

PELATIHAN EMPATI UNTUK MENURUNKAN PERILAKU *BULLYING* PADA PELAKU *BULLYING* DI SEKOLAH DASAR

Lailatul Izzah¹

Program Studi Psikologi Islam, STAI Diniyah Pekanbaru

Sukarti

Uly Gusniarti²

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia

ABSTRACT: *This study aims to determine the effect of empathy training to reduce bullying behavior on the offender bullying in primary school. Subjects in this study were 10-11 years old who have low and medium empathy scores nor high and medium bullying behavior. There were eight students who become participants in this study. The data were collected by using interview, observation, peer relations questionnaires, bullying scales, and empathy scales. This study was using one group pretest-posttest design. The data were analyzed by using quantitative analysis of two related sample test by Wilcoxon. The results showed that empathy scores ($Z=-2.52$, $p=0.012$ ($p<0.05$)) and bullying scores ($Z=-2.207$, $p=0.027$ ($p<0.05$)) underwent a significant change pretest-posttest. Meanwhile, empathy scores $Z=-1.452$, $p=0.146$ ($p>0.05$) and bullying scores ($Z=-1.897$, $p=0.058$ ($p>0.05$)) had no significant changes posttest-follow up. Furthermore, empathy scores ($Z=-2.530$, $p=0.011$ ($p<0.05$)) and bullying scores ($Z=-2.533$, $p=0.011$ ($p<0.05$)) underwent a significant change pretest-follow-up.*

Keywords: *Bullying Behavior, Elementary School. Empathy Training,*

ABSTRAK: Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh pelatihan empati terhadap perilaku *bullying* pada pelaku *bullying* di sekolah dasar. Subjek dalam penelitian ini berusia 10-11 tahun yang memiliki skor empati pada tingkat rendah dan sedang atau perilaku *bullying* pada tingkat tinggi dan sedang. Ada delapan siswa peserta penelitian ini. Pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi, kuesioner, skala *bullying*, dan skala empati. Penelitian ini menggunakan *one group pretest-posttest design*. Data dianalisis secara kuantitatif *two related sample test* Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan skor empati ($Z = -2,52$, $p = 0,012$ ($p < 0,05$)) dan skor *bullying* ($Z = -2,207$, $p = 0,027$ ($p < 0,05$)) ada perbedaan antara prates-pascates. Sementara itu, skor empati ($Z = -1,452$, $p = 0,146$ ($p > 0,05$)) dan skor *bullying* ($Z = -1,897$, $p = 0,058$ ($p > 0,05$)) tiak ada perbedaan antara pascates-tindaklanjut. Selanjutnya, skor empati ($Z = -2.530$, $p = 0,011$ ($p < 0,05$)) dan skor *bullying* ($Z = -2,533$, $p = 0,011$ ($p < 0,05$)) ada perbedaan antara prates-tindaklanjut.

Kata kunci: *Pelatihan Empati, Perilaku Bullying, Sekolah Dasar*

¹ Koresponden mengenai artikel dapat melalui: zhalaila14@gmail.com

² uly_gusniarti@yahoo.com

Saat ini fakta yang marak terjadi di media massa seperti televisi, majalah, maupun koran adalah kasus kekerasan di lingkungan masyarakat yang merajalela, hal ini juga terjadi di sekolah. Sekolah yang merupakan tempat untuk menimba ilmu menjadi tempat yang cukup berbahaya bagi anak-anak apabila ragam kekerasan tidak segera diantisipasi, seperti aksi *bullying* yang terjadi pada siswa SDN 023 Pajagalan, kota Bandung yang sempat viral di media sosial. Korban dikeroyok, dipegangi oleh murid lainnya, tak hanya dimaki dengan kata-kata kasar, namun juga dipukul (Tribunnews.com, 2019)

Data yang diperoleh dari *National Center for Educational Statistic of America* pada tahun 2013, didapat bahwa 27,8% siswa melakukan *bullying* selama di sekolah (Megan Mier Foundation, 2014). Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menyebutkan dari tahun 2011 sampai Agustus 2014 tercatat 1.480 kasus *bullying* yang terjadi di sekolah (KPAI, 2014)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan oleh peneliti melalui observasi dan wawancara di sekolah dasar "X" di kota Yogyakarta, didapatkan data bahwa ditemukan tindakan *bullying* yang dilakukan siswa terhadap temannya. menurut guru wali kelas dan guru yang mengajar di kelas 4A tersebut terdapat 3 orang siswa di kelas 4A yang sering melakukan *bullying* kepada siswa lain. kemudian peneliti menyebarkan sosiometri kepada siswa kelas 4A untuk menjaring siswa yang sering melakukan *bullying* kepada siswa lain dan diperoleh 9 siswa yang memiliki skor tertinggi dari 27 siswa di kelas 4A. Beberapa siswa tersebut melakukan *bullying* secara fisik dan psikis. *Bullying* secara fisik nampak pada beberapa kejadian seperti: siswa memukul, menendang, mendorong badan dan kepala temannya, menarik kuping temannya, mengancam melalui gestur (melotot, simbol-simbol tangan) dan memalak. *Bullying* secara psikis terlihat pada beberapa

