

ANALISIS BIBLIOMETRIK DAN *SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW*: TREN PERKEMBANGAN KONSELING *COGNITIVE BEHAVIOR* DALAM MENGURANGI PERILAKU *BULLYING* DI SEKOLAH TAHUN 2019 - 2024

ANALISIS BIBLIOMETRIK DAN *SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW*: TREN PERKEMBANGAN KONSELING *COGNITIVE BEHAVIOR* DALAM MENGURANGI PERILAKU *BULLYING* DI SEKOLAH TAHUN 2019 - 2024

**Cahyaning Shelomita**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya,  
Cahyaning.22107@mhs.unesa.ac.id

**Budi Purwoko**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya,  
budipurwoko@unesa.ac.id

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan memetakan tren perkembangan konseling *Cognitive Behavior* dalam mengurangi perilaku bullying di sekolah periode 2019–2024 serta mensintesis bukti empiris mengenai efektivitasnya. Metode penelitian menggunakan kombinasi analisis bibliometrik dan *systematic literature review* (SLR). Analisis bibliometrik dilakukan terhadap 397 artikel yang diperoleh melalui Publish or Perish berbasis Google Scholar dengan kata kunci "Konseling *cognitive behavior*" dan "perilaku bullying di sekolah", dianalisis menggunakan VOSviewer untuk co-occurrence kata kunci dan co-authorship. SLR mengikuti alur PRISMA dengan kriteria inklusi artikel empiris intervensi konseling *cognitive behavior* terhadap pelaku bullying di sekolah (2019–2024), berbahasa Indonesia atau Inggris, tersedia full-text, hingga terpilih 10 studi untuk analisis naratif. Hasil bibliometrik menunjukkan dua kluster utama: kluster intervensi (CBT, *cognitive behavior therapy*, *effectiveness*, kelompok, konseling) dan kluster konteks bullying (*bullying*, pelaku, sekolah, Indonesia) dengan bullying sebagai research driver dan CBT sebagai pendekatan dominan. Publikasi mengalami peningkatan signifikan tahun 2022–2023, menunjukkan intensitas riset tertinggi. Pola kolaborasi penulis masih terbatas dalam kluster kecil. SLR menemukan seluruh 10 studi melaporkan penurunan signifikan perilaku bullying setelah intervensi, baik konseling individu maupun kelompok, dengan teknik paling sering: *cognitive restructuring*, CBT komprehensif, dan *cognitive behavior modification*. Disimpulkan bahwa konseling *cognitive behavior* merupakan pendekatan efektif yang semakin banyak dikaji untuk mengurangi perilaku bullying di sekolah, dengan rekomendasi penguatan kolaborasi peneliti dan pengembangan intervensi multi-sumber.

**Kata Kunci:** Perilaku Bullying, Sekolah, Konseling, konseling kognitif behavior, Bully

**Abstract**

This study aims to map the trends in the development of Cognitive Behavior counseling in reducing bullying behavior in schools during the period 2019–2024 and to synthesize empirical evidence regarding its effectiveness. The research method used a combination of bibliometric analysis and systematic literature review (SLR). Bibliometric analysis was conducted on 397 articles obtained through Publish or Perish based on Google Scholar with the keywords "counseling cognitive behavior" and "bullying behavior in school," analyzed using VOSviewer for keyword co-occurrence and co-authorship. The SLR followed the PRISMA flow with inclusion criteria of empirical articles on interventions for school bullies (2019–2024), written in Indonesian or English, with full text available, resulting in 10 studies selected for narrative analysis. Bibliometric results show two main clusters: the CBT intervention cluster (CBT, cognitive behavior therapy, effectiveness, group, counselling) and the bullying context cluster (bullying, perpetrators, schools, Indonesia) with bullying as the research driver and CBT as the dominant approach. Publications increased significantly in 2022–2023, indicating the highest research intensity. Author collaboration patterns remain limited within small clusters. The SLR found that all 10 studies reported a significant decrease in bullying behavior after intervention, both individual and group counseling, with the most common techniques being cognitive restructuring, comprehensive CBT, and cognitive behavior modification. It was concluded that counseling cognitive behavior is an effective approach that is increasingly being studied to reduce bullying behavior in schools, with recommendations for strengthening researcher collaboration and developing multi-source interventions.

**Keywords:** Bullying Behavior, CBT, Counselling, School, Bully

## PENDAHULUAN

Pendidikan secara luas adalah kegiatan belajar oleh tiap individu yang dilakukan sepanjang hayatnya dengan tujuan membentuk potensi dan nilai positif dalam hidupnya (*long life education*) (Sholeh Hidayat, 2023). Pendidikan adalah pembelajaran dimanapun, kapanpun, tidak hanya menjadi tanggung jawab seluruh keluarga dan masyarakat sebagai wadah pembangkit, pengembang serta pemahaman. Menurut Perundang-undangan tentang Sistem Pendidikan No.20 tahun 2003, pendidikan merupakan suatu usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan sesuatu belajar dan pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat. Secara sempit Pendidikan adalah Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal yang berfungsi sebagai tempat belajar dan mengajar untuk membentuk karakter, pengetahuan, dan keterampilan siswa agar menjadi manusia yang berguna bagi bangsa dan negara. Sekolah adalah tempat dimana terdapat siswa sebagai individu yang didorong untuk mengembangkan potensi dirinya secara aktif dan guru sebagai pondasi serta ujung tombak yang memberikan pelajaran. Sekolah tidak hanya berperan dalam aspek akademik, tetapi juga sebagai wadah pembentukan watak, karakter dan peradaban bangsa yang bermartabat (Suwartini, 2017).

Selain Pendidikan akademik sebagai fokus utama, pendidikan karakter juga perlu menjadi perhatian keberlangsungannya pendidikan formal di sekolah. Pendidikan karakter adalah pendidikan yang menyatu dengan pengembangan seluruh aspek anak, seperti kognitif, fisik, sosial-emosional, kreativitas, dan spiritual (Maryani et al., 2024) Berdasarkan undang undang No 20 tahun 2003 tentang sistem Pendidikan nasional pasal 3, menjelaskan bahwa fungsi pendidikan nasional adalah mengembangkan potensi serta karakter peserta didik dan kemampuan gotong royong dalam rangka meningkatkan kualitas hidup masyarakat bangsa. Tujuannya adalah membentuk manusia seutuhnya, bukan hanya cerdas secara akademis, tetapi juga kuat dalam karakter karena anak yang berkarakter mampu menghadapi tantangan hidup dan terus belajar sepanjang hayat (*long life learner*). Seseorang yang berkarakter berarti memiliki kepribadian, perilaku, sifat, tabiat, dan watak yang mencerminkan identitas dirinya. Pendidikan karakter sangat penting sebagai aspek tolak ukur keberhasilan bangsa dalam mendidik sumber daya manusianya. Maka dari itu, sekolah menjadi tempat formal dimana guru membantu membentuk watak dan karakter setiap siswa dengan memberikan contoh bagaimana mereka berbicara,

bersikap, berperilaku, dan hal hal terkait lainnya (Hazizah Isanaini, 2023).

Meskipun begitu, saat ini sering dijumpai siswa yang memiliki watak dan karakter menyimpang dan tidak mampu menyesuaikan perilakunya secara wajar dengan lingkungan sekolah yang bisa menyebabkan dampak buruk (Maryani et al., 2024). Beberapa fenomena perilaku menyimpang yang sering terjadi di sekolah, seperti membolos, merokok, berkelahi, dan pelanggaran tata tertib sekolah (Septiawati & Legowo, 2018). Salah satu bentuk perilaku menyimpang yang semakin mengkhawatirkan adalah *bullying*. Kasus *bullying* di sekolah tidak hanya menunjukkan ketidakmampuan siswa dalam menyesuaikan diri secara wajar dengan lingkungan, tetapi juga menimbulkan dampak negatif yang serius bagi korban maupun iklim sekolah secara keseluruhan (Kanda & Rosulliya, 2024). *Bullying* terjadi ketika individu atau kelompok yang memiliki kekuasaan atau dominasi yang tidak seimbang melakukan tindakan intimidasi, kekerasan fisik dan verbal, pengucilan, pengabaian, serta perilaku berulang yang merusak kesehatan mental dan psikologis korban. Fenomena ini mencerminkan ketidaksetaraan kekuasaan yang menimbulkan dampak negative yang signifikan bagi kesejahteraan siswa di sekolah. Kasus *bullying* dan kekerasan terhadap anak di sekolah mengalami peningkatan yang mengkhawatirkan setiap tahunnya, menunjukkan bahwa lingkungan sekolah belum sepenuhnya aman bagi peserta didik dan memerlukan perhatian serius dari berbagai pihak. (FERENCE Margitics, Erika Figula, 2012).

Meningkatnya kasus *bullying* dapat kita tinjau dalam Jaringan Pemantau Pendidikan Indonesia (JPPI) melalui berbagai laporan yang diterima bahwa jumlah kasus *bullying* di tahun 2022 mencapai 194 kasus, di tahun 2023 yaitu 285 kasus dan di tahun 2024 kasus *bullying* menjadi 573 kasus. (Rifandi, 2024). Berdasarkan data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) tahun 2024, tercatat 141 kasus kekerasan anak, 35% di antaranya terjadi di sekolah, dan 46 kasus berujung pada bunuh diri. (Darusman, 2023). Untuk tingkat jenjang pendidikan, siswa SD menjadi korban *bullying* terbanyak (26%), diikuti siswa SMP (25%), dan siswa SMA (18,75%) (Ardhiyanti, 2024).

