

---

## Pemberian konseling kelompok untuk meningkatkan empati pelaku *bullying* di Sekolah Kedinasan Negeri Bandung Timur

---

Riyanda Utari<sup>a</sup>

Universitas Muhammadiyah Bandung

<sup>a</sup>riyandautari16@gmail.com

---

### Abstrak

Empati merupakan salah satu aspek dalam kecerdasan emosional yang dibutuhkan seseorang untuk berinteraksi sosial. Di dalam dunia pendidikan khususnya tingkat perguruan tinggi, rendahnya empati dapat menjadi salah satu penyebab maraknya *bullying* di antara senior terhadap junior. Mahasiswa dengan empati rendah membuat dirinya kurang mampu merespon tekanan dan ketidaknyamanan yang dialami oleh orang lain, karena orang yang rendah empatinya tidak mampu memahami pengalaman emosi yang dialami oleh orang lain. Orang yang kurang empati tidak mampu menghubungkan perilaku anti sosial dalam hal ini *bullying* yang dilakukannya dengan reaksi emosi orang lain. Dikarenakan penelitian dilakukan pada Perguruan Tinggi Kedinasan di Bandung Timur yang mencetak pamong atau abdi masyarakat nantinya, kiranya tidaklah berlebihan apabila empati sangat dibutuhkan untuk dapat memahami problematika yang ada dalam masyarakat, dan seorang aparat pemerintahan yang tidak memiliki empati yang tinggi akan dengan mudah melakukan pelanggaran dalam masyarakat seperti kecurangan, *bullying* dalam masyarakat, ingin menang sendiri hingga korupsi. Oleh karena itu metode konseling khususnya konseling kelompok menjadi dibutuhkan sebagai *problem solving* mengurangi perilaku *bullying* di perguruan tinggi kedinasan tersebut dengan meningkatkan empati yang dimilikinya, karena dalam konseling kelompok diharapkan dapat menghantarkan konseli mencapai *insight* (pemahaman) tentang diri konseli sendiri sehingga pemikiran-pemikiran irasional yang sebelumnya ada, seperti perasaan lebih unggul, senioritas, serta percaya diri berlebihan dapat berubah menjadi pemikiran rasional. Berdasarkan perhitungan statistik deskriptif, dapat diperoleh data bahwa ada peningkatan empati dari sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok yaitu sebesar 27,88%. Aspek dari empati yang memiliki perubahan signifikan adalah aspek perhatian 53,13% dan fantasi 42,11%. Ini menunjukkan adanya pengaruh konseling kelompok terhadap empati seseorang.

**Kata Kunci: Empati, Konseling, Bully**

---

### Latar Belakang

*Bullying* (penindasan terhadap yang lemah) kini telah menjadi perbincangan serius di Dunia. Meski *Bullying* memiliki arti yang berbeda-beda di setiap negara, namun pada umumnya kasus penindasan ini seringkali terjadi di sekolah-sekolah antara senior dan juniornya. Menurut survei yang dilakukan oleh Latitude News pada 40 negara, ditemukan fakta seputar *Bullying*. Salah satu faktanya adalah bahwa

pelaku *bullying* biasanya para siswa atau mahasiswa laki-laki. Sedangkan siswi atau mahasiswi lebih banyak menggossip ketimbang melakukan aksi kekerasan dengan fisik, meskipun demikian tidak menutup kemungkinan bahwa mahasiswi perempuan melakukan hal yang sama dalam bentuk verbal maupun nonverbal. Dari survei tersebut juga terdapat negara-negara dengan kasus *bullying* tertinggi di

seluruh dunia, salah satunya adalah Indonesia dengan urutan kedua setelah Jepang.

Diyakini bahwa setiap sekolah memiliki kasus tindakan *bullying* yang dilakukan oleh kakak kelas (senior) kepada adik kelas (junior). Berdasarkan hasil survei Plan Indonesia dan Yayasan SEJIWA di 3 kota besar yaitu Jakarta, Yogyakarta, dan Surabaya, 67% pelajar SMP dan SMA menyatakan tindak *bullying* pernah terjadi di sekolah mereka. Sementara berdasarkan data laporan kasus yang masuk ke Komnas Perlindungan Anak setidaknya terdapat 98 kasus kekerasan fisik, 108 kekerasan seksual, dan 176 kekerasan psikis pada anak yang terjadi di lingkungan sekolah. Sedangkan Komnas Perlindungan Anak (PA) setiap tahun mendaftarkan kasus *bullying*, sampai saat ini kasus terbanyak tahun 2011, yakni ada 139 kasus *bullying* di lingkungan sekolah. Sedangkan untuk tahun 2012 terdapat 36 kasus. Tindakan *bullying* sering dilakukan saat Masa Orientasi Siswa (MOS), dan bahkan tidak jarang juga sampai setelah MOS selama senior masih ada di sekolah itu.

