

Pengalaman Siswa Terisolir Dalam Mengembangkan Relasi Sosial Melalui Layanan Konseling Individu

Saopian Azhari*, Ratna Aida Hifzi Inayatika, Baiq Mahyatun, Luk Luil Adni, Yuliana Asmiati, Luski Meri Alfin, Indra Surya Ali, Sintiya Pratiwi, Nanang Ervia

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Bimbingan Konseling, FIP, Universitas Hamzanwadi, Jl. TGKH. M. Zainuddin Abdul Madjid 132 Pancor Lombok Timur. Indonesia

*Corresponding Author: justmydreams175@gmail.com

Article History

Received : June 06th, 2026

Revised : June 27th, 2026

Accepted : July 23th, 2026

Abstract: Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengalaman siswa terisolir dalam mengembangkan relasi sosial melalui layanan konseling individu di sekolah. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, angket sosiometri, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan, sedangkan keabsahan data diperoleh melalui triangulasi sumber. Subjek penelitian terdiri atas satu siswa yang teridentifikasi sebagai siswa terisolir berdasarkan hasil angket sosiometri, dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) serta wali kelas sebagai informan pendukung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterisoliran siswa dipengaruhi oleh pengalaman menjadi korban bullying pada masa sekolah dasar yang menimbulkan trauma, rasa takut ditolak, dan rendahnya kepercayaan diri dalam berinteraksi sosial. Layanan konseling individu membantu siswa mengungkapkan pengalaman traumatis, meningkatkan kepercayaan diri, serta mendorong keberanian untuk mulai berinteraksi dengan teman sebaya. Keberhasilan layanan didukung oleh kolaborasi antara guru BK, wali kelas, orang tua, dan teman sebaya sehingga siswa menunjukkan perubahan positif berupa keberanian menyapa teman, berpartisipasi dalam diskusi kelompok, dan menjalin hubungan sosial yang lebih baik. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Layanan konseling individu terbukti efektif menjadi wadah yang aman bagi siswa untuk mengekspresikan pengalaman traumatis, mengelola kecemasan, serta membangun kembali rasa percaya dirinya secara bertahap. Setelah mengikuti layanan konseling individu, siswa menunjukkan dinamika perubahan positif, seperti mulai berani menyapa teman, terlibat dalam kerja kelompok, serta berpartisipasi lebih aktif dalam aktivitas pembelajaran.

Keywords: Bullying, Konseling individu, Siswa terisolir.

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial yang tidak dapat melepaskan diri dari interaksi dengan orang lain. Dalam lingkungan sekolah, interaksi sosial menjadi bagian penting dalam proses perkembangan peserta didik karena melalui hubungan dengan teman sebaya siswa belajar bekerja sama, berkomunikasi, menghargai orang lain, serta mengembangkan kemampuan penyesuaian diri. Kemampuan membangun relasi sosial yang baik berpengaruh terhadap perkembangan pribadi, sosial, maupun akademik siswa. Sebaliknya, siswa yang mengalami kesulitan menjalin hubungan sosial berpotensi mengalami keterasingan atau menjadi siswa terisolir. Kondisi tersebut dapat menyebabkan

siswa merasa tidak diterima dalam kelompok, menarik diri dari lingkungan sosial, dan mengalami hambatan dalam perkembangan psikososialnya.

Siswa terisolir merupakan peserta didik yang memiliki tingkat penerimaan sosial yang rendah sehingga kurang memperoleh kesempatan untuk menjalin hubungan dengan teman sebayanya. Kondisi ini ditandai dengan perilaku seperti lebih banyak menyendiri, jarang berkomunikasi, tidak aktif dalam kegiatan kelompok, serta kurang memiliki teman dekat. Menurut Hurlock, siswa terisolir dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kurangnya kematangan emosi, rendahnya kepercayaan diri, perilaku yang kurang sesuai dengan kelompok, maupun kesulitan dalam menyesuaikan diri

dengan lingkungan sosial. Apabila kondisi tersebut tidak segera ditangani, siswa dapat mengalami perasaan kesepian, rendah diri, kecemasan, bahkan mengganggu perkembangan akademik maupun kesejahteraan psikologisnya.

Fenomena siswa terisolir sering kali berkaitan dengan pengalaman negatif yang dialami pada masa sebelumnya, salah satunya adalah perundungan (bullying). Pengalaman menjadi korban bullying dapat menimbulkan trauma psikologis yang berdampak pada rendahnya rasa percaya diri, meningkatnya kecemasan, serta kesulitan membangun hubungan sosial di lingkungan sekolah. Akibatnya, siswa cenderung menarik diri dari kelompok sebaya dan memilih menghindari interaksi sosial karena takut mengalami penolakan atau perlakuan yang sama seperti sebelumnya.

