

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

Tesis

**Disusun dan Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Magister Psikologi Profesi
Minat Utama Bidang Psikologi Pendidikan**



Diajukan 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**

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. Moordiningsih, 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

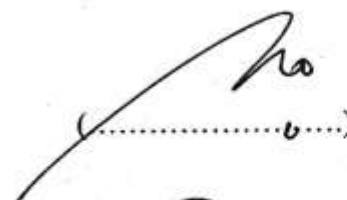
Penguji Utama

Dra. Zahrotul Uyun, M.Si, Psikolog

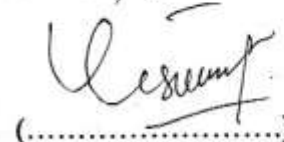
Penguji Pendamping

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 KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa yang tertulis dalam tesis ini benar-benar karya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam tesis ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan apabila ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini.

Surakarta, 31 Januari 2018

Yang membuat pernyataan,



Destareni Belda Puspawuni
Wewengkang, S. Psi.
T 100 145 012

MOTTO

Apapun yang terjadi hari ini, itulah yang terbaik. Karena aku percaya, Allah akan selalu memberikan apa yang kita butuhkan, bukan apa yang kita minta.

(Penulis)

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Tuhanlah hendaknya kamu berharap”

(Al-Insyirah, 5-8)

PERSEMBAHAN

Goresan tinta ini penulis persembahkan kepada:

Kedua orang tua tercinta Papa Benny Wewengkang, Mama
Danung Sri Wulandari dan Adek tercinta Restu Dara
Wewengkang thanks for your support, pray, and love.

KATA PENGANTAR



Assalammualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhammdulillahirobbil'alamin penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah dan kemurahan-Nya sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan tesis ini.

Penulis menyadari terdapat banyak pihak yang membantu, membimbing dan memberikan pengarahan dalam penyusunan tesis ini, untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis ingin berterima kasih kepada:

1. **Allah SWT** yang telah memberikan kelancaran selama proses penyusunan skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikannya tepat waktu.
2. **Orangtua dan keluarga tersayang**, Mama, Papa, Adek Rara, Mbah Utie dan Mbah kakung, yang selalu memberikan semangat, doa dan kasih sayang kepada penulis.
3. **Ibu Dr. Moordiningsih, M.Si., Psikolog** selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta serta pembimbing utama yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan masukan dan nasehat dengan penuh kesabaran dalam membimbing penulis.
4. **Ibu Dra. Zahrotul Uyun, M.Si., Psikolog** selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan masukan dan nasehat dengan penuh kesabaran dalam membimbing penulis.
5. **Ibu Dr. Lisna Ruhaeni, M.Si., Psikolog** selaku Ketua Program Magister Profesi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

serta penguji tamu yang telah meluangkan waktu dan pikiran dengan sabar dalam membimbing penulis sehingga tesis ini terselesaikan dengan baik dan lancar.

6. Para dosen Magister Profesi Psikologi **Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta**, yang telah berjuang dalam memberikan ilmu dan metode pembelajaran yang terbaik.
7. **Seluruh Staf Administrasi Magister Profesi Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta** yang telah membantu kelancaran administrasi penulis.
8. **Sahabat-sahabat S1** yang penulis sayangi : Asih Miranti, Nuri Irmawati, Risky Anisa, Annisa Fitdinna, Widia Anggi, Sigit Pambudi, Zadrian Afdal, Aditya Pradiansyah, Dwi Sulistyو, Fetty Rusta, Frendy Santoso yang selalu support dan memberikan doanya.
9. **Mbak-mbak seperjuangan** yang penulis sayangi : Lia Sopiyani, Hasna Nur Afifah, Fiska Nuraida, Dwiana Widiyanti, Ema Zati Baroroh, dan Novalinda Dwi yang menerima penulis apa adanya dan dengan sabar selalu memberikan support yang tak ada habisnya.
10. **Teman-teman angkatan**, terimakasih telah memberikan kenangan yang indah selama empat tahun ini dan terus semangat.
11. **Seluruh informan SMKN 2 Wonogiri** yang telah berkenan meluangkan waktu untuk turut berpartisipasi dalam penelitian ini.

12. **Seluruh pihak** yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu atas bantuan, dukungan, doa dan semangat kepada peneliti. Semoga Allah selalu memberikan kemudahan dan kebaikan kepada pihak tersebut.

Demikian sekiranya yang dapat disampaikan penulis, hanya doa tulus sebagai tanda terimakasih, semoga amal kebaikan yang telah diberikan mendapatkan imbalan yang lebih dari Allah SWT. Akhirnya tanpa mengabaikan segala kekurangan dalam tesis ini , penulis berharap semoga dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan bagi para pembaca pada umumnya.