Perlu diketahui bahwa *bullying* tidak hanya berdampak buruk bagi korban, tetapi juga memberikan konsekuensi negatif yang signifikan bagi pelaku *bullying* itu sendiri. Hal ini dikarenakan pelaku *bullying* berpotensi mengalami gangguan kesehatan mental seperti gejala emosional yang tidak terkontrol, agresivitas, dan depresi (Nurhayaty & Mulyani, 2020). Selain itu, pelaku juga menghadapi risiko masalah hukum, kecenderungan perilaku kriminal, kesulitan mempertahankan hubungan sosial, serta masalah penyalahgunaan zat, yang pada

akhirnya dapat merusak kemampuan mereka untuk berintegrasi secara sosial dan menghormati orang lain (Susan et al., hal. 27). Menyoroti dampak jangka panjang, *bullying* pada kesehatan mental remaja, seperti stres, depresi, kecemasan, ide bunuh diri, rendahnya harga diri, dan penarikan diri dari interaksi sosial. Dampak ini dapat berlanjut hingga masa dewasa (Karmilasari et al., 2020).

Oleh sebab itu, penting untuk memberikan intervensi yang tepat guna membantu pelaku *bullying* mengatasi berbagai masalah psikologis dan sosial tersebut. Salah satu agen penanganan permasalahan siswa di sekolah adalah guru Bimbingan dan konseling. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan dan Konseling Konseling Pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Pasal 1 Ayat 1 menyebutkan bahwa "Bimbingan dan konseling adalah upaya sistematis, objektif, logis, dan berkelanjutan serta terprogram yang dilakukan oleh konselor atau guru Bimbingan dan Konseling untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik/konseli untuk mencapai kemandirian dalam kehidupannya." (Astuti et al., 2020). Bimbingan dan konseling adalah layanan bantuan bersifat profesional yang dilaksanakan secara sistematis dan berkesinambungan oleh konselor atau guru Bk di sekolah untuk menangani aspek pribadi, sosial, belajar dan karir siswa. (Mulia, 2024). Guru Bk memiliki tanggung jawab memberikan lingkungan sekolah yang aman, sehat, inklusif, serta mendukung perkembangan sosial emosional. Guru Bk berperan utama sebagai pemberi edukasi kepada seluruh siswa untuk menghormati sesama teman, toleransi, membangun hubungan positif dan menangani konflik siswa. Penanganan tidak hanya perlu difokuskan pada korban, tetapi pelaku juga harus menjadi bagian penting dalam upaya mengurangi kasus *bullying* di sekolah. (Jumeisya Setiawan et al., 2022).

Salah satu strategi mengurangi perilaku *bullying* di sekolah adalah konseling menggunakan Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy (CBT)*. Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* adalah pendekatan yang menekankan pada perubahan pola pikir menyimpang dengan cara membantu individu mengenali pola pikir yang tidak sehat, mengelola cara berpikir tersebut, serta mendukung mereka dalam mengambil keputusan yang lebih tepat. Selain itu, CBT juga melibatkan perubahan perilaku, seperti menghadapi ketakutan, latihan peran, dan teknik relaksasi. (Courtois & Sonis, 2017). Dengan demikian, CBT dapat membantu melaraskan pikiran, perasaan, dan tindakan individu sehingga mereka mampu memperbaiki perilaku dan meningkatkan kemampuan sosialnya (Setiawan, 2023). Penelitian terdahulu oleh Johanna Inhyang Kim, (2018) menghasilkan bahwa Konseling kelompok *Cognitive Behavior* yang dilakukan

selama 8 sesi efektif mengurangi perilaku menyimpang pada pelaku *bullying* siswa, terutama yang memiliki tingkat kenakalan tinggi. Setelah terapi, terjadi perbaikan signifikan pada skor perilaku eksternal dan perubahan aktivitas otak di beberapa area yang berhubungan dengan pengendalian emosi dan perilaku. Kelompok siswa dengan kenakalan tinggi menunjukkan penurunan perilaku dan perubahan otak yang lebih besar dibandingkan kelompok dengan kenakalan rendah. Hal ini menegaskan bahwa CBT membantu mengubah pola pikir dan fungsi otak yang mendasari perilaku *bullying*. Adapun penelitian lainnya oleh Ime, (2025), menunjukkan bahwa program konseling kelompok berbasis *Cognitive Behavior* efektif dalam mengurangi perilaku *bullying* dan meningkatkan tingkat empati pada siswa yang terlibat dalam *bullying*. Setelah mengikuti program selama 10 sesi, siswa menunjukkan penurunan signifikan dalam kecenderungan *bullying* dan peningkatan signifikan dalam kemampuan empati, yang efeknya bertahan hingga dua bulan setelah intervensi selesai. Studi ini menegaskan bahwa intervensi CBT kelompok dapat menjadi alat yang berharga dalam konteks pendidikan dan terapi untuk membantu mengurangi *bullying* dan mengembangkan keterampilan sosial positif pada siswa.

Penelitian sebelumnya sudah memberikan bukti nyata bahwa Konseling *Cognitive Behavior* dapat mengurangi perilaku *bullying*. Meskipun begitu, informasi yang tersebar di berbagai sumber masih belum dihimpun dan dianalisis secara sistematis. Hal ini menjadi tantangan bagi peneliti untuk memperoleh gambaran menyeluruh mengenai tren perkembangan penelitian terkait efektivitas Konseling *Cognitive Behavior* dalam mengatasi perilaku *bullying*. Bertujuan menjawab tantangan tersebut, diperlukan suatu kajian yang mampu menghimpun, menganalisis, dan menyajikan data secara terstruktur mengenai penelitian-penelitian sebelumnya. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah analisis bibliometrik, yaitu metode yang memanfaatkan prinsip-prinsip matematika dan statistik untuk menganalisis berbagai sumber informasi, seperti artikel ilmiah dan publikasi lainnya. (Musyarrafah Sulaiman Kurdi1, n.d.)

Bibliometrik memungkinkan peneliti untuk mengolah dan menganalisis ratusan hingga ribuan dokumen secara efisien guna mengetahui tren riset, hubungan kolaborasi antar peneliti, serta perkembangan dan struktur intelektual suatu bidang ilmu dari waktu ke waktu. Data yang digunakan biasanya bersumber dari basis data besar seperti Scopus atau Web of Science atau Publish or Perish (Donthu et al., 2021a). Analisis Bibliometrik bertujuan untuk mengukur, menganalisis, dan memetakan publikasi ilmiah serta karya penulis, sehingga memberikan wawasan tentang perkembangan penelitian, hubungan antar studi, dan dampak dari



publikasi ilmiah (Mukhlisa & Hasan, 2024). Lebih jauh, teknik ini juga memungkinkan pemetaan kontribusi penulis, institusi, dan jurnal, serta menggambarkan pola kolaborasi yang terjadi, sehingga mendukung pemahaman yang lebih baik tentang perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dalam bidang kajian tertentu (Donthu et al., 2021b).

Analisis bibliometrik dalam penelitian ini difokuskan pada pemetaan kata kunci (*co-occurrence*) dan pola kolaborasi penulis (*co-authorship*) melalui beberapa bentuk visualisasi. *Network visualization* digunakan untuk mengidentifikasi struktur dan hubungan antar topik penelitian Konseling *Cognitive Behavior* dan perilaku *Bullying*. Selanjutnya, *overlay visualization* digunakan untuk menganalisis perkembangan penelitian dari waktu ke waktu, sedangkan *density visualization* digunakan untuk mengidentifikasi tingkat kepadatan dan intensitas penelitian pada topik tertentu. Selain pemetaan topik penelitian, analisis pola kolaborasi penulis (*co-authorship*) digunakan untuk mengidentifikasi jaringan kerja sama dan kelompok riset utama. Dalam konteks penelitian Konseling *Cognitive Behavior* dan *bullying*, analisis ini dapat menunjukkan penulis yang paling produktif di bidang tersebut. Dengan demikian, analisis bibliometrik diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai tren perkembangan Konseling *Cognitive Behavior* dalam mengurangi perilaku *bullying* di lingkungan sekolah.

Selain menggunakan metode analisis bibliometrik, penelitian ini juga menerapkan analisis literatur melalui pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR). Studi literatur merupakan proses pencarian, penelaahan, perangkuman, dan sintesis karya-karya ilmiah yang telah ada terkait suatu topik tertentu (Snyder, 2019). Creswell (2018) menjelaskan bahwa studi literatur dilakukan untuk memperoleh temuan-temuan yang relevan dengan permasalahan yang dikaji dalam penelitian.

Penelitian ini menggunakan kombinasi dua pendekatan metodologis, yaitu analisis bibliometrik dan *Systematic Literature Review* (SLR), untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai penerapan Konseling *Cognitive Behavior* dalam mengurangi perilaku *bullying* di lingkungan sekolah. Analisis bibliometrik digunakan untuk memetakan karakteristik publikasi ilmiah, perkembangan tren penelitian, hubungan antar kata kunci, kepadatan temuan, serta pola kolaborasi antar penulis dalam literatur terkait Konseling *Cognitive Behavior* dan *bullying*. Pendekatan ini memberikan gambaran awal mengenai fokus penelitian, konsentrasi temuan, dan potensi gap yang ada dalam studi terdahulu.