Temuan penelitian internasional memperkuat kondisi tersebut. Man, Liu, dan Xue (2022) melaporkan bahwa sekitar 32,03% remaja dari 65 negara pernah mengalami bullying. Bentuk bullying verbal merupakan jenis yang paling sering terjadi dan memberikan dampak negatif paling besar terhadap kesehatan mental remaja dibandingkan bentuk bullying lainnya. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa pengalaman bullying berkaitan dengan meningkatnya kecemasan, kesepian, depresi, serta menurunnya kesejahteraan psikologis remaja. Selain itu, dukungan orang tua berupa pengawasan, kedekatan emosional, dan komunikasi yang baik terbukti menjadi faktor protektif yang mampu mengurangi dampak negatif bullying terhadap kesehatan mental remaja.

Hasil A Scoping Review of Anti-Bullying Interventions: Reducing Traumatic Effect of Bullying Among Adolescents menunjukkan bahwa berbagai intervensi anti-bullying yang berfokus pada pemulihan psikologis, konseling individual, serta dukungan sosial efektif dalam mengurangi trauma akibat bullying. Kajian tersebut menegaskan bahwa pemberian ruang yang aman bagi korban untuk menceritakan pengalaman, mengelola emosi, dan membangun kembali kepercayaan diri merupakan komponen penting dalam proses pemulihan. Pendekatan yang berpusat pada kebutuhan individu terbukti mampu meningkatkan kemampuan remaja dalam beradaptasi kembali dengan lingkungan sosial sekolah.

Sebagai bagian dari layanan pendidikan, bimbingan dan konseling memiliki peran strategis dalam membantu siswa mengatasi berbagai

permasalahan pribadi dan sosial. Salah satu layanan yang dapat diberikan adalah konseling individu. Layanan konseling individu bertujuan membantu siswa memahami dirinya, mengenali penyebab masalah yang dihadapi, menemukan alternatif penyelesaian masalah, serta mengembangkan kemampuan penyesuaian diri dan relasi sosial secara lebih efektif. Melalui hubungan konseling yang bersifat personal, konselor dapat membantu siswa mengembangkan potensi dirinya sehingga mampu membangun hubungan sosial yang lebih positif dengan teman sebayanya.

Berbagai penelitian sebelumnya telah mengkaji penanganan siswa terisolir melalui berbagai pendekatan konseling. Wahyuningtyas dan Soedarmadji (2020) menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik cognitive restructuring efektif meningkatkan kematangan emosi siswa terisolir. Penelitian Murtafiah dan Sahara (2019) menjelaskan bahwa layanan bimbingan pribadi sosial mampu membantu mengembangkan keterampilan sosial siswa terisolir melalui tahapan identifikasi, pelaksanaan layanan, evaluasi, dan tindak lanjut. Sementara itu, Wathoni dan Aulia (2017) membuktikan bahwa konseling individu dengan pendekatan Analisis Transaksional efektif mengurangi tingkat keterisoliran siswa.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu masih berfokus pada efektivitas layanan konseling dalam mengurangi perilaku terisolir atau meningkatkan keterampilan sosial siswa. Penelitian yang mengungkap pengalaman subjektif siswa terisolir setelah mengikuti layanan konseling individu masih relatif terbatas. Padahal, pengalaman siswa merupakan aspek penting untuk memahami bagaimana proses konseling membantu mereka membangun kembali relasi sosial dengan teman sebaya.

Penelitian ini dilakukan di salah satu sekolah menengah pertama (SMP) dengan menggunakan observasi dan wawancara sebagai teknik pengumpulan data. Identifikasi siswa terisolir dilakukan melalui penyebaran angket sosiometri kepada satu kelas, kemudian ditemukan satu siswa yang termasuk kategori terisolir. Hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling menunjukkan bahwa siswa tersebut memang jarang berinteraksi dengan teman-temannya dan sebelumnya telah mengikuti layanan konseling individu. Selanjutnya dilakukan wawancara mendalam terhadap siswa untuk menggali pengalaman, perasaan, serta proses yang dialami

dalam mengembangkan relasi sosial setelah memperoleh layanan konseling individu.

Dalam konteks layanan bimbingan dan konseling, konseling individu menjadi salah satu layanan yang dapat digunakan untuk membantu siswa mengatasi hambatan sosial yang dialaminya. Melalui hubungan konseling yang bersifat personal, siswa memperoleh kesempatan untuk mengeksplorasi pengalaman, memahami faktor penyebab masalah sosial, serta mengembangkan strategi yang lebih adaptif dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.

Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan efektivitas konseling individu dalam meningkatkan kemampuan sosial siswa, masih terbatas penelitian yang berfokus pada pengalaman subjektif siswa selama menjalani proses perubahan sosial tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman siswa terisolir dalam mengembangkan relasi sosial melalui layanan konseling individu

METODE

Rancangan penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Pendekatan kualitatif dipilih karena bertujuan memahami secara mendalam pengalaman siswa terisolir dalam mengembangkan relasi sosial melalui layanan konseling individu. Desain studi kasus memungkinkan peneliti mengeksplorasi fenomena secara kontekstual berdasarkan pengalaman subjek di lingkungan sekolah. Fokus penelitian diarahkan pada satu siswa yang teridentifikasi sebagai siswa terisolir sehingga proses interaksi sosial, pengalaman mengikuti layanan konseling individu, serta perubahan yang dialami dapat dipahami secara komprehensif. Pendekatan yang berfokus pada pengalaman individu memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perkembangan relasi sosial siswa.

Sumber data

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui observasi, angket sosiometri, dan wawancara. Informan utama adalah satu orang siswa yang berdasarkan hasil angket sosiometri teridentifikasi sebagai siswa terisolir. Informan pendukung adalah guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang mengetahui kondisi siswa dan pernah memberikan layanan konseling individu kepada

siswa tersebut. Data sekunder diperoleh dari dokumen hasil sosiometri, catatan observasi, serta literatur yang berkaitan dengan keterisoliran sosial dan layanan konseling individu.

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui beberapa tahapan. Tahap pertama adalah melakukan observasi di sekolah untuk mengamati interaksi sosial siswa di dalam kelas. Selanjutnya peneliti menyebarkan angket sosiometri kepada seluruh siswa dalam satu kelas untuk mengidentifikasi siswa yang memiliki tingkat penerimaan sosial rendah. Berdasarkan hasil sosiometri diperoleh satu siswa yang termasuk kategori siswa terisolir.

Tahap berikutnya adalah melakukan wawancara semi-terstruktur kepada guru BK untuk memperoleh informasi mengenai kondisi sosial siswa, karakteristik perilaku, serta layanan konseling individu yang telah diberikan. Setelah itu dilakukan wawancara mendalam kepada siswa guna menggali pengalaman, alasan kurang berinteraksi dengan teman sebaya, perasaan yang dialami ketika berada di lingkungan sekolah, serta pengalaman setelah mengikuti layanan konseling individu.

Selama proses pengumpulan data, peneliti membangun hubungan yang baik dengan informan, menjelaskan tujuan penelitian, menjamin kerahasiaan identitas responden, serta memberikan kesempatan kepada informan untuk menjawab setiap pertanyaan secara jujur dan terbuka. Prosedur ini dilakukan agar data yang diperoleh benar-benar mencerminkan pengalaman subjek penelitian. Pendekatan tersebut sejalan dengan penelitian Biswas yang menyatakan bahwa sebelum pengumpulan data dilakukan, peneliti perlu membangun hubungan yang dekat (*close rapport*) dengan responden agar mereka merasa nyaman mengungkapkan perasaan sebenarnya dan memastikan bahwa identitas responden tetap dirahasiakan.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di salah satu SMPN 3 Selong di mana kelas yang diteliti memiliki dinamika interaksi sosial peserta didik yang relevan dengan fokus studi. Pengumpulan data di lapangan dilaksanakan pada rentang waktu proses akademik tahun ajaran 2025/2026, mulai dari tahap identifikasi sosiometri hingga pelaksanaan wawancara mendalam serta penyelesaian analisis data pada tahun 2026.

Populasi dan Sampel

Dalam penelitian kualitatif dengan desain studi kasus, konsep populasi dan sampel diwakili oleh subjek penelitian (informan utama) dan informan pendukung yaitu Subjek Utama (Kasus) satu orang siswa (dengan kode inisial berdasarkan hasil angket sosiometri, misalnya NK) yang teridentifikasi berada dalam kategori siswa terisolir.

Informan Pendukung (*Key Informants*) Guru Bimbingan dan Konseling (BK) Sebagai pihak yang memberikan pendampingan dan layanan konseling individu serta mencatat perkembangan psikosocial siswa. Wali Kelas Sebagai pihak yang mengamati secara langsung perilaku harian, dinamika kelompok, dan interaksi sosial siswa dalam proses pembelajaran di kelas.

Prosedur Penelitian

Prosedur pelaksanaan penelitian ini dilakukan melalui empat tahapan utama secara sistematis yaitu: Tahap Identifikasi Awal (Skrining Sosiometri), tahap persiapan wawancara dan pendekatan (*close rapport*), tahap

pengumpulan data lapangan, tahap analisis dan pengujian keabsahan data.

Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan memilih dan memfokuskan informasi yang relevan dari hasil observasi, angket sosiometri, wawancara guru BK, dan wawancara siswa. Selanjutnya data disajikan dalam bentuk uraian deskriptif sehingga memudahkan peneliti memahami hubungan antar-temuan. Tahap terakhir adalah penarikan kesimpulan berdasarkan pola, tema, dan makna yang muncul dari hasil penelitian.

