

**PELATIHAN PSIKOEDUKASI BERBASIS *EXPERIENTIAL*  
*LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN EMPATI REMAJA  
PELAKU *BULLYING* DI SMP X**

***Experiential Learning-based Training for Increasing the Empathy of  
Adolescent Bullies at SMP X***

**TESIS**

**Oleh:**

**Sinta Putri Nirmala**

**717172020**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS TARUMANAGARA**

**JAKARTA**

**2019**

**PELATIHAN PSIKOEDUKASI BERBASIS *EXPERIENTIAL*  
*LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN EMPATI REMAJA  
PELAKU *BULLYING* DI SMP X**

***Experiential Learning-based Training for Increasing the Empathy of  
Adolescent Bullies at SMP X***

**Tesis ini diajukan sebagai salah satu syarat  
untuk memperoleh gelar Magister Psikologi (M.Psi.)**

**disusun oleh:**

**Sinta Putri Nirmala**

**717172020**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA  
2019**

## PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya, Sinta Putri Nirmala, nomor induk: 717172020

dengan ini menyatakan dan menjamin bahwa tesis yang diserahkan kepada Program Studi Magister Psikologi Universitas Tarumanagara,

berjudul: Pelatihan Psikoedukasi berbasis *Experiential Learning* untuk Meningkatkan Empati Remaja Pelaku *Bullying* di SMP X

merupakan karya sendiri yang dibuat dengan tidak melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme.

Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku khususnya di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 19 Juli 2019



Sinta Putri Nirmala, S.Psi  
717172020

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PENGELOLAAN & PUBLIKASI TESIS OLEH FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS TARUMANAGARA

Sebagai sivitas akademik Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (sesuai KTP) : Sinta Putri Nirmala

NIM : 717172020

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

### PELATIHAN PSIKOEDUKASI BERBASIS EXPERIENTIAL LEARNING UNTUK MENINGKATKAN EMPATI REMAJA PELAKU BULLYING DI SMP X

*Experiential Learning-based Training for Increasing the Empathy of Adolescent Bullies at SMP X*

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), dan **mempublikasikan** \*) karya ilmiah (tesis) saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta (*author*) atau sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Mengetahui,

Jakarta, 1 Maret 2020  
Yang menyatakan,

Dr. Riana Sahrani, Psikolog

Sinta Putri Nirmala, S.Psi

\*) *Hak Publikasi **mohon diedit** (boleh dicantumkan / **tidak dicantumkan**), tergantung kondisi, apakah karya ilmiah (tesis) **sudah pernah/belum pernah dipublikasikan**.*

Mohon dicantumkan keterangan mengenai Tahun Terbit, Judul, Nama Media Publikasi, Nama Penerbit, atau Link (URL) Publikasi, jika karya ilmiah (tesis) sudah pernah dipublikasikan.

Tahun Terbit	: 2020
Judul Karya	: Peningkatan Empati Remaja Pelaku Bullying Di Salah Satu Smp Di Jakarta Selatan Melalui Pelatihan Berbasis Experiential Learning
Nama Media (Judul Jurnal/Prosiding)	: Jurnal Muara Ilmu Sosial dan Humanoira
Alamat Link (URL)	: <a href="http://dx.doi.org/10.24912/jmishumsen.v4i1.7801.2020">http://dx.doi.org/10.24912/jmishumsen.v4i1.7801.2020</a>

## LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

**Judul Tesis** : Pelatihan Psikoedukasi berbasis *Experiential Learning* untuk Meningkatkan Empati Remaja Pelaku *Bullying* di SMP X

**Nama/NIM Mahasiswa** : Sinta Putri Nirmala / 717172020

Tesis ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Program Studi Magister Psikologi, Universitas Tarumanagara, pada tanggal 12 Juli 2019

Nama	Status	Tanda Tangan
Dr. Soemiarti Patmonodewo, Psikolog	Ketua	
Dr. Raja Oloan Tumanggor	Anggota	
Dr. Riana Sahrani, Psikolog	Sekretaris	

Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Tarumanagara



Dr. Rostiana, M.Si., Psikolog

## LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING

**Judul Tesis** : Pelatihan Psikoedukasi berbasis *Experiential Learning* untuk Meningkatkan Empati Remaja Pelaku *Bullying* di SMP X

**Nama/NIM Mahasiswa** : Sinta Putri Nirmala / 717172020

Tesis ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Program Studi Magister Psikologi, Universitas Tarumanagara, pada tanggal 12 Juli 2019

Pembimbing I



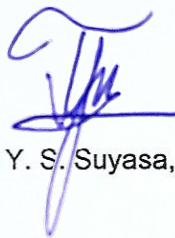
Dr. Riana Sahrani, M.Psi., Psikolog

Pembimbing II



Dr. Heni Mularsih, MM., M.Psi

Ketua Program



Dr. P. Tommy Y. S. Suyasa, M.Si., Psikolog

## **KATA PENGANTAR**

Peneliti memanjatkan puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas pertolongan-Nya maka tesis ini dapat selesai dengan baik dan tepat pada waktunya. Peneliti tidak akan bisa menyelesaikan penelitian ini tanpa restu dari-Nya. Peneliti ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada orang tua yang sudah mendukung dan mendoakan peneliti selama menyelesaikan pendidikan dan penelitian ini. Dukungan dan doa orang tua sangat berarti sekali bagi peneliti. Peneliti ucapkan terima kasih kepada kakak-kakak peneliti yaitu Aditya Bayu dan Hari Wicaksono yang telah mendukung menyelesaikan penelitian ini.