Selanjutnya, *Systematic Literature Review* dengan *narrative synthesis* diterapkan untuk menelaah temuan penelitian terdahulu secara mendalam. SLR

memungkinkan peneliti mengidentifikasi pola, tema utama, konsistensi, dan variasi hasil penelitian terkait efektivitas Konseling *Cognitive Behavior* dalam menurunkan perilaku *bullying*. Jenis studi literatur ini mengikuti pedoman PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), yang menyediakan prosedur sistematis dan transparan dalam peninjauan literatur. Dengan demikian, proses penelaahan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah dan direplikasi oleh peneliti lain (Page et al., 2021).

SLR digunakan dengan pendekatan deskriptif di mana unit analisis berupa artikel ilmiah yang memenuhi kriteria inklusi, bukan individu atau partisipan penelitian. Peneliti fokus pada isi dan temuan setiap studi untuk menggambarkan secara sistematis bagaimana Konseling *Cognitive Behavior* diterapkan, serta mengidentifikasi temuan utama dan kecenderungan hasil penelitian terkait perubahan perilaku *bullying*. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menilai keunggulan, keterbatasan, dan potensi penerapan Konseling *Cognitive Behavior* secara lebih holistik. Dengan menggabungkan analisis bibliometrik dan SLR, penelitian ini diharapkan memberikan wawasan yang menyeluruh dan mendalam mengenai peran Konseling *Cognitive Behavior* dalam menurunkan perilaku *bullying* di sekolah.

## METODE

Desain penelitian ini menggunakan dua pendekatan, yaitu analisis bibliometrik dan *Systematic Literature Review* (SLR). Analisis bibliometrik digunakan untuk memetakan karakteristik dan perkembangan publikasi ilmiah Konseling *cognitive behavior* dan perilaku *bullying* berdasarkan terkait kata kunci, tren publikasi, hubungan, kepadatan temuan, serta pola kolaborasi antar penulis (Donthu et al., 2021). Pencarian data dilakukan dua kali menggunakan kata kunci yang pertama “Konseling *cognitive behavior*” dan yang kedua “perilaku *bullying* di sekolah”. Data analisis bibliometrik akan disesuaikan pada inklusi dan eksklusi yang sudah ditetapkan, yaitu:

Inklusi	Eksklusi
Jurnal artikel (Original research)	Sitasi, Buku, Pernyataan
Terindeks google scholar	Artikel yang bukan berbahasa Indonesia dan Bahasa Inggris
Artikel terbit 2019-2024	

Selanjutnya, SLR dengan *narrative synthesis* (*narrative review*) dilakukan untuk menelaah secara mendalam temuan penelitian terdahulu mengenai Konseling *cognitive behavior* dalam mereduksi perilaku *bullying* di lingkungan sekolah sehingga dapat mengidentifikasi pola, tema utama, serta konsistensi dan

# ANALISIS BIBLIOMETRIK DAN *SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW*: TREN PERKEMBANGAN KONSELING *COGNITIVE BEHAVIOR* DALAM MENGURANGI PERILAKU *BULLYING* DI SEKOLAH TAHUN 2019 - 2024

variasi hasil penelitian terkait efektivitas Konseling *cognitive behavior* dalam menurunkan perilaku *bullying* di sekolah (Siddaway et al., 2019). Metode SLR menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi untuk membatasi ruang lingkup kajian yaitu:

Inklusi	Eksklusi
Jurnal artikel	Proceeding
Fokus Konseling <i>cognitive behavior</i> dan perilaku bully di sekolah	Buku, Book Chapter
Empirical Intervention Study	Metode literature reviewed
Experimental study	Skripsi atau Disertasi
<i>Bullying</i> : Fisik, Verbal dan Relasional (sosial)	Tidak tersedia full text
Tersedia Full Text	Artikel yang bukan berbahasa Indonesia dan Bahasa Inggris
Artikel berbahasa Indonesia dan Inggris	
Artikel terbit tahun 2019 - 2024	

Selain itu, peneliti menyiapkan sistem pencatatan data secara sistematis untuk mendokumentasikan setiap tahap pencarian dan penyaringan artikel, sehingga proses systematic review dapat dilakukan secara transparan dan dapat direplikasi sesuai pedoman PRISMA.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Frekuensi Kata Kunci Bibliometrik

Analisis Bibliometrik dari dua kata kunci yang telah ditetapkan dimasukkan secara terpisah ke dalam perangkat lunak *Publish or Perish* dengan basis data Google Scholar. Proses ini menghasilkan kumpulan artikel beserta data metrik sitasi atau metrics citation yang menyertainya. Sehingga dihasilkan data sebagai berikut:

Citation metrics	
Publication years:	2019-2024
Citation years:	6 (2019-2025)
Papers:	193
Citations:	8755
Cites/year:	1459.17
Cites/paper:	46.82
Cites/author:	4811.63
Papers/author:	100.90
Authors/papers:	2.37
h-index:	52
g-index:	82
hI,norm:	37
Hi,annual:	6.17
hA-index:	29
Papers with ACC > =1,2,5,10,20 :	
187,186,137,88,49	

Sumber: PoP

Tabel Citation Metric Counseling Cognitive Behavior

Citation metrics	
Publication years:	2019-2024
Citation years:	6 (2019-2025)
Papers:	200
Citations:	1083
Cites/year:	180.50
Cites/paper:	5.42
Cites/author:	570.45
Papers/author:	127.18
Authors/papers:	2.07
h-index:	15
g-index:	18
hI,norm:	12
Hi,annual:	2.00
hA-index:	9
Papers with ACC > =1,2,5,10,20 :	
100,51,14,9,2	

Sumber: PoP

### Tabel Citation Metrics Perilaku Bullying

Setelah proses filterisasi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, teridentifikasi sebanyak 387 artikel yang memenuhi syarat untuk dianalisis lebih lanjut. Seluruh artikel tersebut kemudian digunakan sebagai basis data dalam pemetaan bibliometrik menggunakan perangkat lunak VOSviewer. Sehingga mendapatkan tiga visualisasi network, overlay dan density:

### Analisis Network Visualization: Pemetaan Co-occurrence Kata Kunci



VOSviewer

Gambar 1. Networ Visualization

Gambar diatas menampilkan visualisasi network co-occurrence kata kunci yang dihasilkan dari analisis VOSviewer. Visualisasi ini memperlihatkan dua kluster utama yang terbentuk berdasarkan keterkaitan antar kata kunci dalam literatur yang dianalisis.

Klaster	Warna	Total Item	Occurrence
1	Merah	9	CBT, Cognitive Behavior, Cognitive Behavior Therapy, Cognitive Behavioral Therapy, Efektivitas, Effectiveness, Kelompok, Konseling, Therapy

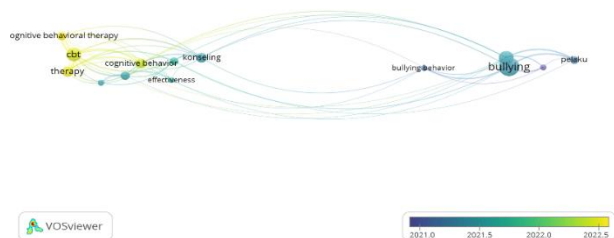
# ANALISIS BIBLIOMETRIK DAN *SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW*: TREN PERKEMBANGAN KONSELING *COGNITIVE BEHAVIOR* DALAM MENGURANGI PERILAKU *BULLYING* DI SEKOLAH TAHUN 2019 - 2024

2	Hijau	6	Bullying, Bullying Behavior, Indonesia, Pelaku, Sekolah, Sekolah Dasar
---	-------	---	--

Klaster Pertama (warna merah) menunjukkan kelompok kata kunci yang terkait dengan pendekatan intervensi kognitif-behavioral. Klaster ini terdiri dari kata kunci: "cognitive behavioral therapy", "cbt", "therapy", "cognitive behavior", dan "kelompok". Posisi sentral kata "cbt" dalam klaster ini menunjukkan bahwa CBT merupakan terminologi inti yang dominan digunakan dalam literatur. Kata "therapy" dan "cognitive behavior" memiliki ukuran node yang cukup besar, mengindikasikan frekuensi kemunculan yang tinggi dalam publikasi. Keberadaan kata "kelompok" dalam klaster ini menunjukkan bahwa intervensi CBT dalam konteks penelitian banyak dilakukan dalam format kelompok atau group counseling.

Klaster Kedua (warna hijau) merepresentasikan kata kunci yang berkaitan dengan konteks masalah dan lokus penelitian. Klaster ini mencakup: "bullying", "pelaku", "bullying behavior", dan "indonesia". Kata "bullying" memiliki ukuran node terbesar dalam klaster ini, menandakan bahwa kata tersebut merupakan fokus sentral dalam literatur yang dianalisis. Kehadiran kata "pelaku" menunjukkan bahwa penelitian tidak hanya berfokus pada korban, tetapi juga pada pelaku bullying sebagai subjek intervensi. Kata "indonesia" mengindikasikan bahwa konteks penelitian banyak dilakukan di Indonesia atau menggunakan literatur berbahasa Indonesia.