kejadian seperti: siswa berkata kotor dan kasar pada saat ia tersinggung, emosi dan juga untuk memaki temannya, bahkan dalam keadaan normal pun kata-kata kotor dan kasar ini sering dipergunakan. Siswa juga mengejek temannya, mengancam temannya jika temannya akan mengadukan perbuatannya kepada guru atau jika tidak melakukan sesuatu yang diperintahkan. Selain itu terdapat juga siswa yang menghasut teman-temannya untuk menjauhi dan memusuhi salah seorang siswa sehingga ia tidak memiliki teman.

Observasi juga dilakukan pada setting belajar mengajar di kelas. *Bullying* secara psikis bahkan juga dilakukan siswa terhadap guru wali kelas. Siswa tidak lagi merasa takut ataupun segan terhadap guru tersebut. Siswa berani menggunakan kata-kata kasar, suara lebih tinggi dari guru, mengumpat dan juga membuat gaduh untuk menunjukkan rasa tidak senangnya terhadap guru tersebut. Siswa pun membuat suasana pembelajaran menjadi tidak kondusif. Siswa akan melempar-lempar kertas kearah temannya, berjalan-jalan ketika guru sedang menjelaskan pelajaran, berbicara kurang sopan dengan guru, serta menjawab pertanyaan dari guru dengan seenaknya sendiri.

Melihat permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang *bullying* pada siswa. Hal yang demikian dikarenakan tindak kekerasan (*bullying*) dapat memberikan dampak yang negatif untuk jangka waktu yang pendek dan panjang. Selain itu, perilaku-perilaku demikian dirasakan mengganggu baik oleh siswa (yang menjadi korban dan siswa yang hanya menyaksikannya) maupun oleh guru.

Menurut Olweus dan Limber (2007) *bullying* ialah ketika seseorang melakukan tindakan menyakiti orang lain secara berulang. terdapat tiga unsur mendasar perilaku *bullying*, yaitu: (1) bersifat menyerang dan negatif, (2) Ddlakukan secara berulang kali; dan (3) adanya

ketidakseimbangan kekuatan antara pihak yang terlibat. *Bullying* memiliki dua sub-tipe *bullying*, yaitu perilaku secara langsung (*direct bullying*), misalnya penyerangan secara fisik dan perilaku secara tidak langsung (*indirect bullying*), misalnya pengucilan secara sosial.

Berdasarkan penelitian Assegaf tahun 2002 (dalam Efaningrum, 2009) *bullying* dalam pendidikan bisa diakibatkan buruknya sistem dan kebijakan pendidikan yang berlaku, misalnya muatan kurikulum yang hanya mengandalkan kemampuan aspek kognitif dan mengabaikan aspek afektif, yang menyebabkan berkurangnya proses humanisasi dalam pendidikan, seperti siswa menjadi tidak peka terhadap perasaan maupun keadaan orang disekitarnya. Berdasarkan wawancara dengan wali kelas, guru yang mengajar di kelas 4A dan kepala sekolah SD "X" pada tanggal 08 dan 09 Desember 2016 pukul 09.50 di ruang kepala sekolah dan ruang guru, guru mengatakan bahwa pelajaran tentang merasakan apa yang orang lain rasakan (empati) kepada siswa hanya diajarkan pada saat ada kejadian perkelahian, siswa terlibat pertengkaran, memukul, menendang dan mengejek temannya secara berulang setiap hari. Sementara, belum ada mata pelajaran khusus yang membahas empati untuk siswa. Guru biasanya hanya memberikan nasehat sebelum memulai pelajaran. Wali kelas juga mengatakan bahwa siswa sering terlihat senang sesaat setelah memukul, menendang atau menyakiti temannya, dan baru akan membantu temannya setelah diperintah guru.