Peneliti ucapkan terima kasih kepada Kepala Kaprodi Magister Psikologi UNTAR yaitu Bapak Tommy S. Suyasa, M.Si., Psikolog. Dekan Fakultas Psikologi UNTAR yaitu Ibu Rostiana, M.Si., Psikolog. Para dosen pengajar yaitu Ibu Mimi, Prof Mar'at, Prof Dali, Pak Monty, Ibu Sri Tiatri, Ibu Fransisca Iriani, Ibu Rita Markus, Pak Untung, Pak Bonar, Pak Raja, Pak Erik, dan Pak Andri. Tidak lupa juga penulis berterima kasih kepada staf-staf Magister Psikologi yang telah membantu administrasi diantaranya Pak Hadi dan Mas Yani. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada staf perpustakaan Fakultas Psikologi Ibu Ayu dan Pak Juhardi yang telah membantu mencari referensi-referensi teori bagi peneliti.

Penulis berterima kasih secara khusus kepada Ibu Dr. Riana Sahrana, Psikolog dan Dr. Heni Mularsih, M.Psi selaku pembimbing yang telah meluangkan waktunya diantara kesibukannya untuk membimbing serta mengarahkan peneliti hingga penelitian ini bisa terselesaikan. Tidak lupa kepada

teman-teman peneliti yang telah memberikan dukungan yang telah membantu dalam menyusun pembuatan penelitian ini, rela meluangkan waktunya untuk menemani pembuatan penelitian ini dan selalu menjadi penyemangat disaat rasa malas melanda untuk mengerjakan penelitian ini.

Tidak lupa peneliti berterima kasih kepada Kepala Sekolah SMP X Bapak Drs. Madhari dan Guru Bimbingan Konseling Ibu Pipih, S.Pd yang telah memberikan izin dan membantu untuk mencari partisipan penelitian. Peneliti berterima kasih kepada partisipan yang sudah bersedia menjadi bagian dalam penelitian ini dan meluangkan waktunya. Peneliti mengetahui bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna dan memiliki kekurangan, oleh karena itu peneliti dengan senang hati menerima kritik dan saran yang membangun agar pembuatan penelitian ini lebih baik. Peneliti menyatakan sepenuhnya bertanggung jawab atas keseluruhan penelitian ini.

Jakarta, 27 Juni 2019

Sinta Putri Nirmala, S.Psi



## **Pelatihan Psikoedukasi berbasis *Experiential Learning* untuk Meningkatkan Empati Remaja Pelaku *Bullying* di SMP X**

Sinta Putri Nirmala  
Riana Sahrani  
Heni Mularsih  
Universitas Tarumanagara

### **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 (Hong, Peguero, & Espelage, 2018). 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 (Tomkins, 2015). Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest*. Partisipan penelitian ini adalah remaja usia 13-16 tahun, kelas 7-9, sering melakukan *bullying*, dan memiliki empati rendah. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner *Basic Empathy Scale* untuk *pre-test* dan *post-test* (Jolliffe & Farrington, 2006). Teknik analisa yang digunakan adalah uji beda *means* dan uji *Wilcoxon Signed Ranks*. Hasil uji beda *means* menunjukkan bahwa mean pada *pre-test*  $M=44.60$  ( $SD=0.548$ ) dan *mean* pada *post-test*  $M=75.40$  ( $SD=2.702$ ). *Gain score* pada *mean* sebesar 30.8 dengan *N-gain score* sebesar 0.56. Artinya, terdapat perbedaan dan peningkatan pada nilai skor *pre-test* dan skor *post-test*. Peningkatan skor termasuk dalam kategori tingkatan sedang ( $0.3 \leq g \leq 0.7$ ). Hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks* diperoleh nilai  $Z = -2.203$ , dan  $p = 0.043$  ( $p < 0.05$ ), artinya terdapat perbedaan skor empati yang signifikan pada *pre-test* dan *post-test* pada taraf signifikansi 5%. Simpulannya, pelatihan psikoedukasi berbasis *experiential learning* efektif untuk meningkatkan empati remaja pelaku *bullying* di SMP X.

Kata kunci: *Bullying*, Empati, *Experiential Learning*

## **Experiential Learning-based Training for Increasing the Empathy of Adolescent Bullies at SMP X**

Sinta Putri Nirmala  
Riana Sahrani  
Heni Mularsih  
Universitas Tarumanagara

### **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 (Hong, Peguero, & Espelage, 2018). 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 (Tomkins, 2015). This study used experimental research methods with one group pretest-posttest design. The participants of this study were adolescents aged 13-16 years, grades 7-9, often did bully, and had low empathy. This study used the Basic Empathy Scale tool developed by Jolliffe and Farrington (2006) as a pre-test and post-test. The analysis technique used is the compare means test and Wilcoxon Signed Ranks. The result of the compare means indicated that the pre-test means  $M=44.60$  ( $SD=0.548$ ) and the post-test means  $M=75.40$  ( $SD=2.702$ ). The gain score at the mean is 30.8 with an N-gain score is 0.56. That is, there is a difference and enhancement between the scores of pre-test and post-test. Increased scores are included in the medium level category ( $0.3 < g < 0.7$ ). Based on result Wilcoxon Signed Ranks indicated that Z score = -2.203 and  $p = 0.043$  ( $p < 0.05$ ). That is, there is a significant difference in empathy scores in pre-test and post-test at the 5% significant level. In conclusion, experiential learning-based training is effective for increasing the empathy of adolescent bullies at SMP X.*

Keywords : *Bullying, Empathy, Experiential Learning*