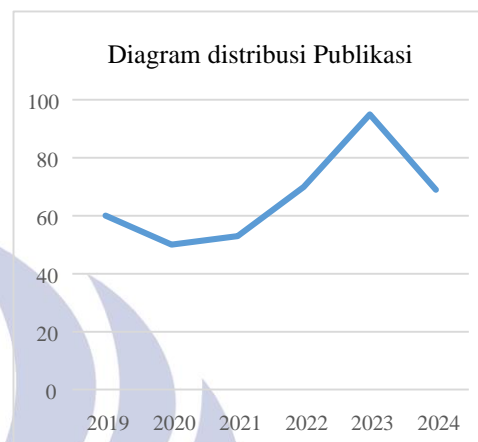
## Analisis Overlay Visualization: Tren Temporal Publikasi



**Gambar 2.** Overlay Visualization

Gambar 2 menampilkan overlay visualization yang memberikan informasi dari waktu ke waktu kata kunci yang dianalisis. Visualisasi ini menggunakan gradasi warna yang merepresentasikan tahun publikasi, dengan warna yang lebih dingin (biru-hijau) menunjukkan publikasi yang lebih awal, dan warna yang lebih hangat (kuning) menunjukkan publikasi yang lebih baru. Berdasarkan 397 data publikasi, analisis bibliometrik menunjukkan persebaran publikasi pada periode 2019–2024, yaitu:

Tahun	Jumlah
2019	60
2020	50
2021	53
2022	70
2023	95
2024	69
Total	397



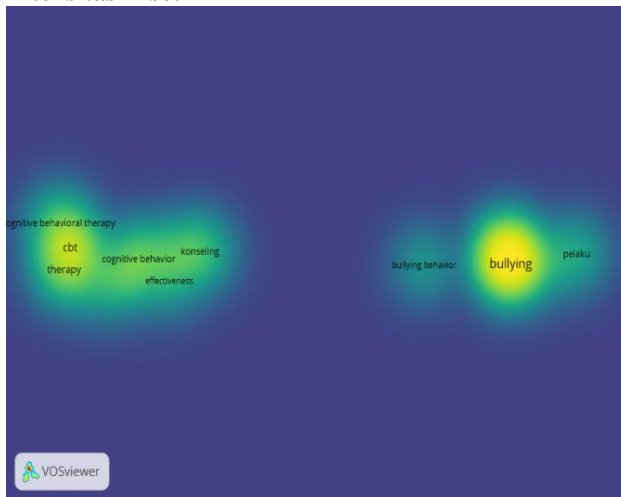
Dari visualisasi overlay terlihat bahwa klaster pertama (CBT dan kata kunci terkait) didominasi oleh warna kuning kehijauan, mengindikasikan bahwa penelitian dengan fokus pada aspek metodologi dan intervensi CBT lebih banyak dipublikasikan pada periode yang lebih awal dalam rentang waktu penelitian (sekitar tahun 2021-2022). Kata kunci "cbt" dan "cognitive behavioral therapy" menunjukkan warna yang relatif lebih cerah, menandakan bahwa terminologi ini sudah mapan dan konsisten digunakan sejak awal periode penelitian.

Klaster kedua (bullying dan konteks penelitian) menunjukkan gradasi warna yang cenderung lebih hangat pada node "bullying", mengindikasikan bahwa fokus pada isu bullying mengalami peningkatan publikasi pada periode yang lebih baru (mendekati tahun 2022.0-2022.5). Hal ini menunjukkan tren peningkatan perhatian peneliti terhadap fenomena bullying di periode yang lebih baru. Kata "indonesia" dan "pelaku" juga menunjukkan warna yang relatif lebih hangat, menandakan bahwa konteks penelitian di Indonesia dan fokus pada pelaku bullying merupakan tren yang lebih baru dalam literatur.



# ANALISIS BIBLIOMETRIK DAN *SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW*: TREN PERKEMBANGAN KONSELING *COGNITIVE BEHAVIOR* DALAM MENGURANGI PERILAKU *BULLYING* DI SEKOLAH TAHUN 2019 - 2024

## Analisis Density Visualization: Konsentrasi dan Intensitas Riset



**Gambar 3.** Density Visualization

Gambar 3 menyajikan density visualization yang memperlihatkan konsentrasi dan intensitas aktivitas riset berdasarkan kata kunci. Visualisasi ini menggunakan peta panas (heat map) dengan gradasi warna dari biru (konsentrasi rendah) hingga kuning (konsentrasi tinggi). Terdapat dua area konsentrasi tinggi yang terlihat jelas dalam visualisasi density.

Area konsentrasi pertama berada di sekitar kata kunci "cbt", "therapy", "cognitive behavioral therapy", dan "cognitive behavior". Area ini menunjukkan warna kuning kehijauan yang sangat intens, mengindikasikan bahwa terminologi dan konsep terkait CBT merupakan area dengan aktivitas riset yang sangat tinggi. Ukuran area panas yang luas di sekitar kata-kata ini menunjukkan bahwa CBT bukan hanya sering muncul dalam literatur, tetapi juga memiliki jaringan koneksi yang luas dengan kata kunci lainnya. Kata "kelompok" yang berada dalam area panas ini juga menunjukkan bahwa pendekatan konseling kelompok merupakan aspek penting dalam implementasi CBT.

Area konsentrasi kedua terpusat pada kata kunci "bullying", dengan intensitas warna kuning yang sangat kuat. Area ini juga mencakup kata "pelaku", "bullying behavior", dan "indonesia" dalam lingkaran konsentrasi yang sama. Intensitas yang tinggi pada area ini menunjukkan bahwa topik bullying, khususnya dalam konteks pelaku dan setting Indonesia, merupakan fokus riset yang sangat dominan. Ukuran dan intensitas area panas di sekitar "bullying" bahkan terlihat lebih besar dibandingkan dengan area "cbt", mengindikasikan bahwa isu bullying menjadi driver utama dalam literatur yang dianalisis.

## Analisis Visualisasi Jaringan Kolaborasi Antar Penulis (Co-Authorship)



**Gambar 4.** Autorship Visualization

Gambar tersebut menampilkan jaringan kolaborasi penulisan (co-authorship) dalam artikel-artikel terkait CBT dan bullying yang dianalisis. Setiap lingkaran (node) menunjukkan nama penulis, sementara garis penghubung (link) menunjukkan bahwa kedua penulis tersebut pernah menulis artikel bersama. Warna node menandai klaster kolaborasi, yaitu kelompok penulis yang saling bekerja sama. Klaster merah terdiri dari tiga penulis oleh Karneli, Y, Firman, F dan Netrawati, N dimana ketiganya saling terhubung, menunjukkan bahwa mereka aktif berkolaborasi dalam penelitian. Kolaborasi mereka lebih kuat dibanding klaster lain (ditunjukkan oleh tiga garis yang saling menghubungkan). Klaster ini merupakan jejaring co-authorship terbesar dalam dataset.

Klaster Biru terdiri dari dua penulis Dharsana, I K dan Suranata, K yang keduanya hanya terhubung satu garis yang menyatakan mereka pernah menulis satu atau beberapa artikel bersama, tetapi kolaborasinya lebih terbatas dibanding klaster merah. Tidak ada hubungan mereka dengan penulis lain di dataset. Klaster hijau terdiri dari dua penulis Ranli, M dan Hidayah, N. Pasangan ini juga hanya terhubung satu garis menandakan adanya kolaborasi dua penulis saja, tanpa jejaring lebih luas. Klaster kecil yang berdiri sendiri tanpa hubungan ke klaster lain.

## Frekuensi Kata Kunci *Systematic Literature Review*

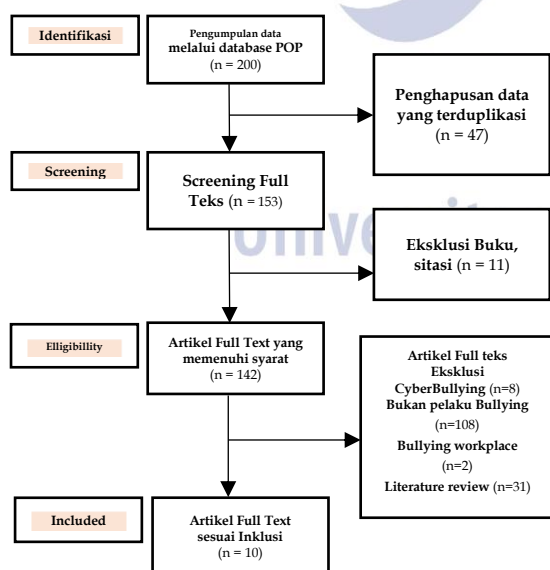
Kata kunci Konseling cognitive Behavior dalam mengurangi perilaku *bullying* yang telah ditetapkan dimasukkan secara terpisah ke dalam perangkat lunak *Publish or Perish* dengan basis data Google Scholar. Proses ini menghasilkan kumpulan artikel beserta data metrik sitasi atau metrics citation yang menyertainya. Sehingga dihasilkan data sebagai berikut:

Citation metrics	
Publication years:	2019-2024
Citation years:	6 (2019-2025)
Papers:	200

# ANALISIS BIBLIOMETRIK DAN *SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW*: TREN PERKEMBANGAN KONSELING *COGNITIVE BEHAVIOR* DALAM MENGURANGI PERILAKU *BULLYING* DI SEKOLAH TAHUN 2019 - 2024