Untuk meningkatkan kredibilitas data, peneliti menerapkan triangulasi sumber dengan membandingkan hasil observasi, hasil angket sosiometri, wawancara guru BK, dan wawancara siswa. Teknik ini dilakukan agar data yang diperoleh lebih akurat, konsisten, dan dapat dipercaya dalam menggambarkan pengalaman siswa terisolir dalam mengembangkan relasi sosial melalui layanan konseling individu.

Tabel 1. Intrumen Sosiometri

No	Pernyataan	No pilihan	Alasan
1	Teman yang saya percaya dapat menjaga rahasia.		
2	Teman yang saya senang untuk duduk sebangku dengan saya di dalam kelas.		
3	Teman yang memiliki hubungan khusus dengan saya, misalnya teman dekat/teman akrab.		
4	Teman yang saya pilih untuk bersama saya dalam melakukan kegiatan sosial, misalnya gotong royong.		
5	Teman yang saya pilih dalam melakukan kegiatan untuk mengisi waktu luang, misalnya pergi jalan-jalan/rekreasi.		
6	Teman yang saya pilih untuk bersama saya dalam mengikuti kegiatan organisasi/ekstrakurikuler.		
7	Teman yang saya pilih untuk belajar kelompok di luar kelas misalnya di perpustakaan/di rumah.		
8	Teman yang saya senang untuk bertanya/berdiskusi tentang pelajaran.		
9	Teman yang saya percaya dapat memberikan dukungan dan semangat dalam belajar.		
10	Teman yang saya pilih untuk bersama saya memasuki jurusan/sekolah lanjutan.		
11	Teman yang saya pilih untuk berdiskusi dan membuat keputusan dalam memilih suatu pekerjaan.		
12	Teman saya dalam mengembangkan kemampuan diri untuk mencapai cita-cita/pilihan pekerjaan.		

Tabel 2. Hasil Sosiometri

No. Kode	Nama Inisial	L/P	Bidang Pertanyaan/Pertanyaan Pilihan											
			Pribadi			Sosial			Belajar			Karir		
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.	AAR	P	22	22	2	29	29	0	6	0	29	0	29	0
2.	AR	L	3	20	20	7	20	3	7	25	7	20	25	7

No. Kode	Nama Inisial	L/P	Bidang Pertanyaan/Pertanyaan Pilihan											
			Pribadi			Sosial			Belajar			Karir		
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
3.	AP	L	16	14	0	0	7	0	14	28	0	16	0	0
4.	ARP	L	18	18	18	18	18	18	18	3	18	18	18	18
5.	AZA	P	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6.	AMK	P	5	5	29	31	5	26	29	27	29	26	5	5
7.	AJR	L	18	2	3	17	3	18	3	16	2	3	18	3
8.	DHP	P	15	15	5	0	15	15	11	15	15	15	15	11
9.	DMP	P	23	23	23	23	23	23	23	15	23	23	15	23
10.	FAM	L	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
11.	FRR	P	9	22	9	9	9	9	8	9	9	9	9	9
12.	KAM	L	16	13	21	18	16	18	18	21	25	17	21	25
13.	LMS	L	0	17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14.	LBNN	L	3	3	3	16	2	13	16	28	7	16	10	7
15.	L	P	8	8	9	8	8	8	9	9	27	9	9	9
16.	MAH	L	3	10	0	14	0	0	14	28	28	3	10	0
17.	MFB	L	21	18	18	25	13	18	18	16	2	0	0	0
18.	MKAH	L	7	17	4	17	7	17	12	4	4	4	0	4
19.	RFH	L	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
20.	MZK	L	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
21.	MIA	L	13	28	25	12	19	28	25	28	20	28	25	28
22.	NN	P	1	1	27	27	27	1	1	27	27	1	1	27
23.	NR	P	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9
24.	NAH	P	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
25.	NI	L	21	21	21	12	21	28	28	28	12	21	28	21
26.	DYW	P	29	29	5	0	6	0	0	27	27	27	0	29
27.	NAZ	P	6	30	29	15	6	1	29	15	29	29	29	26
28.	RJS	L	21	21	7	21	12	12	21	21	21	12	21	21
29.	RA	P	27	27	27	27	1	27	6	6	6	27	27	6
30.	SHA	P	31	27	32	9	26	26	27	31	27	0	0	0
31.	ZD	P	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
32.	ZY	P	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Data pada Tabel 2 di atas merupakan hasil penyebaran instrumen sosiometri kepada peserta didik. Setiap peserta didik diminta memilih satu teman yang paling sesuai dengan masing-masing pernyataan pada 12 item sosiometri yang mencakup bidang pribadi, sosial, belajar, dan karier. Nomor yang tercantum pada setiap kolom menunjukkan nomor kode siswa yang dipilih oleh responden. Apabila peserta didik tidak

memberikan pilihan pada suatu item, maka dituliskan angka 0. Data pilihan siswa tersebut selanjutnya diolah dengan cara menghitung frekuensi setiap siswa dipilih oleh teman-temannya. Jumlah frekuensi pilihan yang diperoleh digunakan sebagai dasar untuk menentukan status sosial siswa dalam kelompok, seperti kategori populer, cukup diterima, kurang dipilih, dan terisolasi.