Selain wawancara, juga dilakukan pengamatan selama pelajaran berlangsung dan ketika istirahat pada tanggal 9, 10 dan 11 Desember 2015, dan didapatkan data bahwa siswa yang melakukan perilaku agresif atau *bullying* kepada temannya terlihat senang melihat temannya dipukul, sementara teman yang malah ikut tertawa,

saat teman diberi hukuman, 2 orang siswa mengejek-ejek temannya. Adanya fenomena yang lain adalah siswa yang tidak mau meminjamkan pena saat temannya tidak membawa pena serta mentertawakan dan menyoraki saat olahraga ada siswa lain yang terjatuh karena tersandung batu. Hal ini menunjukkan bahwa empati belum benar-benar tertanam pada siswa karena muatan kurikulum yang hanya mengandalkan aspek kognitif. Oleh karena itu, siswa menjadi kurang peka terhadap perasaan maupun keadaan orang lain.

Tindakan kekerasan yang dilakukan anak merupakan wujud dari agresi (Baron&Byrne, 2005). Salah satu faktor penyebab agresi adalah hilangnya empati pada korban (Baron&Byrne, 2005; Carr & Lutjemeier, 2005; Passer & Smith, 2007). Lovett dan Sheffield (2007) mengupas 17 penelitian mengenai hubungan antara agresi dengan hilangnya empati, anak yang memiliki empati yang rendah akan cenderung agresif.

Berdasarkan fenomena hasil studi pendahuluan serta studi literatur yang dilakukan maka penelitian ini fokus terhadap pelatihan meningkatkan empati yang ditujukan untuk meningkatkan kemampuan bereaksi terhadap perasaan orang lain dengan suatu respons emosional yang sama dengan perasaan-perasaan orang lain (empati). Dengan ditumbuhkannya kemampuan empati, diharapkan pelaku *bullying* menjadi lebih mampu merasakan emosi dari orang yang menjadi korban tindakan *bullying* yang dilakukannya. Dengan memahami emosi dan ikut merasakan apa yang dirasakan jika ia menjadi korban *bullying*, diharapkan pelaku tidak lagi memiliki niat untuk melakukan tindakan *bullying* kepada orang lain dengan menumbuhkan empati dalam diri pelaku terhadap situasi yang dapat merugikan orang lain.

Hipotesis penelitian ini ialah ada pengaruh pelatihan dalam meningkatkan

empati yang diberikan untuk mengurangi perilaku *bullying* pada pelaku *bullying* dan ada perubahan peningkatan empati dan penurunan perilaku *bullying* sebelum, setelah dan *follow-up*.

METODE PENELITIAN

Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas 4A SDIT "X" Yogyakarta berjumlah 8 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling non random sampling* yaitu kelas 4A yang berjumlah 26 orang. Peneliti mempertimbangkan karakteristik-karakteristik tertentu dalam melakukan penyeleksian yang akan dijadikan subjek.

Adapun karakteristik subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah: (1) Siswa SDIT "X" Yogyakarta kelas 4A; (2) Jenis kelamin laki-laki; (3) Usia 10-11 tahun; (4) Siswa yang teridentifikasi sebagai pelaku *bullying* dengan menggunakan *peer relations questionnaire* (PRQ); (5) Memiliki skor *bullying* yang tinggi dan sedang, yang diukur dengan skala perilaku *bullying* (*pretest*); (6) Memiliki skor empati yang rendah dan sedang, yang diukur dengan skala empati (*pretest*); (7) Subjek bersedia untuk mengikuti seluruh rangkaian penelitian eksperimen yang terdiri dari *pretest* (pengisian skala empati dan *bullying*), mengikuti pelatihan meningkatkan empati, *posttest* dan *follow-up* (pengisian skala empati dan *bullying*).

Inisial	Usia	Skor Empati	K	Skor <i>Bullying</i>	K
HM	10 th	8	Rendah	20	Tinggi
HN	10 th	8	Rendah	24	Tinggi
AZ	10 th	16	Sedang	13	Sedang
ML	10 th	15	Sedang	12	Sedang
LF	10 th	6	Rendah	14	Sedang
DR	10 th	10	Rendah	13	Sedang
SA	10 th	9	Rendah	13	Sedang
AD	10 th	8	Rendah	10	Sedang

Desain Penelitian

Desain dalam penelitian ini berupa *one group pretest and posttest design* (Shadis, Cook & Campbell, 2002). Dalam *one grup pretest-posttest*, kegiatan di dalamnya akan dikontrol oleh kondisi sebelum dan sesudah

evaluasi. Setelah pemberian perlakuan, akan dilakukan *follow-up* untuk mengetahui efek pelatihan meningkatkan empati terhadap subjek penelitian setelah jangka waktu tertentu. Desain penelitian dapat digambarkan seperti gambar berikut:



Gambar 1. Desain Penelitian

Sebelum program dimulai, peneliti menyebarkan angket *sosiometri peer relations quationnaire* (PQR) (Sidorowics. K, Elizabet, dkk (2009) untuk menjanging pelaku

bullying. Setelah diperoleh beberapa pelaku siswa kemudian diberi kuesioner dan *checklist behavior* untuk melihat empati dan perilaku *bullying*. Setelah melakukan prates,

siswa mendapatkan pelatihan meningkatkan empati untuk mengurangi perilaku *bullying*.

