

**EFEKTIFITAS PELATIHAN EMPATI UNTUK MENURUNKAN  
PERILAKU PERUNDUNGAN (*BULLYING*)  
PADA SISWA SMK WONOGIRI**



Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata II pada  
Jurusan Magister Profesi Psikologi Sekolah Pascasarjana

Oleh :

**Destareni Belda Puspawuni Wewengkang, S. Psi.**

**T 100 145 012**

**PROGRAM PENDIDIKAN MAGISTER PROFESI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2018**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**EFEKTIFITAS PELATIHAN EMPATI UNTUK MENURUNKAN PERILAKU  
PERUNDUNGAN (*BULLYING*) PADA SISWA SMK WONOGIRI**

**PUBLIKASI ILMIAH**

Diajukan oleh:

**Destareni Belda Puspawuni Wewengkang, S. Psi.**

**T 100 145 012**

Telah disetujui untuk dipertahankan  
di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh :

Pembimbing,



**Dr. Moordinarsih, M.Si, Psikolog**

**Surakarta, 31 Januari 2018**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**EFEKTIFITAS PELATIHAN EMPATI UNTUK  
MENURUNKAN PERILAKU PERUNDUNGAN (*BULLYING*)  
PADA SISWA SMK WONOGIRI**

Yang diajukan oleh :

Destareni Belda Puspawuni Wewengkang, S. Psi.

T 100 145 012

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 31 Januari 2018

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji :

Dr. Moordiningsih, M.Si, Psikolog

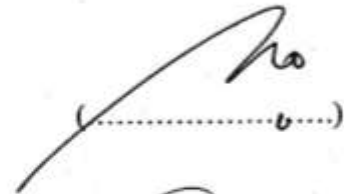
Penguji Utama

Dra. Zahrotul Uyun, M.Si, Psikolog

Penguji Pendamping

Dr. Lisnawati Ruhaena, M.Si, Psikolog

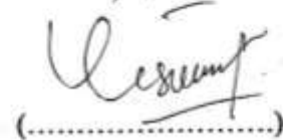
Penguji Tamu



(.....)



(.....)



(.....)

Surakarta, 31 Januari 2018

Program Pendidikan Magister Psikologi Profesi

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

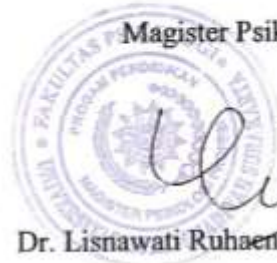
Mengetahui


Dekan Fakultas Psikologi



  
Dr. Moordiningsih, M.Si, Psikolog

Magister Psikologi Profesi



  
Dr. Lisnawati Ruhaena, M.Si, Psikolog

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka saya akan bertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 31 Januari 2018

Penulis



**Destareni Belda Puspawuni Wewengkang, S. Psi.**

**T 100 145 012**

# EFEKTIFITAS PELATIHAN EMPATI UNTUK MENURUNKAN PERILAKU PERUNDUNGAN (*BULLYING*) PADA SISWA SMK WONOGIRI

## Abstrak

Penelitian eksperimen ini bertujuan untuk menguji efektifitas pelatihan empati dalam menurunkan perilaku perundungan (*bullying*) pada siswa SMKN 2 Wonogiri. Pengumpulan data dilakukan dengan skala perilaku perundungan (*bullying*). Pada penelitian ini terdapat dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa pelatihan empati selama 2 hari. Pelatihan ini menggunakan metode *experiential learning* yang diberikan sebanyak 2 kali pertemuan terdiri dari 5 sesi, yaitu sesi pembukaan, mengenali emosi, mengatakan tidak untuk *bullying*, mendalami empati, relaksasi, dan kristalisasi akhir. Pada penelitian ini subjek penelitian juga akan diajarkan bagaimana bersikap asertif dan empati terhadap orang lain. Hasil analisis kuantitatif dengan menggunakan analisis *Mann Whitney U- test* menunjukkan terdapat perbedaan intensitas perilaku perundungan (*bullying*) pada kelompok eksperimen yang diberi pelatihan dibanding kelompok kontrol. Pada hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pelatihan empati terbukti efektif untuk menurunkan perilaku perundungan (*bullying*) pada siswa SMK.

