Hidayah, N., & Wahyuni, F. (2024). Behavioral approach through assertive training in improving interpersonal communication skills of students: A systematic literature review. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 8(2), 175–189.
<https://doi.org/10.30653/001.202482.401>
- Nurbeta, A. A., Buchori, S., & Umar, N. F. (2025). Penerapan teknik role playing untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa: Studi pada Sekolah Menengah Pertama Negeri 40 kelas VIII di Kota Makassar. *Pinisi Journal of Art, Humanity & Social Studies*, 5(2), 46–62.
- Nurhayati, A. S., Yuliejantiningasih, Y., & Lestari, F. W. (2024). Pengaruh konseling kelompok behavioristik dengan teknik assertive training terhadap korban bullying di SMP N 1 Bobotsari. *Jurnal Psikoedukasia*, 2(1), 96–111.
<https://doi.org/10.26877/psikoedukasia.v2i1.663>
- Nurmastuti, F., Sanyata, S., & Prawati, R. (2026). Development of a structure peer counseling model to improve assertive behavior among junior high school students. *Suluh: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 11(2), 75–78.
<https://doi.org/10.33084/suluh.v11i2.12405>

- Rahman, A., Musawwir, & Purwasetiawatik, T. F. (2024). *Pengaruh toxic masculinity terhadap bullying pada siswa laki-laki sekolah menengah atas di Kota Makassar. Jurnal Psikologi Karakter, 4*(2), 668–673.
<https://doi.org/10.56326/jpk.v4i2.3600>
- Ramadhani, N., Saman, A., & Buchori, S. (2024). Penerapan teknik *assertive training* untuk meningkatkan asertivitas siswa korban *bullying* di Madrasah Tsanawiyah di Kota Makassar. *Pinisi Journal of Art, Humanity & Social Studies, 4*(2), 277–301.
<https://journal.unm.ac.id/index.php/PJAHSS/article/view/1573>
- Sa'adah, S., Wibowo, M. E., & Sunawan. (2021). *The effectiveness of cognitive behavior therapy counseling to reduce bullying behavior. Jurnal Bimbingan Konseling, 10*(2), 112–122.
<https://doi.org/10.15294/jubk.v10i2.49313>
- Sari, L., & Widyatmoko, W. (2025). Peningkatan perilaku asertif pada siswa korban *bullying* di SMP Negeri 27 Kota Samarinda. *Conseils: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, 5*(1), 65–73.
<https://doi.org/10.55352/tpzz5q35>
- Stanaland, A., Gaither, S., & Gassman-Pines, A. (2023). *When is masculinity “fragile”? An expectancy-discrepancy-threat model of masculine identity. Personality and Social Psychology Review, 27*(4), 359–377.
<https://doi.org/10.1177/10888683221141176>
- Subiantara, A. F., Hariastuti, R. T., & Darminto, E. (2023). *Hubungan antara perilaku asertif dan feminisme dengan kekerasan berbasis gender online pada peserta didik sekolah menengah atas. MODELING: Jurnal Program Studi PGMI, 10*(2), 411–426.
<https://doi.org/10.69896/modeling.v10i2.1751>
- Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Edisi ke-2). Alfabeta.
- Troop-Gordon, W., Kaeppler, A. K., & Corbitt-Hall, D. J. (2021). Youth's expectations for their teacher's handling of peer victimization and their socioemotional development. *Journal of Early Adolescence, 41*(1), 13–42.
<https://doi.org/10.1177/0272431620931192>
- Utami, I. S., Alinurdin, & Susi. (2023). Sosialisasi perilaku anti *bullying*: Upaya pencegahan perundungan di sekolah dengan edukasi pendidikan karakter. *Pro Bono: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 3*(2), 135–139.
<https://openjournal.unpam.ac.id/index.php/jpb/article/view/38451>

Umar, Nur Fadhillah, Muhammad Rafli, Nurpadhillah Junaid, and Nindah Nurul Mentari. 2022. "Pengembangan U-SHIELD : Aplikasi Self-Defense Remaja Berbasis Strategi." 5(1):35–43.

Zaidan, A., & Yoenanto, N. H. (2024). *Dampak bullying pada remaja laki-laki feminin: Studi telaah literatur. Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 4(1), 20–29. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v4i1.57420>