Prosedur Intervensi

a. Melakukan prates berupa skala empati dan *bullying* serta observasi pada 8 subjek telah di *screening* dengan menggunakan *peer relations questionnaire* (PRQ), skala *bullying* dan empati dengan tujuan untuk mengetahui hasil awal skor empati dan *bullying* subjek sebelum diberi perlakuan pada tanggal 16-18 Februari 2016. Selanjutnya, Observasi perilaku anak dilakukan selama 3 hari dengan 2 sesi pengamatan. Pelaksanaan prates dilakukan pada tanggal 16-18 Februari 2016. Setiap hari observer mengobservasi 1 sesi pengamatan pada 2 jam pelajaran yaitu tujuh puluh lima menit (75 menit). Satu sesi pengamatan lagi dilakukan pada *setting* alami saat anak berinteraksi dengan temannya dilingkungan sekolah (Istirahat). Skor perilaku *bullying* dan empati anak dalam satu hari pengamatan didapat dengan cara mencari kesepakatan angka perilaku *bullying* dan empati dari 2 orang *observer* terhadap anak yang diamati.

b. Pembekalan fasilitator

Pelatihan meningkatkan empati diberikan seorang fasilitator, yakni Psikolog yang memiliki latar belakang pendidikan dengan konsentrasi psikologi pendidikan, mempunyai pengalaman mengikuti suatu pelatihan, *workshop*, seminar dan pertemuan ilmiah lainnya serta menangani kasus-kasus mengenai perilaku anak. Adapun alasan penentuan kualifikasi fasilitator tersebut, karena dianggap mengetahui tentang psikologi anak. Sebelum pelatihan dimulai fasilitator mendapatkan penjelasan tentang pelatihan meningkatkan empati

secara keseluruhan dan langkah-langkah penerapan modul pelatihan program meningkatkan empati di sekolah. Pembekalan fasilitator dilakukan pada tanggal 17 Februari 2016.

- c. Memberikan *informed consent*. Peneliti selanjutnya memberikan *informed consent* kepada pihak sekolah sebagai penanggung jawab siswa yang terlibat penelitian ini. Peneliti kemudian menjelaskan secara lisan kepada kepala sekolah dan wali kelas mengenai pelatihan yang akan dilaksanakan.
- d. Melakukan intervensi berupa pelatihan meningkatkan empati pada subjek penelitian. Pelatihan meningkatkan empati berlangsung selama 3 kali pertemuan dengan metode ceramah, diskusi, *roleplay*, *story telling*, *games*, tanya jawab dan tugas individu. Pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 19 Februari 2016, pertemuan kedua dilaksanakan pada tanggal 22 Februari 2016, pertemuan ketiganya dilaksanakan pada tanggal 23 Februari 2016.
- e. Melakukan pascates pada subjek penelitian pada tanggal 24-26 Februari 2016 dengan memberi skala dan mengobservasi kembali perilaku *bullying* dan empati siswa dengan prosedur yang sama sebagaimana pada pelaksanaan prates. Perilaku *bullying* dan empati siswa diobservasi selama 3 hari dengan 2 sesi pengamatan, pada tanggal 24-26 Februari 2016. Setiap hari *observer* mengobservasi 1 sesi pengamatan pada 2 jam pelajaran yaitu 75 menit. Satu sesi pengamatan lagi dilakukan pada *setting* alami saat anak berinteraksi dengan temannya dilingkungan sekolah (Istirahat). Selain itu, peneliti melakukan wawancara kepada guru terkait perubahan perilaku subjek penelitian

setelah mengikuti pelatihan meningkatkan empati.

- f. Melakukan pengukuran tindak lanjut (*follow-up*) pada subjek penelitian yang dilakukan pada tanggal 07-10 Maret 2016 dengan prosedur yang sama sebagaimana pada pelaksanaan prates dan pascates.

Metode Pengumpulan Data

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Peer Relations Questionnaire* yang disusun oleh Sidorowics, dkk (2009) yang bertujuan untuk mengidentifikasi pelaku *bullying*. Selanjutnya skala perilaku *bullying* yang digunakan dalam penelitian ini disusun Kyriakides, L.dkk (2006) berdasarkan bentuk-bentuk *bullying* yang dikemukakan Olweus (2007) yaitu bentuk fisik, verbal dan *indirect*. Terdapat 8 aitem yang valid. Aitem valid mempunyai *corrected item-total correlation* bergerak dari 0.461 sampai 0.742 dan koefisien reliabilitas *alpha* (α) = 0.857.

