

PENINGKATAN EMPATI REMAJA PELAKU *BULLYING* DI SALAH SATU SMP DI JAKARTA SELATAN MELALUI PELATIHAN BERBASIS *EXPERIENTIAL LEARNING*

Sinta Putri Nirmala¹, Riana Sahrani², Heni Mularsih³

¹Program Studi Magister Psikologi Profesi, Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: sinta.717172020@stu.untar.ac.id

²Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: rianas@fpsi.untar.ac.id

³Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: henim@mku.untar.ac.id

Masuk : 01-04-2020, revisi: 28-04-2020, diterima untuk diterbitkan : 30-04-2020

ABSTRACT

Bullies can do anything without too much thinking of the consequences generated and their impact on others. It shows that bullies have low empathy. This study aims to improve empathy bullies by providing experiential learning-based training. The experiential learning method is a method that provides hands-on experience for participants. Learning is a process of transforming experiences. This study used experimental research methods with one group pretest-posttest design. The research participants were based on purposive sampling technique. The counseling teacher provides recommendation students based on the criteria of respondents from researchers aged 13-16 years, grades 7 to 9, often bullying. Furthermore, the recommendation of these students are given a questionnaire to measure empathy whether they have low empathy. So that five participants were obtained who met the criteria desired by the researcher. This study used the Basic Empathy Scale as a pre-test and post-test. The hypothesis in this study is experiential learning method is effective in increasing the empathy of adolescent bullies?. The analysis results showed that the hypothesis study is approved. The analysis technique used is the Wilcoxon Signed Ranks. In conclusion, experiential learning-based training is effective for increasing the empathy of adolescent bullies at Junior High School in South Jakarta ($Z = -2.203$ and $P = 0.043 < 0.05$).

Keywords: *bullying, empathy, experiential learning*

ABSTRAK

Pelaku *bullying* dapat melakukan apa saja tanpa terlalu banyak berpikir akan konsekuensi yang dihasilkan serta dampaknya bagi orang lain. Hal tersebut menunjukkan bahwa pelaku *bullying* memiliki empati yang rendah. Penelitian ini bertujuan meningkatkan empati pelaku *bullying* dengan cara memberikan pelatihan berbasis *experiential learning*. Metode *experiential learning* merupakan metode yang memberikan pengalaman langsung untuk partisipan. Belajar merupakan proses transformasi pengalaman. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest*. Partisipan penelitian ini diperoleh berdasarkan teknik *purposive sampling*. Guru BK memberikan rekomendasi siswa-siswa berdasarkan kriteria partisipan dari peneliti yaitu berusia 13-16 tahun, kelas 7 sampai 9, sering melakukan *bullying*. Selanjutnya, rekomendasi siswa-siswa tersebut diberikan kuesioner untuk mengukur empati apakah memiliki empati rendah. Sehingga, diperoleh lima partisipan yang memenuhi kriteria yang diinginkan peneliti. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner *Basic Empathy Scale* untuk *pretest* dan *posttest*. Hipotesis penelitiannya adalah apakah metode *experiential learning* efektif untuk meningkatkan empati remaja pelaku *bullying*?. Hasil dari analisis data menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima. Teknik analisis yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Ranks*. Artinya, pelatihan berbasis *experiential learning* efektif untuk meningkatkan empati remaja pelaku *bullying* di salah satu SMP di Jakarta Selatan ($Z = -2.203$ dan $P = 0.043 < 0.05$).

Kata Kunci: *bullying, empati, experiential Learning*

1. PENDAHULUAN

Latar Belakang

Bullying atau perundungan di lingkungan pendidikan telah menjadi perhatian publik nasional karena pemuda yang menjadi korban oleh teman-teman sekolah, khususnya di sekolah. *Bullying* di sekolah adalah masalah yang signifikan dan memiliki pengaruh negatif pada penyesuaian

psikososial di kemudian hari, pencapaian akademik, dan kesehatan fisik (Fink, Patalay, Sharpe, & Wolpert, 2017). Di Indonesia sendiri, tercatat dari tahun 2011 hingga 2016 bahwa jumlah kasus anak korban kekerasan atau *bullying* di Sekolah sebanyak 1193 kasus. Sedangkan, jumlah kasus anak pelaku kekerasan atau *bullying* di Sekolah dari tahun 2011 hingga 2016 sebanyak 1475 kasus (bankdata.kpai.go.id, 2016).

Bullying berupa pengalaman pelecehan dan agresi oleh teman sebaya, termasuk menggoda, mengancam, dan memukul. Hal tersebut merupakan salah satu pengalaman yang menegangkan yang dapat dihadapi oleh remaja (van Ryzin & Roseth, 2018). *Bullying* merupakan perilaku agresif yang tidak diinginkan oleh remaja baik secara individu maupun kelompok, yang melibatkan adanya kekuasaan dan diulang beberapa kali atau kemungkinan besar perilaku tersebut akan terulang (Olweus dalam Espelage et al, 2017). Pada umumnya, remaja berada pada fase pencarian identitas diri. Pada fase perkembangan tersebut, tidak jarang seorang remaja melakukan tindakan atau perilaku yang dapat merugikan baik untuk dirinya sendiri maupun orang lain. Salah satunya adalah perilaku *bullying* (Fahlevi, Basaria, & Pranawaty, 2019).