Tabel 3. Transkrip Wawancara Wali Kelas Siswa Yang Terisolir

No	Pertanyaan Pewawancara	Jawaban Wali Kelas
1	Bagaimana kondisi hubungan sosial siswa di kelas secara umum?	Secara umum hubungan antarsiswa baik. Mereka mudah berinteraksi dan bekerja sama, namun kalo di lihat si NK memang sering terlihat diam dan menyendiri.
2	Bagaimana karakteristik siswa yang terisolir tersebut?	Siswa cenderung pendiam, pemalu, kurang percaya diri, dan jarang memulai percakapan dengan teman-temannya.
3	Bagaimana perilaku siswa selama proses pembelajaran?	Siswa mengikuti pembelajaran dengan baik, tetapi kurang aktif bertanya, berdiskusi, maupun menyampaikan pendapat.
4	Bagaimana hubungan siswa dengan teman sekelas?	Hubungannya tidak bermasalah, tetapi interaksinya terbatas sehingga terlihat kurang menyatu dengan kelompok kelas.
5	Apakah pernah terjadi perundungan?	Selama pengamatan saya tidak ada perundungan. Kondisi lebih disebabkan oleh sifat siswa yang tertutup.

6	Bagaimana hasil sosiometri menurut Bapak/Ibu?	Hasil sosiometri menunjukkan siswa memperoleh sedikit pilihan dari teman, sesuai dengan pengamatan di kelas.
7	Langkah apa yang dilakukan sebagai wali kelas?	Saya memberikan motivasi, mengatur pembagian kelompok belajar, dan mendorong teman-teman agar melibatkan siswa dalam kegiatan kelas.
8	Bagaimana kerja sama dengan guru BK?	Kami saling bertukar informasi mengenai perkembangan siswa dan menyusun langkah pendampingan bersama.
9	Apakah ada perubahan setelah konseling individu?	Ada. Siswa mulai menyapa teman, lebih nyaman bekerja dalam kelompok, dan lebih berani menyampaikan pendapat.
10	Apa tantangan yang masih dihadapi?	Kepercayaan diri siswa masih perlu ditingkatkan sehingga pendampingan harus dilakukan secara bertahap.
11	Bagaimana dukungan teman sebaya?	Teman-teman mulai lebih terbuka mengajak siswa berdiskusi dan berpartisipasi dalam kegiatan kelas.
12	Apa harapan Bapak/Ibu?	Saya berharap siswa semakin percaya diri, memiliki teman yang baik, aktif di kelas, dan mampu beradaptasi dengan lingkungan sekolah.

Berdasarkan hasil wawancara dengan wali kelas, diketahui bahwa siswa yang teridentifikasi sebagai siswa terisolir memiliki karakteristik berupa sikap pendiam, kurang percaya diri, serta cenderung menyendiri dalam lingkungan kelas. Selama proses pembelajaran, siswa mengikuti kegiatan belajar dengan baik, namun kurang aktif dalam berdiskusi, menyampaikan pendapat, maupun berinteraksi dengan teman sebaya. Kondisi tersebut menyebabkan hubungan sosial siswa dengan teman-teman di kelas menjadi terbatas. Wali kelas menjelaskan bahwa keterisolasian siswa bukan disebabkan oleh tindakan perundungan atau penolakan dari teman-temannya, melainkan karena siswa mengalami kesulitan dalam memulai komunikasi dan

beradaptasi dengan lingkungan sosial. Hasil sosiometri yang menunjukkan siswa memperoleh sedikit pilihan dari teman sekelas juga sejalan dengan hasil pengamatan wali kelas selama proses pembelajaran.

Sebagai upaya penanganan, wali kelas telah memberikan motivasi kepada siswa, melibatkan siswa dalam kegiatan kelompok, serta menjalin koordinasi dengan guru Bimbingan dan Konseling untuk memberikan layanan konseling individu. Menurut wali kelas, setelah mengikuti konseling individu, siswa mulai menunjukkan perubahan positif, seperti lebih berani menyapa teman, lebih nyaman bekerja sama dalam kelompok, dan mulai aktif berinteraksi dengan beberapa teman di kelas.