Kasus-kasus *bullying* di sekolah-sekolah memang sudah menjamur hingga sekarang, namun selalu tidak ada penanganan serius dari pemerintah. Kasus *bullying* tidak hanya terjadi di sekolah, tetapi juga di perguruan tinggi yang pada umumnya terdiri dari kelompok sosial berpendidikan tinggi. Perguruan tinggi seharusnya menjadi contoh bagi tingkat pendidikan di bawahnya, tetapi justru bisa sebaliknya.

Salah satu perguruan tinggi kedinasan yang beberapa waktu lalu disoroti banyak

melakukan *bullying* adalah perguruan tinggi kedinasan di Bandung Timur. Berdasarkan data yang diperoleh dari media cetak dan elektronik hingga wawancara kepada pengasuh yang menangani peserta didik membenarkan adanya tindakan *bullying* di Perguruan Tinggi Kedinasan ini. Semenjak tahun 1990-2017 sedikitnya terdapat 34 siswa didik diketahui meninggal dunia dimana 17 diantaranya patut dicurigai sebagai akibat tindak kekerasan senior kepada junior.

Semenjak saat itu, perguruan tinggi X tersebut melakukan banyak intervensi yakni dari merubah sistem pengasuhan, memutus mata rantai dengan memecah perguruan tinggi tersebut ke beberapa daerah, dsb. Akan tetapi, hal ini tidaklah dapat benar-benar menghilangkan *bullying* di perguruan tinggi tersebut. Setelah melakukan wawancara dengan pengasuh dan bagian kesiswaan didapat bahwa para mahasiswa di perguruan tinggi ini semenjak awal masuk sudah merasakan beberapa tindakan fisik yang diwajibkan, seperti penghukuman yang disebut penggulungan, yakni berjalan dengan berguling-guling di aspal yang ditujukan untuk menghukum salah seorang atau lebih yang melakukan pelanggaran namun dikenakan untuk seluruh asrama, hal ini dapat terjadi setiap hari sebelum makan siang atau sore, ditambah dengan *scott jump*, makian kasar baik dari pengasuh (beberapa orang pengasuh melakukan makian dengan kata-kata kasar saat memarahi anak asuhnya, terkadang sambil menyudutkan seseorang) dan *push up*.

Adanya kecenderungan mahasiswa melakukan *bullying* terhadap temannya kemungkinan disebabkan oleh ketidakmampuan remaja untuk berempati kepada orang lain, khususnya rasa sakit yang dirasakan oleh korban *bullying*. Empati merupakan salah satu bentuk perilaku moral yang berkaitan dengan perilaku pro sosial. Remaja yang memiliki empati cenderung kurang melakukan *bullying* dan banyak memberikan pertolongan terhadap korban *bullying* (Laible, Eye & Carlo, 2008).

Dengan kata lain remaja pelaku *bullying* memiliki empati yang kurang dikarenakan tidak dapat merasakan bagaimana perasaan orang lain disaat perlakuan buruk baik secara fisik maupun psikis. Oleh karena itu perlu kiranya upaya untuk meningkatkan empati mereka. Untuk itu metode konseling khususnya konseling kelompok menjadi dibutuhkan sebagai *problem solving* mengurangi perilaku *bullying* di perguruan tinggi kedinasan X, karena dalam konseling kelompok diharapkan dapat menghantarkan konseli mencapai *insight* (pemahaman) tentang diri konseli sendiri sehingga pemikiran-pemikiran irasional yang sebelumnya ada, seperti perasaan lebih unggul, senioritas, serta percaya diri berlebihan dapat berubah menjadi pemikiran rasional. Konseling akan menjadi media mahasiswa dalam mengasah empati untuk membangkitkan kepeduliannya pada perasaan dan keadaan orang lain, bahwa dirinya adalah seseorang yang mempunyai kemampuan untuk dapat menghargai orang lain lebih baik lagi, dirinya berharga dan layak dihargai oleh orang lain tanpa menyakiti atau berperilaku buruk pada orang lain dalam hal ini adik kelas. Pikiran rasional

inilah yang kemudian dapat mengarahkan konseli berperilaku tepat dan tahu apa yang harus dilakukan (*how to*) ketika menghadapi kondisi yang sekiranya mengancam tanpa menimbulkan masalah baru.