Bullying memiliki dampak yaitu dapat menimbulkan bahaya atau tekanan pada seseorang yang ditargetkan termasuk kerusakan fisik, psikologis, sosial, atau pendidikan. Ketika mengalami *bullying*, korban akan merasakan banyak dampak dari emosi negatif yang didapatkan saat *bullying* terjadi atau setelahnya. Sedangkan untuk pelaku *bullying*, kurangnya empati atau pemahaman sosial yang menyebabkan munculnya perilaku agresif. Tindakan *bullying* yang terjadi di sekolah biasanya seperti *bullying* verbal, *bullying* sosial dan *bullying* fisik. *Bullying* verbal misalnya menghina, mencemooh, mengancam, merendahkan, dan mengejek. *Bullying* sosial misalnya mengucilkan teman dan memprovokasi teman untuk melakukan tindakan *bullying*. *Bullying* fisik misalnya menendang, memukul, memalak teman dengan cara membentak (Espelage et al, 2017).

Jika dikaitkan dengan bagaimana mengenai perasaan para pelaku *bullying* ketika melakukan tindakan tersebut, mereka mengatakan bahwa cukup menyenangkan saat melakukan tindakan *bullying*. Peneliti melakukan *survey* random dengan wawancara singkat sebagai data awal penelitian. Siswa yang menjadi responden *survey*, diperoleh berdasarkan rekomendasi dari Guru BK di Sekolah tempat penelitian. Salah satu siswa SMP berinisial R yang beberapa kali melakukan perilaku *bullying*, mengatakan bahwa R biasanya melakukan *bullying* secara verbal. R sering memberikan ejekan kepada teman yang pendiam, rambutnya aneh, atau adik kelas yang dinilai kurang sopan. Selain itu, R beberapa kali pernah menegur adik kelasnya dengan kata-kata kasar yang menurut R hal tersebut tidak sopan jika dilakukan kepada kakak kelas. R mengatakan cukup senang jika melakukan beberapa perilaku *bullying* tersebut (Komunikasi Personal dengan R, 12 Februari 2019).

Di salah satu SMP di Jakarta Selatan, tindakan *bullying* yang sering dilakukan antara lain *bullying* secara verbal, seperti mengejek, memberikan julukan yang tidak pantas, dan memaki-maki. Terdapat juga *bullying* secara fisik misalnya, mendorong, menaruh permen karet di bangku, dan memukul. Selain itu, *bullying* secara sosial yang terjadi misalnya, adanya geng atau perkumpulan siswa-siswa tertentu yang lebih populer, geng anak-anak perempuan yang suka bergosip. Siswa-siswa yang ketahuan melakukan tindakan *bullying* biasanya langsung di panggil oleh guru Bimbingan dan Konseling. Siswa pelaku *bullying* lalu diberikan konseling, membuat surat pernyataan untuk tidak mengulangi tindakan *bullying*, dan jika tindakannya cukup parah maka diberikan surat peringatan dan pemanggilan orang tua atau wali murid. Namun, beberapa kali tindakan tersebut kurang memberikan efek jera kepada siswa pelaku *bullying*. Siswa-siswa

tersebut tetap masih melakukan *bullying*. Beberapa guru mata pelajaran hingga wali kelas sampai sudah tidak peduli dengan perilaku siswa-siswa tersebut karena tidak tahu harus diberikan perlakuan apa lagi. Terkadang guru merasa serba salah jika harus menghukum atau memarahi siswa tersebut terus menerus (Komunikasi Personal dengan Guru BK, Maret 2019).

Pelaku *bullying* yang melakukan tindakan agresif sebetulnya merupakan upaya untuk menutupi beberapa kelemahan yang dimilikinya. Pelaku dapat melakukan apa saja tanpa terlalu banyak berpikir akan konsekuensi yang dihasilkan serta dampaknya bagi orang lain. Hal tersebut menunjukkan bahwa pelaku *bullying* memiliki empati yang rendah (Hong, Peguero, & Espelage, 2018). Secara khusus, empati rendah merupakan faktor resiko utama munculnya perilaku agresif di antara anak-anak dan remaja (Kokkinos & Kipritsi, 2017). Empati muncul sebagai karakteristik pribadi mendasar yang mempengaruhi perilaku prososial dan antisosial selama masa kanak-kanak dan remaja (van Noorden et al., 2014). Dengan demikian, bentuk-bentuk bantuan yang dilakukan untuk pelaku *bullying* seharusnya berfokus kepada upaya untuk menurunkan perilaku agresif atau meningkatkan empati (Hong, Peguero, & Espelage, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian-penelitian terdahulu, menunjukkan bahwa anak laki-laki dengan empati afektif rendah, bukan kognitif, lebih cenderung menunjukkan perilaku yang tidak terlibat secara moral yang akan meningkatkan keterlibatan *bullying*. Anak perempuan dengan empati kognitif dan empati afektif rendah akan membangkitkan perilaku yang terlepas secara moral dan memicu keterlibatan dalam *bullying*. Oleh karena itu, empati dapat menjadi alternatif cara untuk mengurangi perilaku *bullying* di sekolah dengan cara meningkatkan empati pelaku *bullying*. *Bullying* di sekolah terjadi karena adanya perasaan *insecure* pada diri siswa dan ketidaknyamanan akan lingkungan akademis. *Empathy training* yang digunakan sebagai metode intervensi, menunjukkan hasil bahwa *empathy training* efektif dapat membantu menurunkan perilaku *bullying* dan meningkatkan empati siswa pelaku *bullying* (Kokkinos & Kipritsi, 2017; Gini, Albiero, Benellie & Altoe, 2007; Zulkarnain, Siregar, Yusuf, & Wahyuni, 2019).

Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut, dapat dikatakan bahwa upaya untuk meningkatkan empati dan mengurangi perilaku *bullying* pada dasarnya perlu memberikan pengetahuan, memberikan pengalaman langsung supaya dapat menempatkan diri sebagai orang lain atau korban *bullying* serta mampu melakukan refleksi atas dirinya sendiri. Hal-hal tersebut dapat dilakukan dengan pelatihan yang menggunakan metode *experiential learning*. Belajar merupakan proses menciptakan pengetahuan melalui transformasi pengalaman. Pengalaman tersebut berupa pengalaman konkret dan abstrak. Proses mengubah pengalaman tersebut menjadi pengetahuan melalui *reflective observation* dan *active experiment* (Kolb dalam Tomkins & Ulus, 2015).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pelatihan yang berbasis *experiential learning* berhasil digunakan untuk mengurangi perilaku *bullying* di Sekolah. Salah satunya, pelatihan yang menggunakan *role play* atau drama. Drama dapat mengembangkan kognitif, psiko-emosional, dan sosial. Drama juga meningkatkan kerjasama, penerimaan, kesadaran, kepercayaan antar siswa. Selain itu, melalui drama anak-anak dapat memahami perilaku individu, nilai-nilai dasar, kepercayaan, dan drama dapat memberi tahu tentang siapa diri mereka sebenarnya. Kesimpulannya, drama bisa dijadikan program intervensi atau pencegahan perilaku *bullying* di Sekolah (Mavroudis & Bournelli, 2016). Selanjutnya, pelatihan intervensi *anti-bullying* berbasis *experiential learning* menunjukkan adanya penurunan signifikan terhadap perilaku *bullying* di sekolah (Guntur, 2011). Selain itu, metode *experiential learning* dapat digunakan untuk meningkatkan empati. Salah satu penelitian menunjukkan bahwa metode *experiential learning* yang dipakai dapat meningkatkan empati tenaga medis dan perawat. Metode *experiential*

learning merupakan metode pembelajaran yang berguna dan praktis, dengan syarat bahwa ada persiapan yang matang (Beest et al, 2018).

Model *experiential learning* Kolb dapat dilihat pada Gambar 1., pada dasarnya metode *experiential learning* merupakan proses yang bertentangan yang membutuhkan pelajar untuk menggunakan serangkaian kemampuan yang berbeda untuk mendekati dan menegosiasikan berbagai situasi belajar (Barron et al, 2017). Belajar dipandang dalam satu siklus untuk melibatkan empat tahap dasar, di mana peserta didik dapat memulai pada tahap apa pun (Refai & Klapper, 2016). Tahap tersebut adalah *concrete experience (doing/having an experience)*, *reflective observation (reviewing/reflecting on the experience)*, *abstract conceptualization (concluding/learning from the experience)*, dan *active experimentation (planning/trying out what you've learned)*.

Berdasarkan latar belakang, permasalahan, dan penelitian-penelitian yang sudah dijabarkan di atas, bagaimana jika metode *experiential learning* diterapkan pada pelatihan dengan tujuan untuk meningkatkan empati remaja pelaku *bullying*? Apakah pelatihan berbasis *experiential learning* efektif untuk meningkatkan empati remaja pelaku *bullying* di salah satu SMP di Jakarta Selatan? Apakah ada perubahan yang signifikan pada empati remaja pelaku *bullying* sesudah diberikan intervensi berbasis *experiential learning*?. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pelatihan berbasis metode *experiential learning* untuk meningkatkan empati remaja pelaku *bullying* di salah satu SMP di Jakarta Selatan. Dengan adanya peningkatan kemampuan berempati, diharapkan pelaku *bullying* dapat memahami emosi yang dirasakan oleh korban *bullying*. Selain itu, diharapkan pelaku *bullying* tidak lagi ada niat untuk melakukan tindakan *bullying* karena sudah mampu untuk memahami emosi dan merasakan apa yang dirasakan oleh korban *bullying*.

2. METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan desain kuantitatif eksperimen *one group pretest – posttest*. Pemilihan partisipan dilakukan secara *purposive sampling*. Teknik tersebut merupakan pengambilan sampel secara tidak acak. Alasan memilih teknik pemilihan sampel tersebut adalah peneliti dapat menemukan sampel yang sesuai kriteria yang diinginkan. Rancangan pelatihan dikembangkan sesuai dengan metode *experiential learning*. Bentuk pelatihan tersebut seperti materi pemutar video, *focus group discussion*, *games*, teknik penerapan empati, dan *role play*.

Partisipan Penelitian

Partisipan adalah lima orang siswa SMP swasta di Jakarta Selatan dengan *range* usia 13 – 16 tahun. Guru bimbingan konseling merekomendasikan kelima siswa tersebut karena sering melakukan tindakan *bullying* baik verbal, fisik, maupun sosial. Selain itu, kelima partisipan memiliki empati rendah berdasarkan hasil kuesioner *Basic Empathy Scale (BES)*. Peneliti tidak membatasi karakteristik partisipan berdasarkan jenis kelamin, agama, ekonomi, maupun status sosial.

Setting Lokasi dan Perlengkapan Penelitian

Setting penelitian dilakukan di salah satu Sekolah Menengah Pertama di Jakarta Selatan. Sekolah tersebut di pilih berdasarkan *survey* dari peneliti mengenai fenomena *bullying* yang terjadi di Sekolah tersebut. Peneliti terlebih dahulu mencari informasi dari guru Bimbingan dan Konseling di Sekolah tersebut. Perlengkapan penelitian yang digunakan antara lain berupa, alat ukur empati, meja, bangku, alat tulis, kertas buram A4, map untuk partisipan, alat peraga, papan,

gambar-gambar mengenai tindakan *bullying*, *worksheet* untuk partisipan, video *bullying*, LCD, laptop, skenario *role-play*, pertanyaan untuk korban *bullying*, dan *reward* untuk partisipan.

Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian dilakukan dengan beberapa langkah. Pertama, tahap persiapan penelitian yang meliputi membuat surat izin penelitian untuk Sekolah, perancangan penelitian, merancang rencana pelatihan, pembuatan media pelatihan, pembuatan alat ukur penelitian, validasi media pelatihan dan alat ukur penelitian. Kedua, tahap pelaksanaan penelitian yang meliputi pemberian *informed consent* untuk partisipan, melaksanakan *pre-test*, skoring hasil *pre-test*, melaksanakan pelatihan *experiential learning* selama 10 sesi, dan terakhir melaksanakan *post-test*. Ketiga, tahap pengolahan data yang meliputi mengolah hasil *pre-test* dan *post-test*, melakukan uji beda *mean*, melakukan uji *Wilcoxon Signed Ranks*. Keempat, tahap membuat analisis data meliputi analisis dari hasil pengolahan data yang diperoleh, membuat kesimpulan apakah pelatihan *experiential learning* efektif, dan menyusun laporan dengan sistematis.

Pengukuran Penelitian

Pengukuran empati dilakukan menggunakan kuesioner *Basic Empathy Scale* (BES) yang diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia dari Jolliffe & Farrington (2006). Pengukuran empati dilakukan di sesi pertama sebelum pelatihan (*pre-test*) dan di sesi terakhir setelah pelatihan (*post-test*). Pelatihan *experiential learning* dilakukan untuk meningkatkan empati siswa pelaku *bullying*.

Tabel 1. Desain Penelitian

Partisipan	O1	X	O2
Kelompok Partisipan	<i>Pretest</i>	Intervensi berupa Psikoedukasi/pelatihan berbasis <i>experiential learning</i>	<i>Posttest</i> Wawancara dan observasi untuk data tambahan

Tabel 2. Rancangan Penyusunan Modul Pelatihan

Sesi	<i>Cycle of Experiential Learning</i>	Waktu	Kegiatan	Materi Kegiatan	Media/Alat
Sesi 1	-	30 menit	Bina <i>raport</i> dan <i>pretest</i>	Pengambilan data <i>pretest</i> , pengenalan diri, membina <i>raport</i> kepada partisipan, memberikan <i>handout</i> pelatihan untuk partisipan.	Kuesioner <i>pretest</i> , alat tulis, <i>handout</i> pelatihan untuk semua partisipan
Sesi 2	<i>Concrete Experience</i>	60 menit	Diskusi, observasi, tanya jawab	- Materi pengenalan <i>bullying</i> (definisi, jenis, dan dampak) - Materi tentang empati	Alat tulis, kertas buram, kertas HVS, LCD, laptop, speaker kecil, video
Sesi 3	<i>Concrete Experience</i>	60 menit	Diskusi, observasi, tanya jawab, permainan <i>games</i>	Mengkaitkan antara pengalaman yang pernah dilakukan dengan materi yang sudah didapatkan	Alat tulis, kertas buram, kertas HVS, LCD, laptop, speaker kecil, video
Sesi 4	<i>Reflective observation</i>	60 menit	Diskusi/ <i>group sharing</i> , <i>games</i> , menonton <i>video</i>	Video tentang <i>bullying</i> . Refleksikan diri tentang perasaan korban <i>bullying</i>	LCD, laptop, speaker kecil, video tentang <i>bullying</i>
Sesi 5	<i>Abstract conceptualization</i>	60 menit	Diskusi, observasi, tanya	- Materi "mengenal	Alat tulis, kertas post it, kertas HVS