**Kata Kunci :** Empati, Perundungan (*Bullying*), Siswa SMK

## Abstract

*This experimental research aims to test the effectiveness of empathy building training program on reducing Bullying behavior in SMKN 2 Wonogiri students. We used an experimental research that was designed particularly for this study. We used a psychological scale of bullying behavior intention to collect the data. There are two groups of students that designed as experimental group and control group. Experimental group was given treatment in the form of empathy building training for 2 days. This training uses experiential learning method which is given in two steps, consisting of 6 sessions, i.e: 1) opening session; 2) emotion recognition; 3) saying no for bullying; 4) deepening of empathy; 5) relaxation; and 6) final crystallization. In this study the participant also be taught how to be assertive and empathy towards others. The results of quantitative analysis using Mann Whitney U-test analysis showed that there was a difference in the intensity of bullying behavior between the experimental group and the control group. The final results showed that empathy building training program effective to reduce the bullying behavior in vocational students.*

**Key words:** *empathy – training – bullying behavior*

## 1. PENDAHULUAN

Perilaku *bullying* merupakan sebuah tindakan atau perilaku agresif yang disengaja, yang dilakukan oleh sekelompok orang atau seseorang secara berulang-ulang dan dari waktu ke waktu terhadap seorang korban yang tidak

dapat mempertahankan dirinya, (Goodwin, 2010). Istilah *bullying* dialihbahasakan kedalam bahasa Indonesia yang dikenal dengan perundungan atau tindakan kekerasan yang dilakukan terus-menerus (KBBI, 2010). Perundungan saat ini sudah dibakukan sehingga tidak perlu menggunakan serapan bahasa asing. Meskipun sudah dialihbahasakan keduanya tetap memiliki arti sama.

Fenomena perundungan menjadi satu mata rantai yang tidak terputus. Setiap generasi akan memperlakukan hal yang sama untuk merespon kondisi situasional yang menekan sehingga pola perilaku yang diwariskan ini menjadi budaya kekerasan. Kekerasan dapat terjadi dimana saja tak terkecuali di sekolah. Perundungan (*bullying*) sebagai salah satu tindakan agresif merupakan masalah yang sudah mendunia, salah satunya di Indonesia. Berdasarkan data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menyebutkan dari tahun 2013 sampai 2016 tercatat 369 pengaduan yang diterima. Jumlah tersebut 25% berisi pengaduan di bidang pendidikan sebanyak 1.840 kasus.

Perundungan (*bullying*) merupakan tindakan negatif yang dilakukan secara berulang oleh seseorang atau sekelompok orang yang bersifat menyerang karena adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pihak yang terlibat. Berdasarkan pemberitaan kasus perundungan yang sedang marak terjadi di kota-kota besar salah satunya terjadi di SD Negeri Sulawesi terdapat penganiyayaan oleh teman sekelas dengan cara memasukan gumpalan kertas ke dalam mulut temannya hingga tidak bisa bernafas dan akhirnya tewas (Tribunnews.com, 2017).

Prevalensi tingkat perundungan (*bullying*) oleh siswa dan siswi di Jawa Tengah sebesar 66,1% di tingkat SMP dan 76,9% di tingkat pelajar SMA (Kristinawati, 2016). Salah satu pemberitaan yang ditemukan adalah kekerasan terhadap teman sekelas yang merupakan siswa SMP di Sleman yang dengan tega memasukan botol kedalam kemaluan korban hingga korban mengalami kencing darah (TribunSolo.com, 2017). Adapula fenomena kekerasan yang sangat terkenal yang dilakukan oleh siswi SMA di Pati yang dikenal dengan Geng Nero. Kekerasan yang biasanya dilakukan oleh siswa laki-laki, berbeda

dengan hal tersebut siswi SMA di Pati berani melakukan tawuran pelajar yang bersenjatakan alat tajam (TribunSolo, 2008).

Pada hasil wawancara yang diperoleh peneliti pada wawancara awal di SMK Swasta Wonogiri pada tanggal 10 April 2017 didapatkan keluhan dari guru bahwa terdapat beberapa siswa yang melakukan perundungan (*bullying*) (*bullying*) berupa verbal dan non verbal. Perilaku non verbal yang dilakukan siswa yang melukai fisik teman, menjahili guru baru di kelas sampai menangis, membolos, merokok, berpacaran, *geng-gengan*, dan tidak mematuhi tata tertib sekolah. Guru BK menjelaskan dalam sebulan kurang lebih 2 sampai 4 siswa dipanggil ke ruang guru untuk mendapatkan arahan karena dilaporkan teman-temannya telah berbuat onar dengan melakukan kekerasan terhadap temannya.