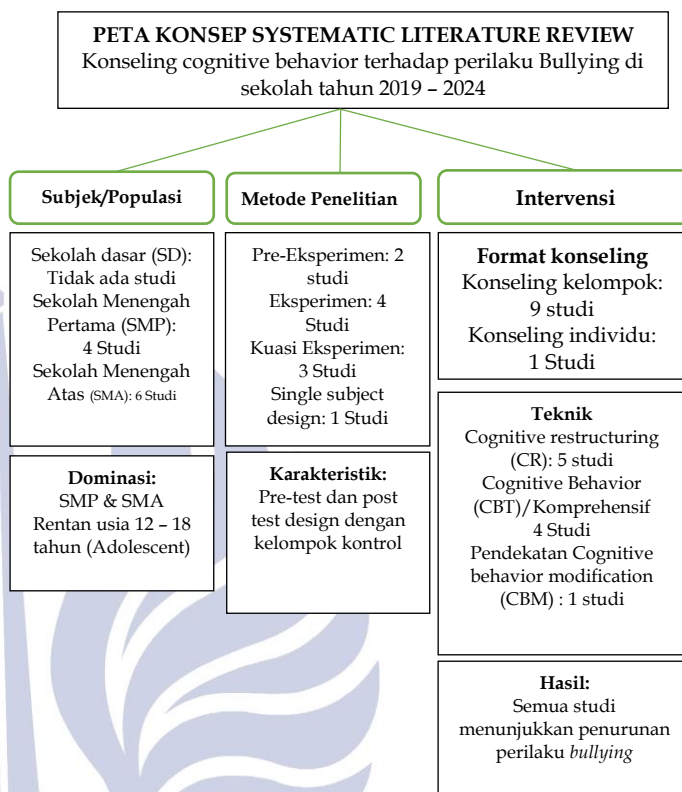
Citations:	1083
Cites/year:	180.50
Cites/paper:	5.42
Cites/author:	570.45
Papers/author:	127.18
Authors/papers:	2.07
h-index:	15
g-index:	18
hI,norm:	12
Hi,annual:	2.00
hA-index:	9
Papers with ACC >=1,2,5,10,20 :	
100,51,14,9,2	

Menunjukkan bahwa dalam rentang tahun publikasi 2019–2024 terdapat 200 artikel yang membahas *Konseling Cognitive Behavior* dengan total 1.083 sitasi. Nilai *cites/year* sebesar 180,50 menunjukkan bahwa topik ini mendapatkan perhatian ilmiah yang cukup signifikan dari para peneliti. Rata-rata sitasi per artikel (5,42) mengindikasikan tingkat pengaruh yang sedang pada masing-masing publikasi. Nilai h-index sebesar 15 dan g-index sebesar 18 menunjukkan bahwa beberapa artikel dalam topik ini memiliki dampak sitasi yang konsisten, meskipun sebagian besar artikel memiliki sitasi rendah. Selain itu, dari 200 artikel, 100 artikel memperoleh setidaknya 1 sitasi dan 2 artikel memiliki akumulasi sitasi  $\geq 20$ , yang menandakan adanya beberapa publikasi kunci yang menjadi rujukan penting dalam literatur ilmiah terkait *Konseling Cognitive Behavior*. Lalu setelah data dikumpulkan maka terbentuklah diagram alir atau PRISMA untuk menunjukkan pencarian dan artikel yang telah tersaring



Dari hasil pencarian, diperoleh 10 artikel yang memenuhi kriteria dan dianalisis lebih lanjut. Setiap artikel dievaluasi penulis dan tahun publikasi, konteks dan

subjek penelitian, desain dan metode penelitian, bentuk dan durasi intervensi CBT, serta temuan utama terkait perubahan perilaku Bullying. Seluruh data tersebut disajikan dalam peta konsep studi untuk memudahkan perbandingan antarartikel.



## PEMBAHASAN

### Tren Perkembangan Analisis Bibliometrik

Hasil analisis bibliometrik menunjukkan bahwa tren penelitian yang mengkaji hubungan antara konseling *cognitive behavior* dan perilaku *bullying* di sekolah pada periode 2019–2024 masih berada pada tahap perkembangan dan belum menunjukkan keterkaitan yang kuat secara tematik. Meskipun secara teoretis konseling *cognitive behavior* memiliki relevansi dalam menangani perilaku agresif seperti *bullying*, pemetaan bibliometrik memperlihatkan bahwa penelitian yang secara spesifik mengintegrasikan kedua topik tersebut masih relatif terbatas dan belum menjadi arus utama dalam publikasi ilmiah. Kajian mengenai konseling *cognitive behavior* dan *bullying* cenderung berkembang secara paralel, namun belum sepenuhnya terintegrasi dalam satu kerangka analisis yang komprehensif.

Hasil analisis co-occurrence mengungkapkan keberadaan dua klaster besar, yaitu klaster intervensi “CBT” dan klaster isu *bullying*. Dominasi kata kunci seperti “CBT”, “cognitive behavioral therapy”, dan “konseling kelompok” pada klaster pertama menunjukkan



bahwa CBT diposisikan sebagai pendekatan intervensi yang mapan dan sering digunakan dalam penelitian perubahan perilaku siswa. Sebaliknya, klaster *bullying* lebih merepresentasikan isu permasalahan, dengan fokus pada perilaku bullying dan karakteristik pelaku. Pola ini mengindikasikan bahwa kajian intervensi dan kajian fenomena bullying masih berkembang sebagai dua fokus penelitian yang relatif terpisah.

Temuan tersebut diperkuat oleh analisis *overlay visualization* yang menunjukkan dinamika temporal publikasi. Istilah-istilah yang berkaitan dengan konseling *cognitive behavior* muncul lebih awal dan relatif konsisten, terutama pada periode 2021–2022, yang menandakan bahwa penelitian mengenai pendekatan dan metodologi konseling *cognitive behavior* telah lebih dahulu berkembang. Sebaliknya, peningkatan perhatian terhadap isu *bullying* dan pelaku *bullying* cenderung muncul pada tahun-tahun berikutnya. Pola ini menunjukkan adanya pergeseran fokus penelitian, dari penguatan pendekatan intervensi secara umum menuju eksplorasi permasalahan *bullying* yang lebih spesifik. Namun demikian, setelah tahun 2022, kemunculan penelitian yang secara eksplisit mengaitkan konseling *cognitive behavior* dengan perilaku *bullying* di sekolah belum menunjukkan peningkatan yang signifikan, sehingga integrasi kedua tema tersebut masih belum berkembang secara optimal.

Hasil *density visualization* juga menunjukkan dua area kepadatan tertinggi pada kata kunci “konseling *cognitive behavior*” dan “perilaku *bullying* di sekolah”. Tingginya kepadatan pada kedua kata kunci ini menandakan bahwa masing-masing topik telah menjadi fokus utama dalam literatur, namun belum sepenuhnya terhubung secara konseptual. Kepadatan yang besar pada node *bullying* menunjukkan bahwa isu *bullying* berperan sebagai pendorong utama berkembangnya penelitian, sementara konseling *cognitive behavior* berkembang sebagai pendekatan intervensi yang potensial untuk menjawab permasalahan tersebut.

Temuan dalam penelitian ini sejalan dengan studi bibliometrik Vanhée, (2025) yang menunjukkan bahwa tren penelitian CBT mengalami peningkatan signifikan, khususnya dalam konteks pengembangan pendekatan dan inovasi intervensi, dengan pola kemunculan kata kunci yang semakin terfokus. Selain itu, hasil penelitian ini juga sejalan dengan temuan Divyakala, (2024) yang mengungkapkan bahwa kajian bibliometrik mengenai bullying lebih banyak diarahkan pada isu kesejahteraan psikologis dan performa individu, dengan jejaring sitasi dan *co-occurrence* kata kunci yang terus berkembang. Kondisi ini mengindikasikan bahwa perilaku *bullying* masih diposisikan sebagai fenomena sosial-psikologis

yang luas dan belum secara konsisten dikaitkan dengan pendekatan konseling tertentu.

Lebih lanjut, kecenderungan tren CBT yang teridentifikasi dalam penelitian ini konsisten dengan analisis bibliometrik dinamis yang dilaporkan oleh Dhafer & Kariri, (2025), yang menegaskan bahwa CBT merupakan pendekatan intervensi yang semakin dominan dan adaptif terhadap perkembangan konteks psikologis modern. Namun, meskipun perhatian terhadap CBT dan *bullying* sama-sama meningkat, integrasi keduanya sebagai satu fokus penelitian masih relatif baru dan belum dominan, khususnya dalam konteks pendidikan dan sekolah.

Secara keseluruhan, tren dan perkembangan penelitian pada periode 2019–2024 menunjukkan bahwa konseling *cognitive behavior* telah berkembang sebagai pendekatan intervensi yang mapan, sementara kajian mengenai *bullying* terus mengalami peningkatan sebagai isu penelitian yang relevan. Namun, keterpaduan antara CBT dan perilaku bullying sebagai satu tema penelitian masih memiliki ruang pengembangan yang luas. Hal ini menunjukkan peluang yang signifikan bagi penelitian selanjutnya untuk mengintegrasikan pendekatan konseling *behavior* secara lebih sistematis dalam upaya penanganan perilaku *bullying* di sekolah.