			jawab, menonton <i>video</i>	lebih tentang karton empati” - Menonton short movie tentang bullying dan empati
Sesi 6	<i>Active experiment</i>	60 menit	<i>Role-play</i> 1, diskusi, observasi, tanya jawab, refleksi diri	Skenario <i>role play</i> 1 dengan tema tentang <i>bullying</i> dan empati
Sesi 7	<i>Active experiment</i>	60 menit	<i>Role-play</i> 1, diskusi, observasi, tanya jawab, refleksi diri	Skenario <i>role play</i> 2 dengan tema tentang <i>bullying</i> dan empati
Sesi 8	<i>Active experiment</i>	60 menit	Menonton <i>Film Wonder</i> (2017), refleksi diri	Menonton <i>film Wonder</i> (2017)
Sesi 9	Modifikasi konsep empati dan <i>bullying</i>	60 menit	Diskusi, tanya jawab, observasi, <i>recall</i> kegiatan yang sudah dilakukan, refleksi diri, membuat <i>goals</i> dan komitmen diri	Membuat <i>goals</i> dan komitmen diri untuk mengurangi tindakan <i>bullying</i> .
Sesi 10	Evaluasi dan <i>posttest</i>	30 menit	Evaluasi dan <i>Posttest</i>	Evaluasi, <i>reward</i> atau hadiah untuk peserta pengambilan data <i>posttest</i>

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Partisipan yang mengikuti pelatihan *experiential learning* terdiri dari lima partisipan antara lain, partisipan satu (RD), partisipan dua (AU), partisipan tiga (AF), partisipan empat (A), dan partisipan lima (RF). Kelima partisipan memiliki kriteria antara lain, range usia kelima partisipan 14-15 tahun, kelas delapan, terdapat tiga partisipan berjenis kelamin laki-laki dan dua partisipan berjenis kelamin perempuan. Gambaran data diri kelima partisipan dapat dilihat pada tabel 3 berikut.

Tabel 3. Gambaran data diri partisipan

Partisipan	Data Diri			
	Nama	Usia	Jenis Kelamin	Kelas
1	RD	15 tahun	Laki-laki	VIII
2	AU	14 tahun	Laki-laki	VIII
3	AF	14 tahun	Perempuan	VIII
4	A	14 tahun	Perempuan	VIII
5	RF	14 tahun	Laki-laki	VIII

Sumber: Data dari BK Sekolah (2019)

Data pre-test berfungsi sebagai kontrol subyek dan gambaran awal mengenai bagaimana kondisi partisipan sebelum dilaksanakan intervensi atau pelatihan. Berdasarkan skor data *pre-test* yang diperoleh, dilakukan penggolongan apakah skor tersebut termasuk ke dalam kategori skor rendah, sedang, atau tinggi. Data hasil *pre-test* selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4 berikut.

Tabel 4. Data *Pre-test*

No	Partisipan	Empati	
		<i>Pre-test</i>	Kategori
1	RD	44	Rendah
2	AU	45	Rendah
3	AF	45	Rendah
4	A	44	Rendah
5	RF	45	Rendah

Data *post-test* berfungsi sebagai gambaran akhir mengenai bagaimana kondisi partisipan setelah dilaksanakan intervensi atau pelatihan. Berdasarkan skor data *post-test* yang diperoleh, dilakukan penggolongan apakah skor tersebut termasuk ke dalam kategori skor rendah, sedang, atau tinggi. Data hasil *post-test* selengkapnya dapat dilihat pada tabel 5 berikut.

Tabel 5. Data *Post-test*

No	Partisipan	Empati	
		<i>Post-test</i>	Kategori
1	RD	78	Tinggi
2	AU	71	Sedang
3	AF	76	Tinggi
4	A	77	Tinggi
5	RF	75	Tinggi

Berdasarkan data yang diperoleh, dilakukan uji beda *mean* pada data *pre-test* dan data *post-test*. Nilai *mean* yang diperoleh pada *pre-test* adalah $M = 44.60$ ($SD = 0.548$), sedangkan nilai *mean* yang diperoleh pada *post-test* adalah $M = 75.40$ ($SD = 2.702$). Artinya, terdapat perbedaan antara nilai skor *pre-test* dengan nilai skor *post-test*.