Adapun permasalahan perundungan (*bullying*) verbal yang dilakukan siswa berupa mencemooh, mengintimidasi, mengejek nama dan pekerjaan orangtua teman yang berasal dari keluarga dengan perekonomian rendah. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara ditemukan bahwa anak yang memiliki kekuatan baik secara fisik, berasal dari keluarga yang kaya serta memiliki figur orangtua yang kuat (seperti sang ayah bersikap keras ketika di rumah) menjadikan anak *membully* teman-temannya.

Upaya dalam mengatasi dan mencegah munculnya masalah perundungan (*bullying*) memerlukan kebijakan yang bersifat menyeluruh. Oleh karena itu, diperlukan keterlibatan seluruh komponen sekolah mulai dari guru, siswa, kepala sekolah sampai orangtua murid yang bertujuan adalauntuk dapat menyadarkan seluruh komponen sekolah tentang bahaya dari perundungan (*bullying*).

Peneliti menggunakan terapi empati untuk menurunkan perundungan(*bullying*) sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sari, Herly (2015), menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara empati dengan kecenderungan perilaku *bullying*. Semakin tinggi empati maka semakin rendah kecenderungan perilaku *bullying*, sebaliknya semakin rendah empati seseorang maka semakin tinggi kecenderungan perilaku *bullying*. Berdasarkan uraian tersebut dapat dilihat pentingnya empati pada remaja,

artinya empati diharapkan dapat membantu remaja dalam mengendalikan emosinya, sehingga peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian tentang pelatihan empati untuk menurunkan perilaku *bullying* pada siswa SMK swasta di Wonogiri.

## 2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan kuantitatif eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMK Swasta di Wonogiri. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive random sampling* yaitu memilih sampel sesuai dengan yang dikehendaki atau dengan karakteristik tertentu (Latipun, 2006). Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua metode yaitu metode utama pengumpulan data (skala) dan metode pendukung (wawancara dan observasi).

## 3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 3.1 Hasil Analisis Kuantitatif

Tabel 1 Hasil Skor *Pretest*, *Post Test*, dan *Follow Up* Pada Kelompok Eksperimen

Kelompok Eksperimen							
No.	Subjek	Pre	Kategori	Post	Kategori	Fol-up	Kategori
1.	WC	70	Tinggi	54	Sedang	54	Sedang
2.	AP	72	Tinggi	54	Sedang	50	Sedang
3.	RIM	73	Tinggi	53	Sedang	51	Sedang
4.	BAS	75	Tinggi	38	Rendah	35	Rendah
5.	GD	77	Tinggi	61	Sedang	59	Sedang
6.	NR	80	Tinggi	45	Rendah	51	Sedang
7.	RS	81	Tinggi	59	Sedang	54	Sedang
8.	FBP	82	Tinggi	57	Sedang	56	Sedang
9.	FRM	84	Tinggi	70	Tinggi	72	Tinggi
10.	RKS	87	Tinggi	57	Sedang	60	Sedang

Hasil perolehan skor perilaku perundungan (*bullying*) di atas menunjukkan bahwa semua subjek pada saat *pretest* atau sebelum diadakan pelatihan empati memiliki skor perilaku perundungan (*bullying*) yang tinggi dan setelah dua minggu mengikuti pelatihan empati atau pada



saat *post test* ada penurunan skor perilaku perundungan (*bullying*) yang cukup signifikan menjadi kategori sedang sebanyak 7 orang, kategori rendah sebanyak 2 orang dan kategori tinggi 1 orang. Selang seminggu setelah pelatihan atau pada saat *follow up* masih terdapat penurunan skor perilaku perundungan (*bullying*) yang cukup signifikan yaitu kategori sedang sebanyak 8 orang, kategori tinggi 1 orang dan kategori rendah sebanyak 1 orang.