tujuan dari dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan data empirik mengenai pengaruh pemberian konseling kelompok terhadap peningkatan empati mahasiswa pelaku *bullying* di salah satu Perguruan Tinggi Kedinasan Bandung Timur.

## METODE

Pada penelitian digunakan desain penelitian eksperimental satu kelompok. Berdasarkan jumlah pengukuran variable terikat (DV), dalam penelitian ini yang digunakan adalah *one-group pre test-post test*. Menurut Christensen dalam Seniati dkk (2005), desain *one-group pretest-posttest* ini disebut juga *before –after design*. Pada desain ini, di awal penelitian dilakukan pengukuran terhadap IV yang telah dimiliki subyek. Setelah diberikan manipulasi (*treatment*), dilakukan pengukuran kembali terhadap IV dengan alat ukur yang sama.

Pada penelitian ini, eksperimen yang dilakukan dimaksudkan untuk melihat pengaruh dari suatu pemberian perlakuan (*treatment*) tertentu terhadap suatu variabel lain. Sebagai perlakuan (*treatment*) adalah konseling kelompok yang diberikan kepada mahasiswa PT Kedinasan di Bandung Timur pelaku *bullying* yang memiliki empati rendah. Yang hendak di ukur adalah apakah *treatment* yang diberikan,

yaitu konseling kelompok berperan terhadap meningkatnya empati mereka. Atau dengan kata lain, apakah terdapat peningkatan pada derajat empati diri atau tidak.

**HASIL PENELITIAN**

Sesuai dengan tujuan penelitian ini, yaitu untuk mendapatkan data empirik mengenai pengaruh konseling kelompok terhadap peningkatan empati pada remaja pelaku *bullying* pada junior di Sekolah Kedinasan “X” Bandung, maka dilakukan pengukuran empati sebelum dan sesudah pemberian intervensi pada remaja pelaku *bullying* di Sekolah Kedinasan “X” Bandung. Data hasil pengukuran empati sebelum dan sesudah pemberian intervensi pada remaja pelaku *bullying* di Sekolah Kedinasan “X” Bandung akan disajikan dalam tabel berikut ini :

Tabel di atas secara umum memperlihatkan adanya peningkatan skor

Empati secara keseluruhan pada subyek penelitian setelah dilakukan intervensi. Peningkatan empati ini dapat dilihat dengan membandingkan skor sebelum dilakukannya intervensi (*pre test*) dan skor sesudah dilakukan intervensi (*post test*). Jika di uraikan peningkatan skor total di peroleh sebesar skor 19 atau meningkat sebesar 27,88%, besar pengaruh konseling kelompok terhadap peningkatan empati secara keseluruhan konseli pelaku *bullying* di Perguruan Tinggi Kedinasan “X” dimana pengaruhnya adalah signifikan ( $p < 0,05$ )

Peningkatan secara signifikan terutama terlihat pada aspek perhatian dan fantasi. Hal ini sesuai dengan target intervensi karena skor awal konseli pada aspek perhatian dan fantasi sebelum pelaksanaan intervensi menunjukkan rata-rata skor di bawah median. Bila dilihat secara keseluruhan maka dapat dikatakan bahwa perubahan skor empati yang

Tabel 1  
Hasil Analisa Penelitian

	Perhatian		Pengambilan Perspektif		Fantasi		Personal Distress	
	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post
Median	32.00	49.00	24.00	26.00	19.00	27.00	24.00	29.00
Minimum	28	39	15	16	15	24	19	23
Maximum	44	49	27	30	19	29	29	32
Mean	34.80	45.40	22.40	24.20	17.80	26.80	23.80	28.40
Std. Deviation	6.870	4.980	4.930	6.017	1.789	1.924	3.564	3.362
Peningkatan	53.13%		8.33%		42.11%		20.83%	
Z score	-2,060*		-0,365		-2,032*		-1,753	

\*  $\alpha < 0.05$

diperlihatkan adalah akibat pengaruh intervensi berupa konseling kelompok.