Tabel 6. Hasil Uji Beda *Mean*

Hasil Uji Beda <i>Mean</i>	Nilai <i>Means</i>	<i>Std.Deviation (SD)</i>
<i>Pre-test</i>	44.60	0.548
<i>Post-test</i>	75.40	2.702

Selanjutnya, dilakukan uji *Wilcoxon Signed Ranks* untuk mengetahui apakah pelatihan *experiential learning* efektif meningkatkan empati remaja pelaku *bullying*. Dari hasil pengolahan data diperoleh dari nilai M *pre-test* = 44.60 dan M *post-test* = 75.40 diperoleh $Z = -2.203$ dan $P = 0.043 < 0.05$. Artinya, pelatihan *experiential learning efektif* untuk meningkatkan empati remaja pelaku *bullying* di SMP X.

Tabel 7. Hasil Uji *Wilcoxon Signed Ranks*

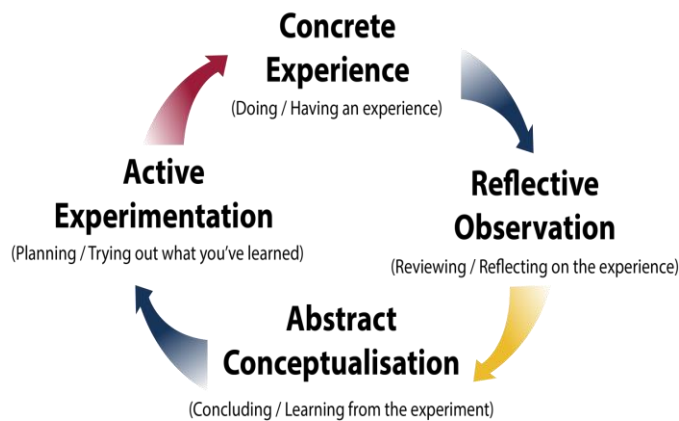
Hasil Uji <i>Wilcoxon Signed Ranks</i>	<i>Z</i>	<i>Asym Sig. (2-tailed)</i>
<i>Pre-test & Post-test</i>	-2.203	0.043

Pelaku *bullying* yang melakukan tindakan agresif sebetulnya merupakan upaya untuk menutupi beberapa kelemahan yang dimilikinya. Pelaku dapat melakukan apa saja tanpa terlalu banyak berpikir akan konsekuensi yang dihasilkan serta dampaknya bagi orang lain. Hal tersebut menunjukkan bahwa pelaku *bullying* memiliki empati yang rendah (Hong, Peguero, & Espelage,

2018). Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa pelatihan berbasis metode *experiential learning* efektif untuk meningkatkan empati remaja pelaku *bullying* di salah satu SMP di Jakarta Selatan. Sejalan dengan penelitian Kokkinos dan Kipritsi (2017) yang menyatakan bahwa empati berkorelasi negatif dengan bentuk-bentuk *bullying*. Artinya, jika empati rendah maka cenderung untuk memunculkan perilaku *bullying*. Sebaliknya, jika empati tinggi maka perilaku *bullying* cenderung tidak muncul. Oleh karena itu, dengan diberikan pelatihan berbasis *experiential learning*, dengan meningkatkan kemampuan berempati pelaku *bullying* nantinya dapat mengurangi perilaku *bullying* di kemudian hari.

Remaja mempunyai kesempatan yang besar untuk melakukan kontak sosial dengan orang lain. Ketika seorang remaja bersama teman sebaya mereka dapat saling bekerja sama, bertukar pikiran dan ide, belajar bersama serta bermain bersama. Selain itu, bersama teman sebaya mereka dapat mendapatkan hal positif maupun hal negatif. Mereka bisa mendapatkan dukungan dari teman sebaya, bahkan melakukan atau mendapat perilaku yang tidak menyenangkan dari teman sebaya seperti ejekan atau *bullying* (Santrock, 2018). *Bullying* sebenarnya sudah lama dikenal di masyarakat luas sebagai masalah, khususnya dalam lingkup sekolah. Namun, sangat disayangkan sejumlah pihak seolah menganggap fenomena ini tidak perlu mendapat perhatian serius (Mahrani, Sahrani, & Monika, 2018). *Bullying* di sekolah dapat meningkatkan masalah-masalah pada remaja (Zambuto et al, 2018). Dengan adanya hasil penelitian ini, dapat dikatakan bahwa *bullying* perlu mendapat perhatian serius khususnya pelaku *bullying* agar mengurangi perilaku *bullying* salah satunya dengan cara meningkatkan empati pelaku *bullying* (Hong, Peguero, & Espelage, 2018).