#### **Temuan Utama *Systematic Literature Review***

Berdasarkan sepuluh studi yang di review, Konseling Cognitive Behavior terbukti efektif dalam menurunkan perilaku *bullying* pada pelaku, khususnya di jenjang Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas. Seluruh penelitian melaporkan adanya penurunan tingkat *bullying* setelah pemberian intervensi, baik dalam bentuk konseling individu atau kelompok. Salah satu efektivitas Konseling Cognitive Behavior ditunjukkan dalam penelitian oleh Yukafi Mazidah<sup>1</sup>, et. al (2022) yang melaporkan bahwa skor pretest perilaku *bullying* pada intervensi konseling kelompok yang semula berada pada kategori tinggi (159) menurun menjadi kategori sedang (128) setelah diberikan intervensi. Hasil serupa juga ditemukan oleh Mirnawati & Pratiwi, (2024a) yang menunjukkan penurunan skor dari kategori tinggi (>100) pada pretest menjadi kategori sedang (72–99) pada posttest setelah pelaksanaan treatment Konseling Cognitive Behavior. Sama halnya dengan İme, (2025) yang menyatakan bahwa perilaku *bullying* siswa menurun setelah dilakukan konseling kelompok Cognitive Behavior. Secara teoritis, efektivitas ini sejalan dengan model kognitif-perilaku yang dikembangkan Beck dan Ellis. Konseling Cognitive Behavior berangkat dari asumsi bahwa perilaku bermasalah muncul dari distorsi kognitif dan keyakinan irasional yang memengaruhi emosi dan tindakan individu. Tidak hanya menggunakan intervensi konseling kelompok, pendekatan konseling

individu juga dapat diterapkan. Contohnya pada penelitian oleh Sa'adah et al., (2021) yang melakukan intervensi konseling individu yang terbukti efektif mengurangi perilaku *bullying*.

Beberapa studi menekankan peran teknik Cognitive Restructuring (CR) dalam konteks pelaku *bullying*. Terapi *cognitive restructuring* merupakan salah satu strategi kunci dalam Konseling Cognitive Behavior yang membantu individu mengenali dan memodifikasi pola pikir tidak adaptif yang berkaitan dengan distress emosional dan perilaku maladaptif, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kemampuan berfungsi dalam kehidupan sehari-hari Kachay & Fedorenko, (2023). Beberapa studi yang menggunakan CR menunjukkan temuan utama yang unik seperti penelitian Shewa & Moses, (2024a) yang menguji keefektifitasan Konseling Cognitive Behavior teknik CR pada perbedaan jenis kelamin. Disebutkan bahwa Konseling Cognitive Behavior lebih efektif menurunkan perilaku *bullying* laki laki (skor rendah 12,41) daripada perempuan (skor lebih tinggi 16,50) tetapi berbeda dengan Aliero et al., (2023) dan Anthonia & Obikeze, (2022) menunjukkan bahwa intervensi Konseling Cognitive Behavior dengan teknik CR efektif menurunkan perilaku *bullying* baik pada siswa laki-laki maupun perempuan, sehingga teknik ini dinilai tidak sensitif terhadap gender. Perbedaan hasil antartstudi dalam konteks budaya yang sama karena ketiga artikel berasal dari Nigeria ini mengindikasikan bahwa variasi temuan kemungkinan lebih dipengaruhi oleh faktor metode penelitian, seperti desain penelitian, ukuran dan karakteristik sampel, instrumen pengukuran, serta durasi dan intensitas intervensi, daripada oleh faktor budaya. Secara keseluruhan, terdapat perbedaan tingkat respons perilaku *bullying* antara perempuan dan laki-laki namun, teori dasar Konseling Cognitive Behavior tidak memprediksi perbedaan efektivitas berdasarkan gender karena mekanisme kerja Konseling Cognitive Behavior yaitu modifikasi pikiran dan perilaku maladaptive yang bersifat universal dan dapat berlaku pada semua individu tanpa memandang gender. Sebuah meta-analisis individual-patient terhadap respons terhadap Konseling Cognitive Behavior menunjukkan bahwa gender tidak memoderasi respons terhadap Konseling Cognitive Behavior, yaitu laki-laki dan perempuan sama-sama merespons perubahan melalui intervensi secara setara (Cuijpers et al., 2014).

Melalui teknik *cognitive restructuring*, Konseling Cognitive Behavior membantu individu mengidentifikasi dan mengubah pola pikir negatif tersebut sehingga berdampak pada perubahan emosi dan perilaku yang lebih adaptif. Selain menurunkan perilaku *bullying*, Konseling Cognitive Behavior juga terbukti meningkatkan aspek psikologis seperti pengendalian diri (self-control), dan

empati. Hasil penelitian oleh İme, (2025) menyebutkan bahwa tidak hanya perilaku *bullying* yang menurun tetapi juga empati pelaku meningkat pada remaja. Penurunan perilaku *bullying* terlihat signifikan dari pre-test ke post-test dan tetap bertahan hingga follow-up, sementara tingkat empati peserta meningkat secara signifikan dan efeknya juga berkelanjutan. Peningkatan empati terjadi melalui kombinasi teknik Konseling Cognitive Behavior seperti *cognitive restructuring*, diskusi pengalaman dalam kelompok, latihan relaksasi, dan *empathy scenarios*. Temuan ini menunjukkan bahwa Konseling Cognitive Behavior tidak hanya mengurangi perilaku negatif, tetapi juga membangun keterampilan sosial positif yang mendukung lingkungan belajar yang lebih inklusif dan suportif, sehingga program ini dapat menjadi strategi efektif bagi konselor dan praktisi pendidikan dalam menangani *bullying*.

Adapun penelitian dari Suhaili & Majdi, (2024b) yang menyebutkan bahwa *bullying* berkaitan dengan rendahnya pengendalian diri atau self control. Teknik *cognitive restructuring*, efektif meningkatkan self-control siswa dengan mengubah distorsi kognitif menjadi pola pikir rasional. Intervensi ini terbukti menurunkan perilaku *bullying*, meningkatkan kemampuan berpikir sebelum bertindak, dan membantu siswa mengelola emosi secara lebih stabil. Adapun penelitian dari Prof et al., (2020) yang menggunakan teknik CR dan Contingency Contracting (CC), yang hasilnya efektif dalam mengurangi perilaku *bullying* pada siswa sekolah menengah. Meskipun Contingency Contracting sedikit lebih efektif dibanding Cognitive Restructuring, perbedaan efektivitas keduanya tidak signifikan, yang berarti kedua teknik ini sama-sama berhasil menurunkan perilaku agresif pada remaja. Efektivitas Contingency Contracting mungkin disebabkan oleh penulisan kontrak yang mempertimbangkan signifikansi sosial dan fungsi perilaku, pengamatan terhadap teman sebaya untuk menetapkan tujuan, serta pemberian reinforcement untuk perilaku yang diinginkan. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya (Nnodim et al., 2014; Selfridge, 2014) yang menunjukkan bahwa kontrak kontingensi berhasil meningkatkan perilaku yang diinginkan.

Selain teknik *Cognitive Restructuring* (CR), beberapa studi juga menyoroti penggunaan *Cognitive Behavior Modification* (CBM) sebagai pendekatan yang masih berada dalam kerangka Konseling Cognitive Behavior. Misalnya, penelitian Yukafi Mazidah, (2022) menunjukkan bahwa penerapan CBM dalam konseling kelompok efektif menurunkan perilaku *bullying* pada siswa. CBM menekankan modifikasi perilaku melalui penguatan positif, latihan keterampilan kognitif, dan intervensi terstruktur, sehingga tetap sejalan dengan



prinsip-prinsip dasar yang berfokus pada hubungan antara pikiran, emosi, dan perilaku.

Namun, terdapat beberapa keterbatasan umum dalam literatur yang perlu diperhatikan. Salah satunya adalah pada penelitian-penelitian yang menggunakan desain pre-test dan post-test, tetapi tidak menjelaskan secara rinci jenis atau isi angket yang digunakan untuk mengukur perilaku *bullying*. Misalnya, penelitian oleh (Yonita & Karneli, 2019a) dan Yukafi Mazidah, (2022) hanya menyebutkan bahwa pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner atau angket, namun tidak memberikan informasi mengenai validitas, reliabilitas, atau item-item spesifik yang digunakan. Hal ini menimbulkan keterbatasan terkait transparansi instrument. Berbeda dengan penelitian Mirnawati & Pratiwi, (2024b) yang menjelaskan secara rinci instrumen pengukuran perilaku *bullying*, termasuk skala Likert, indikator perilaku, dan teknik analisis data. Atau beberapa peneliti yang menjelaskan penggunaan kuesioner paten seperti “Adolescent Behavioural Problem Questionnaire (ABPQ)” Shewa & Moses, (2024a), GAS (Goal Attainment Scaling) Sa’adah et al., (2021), atau Aliero et al., (2023) menggunakan *The Bullying Behavior Questionnaire* (BBQ) yang mengandung dua seksi, yaitu data 'A' untuk menentukan demografi partisipasi dan data B mengandung (14) items untuk mengukur tingkatan perilaku *bullying*. Dengan adanya instrumen yang jelas, valid, dan terstandarisasi, penelitian menjadi lebih transparan dan memungkinkan replikasi serta verifikasi hasil oleh peneliti lain.

