

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Penelitian

YAYASAN PERGURUAN 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
FAKULTAS PSIKOLOGI

Program Studi Sarjana Psikologi (S1) Terakreditasi A
Program Studi Magister Psikologi (S2) Terakreditasi B
Program Studi Psikologi Profesi (S2) Terakreditasi B
Kampus : Jl. Semolowatu No. 45 Surabaya 60118 Telp. (031) 5950029, 5931000 (hunting) Ex. 148, 149
Homepage : www.untag-sby.ac.id ; Email : psikologi@untag-sby.ac.id

4 Mei 2023

Nomor : 0832/K/F.Psi/V/2023
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

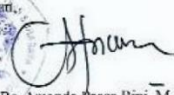
Yth. Kepala Sekolah SDN Rangkah 6 Surabaya
Jalan Tambak Segaran, Wetan III, Rangkah, Kec. Tambaksari,
Surabaya

Guna menambah ilmu dan wawasan bagi mahasiswa Program Studi Magister Psikologi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dalam menyelesaikan Tesis, maka bersama ini kami mohon dengan hormat perkenan Bapak / Ibu memberikan ijin kepada mahasiswa di bawah ini :

Nama : Ahmad Bahtiar
NPM : 1532100014

Untuk melaksanakan pengambilan Data di SDN Rangkah 6 Surabaya, sesuai dengan judul penelitian "Efektifitas Terapi Empati terhadap Penurunan Perilaku Bullying di Sekolah Dasar Negeri."

Demikian surat ini disampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.


Dr. Rr. Amanda Pasca Rimi, M.Si., Psikolog
NPP.20510.02.0552

Gambar 1. Surat Permohonan Penelitian

Lampiran 2. Surat Telah Melakukan Penelitian



PEMERINTAH KOTA SURABAYA
SEKOLAH DASAR NEGERI RANGKAH VI/168
Jl. Kapas Krampung 49 (031) 3720321
Email : sdnrangkah6@gmail.com
NSS : 101056006012 NPSN : 20533406
SURABAYA 60135

SURAT KETERANGAN
Nomor : 422/62/436.7.1.2.57/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: RITA ERWIYAH, M.Pd
NIP	: 19731110 199506 2 001
Pangkat/gol.	: Pembina Tk.I / IV B
Jabatan	: Kepala SDN Rangkah VI/168

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa nama yang tersebut di bawah ini :

Nama	: AHMAD BAHTIAR
NIM	: 1532100014

Telah menyelesaikan Penelitian Tesis yang berjudul "Efektifitas Terapi Empati Terhadap Penurunan Perilaku Bullying" ditinjau dari Tingkatan Kelas di SDN Rangkah VI/168.
Demikian Surat Keterangan ini dibuat, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Surabaya, 26 Mei 2023
Kepala SDN Rangkah VI/168



RITA ERWIYAH, M.Pd
NIP. 19731110 199506 2 001

Gambar 2. Surat Telah Melakukan Penelitian

Lampiran 3. Inform Consent

LEMBAR PERSETUJUAN

Semua data yang terdapat pada kuesioner ini akan dirahasiakan dan hanya peneliti yang mengetahuinya. Silakan mengisi pertanyaan yang tersedia dengan dengan melingkari jawaban yang Anda pilih pada tempat yang telah disediakan dan mengisi jawaban pada tempat yang telah disediakan. Mohon untuk mengisi semua bagian kuesioner ini dengan baik dan jujur. Apabila terdapat bagian yang kurang jelas, silakan menanyakan kepada peneliti. Diharapkan agar mengikuti semua kegiatan yang ada mulai hari pertama sampai terakhir.