Empati dapat dipengaruhi oleh faktor proses belajar, apapun yang dipelajari atau dilakukan pada situasi tertentu diharapkan dapat diterapkan pada situasi yang lain (Hoffman, 2000). Perasaan positif seperti empati, berkontribusi pada perkembangan moral remaja. Empati dapat meningkat dari usia 12 sampai 16 tahun (Santrock, 2016). Perkembangan empati dianggap sebagai komponen penting untuk program intervensi yang dirancang untuk mengurangi perilaku agresif dan perilaku *bullying* (Mitsopoulou & Giovazolias, 2015). Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa memang diperlukan pelatihan yang dapat meningkatkan empati pelaku *bullying*. Pelatihan berbasis *experiential learning* pada penelitian ini efektif untuk meningkatkan empati tidak terlepas dari tujuan model *experiential learning* adalah memperkenalkan perubahan konsep dan perilaku melalui pengalaman. Memberikan kegiatan-kegiatan yang mengharuskan para partisipan melakukan atau mengalami pengalaman baru yang menekankan segi-segi pengalaman konkret (*concrete experience*), melakukan refleksi diri dan mengobservasi atas hal yang diperoleh dari pengalaman tersebut dari perspektif yang berbeda atau dari berbagai segi, menggunakan pikiran dan perasaan untuk membentuk opini/pendapat (*reflective observation*), menemukan pengetahuan baru dari pengalaman-pengalaman tersebut dan mengintegrasikan refleksi dari pengalaman ke dalam konsep baru (*abstract conceptualization*), menerapkan konsep baru yang didapatkan ke dalam pembelajaran baru (*active experiment*). Bentuk kegiatan yang dilakukan seperti diskusi, tanya jawab, menonton video, menonton film, *role play* dan *games* (Refai & Klapper, 2016). Pada pelatihan ini melibatkan remaja dengan rentang usia 13-16 tahun, sesuai dengan teori perkembangan kognitif remaja bahwa remaja usia 12-18 tahun berada pada tahap formal operasional. Pada tahap tersebut, seorang remaja mampu untuk berpikir abstrak dan logis, mengambil kesimpulan dari suatu kejadian, dan dapat mengembangkan hipotesa (Piaget dalam Santrock, 2016).



Gambar 1. Model *Experiential Learning Kolb*

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Analisis data menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima. Pelatihan berbasis *experiential learning* efektif untuk meningkatkan empati remaja pelaku *bullying* di salah satu SMP di Jakarta Selatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jika remaja pelaku *bullying* diberikan pengetahuan dan pengalaman mengenai empati, maka semakin mereka dapat menyadari bahwa perbuatan *bullying* yang dilakukannya salah.

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi berbagai bidang ilmu, antara lain psikologi pendidikan, psikologi perkembangan, psikologi positif, dan psikologi sosial. Khususnya dalam bidang psikologi pendidikan, dengan adanya hasil penelitian ini dapat memperoleh data empiris yang berkaitan dengan empati dapat ditingkatkan dengan proses pelatihan berbasis metode *experiential learning*.

Saran untuk penelitian selanjutnya adalah peneliti selanjutnya dapat mengadakan penelitian lanjutan agar dapat memperoleh hasil yang lebih maksimal. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan penelitian quasi-eksperimen dengan desain penelitian *pre-test – post-test control group design*, yang membandingkan kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan metode pelatihan yang berbeda untuk melihat apakah metode tersebut efektif untuk meningkatkan empati. Misalnya, dengan menggunakan metode sosiodrama.

Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan karakteristik partisipan yang berbeda tidak harus dari kategori remaja namun bisa juga diterapkan kepada kategori dewasa. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan mempersiapkan pelatihan dengan lebih baik, seperti memilih jadwal pelatihan dengan lebih baik yang tidak banyak bentrok dengan jadwal ujian di Sekolah. Contohnya, sesi pelatihan dilakukan satu hari satu sesi dengan maksimal dalam satu minggu ada tiga kali pertemuan. Melibatkan guru dalam kegiatan pelatihan diharapkan dapat membuat penelitian lebih optimal. Pelatihan *experiential learning* juga dapat dikembangkan untuk digunakan sebagai pelatihan kepada *agent of change* seperti orang tua dan guru.

Saran bagi praktisi yang akan menggunakan metode *experiential learning* untuk pelatihan, dapat menggunakan lebih banyak permainan-permainan yang edukatif bagi partisipan. Saran bagi pihak Sekolah, dapat mempertimbangkan untuk lebih memperhatikan bagaimana cara mengurangi tindakan *bullying* yaitu dengan memberikan pelatihan bagi pelaku *bullying*. Sekolah juga dapat membuat kampanye anti-*bullying* misalnya dengan menempelkan poster-poster tentang bagaimana *bullying*, dampaknya seperti apa bagi pelaku dan korban. Selanjutnya,

penelitian ini memberikan informasi kepada individu khususnya para peserta didik agar dapat melatih kemampuan berempati serta untuk lebih peduli dengan lingkungan sekitar.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Kepala Sekolah dan seluruh pengajar serta staf di salah satu SMP di Jakarta Selatan atas izin yang sudah diberikan kepada peneliti untuk melakukan penelitian dan pelatihan. Selain itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada kelima partisipan penelitian yang telah berkontribusi dalam penelitian dan pelatihan.