Hasil perolehan skor perilaku perundungan (*bullying*) pada kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 2 Hasil Skor *Pretest*, *Post Test*, dan *Follow Up* Pada Kel. Kontrol

Kelompok Kontrol							
No.	Subjek	Pre	Kategori	Post	Kategori	Fol-up	Kategori
1.	NBS	70	Tinggi	75	Tinggi	76	Tinggi
2.	DSS	70	Tinggi	71	Tinggi	73	Tinggi
3.	DAT	72	Tinggi	74	Tinggi	74	Tinggi
4.	ME	73	Tinggi	72	Tinggi	71	Tinggi
5.	DP	74	Tinggi	75	Tinggi	76	Tinggi
6.	SAS	75	Tinggi	74	Tinggi	74	Tinggi
7.	JAP	79	Tinggi	77	Tinggi	76	Tinggi
8.	ARS	81	Tinggi	83	Tinggi	85	Tinggi
9.	AFE	82	Tinggi	83	Tinggi	84	Tinggi
10.	AYS	83	Tinggi	82	Tinggi	80	Tinggi

Hasil perolehan skor perilaku perundungan (*bullying*) di atas menunjukkan bahwa semua subjek pada saat *pretest*, *post test* dan *follow up* memiliki skor perilaku perundungan (*bullying*) yang tinggi. Artinya semua subjek yang tidak diberi pelatihan empati tidak mengalami penurunan skor yang signifikan karena masih berada pada kategori tinggi.

### 3.1.1 Hasil Uji Hipotesis

Tabel 3 Hasil analisis *Mann Whitney U Test* Perilaku Perundungan (*Bullying*) Pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Test Statistics <sup>b</sup>			
	Pre test	Post test	Follow Up
Mann-Whitney U	38.500	.000	1.000
Wilcoxon W	93.500	55.000	56.000
Z	-.872	-3.787	-3.714
Asymp. Sig. (2-tailed)	.383	.000	.000

Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.393 <sup>a</sup>	.000 <sup>a</sup>	.000 <sup>a</sup>
--------------------------------	-------------------	-------------------	-------------------

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: KELOMPOK

Pada tabel 3 menunjukkan besarnya nilai z hitung pada saat *post test* adalah -3,787 dan *follow up* -3,714 dan probabilitas (p) 0,000 (uji dua sisi) atau 0,000 (uji satu sisi). Oleh karena nilai probabilitas (p) 0,000 lebih kecil dari  $\alpha = 0,01$ , maka hipotesis diterima. Artinya, pelatihan empati dapat menurunkan perilaku perundungan (*bullying*) pada kelompok eksperimen.

### 3.1.2 Hasil Pretest Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Tabel4 Hasil Pretest Kelompok Eksperimen dan Kontrol

	Pre test
Mann-Whitney U	38.500
Wilcoxon W	93.500
Z	-.872
Asymp. Sig. (2-tailed)	.383
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.393 <sup>a</sup>

Berdasarkan tabel dapat disimpulkan besarnya nilai z hitung pada saat *pretest* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah -0,872 dan probabilitas (p) 0,383 (uji dua sisi) atau 0,393 (uji satu sisi). Hal tersebut menunjukkan tidak ada perbedaan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol pada saat *pretest*.

### 3.1.3 Hasil Pre test dan Post test Kelompok Eksperimen

Tabel 5 Hasil Analisis Uji Wilcoxon Pre Test- Post Test Kelompok Eksperimen

	Pre test- Post test
Z	-2.805 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

Berdasarkan tabel di atas, hasil analisis antara skor *pretest* dan *post test* diketahui statistik hitung ( $Z$ ) = -2,805 dan probabilitas ( $p$ ) signifikansi 0,001 (uji dua sisi). Oleh karena probabilitas  $0,005 < 0,05$ . Hal ini berarti hipotesis diterima. Artinya terdapat penurunan perilaku perundungan (*bullying*) yang signifikan pada kelompok eksperimen yang diberi pelatihan empati. Hal ini berarti, pelatihan empati efektif dalam menurunkan perilaku perundungan (*bullying*).

### 3.1.4 Hasil Pre test dan Post test Kelompok Kontrol

Tabel 6 Hasil Analisis *Uji wilcoxon Pre Test dan Post Test* Pada Kelompok Kontrol

**Test Statistics<sup>b</sup>**

	Pre test- Post test
Z	-,942 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.346

Hasil analisis uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai  $Z = -0,942$  dan *Asymp. Sig. (2-tailed)* untuk uji dua sisi adalah 0,346. Oleh karena probabilitas ( $p$ ) lebih besar dari  $0,346 > 0,05$ , maka dapat disimpulkan tidak ada perbedaan nilai antara *pretest-post test* pada kelompok kontrol. Artinya pada kelompok kontrol tidak terjadi penurunan perilaku perundungan (*bullying*) pada saat *pretest-post test*.