IDENTITAS SISWA

Nama :
Umur :
Tempat lahir :
Tanggal lahir :
Jenis kelamin :
Alamat :
Agama :
Asal Daerah :

Sebagai salah satu syarat keilmiah, maka peneliti menyiapkan form persetujuan subyek penelitian untuk mengisi alat ukur yang telah dipersiapkan secara ilmiah oleh peneliti. Menyatakan bersedia untuk menjadi subyek penelitian, untuk kepentingan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu psikologi pendidikan.

...../...../2023

Ttd

(.....)

Gambar 3. Lembar Inform Consent

Lampiran 4. Skala Perilaku *Bullying*

-Pre-Test Skala Perilaku *Bullying*

LEMBAR KUISONER

I. Identitas Diri

1. Nama :
2. Kelas :
3. Jenis Kelamin :
4. Kelas :

II. Petunjuk Pengisian Kuisioner

Jawablah pernyataan-pernyataan berikut ini dengan teliti, kemudian beri tanda *checklist* (√) pada jawaban yang sesuai dengan pilihan anda.

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Saya memberi senyuman pada adik kelas yang lewat didepan saya		
2	Saya memanggil teman dengan julukan yang membuat teman saya jengkel atau marah		
3	Saya mengajak ngobrol adik kelas yang duduk didepan kelas saya		
4	Saya suka menghina teman saya yang memiliki bentuk wajah yang lucu		
5	Saya suka menolong teman yang sedang mengalami kesulitan		
6	Saya meminta uang kepada teman dengan cara memaksa		
7	Saya suka mengambil barang milik teman yang saya benci		
8	Saya jajan ke kantin dengan semua teman		
9	Saya suka mengejek teman yang tidak saya sukai		
10	Saya suka menghormati perbedaan agama di lingkungan sekolah saya		
11	Saya suka mengejek isi bekal makanan teman saya		
12	Saya tidak ikut-ikutan mengejek teman nama orang tua teman di sekolah		
13	Saya selalu mengejek teman saya yang berkulit hitam		
14	Saya selalu mengiatkan teman yang berbuat nakal		
15	Saya selalu berkelahi dengan teman yang membuat saya marah		
16	Saya selalu memberi semangat kepada teman saya ketika ia mendapatkan nilai yang kurang bagus		
17	Saya tidak memukul teman tanpa alasan		
18	Saya selalu mengejek nilai hasil		
19	Saya memanggil nama teman saya dengan nama aslinya		
20	Saya selalu mengejek nama orang tua teman ketika disekolah		
21	Saya meminta ijin ketika meminjam barang teman		
22	Saya suka mengejek teman yang berbeda agama dengan saya		
23	Saya mau berteman dengan siapa saja		
24	Saya suka mengejek teman yang lebih kurus daripada saya		
25	Saya suka memukul teman yang badannya lebih pendek daripada saya		
26	Saya selalu membagi bekal makanan saya kepada teman yang lain		
27	Saya suka mendorong teman yang badannya lebih kecil daripada saya		
28	Saya memarahi adik kelas yang duduk didepan kelas saya		
29	Saya selalu memilih diam ketika memiliki musuh disekolah		
30	Saya suka mengejek adik kelas yang lewat didepan saya		