REFERENSI

- Barron, D., Khosa D., & Bitton, A. J. (2017). Experiential learning in primary care: impact on veterinary students' communication confidence. *Journal of Experiential Education*. 1-17.
- Beest, B. T., Bommel, M. V., & Adriaansen, M. (2018). Nursing student as patient: experiential learning in a hospital simulation to improve empathy of nursing students. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*. doi: 10.1111/scs.12584
- Espelage, D. L., Hong, J. S., Kim, D. H., & Nan, L. (2017). Empathy, attitude towards bullying, theory of mind, and non-physical forms of bully perpetration and victimization among U.S. middle school students. *Child Youth Care Forum*. doi: 10.1007/s10566-017-9416-z
- Fahlevi, R., Basaria, D., & Pranawati, S. Y. (2019). Penerapan cognitive behavioral art therapy (CBAT) untuk menurunkan agresivitas pada remaja LPKA X. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 3 (2), 385-395.
- Fink, E., Patalay, P., Sharpe, H., & Wolpert, M. (2018). Child- and school-level predictors of children's bullying behavior: a multilevel analysis in 648 primary schools. *Journal of Educational Psychology*, 110 (1), 17-26.
- Gini, G., Albiero, P., Benelli, B., Altoe, G. (2007). Does empathy predict adolescent' bullying and defending behavior?. *Aggressive Behavior*, 33, 467-476.
- Guntur, I. (2011). Intervensi *antibullying_163* berbasis *experiential learning* terhadap remaja yang melakukan bullying di sma c. (Tesis tidak diterbitkan). Jakarta: Universitas Tarumanagara.
- Hoffman, M. L. (2000). *Empathy and moral development, implications for caring and justice*. New York: Cambridge University Press.
- Hong, J. S., Peguero, A. A., & Espelage, D. L. (2018). Experiences in bullying and/or peer victimization of vulnerable, marginalized, and oppressed children and adolescents: An introduction to the special issue. *American Journal of Orthopsychiatry*, 88(4), 399-401. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/ort0000330>
- Kokkinos, C. M., & Kipritsi, E. (2017). Bullying, moral disengagement and empathy: exploring the links among early adolescents. *Educational Psychology*. doi: 10.1080/01443410.2017.1363376, <http://dx.doi.org/10.1080/01443410.2017.1363376>
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia. (2016). Data kasus perlindungan anak berdasarkan lokasi pengaduan dan pemantauan media se-Indonesia tahun 2011-2016. Diunduh Februari 2019 dari, <http://bankdata.kpai.go.id/tabulasi-data/data-kasus-se-indonesia/data-kasus-perlindungan-anak-berdasarkan-lokasi-pengaduan-dan-pemantauan-media-se-indonesia-tahun-2011-2016>
- Mahrani, I., Sahrani, R., & Monika, S. (2018). Efektivitas pelatihan *self-talk* untuk meningkatkan harga diri remaja korban *bullying* (studi pada siswa smp x pasar minggu). 7 (1).
- Mavroudis, N., & Bournelli, P. (2016). The role of drama in education in counteracting bullying in schools. *Cogent Education*. <http://dx.doi.org/10.1080/2331186X.2016.1233843>

- Mitsopoulou, E., & Giovazolias, T. (2015). Personality traits, empathy and bullying behavior: a meta-analytic approach. *Aggression and Violent Behavior, 21*, 61-72. <http://dx.doi.org/10.1016/j.avb.2015.01.007>
- Refai, D., & Klapper, R. (2016). Enterprise education in pharmacy schools, experiential learning in institutionally constrained contexts. *International Journal of Entrepreneurial Behavior & Research, 22* (4), 485-509. <http://dx.doi.org/10.1108/IJEBr-07-2015-0162>
- Santrock, J. W. (2016). *Adolescent* (16th ed). New York, NY: McGraw Hill.
- Santrock, J. W. (2018). *Educational Psychology* (6th ed). New York, NY: McGraw Hill.
- Tomkins, L., & Ulus, E. (2015). ‘Oh, was that “experiential learning”?!’ Spaces, synergies and surprises with Kolb’s learning cycle. *Management Learning, 1-21*. doi: 10.1177/1350507615587451
- Van Noorden, T. H. J., Haselager, G. J. T., Cillessen, A. H. N., & Bukowski, W. M. (2014). Empathy and involvement in bullying in children and adolescents: a systematic review. *Journal of Youth Adolescence*. doi: 10.1007/s10964-014-0135-6
- Van Ryzin, M. J. V., Roseth, C. J. (2018). Cooperative learning in middle school: a means to improve peer relations and reduce victimization, bullying, and related outcomes. *Journal of Educational Psychology*. <http://dx.doi.org/10.1037/edu0000265>
- Zambuto, V., Palladino, B. E., Nocentini, A., & Menesini E. (2018). Why do some students want to be actively involved as peer educators, while others do not? Findings from notrap! anti-bullying and anti-cyberbullying program. *European Journal of Developmental Psychology*. <https://doi.org/10.1080/17405629.2017.1419954>
- Zulkarnain, Siregar, A. D., Yusuf, E. A., & Wahyuni, P. (2019). Bullying at school and impact of empathy training. *The Journal of Social Sciences Research*. <https://doi.org/10.32861/jssr.51.117.120>