Tabel 4. Transkrip Wawancara Guru BK

No	Pertanyaan Pewawancara	Jawaban Guru BK
1	Bagaimana Ibu mengetahui adanya siswa yang terisolir?	mendapatkan informasi dari wali kelas, guru mata pelajaran, serta pengamatan langsung terhadap interaksi sosial siswa.
2	Bagaimana karakteristik siswa tersebut?	Siswa cenderung pendiam, kurang percaya diri, lebih sering menyendiri, dan jarang memulai komunikasi dengan teman.
3	Apakah siswa mengalami perundungan?	Berdasarkan pemantauan kami tidak ada perundungan yang signifikan. Kondisi lebih dipengaruhi oleh kemampuan penyesuaian sosial siswa.
4	Apa penyebab utama keterisolasian?	Faktor internal seperti rasa malu, takut ditolak, dan kurang percaya diri menjadi penyebab utama.
5	Bagaimana dampaknya terhadap pembelajaran?	Siswa kurang aktif berdiskusi, enggan bertanya, dan partisipasi di kelas masih rendah.
6	Layanan BK apa yang diberikan?	Konseling individu, pemantauan berkala, koordinasi dengan wali kelas, guru mata pelajaran, dan komunikasi dengan orang tua.
7	Bagaimana respons siswa saat konseling?	Pada awalnya tertutup, kemudian mulai terbuka, mampu mengungkapkan perasaan, dan bersedia mencoba strategi yang disepakati.

Guru BK menjelaskan bahwa penyebab utama keterisolasian siswa lebih banyak dipengaruhi oleh faktor internal, seperti kurangnya rasa percaya diri, sifat pendiam, kesulitan memulai komunikasi, serta rasa takut ditolak oleh teman-teman. Berdasarkan hasil pengamatan, kondisi

tersebut bukan disebabkan oleh perundungan atau pengucilan secara langsung, melainkan karena siswa belum mampu membangun hubungan sosial yang efektif dengan lingkungan sekitarnya. Sebagai bentuk intervensi, Guru BK memberikan layanan konseling individu untuk membantu siswa

mengenali permasalahan yang dialami, meningkatkan kepercayaan diri, serta mengembangkan keterampilan berkomunikasi dan berinteraksi dengan teman sebaya. Selain itu, Guru BK juga melakukan koordinasi dengan wali kelas, guru mata pelajaran, dan orang tua agar proses pendampingan dapat dilakukan secara terpadu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan melalui penyebaran angket sosiometri pada salah satu kelas di SMP, diperoleh satu orang siswa yang teridentifikasi sebagai siswa terisolir. Hasil sosiometri menunjukkan bahwa siswa memperoleh sedikit pilihan dari teman sekelas sehingga memiliki tingkat penerimaan sosial yang rendah. Hasil tersebut diperkuat oleh observasi guru BK dan wali kelas yang menyatakan bahwa siswa lebih sering menyendiri, jarang memulai komunikasi, serta kurang aktif dalam kegiatan kelompok.

Hasil wawancara dengan siswa menunjukkan bahwa penyebab utama keterisoliran adalah pengalaman menjadi korban bullying ketika masih duduk di bangku sekolah dasar. Pengalaman tersebut menyebabkan siswa mengalami trauma sehingga merasa takut ditolak, diejek, dan kesulitan membangun hubungan dengan teman sebaya. Meskipun saat berada di SMP siswa tidak lagi mengalami perundungan, pengalaman masa lalu masih memengaruhi kepercayaan dirinya dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial. Siswa mengungkapkan bahwa dirinya ingin memiliki banyak teman, tetapi masih takut memulai percakapan karena khawatir akan mengalami perlakuan yang sama seperti sebelumnya.

Berdasarkan wawancara dengan guru BK, identifikasi siswa dilakukan melalui hasil sosiometri, observasi di kelas, dan informasi dari wali kelas. Guru BK kemudian memberikan layanan konseling individu sebagai bentuk bantuan untuk meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan siswa dalam menjalin relasi sosial. Pada awal proses konseling siswa terlihat tertutup dan sulit mengungkapkan perasaannya, tetapi setelah beberapa kali pertemuan siswa mulai lebih terbuka dan mampu menceritakan pengalaman yang menjadi penyebab keterisolirannya.

Hasil wawancara dengan wali kelas menunjukkan bahwa siswa mengikuti pembelajaran dengan baik, namun kurang aktif

dalam berdiskusi dan menyampaikan pendapat. Wali kelas bersama guru BK melakukan pendampingan melalui pemberian motivasi, pengaturan kelompok belajar, dan mendorong teman-teman sekelas agar melibatkan siswa dalam berbagai kegiatan di kelas. Setelah mengikuti layanan konseling individu, siswa mulai menunjukkan perubahan positif berupa keberanian menyapa teman, lebih nyaman bekerja dalam kelompok, dan lebih berani mengemukakan pendapat meskipun rasa malu masih terlihat dalam beberapa situasi.