Skala empati yang digunakan dalam penelitian ini merupakan adaptasi alat ukur Davis Index Reaktif Antar Pribadi yang disingkat IRI yang digunakan pada anak-

anak dari Garton dan Grigart (2005) berdasarkan pada aspek Kognitif dan Afektif. Terdapat 8 aitem yang valid dan 4 aitem yang tidak valid (gugur). Aitem valid mempunyai *correcte aitem-total correlation* bergerak dari 0.366 sampai 0.638 dan koefisien reliabilitas *alpha* (α) = 0.755. Penelitian ini menggunakan analisis statistik non-parametrik untuk uji hipotesis yaitu *wilcoxon signed-rank*.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil perhitungan statistik nonparametrik skala *bullying* dengan analisis *wilcoxon signed-rank* diketahui bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skor *bullying* sebelum dan setelah pelatihan meningkatkan empati. Hal ini diperoleh dari nilai $Z=-2.207$ dengan p sebesar 0.027 ($p<0.05$). selanjutnya tidak ada perbedaan yang signifikan antara skor *bullying* setelah pelatihan dan *follow-up* ($mean\ posttest=11.88 > mean\ follow-up=9.88$) dengan nilai ($p=0.058 > 0.05$). selanjutnya ada perbedaan yang signifikan antara skor *bullying* sebelum (prates) dan dua minggu setelah pelatihan empati (tindak lanjut) ($mean\ prates=14.88 > mean\ tindak\ lanjut=9.88$) dengan nilai ($p=0.011 > 0.05$).

Tabel. 1 Hasil Analisis Data *Bullying* Prates, Pascates, Tindak Lanjut

Wilcoxon Signed Rank	Z	p	Keterangan
Prates-Pascates	-2.207	0.027	Signifikan
Pascates-Tindak lanjut	-1.897	0.058	Tidak signifikan
Prates-Tindak lanjut	-2,533	0.011	Signifikan

Hasil analisis data angket empati antara skor prates, pascates dan tindaklanjut dalam kelompok eksperimen menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skor empati sebelum dan setelah pelatihan ($mean\ pretest=10 < mean\ posttest=16.13$) dengan nilai ($p=0,012 < 0.05$). Selanjutnya, tidak ada perbedaan yang signifikan antara skor empati setelah pelatihan dan *follow-up*

($mean\ posttest=16.13 < mean\ follow-up=17.13$) dengan nilai ($p=0.146 > 0.05$). Kemudian, ada perbedaan yang signifikan antara skor empati sebelum (prates) dan dua minggu setelah pelatihan empati (tindak lanjut) ($mean\ prates=10.00 < mean\ tindak\ lanjut=17.13$) dengan nilai $p=0.011$ ($p < 0.05$). Artinya pelatihan terbukti meningkatkan empati dan dapat

mengurangi perilaku *bullying* pada siswa sekolah dasar. Namun Pelatihan meningkatkan empati ini perlu dilakukan

setiap minggu untuk memperkuat empati siswa sehingga dapat mengurangi perilaku *bullying* secara konsisten.

Tabel. 2 Hasil Analisis Data Empati Prates, Pascates, Tindak Lanjut

Wilcoxon Signed Rank	Z	p	Keterangan
Prates-Pascates	-2.525	0.012	Signifikan
Pascates-Tindak lanjut	-1.452	0.146	Tidak signifikan
Prates-Tindak lanjut	-2.530	0.011	Signifikan

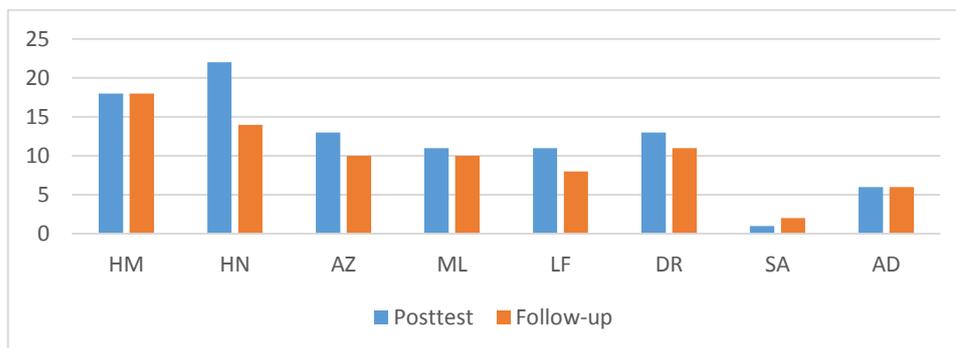
Adapun hasil skor total pada setiap subskala menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor total perbandingan skor

tingkat *bullying* pada kedelapan subjek penelitian setelah dan saat tindak lanjut perlakuan.