Berdasarkan hasil perhitungan statistik diperoleh bersama-sama nilai minimum, maksimum, median, kuartil ke-1 dan kuartil ke-3 untuk empati dan aspek-aspek empati pada 5 (lima) subyek penelitian.

Sedangkan berdasarkan uji statistik dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*, diperoleh nilai Z adalah -2,023. Dengan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai P sebesar 0,043. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian intervensi terhadap peningkatan empati pada subyek penelitian. Pengaruh intervensi terlihat dari adanya perubahan skor atau nilai empati yang meningkat pasca intervensi yang dicapai oleh subyek penelitian.

Untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai peningkatan tiap aspek dalam empati maka akan disajikan hasil uji statistik peningkatan pada aspek perhatian, *perspektif concern*, fantasi, dan *distress personal* berikut.

Peningkatan pada aspek perhatian terlihat seperti pada *boxplot* di atas, dimana diperoleh nilai Z adalah -2,060. Dengan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai P sebesar 0,039. Pengaruh intervensi terlihat dari adanya perubahan skor atau nilai empati pada aspek perhatian yang meningkat pasca intervensi yang dicapai oleh subyek penelitian yakni median skor awal 32 menjadi 49 dengan  $H_0$  ditolak.

Tidak terdapat peningkatan yang signifikan pada aspek *perspektif concern* terlihat

seperti pada *boxplot* di atas, dimana diperoleh nilai Z adalah -0,365. Dengan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai P sebesar 0,715. Pengaruh intervensi terlihat dari adanya perubahan skor atau nilai empati pada aspek *perspektif concern* yang tidak terlalu meningkat pasca intervensi yang dicapai oleh subyek penelitian yakni median skor awal 24 menjadi 26 dengan  $H_0$  diterima.

Peningkatan pada aspek *competence* (kompetensi) terlihat seperti pada *boxplot* di atas, dimana diperoleh nilai Z adalah -2,032. Dengan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai P sebesar 0,042. Pengaruh intervensi terlihat dari adanya perubahan skor atau nilai empati pada aspek fantasi yang meningkat pasca intervensi yang dicapai oleh subyek penelitian yakni median skor awal 19 menjadi 27 dengan  $H_0$  ditolak.

Tidak terdapat peningkatan yang signifikan pada aspek Distress personal *perspektif concern* terlihat seperti pada *boxplot* di atas, dimana diperoleh nilai Z adalah -1,753. Dengan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai P sebesar 0,080. Pengaruh intervensi terlihat dari adanya perubahan skor atau nilai empati pada aspek *perspektif concern* yang tidak terlalu meningkat pasca intervensi yang dicapai oleh subyek penelitian yakni median skor awal 24 menjadi 29 dengan  $H_0$  diterima.

## PEMBAHASAN

Seperti yang telah diuraikan pada kerangka berpikir bahwa empati merupakan respon afektif dan kognitif yang kompleks pada

distres emosional orang lain, Mark Davis (1987). Empati termasuk dalam kemampuan untuk merasakan keadaan emosional orang lain, merasa simpati dan mencoba menyelesaikan masalah, serta mengambil perspektif orang lain. Cakupan-cakupan pokok empati berkisar pada sudut objek orang lain, yang menciptakan keinginan untuk menolong, mengalami emosi yang serupa dengan emosi orang lain, mengetahui apa yang orang lain rasakan dan pikirkan, serta mengaburkan garis batasan antara diri sendiri dan orang lain.

Berdasarkan pendapat tersebut maka konseling kelompok yang dilakukan pada remaja pelaku bullying kepada juniornya ini diharapkan dapat mengasah kepekaan empati beserta aspek-aspek yang ada di dalamnya dan memiliki interaksi sosial yang sehat dimana yang dimaksudkan dengan interaksi sehat disini adalah suatu interaksi yang bebas dari penghinaan, penyaltaan, intimidasi, dan sebagainya yang dilakukan khususnya pada adik kelas. Dikarenakan konseli memiliki konseli mempunyai latar belakang yang sama, yaitu sama-sama menjadi pelaku *bullying* maka di antara mereka justru terjadi umpan balik, dukungan dan pemberian informasi yang dapat membangun rasa percaya diri mereka menjadi pribadi yang ingin melakukan perubahan sikap menjadi lebih peka terhadap sesama. Merekapun akan merasa di terima dalam kelompok junior, di mana penerimaan oleh junior pada usia mereka merupakan sesuatu yang sangat berarti untuk menunjukkan

eksistensi mereka sebagai senior yang dapat dicontoh dan melindungi.