Hasil wawancara dengan siswa juga menunjukkan bahwa layanan konseling individu memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologisnya. Siswa mengaku merasa lebih lega setelah mengikuti konseling, mulai memiliki keberanian untuk menyapa teman, ikut berdiskusi dalam kelompok, serta memiliki harapan untuk menjadi pribadi yang lebih percaya diri dan memiliki lebih banyak teman. Namun demikian, siswa masih mengakui bahwa berbicara di depan banyak orang merupakan tantangan yang perlu diatasi secara bertahap.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman bullying yang dialami siswa pada masa sekolah dasar menjadi faktor utama yang menyebabkan siswa mengalami keterisoliran sosial. Trauma akibat pengalaman tersebut membentuk rasa takut terhadap penolakan, rendahnya kepercayaan diri, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Temuan ini sejalan dengan pendapat Hurlock yang menyatakan bahwa anak yang tidak diterima dalam kelompok sosial akan mengalami rasa kesepian, kecemasan, konsep diri yang negatif, serta kesulitan dalam melakukan penyesuaian sosial.

Kondisi siswa yang lebih sering menyendiri, pendiam, dan kurang aktif dalam kegiatan kelompok juga sesuai dengan karakteristik siswa terisolir yang dijelaskan dalam berbagai kajian. Individu yang mengalami keterisoliran cenderung menghindari interaksi sosial karena merasa tidak percaya diri dan khawatir mendapatkan penolakan dari lingkungan sekitarnya.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling individu berperan penting dalam membantu siswa mengatasi dampak psikologis akibat pengalaman bullying. Melalui hubungan konseling yang bersifat pribadi, siswa

mulai mampu mengungkapkan pengalaman traumatis yang selama ini dipendam sehingga secara bertahap muncul keberanian untuk berinteraksi kembali dengan teman sebaya. Hasil ini sesuai dengan konsep konseling individu yang menjelaskan bahwa layanan tersebut bertujuan membantu individu memahami dan mengatasi masalah yang dihadapi melalui proses wawancara antara konselor dan konseli.

Keberhasilan layanan konseling individu dalam penelitian ini juga dipengaruhi oleh adanya kolaborasi antara guru BK, wali kelas, orang tua, dan teman sebaya. Wali kelas memberikan kesempatan kepada siswa untuk lebih terlibat dalam pembelajaran kelompok, sedangkan guru BK memberikan pendampingan secara berkelanjutan. Dukungan lingkungan tersebut membantu siswa merasa lebih diterima sehingga keberanian untuk menjalin relasi sosial meningkat.

Temuan penelitian ini mendukung penelitian Octavia dan Anisatun (2024) yang menyatakan bahwa pengembangan keterampilan sosial siswa terisolir memerlukan layanan bimbingan yang berkelanjutan melalui konseling individu dan pendampingan sosial.

Selain itu, penelitian Erika et al., (2021) menunjukkan bahwa rendahnya keterampilan sosial berkaitan dengan rendahnya kepercayaan diri siswa, sedangkan penelitian Denisa et al., (2023) membuktikan bahwa layanan bimbingan mampu meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa terisolir. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat temuan penelitian sebelumnya bahwa layanan konseling individu merupakan salah satu bentuk intervensi yang efektif dalam membantu siswa terisolir mengembangkan relasi sosialnya.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa keterisoliran siswa dipengaruhi oleh pengalaman menjadi korban bullying pada masa sekolah dasar yang menimbulkan trauma, rasa takut terhadap penolakan, serta rendahnya kepercayaan diri dalam menjalin hubungan sosial. Kondisi tersebut menyebabkan siswa cenderung menarik diri, kurang aktif dalam kegiatan kelompok, dan mengalami keterbatasan dalam membangun relasi dengan teman sebaya. Layanan konseling individu terbukti memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan sosial siswa. Melalui proses konseling, siswa mampu mengungkapkan pengalaman yang selama ini dipendam,

memahami penyebab kesulitannya dalam berinteraksi, serta mulai mengembangkan keberanian untuk menyapa teman, bekerja sama dalam kelompok, dan berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran. Perubahan tersebut semakin optimal karena didukung oleh kerja sama antara guru BK, wali kelas, orang tua, dan lingkungan teman sebaya.

Dengan demikian, layanan konseling individu menjadi salah satu strategi yang efektif dalam membantu siswa terisolir mengatasi dampak psikologis akibat pengalaman bullying serta mengembangkan relasi sosial yang lebih adaptif di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, pelaksanaan layanan konseling perlu dilakukan secara berkelanjutan dan didukung oleh iklim sekolah yang inklusif agar perkembangan sosial siswa dapat berlangsung secara optimal. Hasil penelitian ini memberikan implikasi teoretis dan praktis bagi pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Secara teoretis, penelitian ini memperkuat bahwa pengalaman bullying pada masa lalu dapat berdampak jangka panjang terhadap perkembangan sosial siswa, terutama dalam membentuk rasa percaya diri dan kemampuan menjalin relasi dengan teman sebaya. Temuan ini juga mendukung konsep bahwa layanan konseling individu merupakan intervensi yang efektif untuk membantu siswa mengatasi hambatan psikologis dan mengembangkan kemampuan penyesuaian sosial secara bertahap.