Wassalammualaikum warahatullahi wabarakatuh

Surakarta, 31 Januari 2018

Penulis

Destareni Belda Puspawuni Wewengkang

DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR BAGAN	xvi
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	9
C. Manfaat Penelitian.....	10
D. Keaslian Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	17
A. Perilaku Perundungan (<i>Bullying</i>).....	17
1. Pengertian Perundungan (<i>Bullying</i>).....	17
2. Aspek-aspek Perilaku Perundungan (<i>Bullying</i>).....	18
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perundungan (<i>Bullying</i>)	21
4. Bentuk-bentuk Perundungan (<i>Bullying</i>)	25
5. Karakteristik Pelaku Perundungan (<i>Bullying</i>).....	29
6. Dampak Perilaku Perundungan (<i>Bullying</i>).....	31
7. Perilaku Perundungan (<i>Bullying</i>) Menurut Teori Kognitif Sosial Bandura.....	32
B. Intervensi dalam Menurunkan Perilaku Perundungan (<i>Bullying</i>).....	35

C.	Pelatihan Empati.....	38
1.	Pengertian Empati	38
2.	Aspek-aspek Empati	40
3.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Empati	43
4.	Pelatihan Empati.....	46
5.	Pendekatan Pelatihan Empati	48
D.	Pengaruh Pelatihan Empati dalam Menurunkan Perilaku Perundungan (<i>Bullying</i>) pada Siswa SMK Swasta di Wonogiri	50
E.	Hipotesis	55
BAB III	METODE PENELITIAN	57
A.	Identifikasi Variabel Penelitian	57
B.	Definisi Operasional	57
C.	Subjek Penelitian	58
D.	Metode Pengumpulan Data	59
E.	Rancangan Eksperimen	62
F.	Rancangan Intervensi	63
G.	Analisis Data	65
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	66
A.	Persiapan Penelitian.....	66
1.	Orientasi Lapangan.....	66
2.	Alat Pengumpulan Data.....	67
B.	Pengumpulan Data.....	71
1.	Penentuan Subjek Penelitian	71
2.	Persiapan Fasilitator	73
3.	Prosedur Pelaksanaan Pengumpulan Data.....	74
4.	Proses Pengumpulan Data	76
5.	Hasil Penelitian.....	84
6.	Hasil Kesimpulan Analisis Kualitatif	110
C.	Pembahasan	113
BAB V	PENUTUP	122
A.	Kesimpulan.....	122

B. Saran	123
----------------	-----

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	<i>Blue Print</i> Skala Perilaku Perundungan (<i>Bullying</i>).....	61
Tabel 2.	Pedoman Wawancara	61
Tabel 3.	Desain Penelitian <i>Pretest-Posttest Control Group Design</i>	62
Tabel 4.	Rangkaian Pelatihan Empati	64
Tabel 5.	Distribusi Aitem Skala Perilaku <i>Bullying</i> Setelah Ujicoba.....	70
Tabel 6.	Interval Skor	71
Tabel 7.	Hasil Skoring	71
Tabel 8.	Hasil Pembagian Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	72
Tabel 9.	Hasil Ujicoba Modul Secara Keseluruhan	75
Tabel 10.	Evaluasi Pelatihan Empati.....	84
Tabel 11.	Hasil Skor <i>Pretest</i> , <i>Post Test</i> , dan <i>Follow Up</i> pada Kelompok Eksperimen.....	85
Tabel 12.	Hasil Skor <i>Pretest</i> , <i>Post Test</i> , dan <i>Follow Up</i> Pada Kel. Kontrol.	86
Tabel 13.	Hasil analisis <i>Mann Whitney U Test</i> Perilaku Perundungan (<i>Bullying</i>) Pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol..	87
Tabel 14.	Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	88
Tabel 15.	Hasil Analisis <i>Uji Wilcoxon Pre Test- Post Test</i> Kelompok Eksperimen.....	89
Tabel 16.	Hasil Analisis <i>Uji Wilcoxon Pre Test dan Post Test</i> Pada Kelompok Kontrol.....	90
Tabel 17.	Hasil Analisis <i>Uji Wilcoxon Pre Test-Follow Up</i> Kelompok Eksperimen.....	90
Tabel 18.	Hasil Analisis <i>Uji Wilcoxon Pre Test-Follow Up</i> Kelompok Kontrol	91
Tabel 19.	Hasil Analisis <i>Uji Wilcoxon Post Test-Follow Up</i> Kelompok Eksperimen.....	92
Tabel 20.	Hasil Analisis <i>Uji Wilcoxon Post test-Follow Up</i> Kelompok Kontrol	93
Tabel 21.	Kesimpulan Hasil Analisis Kualitatif.....	110

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Penelitian	56
-------------------------------------	----

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1.	Perbandingan Skor Perilaku Perundungan (<i>Bullying</i>) pada Kelompok Eksperimen.....	86
Grafik 2.	Perbandingan Skor Perilaku Perundungan (<i>Bullying</i>) pada Kelompok Kontrol.....	87
Grafik 3.	Hasil Peningkatan Skor Perilaku Perundungan (<i>Bullying</i>)	96
Grafik 4.	Hasil Peningkatan Skor Perilaku Perundungan (<i>Bullying</i>)	100
Grafik 5.	Perubahan Skor Skala <i>Pretest</i> , <i>Post Test</i> dan <i>Follow Up</i>	104

**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

THE EFFECT OF AN EMPATHY BUILDING TRAINING PROGRAM ON REDUCING BULLYING BEHAVIOR

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