Untuk dapat mencapai maksud dan tujuan konseling kelompok ini, yaitu tercapainya peningkatan empati, maka selama proses konseling kelompok yang dilakukan harus ada elemen-elemen yang tercapai, yang oleh Yalom (1995) disebut faktor-faktor kuratif. Sebelas faktor-faktor kuratif yang telah tercapai selama proses konseling kelompok diantaranya adalah sebagai berikut :

1. Membina harapan

Pada pertemuan pertama konseling, konseli ditanyakan mengenai apa yang akan dilakukan selama pelatihan dan apa yang diharapkan untuk dapat konseli peroleh. Dikarenakan konseli adalah para pelaku *bullying* maka konseling tidak secara lugas menanyakan apakah harapan mereka nantinya setelah pelatihan ini selesai, melainkan hal tersebut diungkapkan pada akhir dari pertemuan yakni apa yang dapat mereka lakukan setelah pelatihan tersebut dilakukan. Seperti MFA yang mengatakan bahwa ia memang seringkali menghukum adik kelasnya sebagai polisi praja secara berlebihan dan dihukum oleh pengasuhnya. Namun setelah melakukan pelatihan ini ia merasa bahwa kelemahannya dalam salah satu aspek harus ditingkatkan untuk mengurangi perilaku *bullying* tersebut. Sedangkan LH mengatakan bahwa rasa tidak pedulinya dan memberikan hukuman pada junior dikarenakan aspek *perspektif concern* yang lemah, sehingga ia merasa setelah ini

dapat mengurangi perilaku tersebut dengan merasakan jika ia menjadi junior tersebut.

2. Universalitas

Konseli merasakan bahwa masalah yang dihadapinya ternyata juga dialami oleh teman lain. Dalam kelompok yang menjadi hanya 5 orang ini, ternyata permasalahannya hampir sama yakni melakukan *bullying* dan kurang dapat memahami sudut pandang orang lain sehingga tidak peka terhadap apa yang dirasakan orang tersebut.

3. Pemberian informasi

Pemberian informasi diperoleh konseli dari konselor dan konselor pendamping melalui pemberian materi. Diantaranya materi empati dan merencanakan masa depan. Selain informasi yang diperoleh dari pemberian materi, informasi juga diperoleh konseli dari umpan balik yang diterima dari konselor.

4. Altruisme

Hampir pada setiap pertemuan konseli belajar menyelesaikan masalah orang lain dengan menyelesaikan masalah melalui contoh-contoh kasus yang diberikan oleh konselor.

5. Pengulangan korektif keluarga primer

Selama proses konseling konseli mendapatkan perhatian dan dukungan dari konselor, meskipun konselor pendamping hanya ada dalam 1 kali pertemuan saja namun tidak mengurangi perhatian dan dukungan terhadap konseli. Sehingga konseli merasa nyaman dan leluasa untuk mengungkapkan keinginan di masa depan

serta mengungkapkan ketidaknyamanan mereka terhadap perilaku beberapa junior yang seolah-olah ingin mereka jatuhkan hukuman. Konseli juga merasa mendapat perlindungan ketika menceritakan masalah-masalah mereka baik dengan junior maupun senior.

6. Pengembangan teknik sosialisasi

Dalam hal ini, lebih jelasnya konseli diberikan kesempatan membahas kasus yang disajikan sehingga konseli belajar dari kasus tersebut dan terhindar dari prasangka awal dalam bersosialisasi dengan orang lain yang merugikan.

7. Peniruan tingkah laku

Konseli belajar tingkah laku yang baru seperti yang diajarkan konselor yaitu bagaimana melatih kebiasaan empati dengan menerapkan keempat aspek tersebut, dan berani mendapatkan feedback dari orang lain mengenai perubahan perilakunya menjadi lebih baik.