Rekomendasi penelitian perlunya pengukuran multi-sumber menggabungkan laporan guru, orang tua atau teman sebaya, serta tindak lanjut jangka panjang untuk menilai keberlanjutan efek Konseling Cognitive Behavior dalam mengurangi perilaku *bullying* karena diketahui hanya beberapa penelitian yang melakukan tindak lanjut jangka panjang seperti penelitian oleh İme (2025) bahwa dua bulan setelah program intervensi ini selesai masih memiliki efek berkelanjutan. Selain itu, analisis faktor moderator seperti tipe *bullying* yang semakin beragam misalnya *cyberbullying*, konteks budaya, konteks tempat seperti panti asuhan atau tempat kerja (*workplace*), sehingga intervensi tidak hanya bisa diimplementasikan di sekolah tetapi juga pada lingkungan sosial lainnya. Penelitian oleh Yonita & Karneli, (2019) menunjukkan penurunan pada berbagai tipe *bullying*, termasuk *bullying* fisik, verbal, dan relasional, setelah pemberian intervensi. Namun, temuan ini tidak sepenuhnya sejalan dengan beberapa penelitian lainnya yang belum menunjukkan hasil serupa secara konsisten, terutama dalam memperinci efektivitas intervensi pada masing-masing tipe *bullying* secara spesifik.

Beberapa temuan juga tidak menyebutkan penggunaan teknik Konseling Cognitive Behavior padahal

pengurangan perilaku negatif juga memerlukan penguatan perilaku positif seperti empati, *self-efficacy*, *self-control* dan kemampuan positif lainnya yang sangat diperlukan untuk memperkuat bukti dan aplikasi praktis Konseling Cognitive Behavior dalam mengatasi *bullying*. Secara keseluruhan, literatur mendukung bahwa Konseling Cognitive Behavior merupakan pendekatan yang efektif dan potensial untuk mengurangi perilaku *bullying*, dengan manfaat tambahan pada peningkatan kesejahteraan psikologis pelaku, namun masih dibutuhkan penelitian lebih lanjut untuk mengatasi keterbatasan metodologis dan memperluas cakupan intervensi.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan hasil analisis bibliometrik dan *systematic literature review* terhadap penelitian konseling cognitive behavior dan perilaku *bullying* di sekolah pada periode 2019–2024, dapat disimpulkan bahwa tren penelitian menunjukkan bahwa konseling cognitive behavior dan perilaku *bullying* masih berkembang secara paralel dan belum terintegrasi secara kuat. Analisis co-occurrence mengidentifikasi dua kluster terpisah (kluster CBT dan kluster *bullying*), dengan penelitian CBT berkembang lebih awal (2021–2022) dan fokus *bullying* meningkat pada tahun berikutnya, namun integrasi keduanya setelah 2022 belum signifikan. Analisis density visualization menunjukkan kedua topik memiliki kepadatan publikasi tinggi, tetapi koneksi konseptualnya masih lemah. Temuan ini diperkuat oleh Vanhée et al. (2025), Divyakala & Vasumathi (2023), dan Bansal et al. (2023) yang menunjukkan bahwa penelitian CBT dan *bullying* masing-masing berkembang pesat namun integrasinya masih dalam tahap awal.

Pada analisis *Systematic literature review* membuktikan bahwa konseling cognitive behavior, khususnya teknik cognitive restructuring, efektif menurunkan perilaku *bullying* pada pelaku di jenjang pendidikan menengah. Seluruh studi melaporkan penurunan signifikan perilaku *bullying* baik melalui konseling individu maupun kelompok. CBT juga terbukti meningkatkan aspek psikologis positif seperti empati dan self-control, menunjukkan dampak komprehensif intervensi ini sejalan dengan model kognitif-perilaku Beck dan Ellis.

Terdapat keterbatasan metodologis dalam literatur, termasuk kurangnya transparansi instrumen pengukuran, minimnya pengukuran tindak lanjut jangka panjang, dan belum banyaknya analisis faktor moderator seperti tipe *bullying* di luar sekolah atau konteks budaya. Jaringan kolaborasi peneliti juga masih terfragmentasi dalam kelompok-kelompok kecil, membatasi perkembangan penelitian integratif yang lebih luas. Secara keseluruhan,



konseling *cognitive behavior* terbukti efektif menangani perilaku *bullying* dengan dukungan empiris yang kuat, Namun demikian, dalam konteks tren perkembangan penelitian, masih diperlukan kajian yang lebih mendalam khususnya terkait penguatan integrasi tematik antara konseling *cognitive behavior* dan perilaku *bullying*, peningkatan kolaborasi lintas institusi, serta penyempurnaan aspek metodologis guna menghasilkan temuan yang lebih komprehensif dan aplikatif.. Hal ini membuka peluang luas bagi penelitian masa depan untuk mengembangkan protokol konseling *cognitive behavior* yang lebih spesifik untuk *bullying*, memperluas cakupan intervensi, dan memperkuat jaringan kolaborasi untuk menghasilkan bukti empiris yang lebih kokoh dan aplikatif dalam praktik konseling di sekolah.

#### Saran

Saran untuk Guru BK/Konselor Sekolah. Guru BK dapat menjadikan Konseling Cognitive Behavior sebagai pendekatan utama dalam penanganan pelaku *bullying*, terutama melalui konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* (CR) dan *cognitive behavior modification* (CBM), yang terbukti efektif menurunkan perilaku *bullying* di SMP dan SMA. Guru BK disarankan tidak hanya fokus pada penurunan perilaku agresif, tetapi juga secara eksplisit menarget peningkatan empati dan pengendalian diri sebagai tujuan layanan, karena kedua aspek ini berperan sebagai jalur psikologis penting yang menjelaskan berkurangnya *bullying*. Selain itu, guru BK perlu mendokumentasikan proses dan hasil konseling menggunakan instrumen terstandar agar intervensi dapat dievaluasi dan direplikasi dengan lebih baik di sekolah lain

Saran untuk Peneliti Selanjutnya. Peneliti dianjurkan mengembangkan studi eksperimental atau kuasi-eksperimental dengan sampel lebih besar, melibatkan jenjang SD maupun konteks budaya yang beragam, serta menambahkan follow-up jangka panjang untuk melihat keberlanjutan efek Konseling Cognitive Behavior terhadap *bullying*. Penggunaan multi-sumber data (siswa, guru, orang tua) dan instrumen baku akan meningkatkan validitas temuan, sekaligus membuka peluang kolaborasi lintas institusi yang selama ini masih terfragmentasi

#### DAFTAR PUSTAKA

Aliero, B. U., Mainagge, I. M. S., & ... (2023). Effect of cognitive restructuring Counselling technique on reduction of bullying behaviour among secondary school students in Sokoto metropolis, Nigeria. *Journal of Educational ...*.  
<https://jeredajournals.com/index.php/JEREDA/article/view/199>

Anthonia, C., & Obikeze, N. J. (2022). European Journal of Education Studies EFFECT OF COGNITIVE RESTRUCTURING TECHNIQUE ON

BULLYING BEHAVIOUR OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN ANAMBRA STATE , NIGERIA. *European Journal of Education Studies*, 9(1), 332–346.  
<https://doi.org/10.46827/ejes.v9i1.4137>

Ardhiyanti, Y. (2024). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Perilaku Bullying. *Jurnal Pendidikan Dan Kesehatan*, 1(2), 70–76.  
<https://j-edu.org/index.php/edu>

Courtois, C. A., & Sonis, J. (2017). Guideline: What is Cognitive Behavioral Therapy? *American Psychological Association*, 1–119.  
[www.apa.org/ptsd-guideline](http://www.apa.org/ptsd-guideline)

Creswell, J. (2018). *Key Point Chapter Summaries for John Creswell's Research Design Textbook on Qualitative, Quantitative, & Mixed Methods Approach*. 1–40.

Cuijpers, P., Ph, D., Weitz, E., Twisk, J., Ph, D., Kuehner, C., Ph, D., Cristea, I., Ph, D., David, D., Ph, D., Derubeis, R. J., Ph, D., Dimidjian, S., Ph, D., Miranda, J., Ph, D., Mohr, D. C., Ph, D., ... Ph, D. (2014). *OUTCOME IN COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY AND " INDIVIDUAL PATIENT DATA " META-ANALYSIS*. 951(September), 941–951.  
<https://doi.org/10.1002/da.22328>

Darusman, A. (2023). URGENSI KEBIJAKAN ANTI-BULLYING DI LINGKUNGAN PENDIDIKAN DASAR BERDASARKAN NILAI-NILAI PANCASILA. *Bimbingan, Konseling Dan Multikultural*, 1(1), 32–40.

Desi Pristiwanti<sup>1</sup>, Bai Badariah<sup>2</sup>, Sholeh Hidayat<sup>3</sup>, R. S. D. (2023). Pengertian Pendidikan. *Jurnal Bioedukasi*, 6(2), 337–347.  
<https://doi.org/10.33387/bioedu.v6i2.7305>

Dhafer, H., & Kariri, H. (2025). Heliyon Editor Note to “ From theory to practice : Revealing the real-world impact of cognitive behavioral therapy in psychological disorders through a dynamic bibliometric and survey study .” *Heliyon*, 11(10), e43392.  
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2025.e43392>

Divyakala, C. (2024). *Tracing the threads : A bibliometric exploration of workplace bullying , psychological well-being , and employee performance*.