Tabel 3. Skor Total Bullying Pascates dan Tindak lanjut untuk Kedelapan Subjek

	HM	HN	AZ	ML	LF	DR	SA	AD
Pascates	18	22	13	11	11	13	1	6
Tindak lanjut	18	14	10	10	8	11	2	6
Diff	0	8	3	1	3	2	-1	0

Keterangan: Diff = perbedaan skor pascates dan tindak lanjut treatment



Grafik 1. Skor Total Bullying Pascates dan Tindak lanjut

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan meningkatkan empati untuk mengurangi perilaku *bullying* pada pelaku *bullying*. Selain itu juga untuk mengetahui perbedaan tingkat perilaku *bullying* dan empati sebelum (prates), setelah (pascates) diberikan pelatihan meningkatkan empati dan tindak lanjut pada kelompok eksperimen.

Untuk menguji hipotesis penelitian, dilakukan analisa statistik dengan

menggunakan data hasil pengukuran skor empati dan bullying subjek penelitian sebelum, setelah mengikuti program pelatihan empati dan tindak lanjut.. Berdasarkan hasil analisis data angket *bullying* prates dan pascates diperoleh nilai Z sebesar -2.207 dengan p sebesar 0.027 ($p < 0.05$) yang berarti signifikan, namun pada pascates dan tindak lanjut data *bullying* diperoleh nilai Z sebesar -1.897 dengan p sebesar 0.058 ($p > 0.05$) yang berarti tidak signifikan dan hasil prates dan tindak lanjut diperoleh nilai Z sebesar -2.533 dengan p

sebesar 0.011 ($p < 0.05$) yang berarti signifikan.

Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa ada perbedaan yang sangat signifikan antara sebelum (prates) mendapatkan perlakuan pelatihan meningkatkan empati dengan sesudah pelatihan, dimana setelah mendapatkan perlakuan pelatihan meningkatkan empati, tingkat perilaku *bullying* lebih rendah dibandingkan sebelum mendapatkan perlakuan. Kemudian, tidak ada perbedaan yang signifikan antara setelah (pascates) mendapatkan perlakuan pelatihan meningkatkan empati dan setelah dua minggu (tindak lanjut) mendapatkan perlakuan. Namun, uji beda antara prates dengan tindak lanjut terbukti adanya perbedaan yang signifikan. Pada penelitian dengan desain A-B-A besarnya pengaruh dari suatu perlakuan (intervensi) terhadap variabel tertentu sudah cukup dapat dilihat dari satu kelompok (eksperimen) (Sunanto, dkk, 2005).

Elliot (2002) mengatakan karakteristik perilaku *bullying*, salah satu diantaranya yang menduduki urutan teratas adalah agresif ke orang lain., lemahnya kontrol impuls dalam diri dan menilai positif terhadap kekerasan. Jika dikaitkan dengan data temuan dalam penelitian ini dimana subjek mengakui bahwa mereka melakukan tindakan *bullying* kepada teman mereka di sekolah. Tindakan *bullying* yang dilakukan ialah *bullying* verbal, *bullying* fisik dan *bullying* psikologis. Semua subjek dalam penelitian ini juga mengatakan bahwa mereka menikmati dan senang saat membully temannya, mereka menganggap membully adalah hal yang biasa. Hal ini sejalan dengan pendapat yang disampaikan Elliot di atas bahwa mereka menilai positif terhadap kekerasan. Salah satu faktor yang menyebabkan perilaku *bullying* pada pelaku adalah adanya faktor kepribadian (Koeswara, 1998). Empati sebagai bagian dari karakteristik seseorang yang diduga

menjadi penyebab terjadinya *bullying* (Mawarni, dkk 2011). Salah satu cara untuk mengurangi *bullying* dalam penelitian ini adalah memberikan intervensi berupa pelatihan empati kepada pelaku

Pelatihan empati merupakan metode pembelajaran yang dirancang untuk mengurangi perilaku *bullying* pada siswa sekolah dasar. Hasil penelitian ini sekaligus mendukung hasil penelitian sebelumnya tentang program membangun empati. Pelatihan meningkatkan empati mengajarkan tentang keterampilan empati pada anak sekolah dasar sehingga anak dapat mengerti dan menempatkan diri pada kondisi orang lain dengan tepat seperti yang dirasakan orang lain (Daruma, 2003; Perrault, 2009) serta lebih mengerti bagaimana bersikap empati kepada orang lain agar tidak melakukan *bullying*. Pelatihan mengenai meningkatkan empati juga dilakukan Sari (2015) hasilnya terdapat perbedaan nilai sebelum dan sesudah pelatihan yang artinya program pelatihan peningkatan empati memberikan dampak terhadap peningkatan empati siswa yang melakukan *bullying* di sekolah.