### 3.1.5 Hasil Pre Test dan Follow Up Kelompok Eksperimen

Tabel 7 Hasil Analisis *Uji Wilcoxon Pre Test-Follow Up* Kelompok Eksperimen

**Test Statistics<sup>b</sup>**

	Pre Test- Follow Up
Z	-2.807 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Berdasarkan tabel di atas diketahui statistik hitung ( $Z$ ) = -2.807 dan probabilitas ( $p$ ) signifikansi 0,05 (uji dua sisi). Oleh karena probabilitas  $0,05 < 0,05$ . Hal ini berarti hipotesis diterima. Artinya, terdapat penurunan perilaku perundungan (*bullying*) yang signifikan pada kelompok eksperimen sebelum diberikan pelatihan empati dan setelah dua minggu pelaksanaan pelatihan. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan empati efektif dalam menurunkan perilaku perundungan (*bullying*).

### 3.1.6 Hasil Pre Test dan Follow Up Kelompok Kontrol

Tabel 8 Hasil Analisis Uji *Wilcoxon Pre Test-Follow Up* Kelompok Kontrol

Test Statistics <sup>b</sup>	
	Pre Test-Follow Up
Z	-,926 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.355

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan nilai  $Z = -0,926$  dan *Asymp. Sig. (2-tailed)* untuk uji dua sisi adalah 0,355. Oleh karena probabilitas ( $p$ ) lebih besar dari  $0,355 > 0,05$ , maka dapat disimpulkan tidak ada perbedaan nilai antara *pre test-follow up* pada kelompok kontrol. Artinya pada kelompok kontrol tidak terjadi penurunan perilaku perundungan (*bullying*) pada saat *pretest -follow up*.

## 3.2 Hasil Analisis Kualitatif

### 3.2.1 Subjek BAS (Mengalami penurunan ke dalam kategori rendah)

Berdasarkan hasil skor skala perilaku perundungan (*bullying*) yang didapatkan oleh BAS, dapat dijelaskan bahwa skor perilaku perundungan (*bullying*) BAS mengalami penurunan yang sangat signifikan. Pada saat sebelum diberikan perlakuan FRM

memperoleh skor *pretest* 75 dalam kategori tinggi, setelah mendapat perlakuan skornya mengalami penurunan sebesar 36 poin pada saat *post test* menjadi 38 dalam kategori rendah dan setelah dua minggu perlakuan diukur kembali, skor skala perilaku perundungan (*bullying*) yang diperoleh mengalami penurunan sebesar 3 poin menjadi 35 dengan kategori rendah. Hal ini menunjukkan ada penurunan skor dari sebelum diberi perlakuan berupa pelatihan empati dengan setelah diberikan perlakuan berupa pelatihan empati, akan tetapi setelah di lakukan *follow up* skornya mengalami peningkatan.

### 3.2.2 Subjek FRM (Mengalami penurunan skor dalam kategori tinggi)

Berdasarkan hasil skor skala perilaku perundungan (*bullying*) yang didapatkan oleh FRM, dapat dijelaskan bahwa skor perilaku perundungan (*bullying*) FRM mengalami penurunan. Pada saat sebelum diberikan perlakuan FRM memperoleh skor *pretest* 84 dalam kategori tinggi, setelah mendapat perlakuan skornya mengalami penurunan sebesar 14 poin pada saat *post test* menjadi 70 dalam kategori sedang dan setelah dua minggu perlakuan diukur kembali, skor skala perilaku perundungan (*bullying*) yang diperoleh mengalami peningkatan sebesar 2 poin menjadi 72 dengan kategori sedang. Hal ini menunjukkan ada penurunan skor dari sebelum diberi perlakuan berupa pelatihan empati dengan setelah diberikan perlakuan berupa pelatihan empati, akan tetapi setelah di lakukan *follow up* skornya mengalami peningkatan.

### 3.2.3 Subjek RKS (Mengalami peningkatan pada saat *follow up*)

Berdasarkan hasil skor skala perilaku perundungan (*bullying*) yang didapatkan oleh RKS, dapat dijelaskan bahwa skor perilaku perundungan (*bullying*) RKS mengalami penurunan. Pada saat sebelum diberikan perlakuan RKS memperoleh skor *pretest* 87 dalam kategori tinggi, setelah mendapat perlakuan skornya

mengalami penurunan sebesar 30 poin pada saat *post test* menjadi 57 dalam kategori sedang dan setelah dua minggu perlakuan diukur kembali, skor skala perilaku perundungan (*bullying*) yang diperoleh mengalami peningkatan sebesar 2 poin menjadi 60 dengan kategori sedang. Hal ini menunjukkan ada penurunan skor dari sebelum diberi perlakuan berupa pelatihan empati dengan setelah diberikan perlakuan berupa pelatihan empati, akan tetapi setelah di lakukan *follow up* skornya mengalami peningkatan.