8. Belajar menjalin hubungan interpersonal.

Pada pertemuan pertama disajikan permainan "*Name tagging*" yang mengharuskan konseli tidak hanya menyebutkan nama ketika berkenalan tapi juga menyebutkan hal-hal yang lebih pribadi seperti tempat favorit, hobi, rencana masa depan dan sifat-sifat yang menonjol dari diri masing-masing konseli dan alasannya, dan konseli lain diberi tugas untuk menyimak apa saja yang telah diungkapkan konseli lain agar lebih mengenal pribadi masing-masing.

9. Kohesivitas kelompok

Konseli merasa memiliki dan diterima oleh kelompok, terlihat dari setelah pertemuan pertama konseli yang pada dasarnya sudah kenal namun berbeda barak atau asrama menjadi lebih akrab serta saling menimpali ungkapan konseli lain dengan bercanda atau tertawa bersama bila ada kejadian yang lucu.

#### 10. Katarsis

Konseli memiliki kesempatan melepaskan perasaannya kepada konselor dan konseli lain. Seperti bahwa MF melakukan *bullying* kepada junior namun terkadang terdapat oknum pengasuh yang jauh lebih kasar pada rekan-rekan mereka yang melakukan kesalahan dan itu membuat mereka kesal. Lalu MFA yang mengatakan bahwa ia seringkali melakukan *bullying* karena kesal melihat perilaku adik kelas yang sewenang-wenang seperti meludah dihadapannya. Teman-teman yang lainnya menyimak dan mengganggu-anggu.

#### 11. Faktor-faktor eksistensial

Konseli mendapat pengetahuan baru bagaimana empati dapat diterapkan dan menjadikannya lebih baik apabila dikembangkan secara optimal. Konseli merasa lebih berintrospeksi terhadap perilakunya selama ini. Sehingga konseli memahami bagaimana seharusnya memandang suatu permasalahan tidak dengan kekerasan dan mencoba terlebih dahulu untuk memandang dengan pola pandang orang lain terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu serta memahami apa yang dirasakan oleh orang lain.

Faktor-faktor kuratif yang tercapai dan telah dikemukakan di atas tidak lepas dari susunan program konseling kelompok yang diberikan selama 8 (delapan) kali pertemuan yang secara lengkap diuraikan dalam modul "Pengembangan empati". Hasil yang diperoleh melalui konseling kelompok ini adalah peningkatan empati konseli yang ditandai dengan meningkatnya skor pada aspek-aspek empati. Skor yang memberikan sumbangan lebih besar pada peningkatan skor empati secara keseluruhan terutama terlihat pada aspek perhatian dan aspek fantasi. Hal ini sesuai dengan harapan semula karena pada pre test diperoleh kenyataan bahwa rendah empati konseli lebih banyak disebabkan rendahnya skor aspek perhatian dan skor aspek fantasi dibandingkan skor aspek *perspective concern* dan *distress personal*. Melihat perolehan skor tersebut maka modul yang disusun dalam program konseling kelompok ini lebih banyak difokuskan untuk meningkatkan aspek perhatian dan fantasi tanpa mengabaikan aspek *perspective concern* dan *distress personal* misalnya saja pada pertemuan pembahasan mengenai fantasi disampaikan dengan menayangkan film yang diharapkan dapat meningkatkan skor pada aspek fantasi. Sedangkan perhatian disampaikan dengan memberikan contoh kasus yang dibahas secara lebih dalam bersama-sama konseli lainnya.

Tercapainya faktor-faktor kuratif melalui program konseling kelompok yang telah diuraikan di atas tentunya memberikan



pemahaman yang baru (*insight*) pada diri konseli, hal ini mengindikasikan adanya keberhasilan konseli menata kembali cara berpikirnya tentang diri (*self*) yang sebelumnya salah. Perubahan cara berpikir ini dikenal dengan istilah restrukturisasi kognitif. Sejalan dengan pendekatan kognitif, bahwa perubahan dalam cara berpikir, akan diikuti pula oleh perubahan dalam perilakunya. Demikian pula sebaliknya, perubahan dalam perilaku akan diiringi perubahan dalam cara berpikirnya. Jadi proses pemberian intervensi berupa konseling kelompok ini merupakan proses belajar tingkah laku baru yang menyebabkan terjadinya perubahan pada perilaku. Jika dilihat rata-rata perubahan dari kedua kondisi sebelum dan sesudah perlakuan secara keseluruhan menunjukkan bahwa setiap konseli yang diberikan intervensi, pada umumnya empati berubah ke arah yang lebih baik atau meningkat.