Secara praktis, guru Bimbingan dan Konseling perlu melakukan identifikasi dini terhadap siswa yang berpotensi mengalami keterisoliran sosial, misalnya melalui observasi dan angket sosiometri, sehingga layanan dapat diberikan sebelum permasalahan berkembang lebih kompleks. Pelaksanaan konseling individu hendaknya dilakukan secara berkelanjutan dengan berfokus pada penguatan kepercayaan diri, pengelolaan trauma akibat pengalaman bullying, serta pengembangan keterampilan komunikasi dan interaksi sosial siswa. Selain itu, keberhasilan layanan tidak hanya bergantung pada guru BK, tetapi juga memerlukan kolaborasi yang baik antara wali kelas, guru mata pelajaran, orang tua, dan teman sebaya. Sekolah perlu menciptakan lingkungan belajar yang aman, inklusif, dan suportif melalui kegiatan yang mendorong kerja sama, saling menghargai, serta pencegahan bullying. Dengan demikian, siswa yang mengalami keterisoliran memiliki kesempatan yang lebih besar untuk membangun hubungan sosial yang positif, meningkatkan rasa percaya

diri, dan berkembang secara optimal baik dalam aspek pribadi, sosial maupun akademik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini. Ucapan terima kasih disampaikan kepada kepala sekolah, guru Bimbingan dan Konseling, wali kelas, serta siswa yang telah bersedia menjadi partisipan dan memberikan informasi yang diperlukan selama proses penelitian. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, masukan, dan motivasi dalam penyusunan artikel ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu bimbingan konseling serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

REFERENSI

- Biswas, P. (2015). Academic overload and mental health of adolescents. *Indian Journal of Educational Research*, 4, 1–10.
- Corey, G. (2021). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Erika, Solihatun, & Wahyu. (2021). Pengaruh keterampilan sosial terhadap kepercayaan diri siswa terisolir. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(2).
- Hurlock, E. B. (2013). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Edisi ke-5). Erlangga.
- Kumalasari, D. (2017). Konsep behavioral therapy dalam meningkatkan rasa percaya diri pada siswa terisolir. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 14(1), 15–24.
- Lew, M., Mesch, D., Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (1986). Positive interdependence, academic and collaborative-skills group contingencies, and isolated students. *American Educational Research Journal*, 23(3), 476–488.
- Man, X., Liu, J., & Xue, Z. (2022). Effects of bullying forms on adolescent mental health and protective factors: A global cross-regional research based on 65 countries. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), 2374. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042374>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2020). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (4th ed.). SAGE Publications.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological research methods*. SAGE Publications.
- Murtafiah, A., & Sahara, O. A. (2019). Pelaksanaan bimbingan pribadi sosial dalam mengembangkan keterampilan sosial siswa terisolir di SMP Negeri 5 Banguntapan. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 3(2), 1–29.
- Nainggolan, I. M., & Primasanti, K. B. (2020). Metode guru untuk menolong anak terisolir dalam interaksi sosial dengan teman sebaya di Sekolah Dasar Kristen Mawar Sharon. *Aletheia Christian Educators Journal*, 1(1), 17–27.
- Octavia, & Anisatun. (2024). Pengembangan keterampilan sosial siswa terisolir melalui metode bimbingan pribadi-sosial di SMP Negeri 5 Banguntapan. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(2).
- Prayitno, & Amti, E. (2018). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Rineka Cipta.
- Prayitno. (2017). *Konseling profesional yang berhasil*. RajaGrafindo Persada.
- Roach, C. A. (1994). A river runs through it: Tapping into the informational stream to move students from isolation to autonomy. *Arizona Law Review*, 36(3), 667–748.
- Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kualitatif*. Alfabeta.
- Tohirin. (2019). *Bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah*. RajaGrafindo Persada.
- Van Manen, M. (2016). *Researching lived experience: Human science for an action sensitive pedagogy* (2nd ed.). Routledge.
- Wahyuningtyas, D., & Soedarmadji, B. (2020). *Konseling kelompok cognitive restructuring efektif untuk meningkatkan kematangan emosi siswa terisolir kelas VII SMPN 9 Surabaya*. *Teraputik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 169–174. <https://doi.org/10.26539/teraputik.42398>
- Wathoni, M. Z., & Aulia, F. (2017). Pengaruh konseling analisis transaksional dalam mengentaskan masalah siswa yang terisolir

- karena egois. *Educatio*, 12(2), 73–80.
<https://doi.org/10.29408/edc.v12i2.1320>
- Yusuf, S., & Nurihsan, J. (2020). *Landasan bimbingan dan konseling. Remaja Rosdakarya*.