Berdasarkan hasil penelitian-penelitian terdahulu maka hasil penelitian ini membuktikan bahwa pelatihan meningkatkan empati dapat menurunkan perilaku *bullying* dan meningkatkan empati pada siswa pelaku *bullying* SDIT "X" Yogyakarta.

Creemers dan Reezigt (1999) menyebutkan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku anak adalah faktor keefektifan, baik faktor keefektifan sekolah maupun kelas yang terdiri atas kualitas belajar, waktu untuk belajar dan kesempatan untuk belajar. Penjelasan lebih lanjut bahwa perilaku *bullying* lebih sering terjadi pada anak laki-laki dengan stereotip tradisional (Pepler et al., 2006). Dengan demikian anak laki-laki lebih sering melakukan perilaku *bullying* untuk mempertahankan citra laki-laki mereka

sehingga pelatihan meningkatkan empati ini tidak bertahan lama pada subjek penelitian, pada saat tindak lanjut tidak terjadi perubahan yang signifikan, namun jika dilihat dari skor dan kategori masing-masing subjek terjadi penurunan tingkat *bullying* dan peningkatan empati dan pada kategori yang sama. Hal ini menunjukkan bahwa ada faktor lain yang mempengaruhi perilaku *bullying* di luar individu, yaitu keluarga, faktor teman sebaya dan faktor sekolah (*Center for the Study and Prevention of School Violence*, 2008). Selanjutnya hasil penelitian Sari (2015) adanya perbedaan skor sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan adanya kemampuan empati yang meningkat.

Setelah mengikuti pelatihan dan mendapatkan pemahaman mengenai empati, para subjek berusaha mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari terutama di sekolah. Fokus utama dalam penelitian ini ialah menurunnya perilaku *membully* dari seluruh subjek yang mengikuti pelatihan meningkatkan empati. Dengan berdasarkan wawancara kepada guru, kedelapan subjek penelitian berusaha untuk tidak melakukan *bullying* kepada temannya dengan berusaha mengontrol diri untuk tidak mudah terbawa emosi. Mereka juga mengisi buku kontrol yang ditanda tangani oleh guru wali kelas sebagai upaya peningkatan empati subjek. Empati yang meningkat juga ditunjukkan dengan subjek yang sudah mau menolong temannya jika sedang menjadi korban *bullying* atau teman yang sedang mengalami kesulitan.

Aspek kognitif empati yaitu kemampuan intelektual untuk mengidentifikasi dan mengenali perasaan orang lain (Eisenberg dan Moris, 2001; Hunter 2003) terbukti dapat terlihat dari ungkapan subjek dalam *self report* yang menulis berbagai perasaan ketika ia menjadi orang lain. Anak dapat mengenali kalau diganggu dan diejek rasanya sedih, dapat mengatakan kalau jadi

orang yang *dibully* itu rasanya ingin marah dan sedih. Begitu juga dalam *setting* sekolah jika anak di jauhi teman maka tidak nyaman dan sedih serta guru tidak akan nyaman jika melihat muridnya nakal dan sulit diatur.

Selain aspek kognitif, peningkatan aspek afektif yang merupakan kemampuan untuk mengalami dan berbagi perasaan dengan orang lain ditunjukkan oleh anak (Eisenberg & Moris, 2001). Anak merasakan bagaimana rasanya menjadi orang yang selalu diejek, didorong, dipukul (victim). Anak merasakan jengkelnya guru bila anak didiknya sulit diatur dan nakal. Merasakan perasaan teman yang sakit atau yang membutuhkan pertolongan karena jatuh dan tidak bisa ikut bermain, atau merasakan perasaan teman yang orang tuanya meninggal.