## KESIMPULAN

Berdasarkan uraian hasil penelitian, diperoleh gambaran bahwa konseling kelompok yang dilakukan pada penelitian ini memberikan pengaruh pada peningkatan empati pada remaja pelaku *bullying* di salah satu Sekolah Tinggi Kedinasan Bandung Timur. Hal ini dapat dijelaskan bahwa faktor-faktor kuratif yang tercapai selama proses konseling kelompok telah berhasil mengubah cara berpikir konseli yang sebelumnya bersifat irasional dan menilai orang lain khususnya adik kelas negatif menjadi cara berpikir yang semakin rasional dan positif dalam menilai orang lain. Empati dan kepekaan

diri terhadap bagaimana memahami orang lain meningkat sejalan dengan keberhasilan dalam mengubah cara berpikir ini. Perubahan cara berpikir ini dapat diartikan bahwa pada diri konseli telah terjadi restrukturisasi kognitif. Restrukturisasi kognitif pada konseli telah mengubah perilaku konseli, dalam hal ini mengubah empati yang tadinya rendah menjadi meningkat.

## SARAN

Perlunya teknik konseling kelompok yang lebih bervariasi seperti permainan dan strategi yang lebih baik lagi untuk memperoleh *insight* konseli terhadap permasalahan yang dihadapi, berkaitan dengan tidak meningkatnya aspek empati yang berkaitan dengan *perspective concern* dan *distress personal*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Borba, Michele (2008), *Membangun Kecerdasan Moral*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta
- Champbell, Donald T & Stanley, J.C. 1966. *Experimental and Quasi Experimental Designs for Research*. Chicago : Rand Monally College Publishing Company
- Christensen, L.B., 1988. *Experimental Methodology*, Fourth Edition, Toronto : Allyn and Bacon, Inc.
- Cobb, N.2007. *Adolescence, Continuity, Change, and Diversity*. New York : McGraw-Hill
- Davis H.Mark.1980. *A multidimensional approach to Individual Diferrence in Empathy, JSAS Catalog of Psychology.10.p 85. The University of Texas at Austin*.
- Fadli, Andreansyah.2012. Tingkat empati pada siswa berprestasi .*skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

- Goleman, Daniel (2007), *Social Intelligence: Ilmu Baru tentang Hubungan Antar Manusia*, PT Gramedia Pustaka Utama: Jakarta
- Hurlock, Elizabeth B. 1973. *Developmental Psychology : A Life Span Approach*. New Delhi : Mc Graw .Hill
- Hurlock, Elizabeth B. 1993. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Alih bahasa oleh : Istiwidayanti, Dra. Soedjarwo, Drs, M.Sc. Jakarta : Erlangga.
- Latipun. 2008. *Psikologi Konseling*. Malang : Universitas Muhammadiyah Malang Press.
- Mayer,Salovey & Caruso. 2004. Emotional Intelligence : Theory, Finding and Implication *Psychological Inquiry*. 15(3). p.197-215
- Mayer,Salovey & Caruso.2004. *Emotional Intelligence, Key Readings on the Mayer and Salovey Model*. New York : Dude Publishing
- Pratiwi, Prita.2008. Peran Modul Pelatihan untuk pengembangan *emotional intelligence* pada siswa kelas 2 SMP BAKTI MULYA 400 JAKARTA. *Skripsi*. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia
- Santrock, John W. 1995. *Life-Span Development*. Jakarta : Penerbit Erlangga
- Siegel, S. 1994. *Statistik Non Parametrik untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta : PT Gramedia
- Steinberg, L. 1993. *Adolescence*. USA : McGraw-Hill Companies, Inc.
- Sudjana. 1988. *Metoda statistik, edisi keempat*. Bandung : Tarsito
- [www.i-comers.com](http://www.i-comers.com), 3 September 2009
- Yalom, Irvin D. 1985. *The Theory and Practice of Group Psychotherapy. Basic Book, A Division of Harpercollins Publisher*.