#### 3.2.4 Subjek NR (Mengalami peningkatan pada saat follow up)

Berdasarkan hasil skor skala perilaku perundungan (*bullying*) yang didapatkan oleh subjek, dapat dijelaskan bahwa skor skala perilaku perundungan (*bullying*) NR mengalami penurunan. Pada saat sebelum perlakuan NR memperoleh skor *pre test* 80 dalam kategori tinggi, setelah mendapat perlakuan skornya mengalami penurunan sebesar 35 poin pada saat *post test* menjadi 45 dalam kategori rendah dan setelah dua minggu perlakuan diukur kembali, skor *follow up* skala perilaku perundungan (*bullying*) yang diperoleh mengalami peningkatan sebesar 6 poin menjadi 51 dengan kategori sedang. Hal ini menunjukkan ada penurunan skor dari sebelum diberi perlakuan berupa pelatihan empati, akan tetapi setelah di lakukan *follow up* skornya mengalami peningkatan.

## 4. PENUTUP

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pelatihan empati terbukti efektif untuk menurunkan perilaku perundungan (*bullying*) pada siswa SMK. Terjadinya penurunan perilaku perundungan (*bullying*) pada subjek penelitian setelah mengikuti pelatihan empati dikarenakan perubahan komponen empati pada aspek sudut pandang, imajinasi, kemampuan peduli, mengatasi kecemasan, dan perasaan simpati.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. (2009) Pengembangan Empati Anak Sebagai Dasar Pendidikan Moral. *Jurnal Psikologi*, Vol. 10, No. 2 (2009): 124-132
- Anastasi, A. & Urbina, S. (2003). *Tes Psikologi* (terjemahan: Robertus Hariono, S. Imam). Jakarta: PT Indeks Gramedia Grup.
- Cowie, H., & Jennifer, D. (2008). *New Perspective on Bullying*. England: McGraw-Hill.
- Ehan. (2005). *Bullying Dalam Dunia Pendidikan*. Artikel. Depok: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Fauzi, I. K. A. (2011). *Mengelola Pelatihan Partisipatif*. Bandung: Alfabeta.
- Feldman, R.D & Papalia, D.E. (2014). *Menyelami Perkembangan Manusia Edisi 12 Buku 2*. Jakarta. PT: Salemba Humanika.
- Feist, Jess & Feist J. Gregory. (2008). *Theories of Personality*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar
- Goodwin, D. (2010). *Strategis To Deal With Bullying (Strategi Mengatasi Bullying)* Alih Bahasa: Cicilia Evi Graddiplsc., M.Psi. Wellington Australia: Kodsresearch Inc
- Olweus, D. (2004). *Bullying at School*. Australia: Blackwell Publishing.
- Kristinawati, Putri. (2016). Gambaran Kejadian Bullying di Siswa dan Siswi Sekolah Menengah Pertama di Jawa Tengah Tahun 2016. *Ejournal* Vol. 01 No. 01
- Lestari, D. (2013). Menurunkan Perilaku Bullying Verbal Melalui Pendekatan Konseling Singkat Berfokus Solusi. *Jurnal Pendidikan Penabur*, 21-36
- Sari, H.N, Dkk (2015). Pelatihan Meningkatkan Empati Melalui Psikoedukasi Kepada Pelaku Bullying Sebagai Upaya Untuk Mengurangi Bullying di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Magister Psikologi Profesi, Fakultas Psikologi Universitas Padjajaran*, 1-16
- Saripah, I. (2010). Model Konseling Kognitif Perilaku Untuk Menanggulangi Bullying Siswa. *Proceedings Of The 4 International Conference On Teacher Education: Join Conference Upi&Upsi Bandung, Indonesia* 720-726

Sercombe & Donnelly, B. (2013). *Bullying and Agency: Definition, Intervention and Ethics. Journal of Youth Studies (Routledge Taylor & Francis Group)*, 16 (4): 491-502

Stanbury, et-al. (2009). The Effect Of An Empathy Building Program On *Bullying Behavior The Canadian. Journal Of Psychiatry*, 48: 577-582.

[www.tribunSolo/geng-nero-siswa-Pati/](http://www.tribunSolo/geng-nero-siswa-Pati/) diunduh 11 April 2017 pukul 07.04 WIB