Dengan demikian, empati memiliki kaitan dengan perilaku *bullying*, dimana semakin tinggi level empati seseorang maka semakin kecil kemungkinan seseorang tersebut menjadi pelaku *bullying*. Hal ini dikuatkan oleh teori yang dikemukakan Jolliffe dan Farrington (2006) dimana empati erat kaitannya dengan perilaku prososial (perilaku menolong).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan, maka dapat disimpulkan bahwa Pelatihan meningkatkan empati dalam penelitian ini dapat mengurangi perilaku *bullying* pada pelaku *bullying* sekolah dasar. Melihat dampak positif dari pelatihan meningkatkan empati, maka diharapkan pelatihan ini dapat terus diimplementasikan dan dikembangkan di Sekolah Dasar. Khususnya di SDIT tempat penelitian ini dilaksanakan. Diharapkan pihak Sekolah dapat bekerjasama dengan lingkungan keluarga, terutama orang tua dalam mencegah perilaku *bullying* ini. Guru diharapkan berperan aktif dalam mencegah terjadinya tindakan *bullying* di sekolah, memberi

contoh yang baik, mengurangi tindakan kekerasan sebagai hukuman, memberi informasi tentang tontonan kepada siswa/siswi. Bagi orang tua diharapkan membimbing anak dengan pengajaran dan teladan serta tidak membiarkan anak melakukan sesuatu tanpa pengawasan

orang tua seperti penggunaan media elektronik dan media massa. Bagi peneliti selanjutnya dapat menerapkan perlakuan pada semua pihak seperti lingkungan keluarga dan lingkungan sekolah sehingga dampak menurunnya perilaku *bullying* akan lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial* (Jilid 2 Edisi Kesepuluh Alih Bahasa Ratna Djuwita). Jakarta: Erlangga.
- Center for the Study and Prevention of School Violence (2008). Safe Schools-Safe Communities: Fact Sheet. *Institute of Behavioral Science*. Boulder: University of Colorado.
- Creemers, B. P. M., & Reezigt, G. J. (1999). *The role of school and classroom climate in elementary school learning environments*. Philadelphia: Falmer Press.
- Daruma, H. A. R. (2003). Empati dan Pribadi yang Unggul. *Jurnal Intelektual*, 1 (1), 103-114.
- Efianingrum, A. 2009. *Pengembangan Model Pelatihan Respect bagi Guru untuk Mencegah Kekerasan di Sekolah Dasar*. Lemlit UNY: Laporan Penelitian.
- Eisenberg, N & Mussen, P.H. (1989). *The Roots of Prosocial Behavior Children*. New York. Cambridge University Press.
- Eisenberg, N & Strayer, N. (1987) *Empathy and Its Development*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Eisenberg, N., et al. (2002). *Prosocial Development in Early Adulthood: Longitudinal Study*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6).993-1005.
- Eisenberg, N., & Morris, A. S. (2001). The Origins and social significance of empathy-related responding. A review of empathy and moral development: Implications for caring and justice by M.L. Hoffman. *Social Justice Research*, 14,95-120.doi:0885-7466/01/0300-0095/0
- Elliot, M (ed). (2008). *Bullying A Practical Guide to Coping for Schools, 3rd Edition*. London: Pearson education in Association with Kidscape.
- Garton, A.F., & Gringart, E. (2005). The Development of a Scale to Measure Empathy in 8- and 9-year old Children. *Australian* . 5. 17-25.
- Hunter, K. R. (2003). *Affective empathy in children: measurement and correlates*. (Disertasi Doktor, School of applied psychology, Griffith University). Diakses dari <http://www.ads.lib.ugm.ac.id>

- Kyriakides, L., Kaloyirou, C., Lindsay, G. (2006). An Analysis of the Revised Olweus Bully/Victim Questionnaire Using the Rasch Measurement Model. *British Journal of Educational Psychology*. 76, 781-801.
- Mawarni, R., Hardjono., Andayani, T. R., (2011). Hubungan Antara Mencari Sensasi dan Empati dengan *School Bullying* pada Remaja Putra kelas X dan XI di Madrasah Mu'allimin Muhammadiyah Yogyakarta. *Naskah Publikasi*. Program Studi Psikologi. Fakultas Kedokteran. Univeristas Sebelas Maret.
- Sari, H. N. (2015). Pelatihan Meningkatkan Empati Melalui Psikoedukasi kepada Pelaku *Bullying* sebagai Upaya untuk Mengurangi *Bullying* di Sekolah Menengah Pertama. *Tesis*. (Tidak Diterbitkan). Magistes Psikologi Profesi. Fakultas Psikologi. Univeristas Padjadjaran.
- Smith, P. K., Pepler, D., & Rigby, K. (2007). *Bullying in School: How successfull caninterventions be?*, di unduh 27 Januari 2012, dari www.cambridge.org
- Sunanto, J., Takeuchi, K., & Nakata, H. (2005). *Pengantar penelitian dengan subjek tunggal*. University of Tsukuba: Center for Research on International Cooperation in Educational Development (CEIGED).