Donthu, N., Kumar, S., Mukherjee, D., Pandey, N., & Lim, W. M. (2021a). How to conduct a bibliometric analysis: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 133(April), 285–296.  
<https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2021.04.070>

Donthu, N., Kumar, S., Mukherjee, D., Pandey, N., & Lim, W. M. (2021b). How to conduct a bibliometric analysis: An overview and guidelines. In *Journal of Business Research* (Vol. 133, pp. 285–296).

# ANALISIS BIBLIOMETRIK DAN *SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW*: TREN PERKEMBANGAN KONSELING *COGNITIVE BEHAVIOR* DALAM MENGURANGI PERILAKU *BULLYING* DI SEKOLAH TAHUN 2019 - 2024

- <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2021.04.070>
- Ference Margitics, Erika Figula, Z. P. (2012). *New Perspectives in the Examination of School Bullying*, Nova Science Publishers, Incorporated, 2012. ProQuest Ebook Central.
- Hazizah Isanaini, R. F. (2023). Pentingnya Pendidikan Karakter Di Sekolah. 8 Januari, 2(4), 1. <https://www.smpn1tomoni.sch.id/pentingnya-pendidikan-karakter-di-sekolah/#:~:text=Pendidikan karakter tidak hanya bertujuan,yang efektif di masa depan.>
- İme, Y. (2025). The Effect of Cognitive Behavioral Group Counseling on Bullying and Empathy Levels of Adolescents. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 41, 85–93.
- Johanna Inhyang Kim. (n.d.).
- Jumeisya Setiawan, A., Ilma Permana, A., Lindi Artikasari, M., Ula, J., Atika Fadiyah, G., Kharisma, E., Delvin Tinasari, N., Putri, A., Indrianti, P., Wahyuni Wulansari, N., Wida ningsih, I., Puspita pratiwiagni, I., & Musta'in, M. (2022). Edukasi Pencegahan Bullying pada Murid Sekolah Dasar. In *Jurnal Pengabdian Perawat* (Vol. 1, Issue 2, pp. 43–49). [pdfs.semanticscholar.org. https://doi.org/10.32584/jpp.v1i2.1836](https://pdfs.semanticscholar.org/https://doi.org/10.32584/jpp.v1i2.1836)
- Kachay, I., & Fedorenko, P. A. (2023). Distinctive features of A. Ellis' rational-emotional-behavioral therapy and A. Beck's cognitive therapy approaches in clinical practice and psychotherapy of emotional disorders. *Психология и Психотехника*. <https://doi.org/10.7256/2454-0722.2023.4.69064>
- Kanda, A. S., & Rosulliya, S. (2024). Dampak Bullying Terhadap Perubahan Perilaku Pada Korban Bullying di SMK PGRI 2 Kota Cimahi. *Jurnal Ilmiah Research Student*, 1(3), 507–512. <https://doi.org/10.61722/jirs.v1i3.628>
- Karmilasari, F. D., Winarni, I., & Windarwati, H. D. (2020). The Susceptibility to Mental Health Problems in the Future as a Serious Effect of Bullying on Adolescent: A Systematic Review. *International Journal of Science and Society*, 2(3), 295–311. <https://doi.org/10.54783/ijssoc.v2i3.175>
- Maryani Maryani, Rina Inayah, & Reza Mauldy Raharja. (2024). Pendidikan Karakter sebagai Strategi dalam Pencegahan Perilaku Bullying di SMP. *Prosiding Seminar Nasional Ilmu Pendidikan*, 1(1), 193–204. <https://doi.org/10.62951/prosemnasipi.v1i1.21>
- Mirawati, N. M., & Pratiwi, T. I. (2024a). Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Untuk Mereduksi Perilaku Bullying Siswa Kelas Ix Di Smpn 59 Surabaya. In *Jurnal BK UNESA*. [ejournal.unesa.ac.id. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/62352/47503](https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/62352/47503)
- Mirawati, N. M., & Pratiwi, T. I. (2024b). Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Cognitive Behavior Therapy (CBT) Untuk Mereduksi Perilaku Bullying Siswa Kelas IX Di SMPN 59 Surabaya EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY (CBT) UNTUK MEREDUKSI PERILAKU BULLY. *Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 361–365. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/index>
- Mukhlisa, N., & Hasan, K. (2024). *Analisis Bibliometrik : Konsep , Metodologi , Dan Aplikasinya Dalam Penelitian Ilmiah*. 950–961.
- Musyarrafah Sulaiman Kurdi1, M. S. K. (n.d.). *Analisis Bibliometrik dalam Penelitian Bidang Pendidikan: Teori dan Implementasi*.
- Nurhayaty, E., & Mulyani, A. S. (2020). Pengenalan Bullying dan Dampaknya Pada Pelaku dan Korban. *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 173–179. <https://doi.org/10.31294/jabdimas.v3i2.8013>
- Prof, C., Prof, A., & Okwuaku, H. (2020). Relative Effectiveness of Cognitive Restructuring and Contingency Contracting Techniques on Bullying Behaviour Among Secondary School Students in Imo State. *Journal of Guidance and Counselling Studies Relative*, 4(2), 114–124.
- Rifandi, M. M. A. (2024). Perilaku Bullying Pada Siswa Sma N 2 Kendal. *MEDI KONS: Jurnal Prodi Bimbingan Dan Konseling UNISRI Surakarta*, 9(2), 81–90. <https://doi.org/10.33061/jm.v9i2.8158>
- Sa'adah, S., Wibowo, M. E., & Sunawan, S. (2021). The effectiveness of cognitive behavior therapy counseling to reduce bullying behavior. In *Jurnal Bimbingan Konseling*. <https://pdfs.semanticscholar.org/cab1/a108180dc5ed6d09919df70ae62c2527bac9.pdf>
- Septiawati, F. H., & Legowo, M. (2018). Perilaku Menyimpang Siswa Sebagai Representasi Diri pada Usia Transisi Menuju Dewasa (Studi Kasus: di SMP Negeri 2 Mojoanyar). *Paradigma*, 06(01), 1–8. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/25/article/view/22640>
- Shewa, O. A., & Moses, G. A. (2024). *Effectiveness of Cognitive Behaviour Therapy in Reducing*. [researchgate.net. https://www.researchgate.net/profile/Godswill-Moses-3/publication/392810704\\_Effectiveness\\_of\\_Cognitive\\_Behaviour\\_Therapy\\_in\\_Reducing\\_Bullying\\_Behaviours\\_of\\_Adolescents\\_in\\_Taraba\\_State/links/68](https://www.researchgate.net/profile/Godswill-Moses-3/publication/392810704_Effectiveness_of_Cognitive_Behaviour_Therapy_in_Reducing_Bullying_Behaviours_of_Adolescents_in_Taraba_State/links/68)

53d95a7869fe75c55a4be5/Effectiveness-of-Cognitive-Behaviour-Therapy-in-Reducing-Bullying-Behaviours-of-Adolescents-in-Taraba-State.pdf

- Siddaway, A. P., Wood, A. M., & Hedges, L. V. (2019). *How to Do a Systematic Review: A Best Practice Guide for Conducting and Reporting Narrative Reviews, Meta-Syntheses*. 747–770.
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104(March), 333–339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
- Suhaili, S., & Majdi, M. Z. Z. (2024). COUNSELLING COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY IN INCREASING SELF-CONTROL WITH INTENSIVE BULLYING BEHAVIOUR. *Counsnesia Indonesian Journal Of ...*. <https://ejournal.utp.ac.id/index.php/CIJGC/article/view/3462>
- Susan M. Swearer, Doroth L. Espelage, and S. A. N. (2011). Bullying Prevention and Intervention realistic strategies for school. In *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical* (Vol. 44, Issue 8). <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Suwartini, S. (2017). Pendidikan Karakter Dan Pembangunan Sumber Daya Manusia Keberlanjutan. *Trihayu: Jurnal Pendidikan Ke-SD-An*, 4(1), 220–234. <https://media.neliti.com/media/publications/259090-pendidikan-karakter-dan-pembangunan-sumb-e0cf1b5a.pdf>
- Vanhée, L. (2025). *The rise of artificial intelligence for cognitive behavioral therapy: A bibliometric overview*. *October 2024*, 1–38. <https://doi.org/10.1111/aphw.70033>
- Yonita, E. N., & Karneli, Y. (2019a). Efektivitas Pendekatan Cognitive Behavioral Modification dengan Setting Kelompok untuk Mengurangi Perilaku Bullying. In *Jurnal neo konseling, open access journal: http://bk.ppj ...*.
- Yonita, E. N., & Karneli, Y. (2019b). The effectiveness of the cognitive behavior modification approach with group settings to reduce bullying behavior. In *Jurnal Neo Konseling*. [pdfs.semanticscholar.org. https://pdfs.semanticscholar.org/d81a/822a3785f9b76e139e1478cbbc945c8aa7cf.pdf](https://pdfs.semanticscholar.org/d81a/822a3785f9b76e139e1478cbbc945c8aa7cf.pdf)
- Yukafi Mazidah1, Masril2, Dasril3, Yuliana Nelisma4, I. (2022). Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Teknik Cognitive Behavior Therapy (CBT) Untuk Meminimalisir Perilaku Bullying Di SMP Negeri 2 Kecamatan Guguak Yukafi. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(20), 1349–1358.