Gambar 4. Pre-test

-Post-Test Skala Perilaku *Bullying*

LEMBAR KUISONER

I. Identitas Diri

5. Nama :

6. Kelas :

7. Jenis Kelamin :

8. Kelas :

II. Petunjuk Pengisian Kuisoner

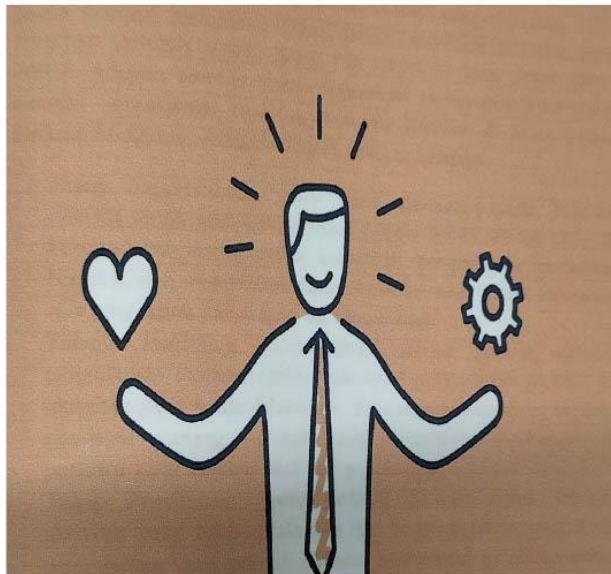
Jawablah pernyataan-pernyataan berikut ini dengan teliti, kemudian beri tanda *checklist* (✓) pada jawaban yang sesuai dengan pilihan anda.

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Saya memanggil teman dengan julukan yang membuat teman saya jengkel atau marah		
2	Saya suka menghina teman saya yang memiliki bentuk wajah yang lucu		
3	Saya meminta uang kepada teman dengan cara memaksa		
4	Saya suka mengambil barang milik teman yang saya benci		
5	Saya suka mengejek teman yang tidak saya sukai		
6	Saya suka mengejek isi bekal makanan teman saya		
7	Saya selalu mengejek teman saya yang berkulit hitam		
8	Saya selalu berkelahi dengan teman yang membuat saya marah		
9	Saya selalu mengejek nilai hasil		
10	Saya selalu mengejek nama orang tua teman ketika disekolah		
11	Saya suka mengejek teman yang berbeda agama dengan saya		
12	Saya suka mengejek teman yang lebih kurus daripada saya		
13	Saya suka memukul teman yang badannya lebih pendek daripada saya		
14	Saya suka mendorong teman yang badannya lebih kecil daripada saya		
15	Saya memarahi adik kelas yang duduk didepan kelas saya		
16	Saya suka mengejek adik kelas yang lewat didepan saya		
17	Saya jajan ke kantin dengan semua teman		
18	Saya suka menghormati perbedaan agama di lingkungan sekolah saya		
19	Saya tidak ikut-ikutan mengejek teman nama orang tua teman di sekolah		
20	Saya selalu mengiatkan teman yang berbuat nakal		
21	Saya selalu memberi semangat kepada teman saya ketika ia mendapatkan nilai yang kurang bagus		
22	Saya tidak memukul teman tanpa alasan		
23	Saya memanggil nama teman saya dengan nama aslinya		
24	Saya meminta ijin ketika meminjam barang teman		
25	Saya mau berteman dengan siapa saja		
26	Saya selalu membagi bekal makanan saya kepada teman yang lain		
27	Saya memberi senyuman pada adik kelas yang lewat didepan saya		
28	Saya mengajak ngobrol adik kelas yang duduk didepan kelas saya		
29	Saya selalu memilih diam ketika memiliki musuh disekolah		
30	Saya suka menolong teman yang sedang mengalami kesulitan		

Gambar 5. Post-test

Lampiran 5. Modul Penelitian

Pelatihan Empati Untuk Menurunkan Perilaku Bullying Pada Anak



Oleh : Artining Tyas Rachmawati

A. Pelatihan Empati

1. Pengertian pelatihan

Prinsip dari pelatihan memunculkan keterlibatan aktif dalam pengalaman belajar sebagai modal terjadinya transfer belajar yang optimal kepada penerima informasi. Ranah yang dilibatkan tidak hanya kognitif melainkan afektif dan psikomotorik, pelatihan dapat berisikan aktivitas seperti game dan teknik bermain drama (Eliot, 2002). Adapun metode yang digunakan dalam pelatihan adalah metode experiential learning menurut Pfeiffer & Jones (dalam Enfield, McQuitty, & Smith, 2007), dengan tahapan:

- a. Tahap *Experiencing*, yaitu tahap dimana peserta pelatihan diminta untuk melakukan suatu proses dalam bentuk aktivitas. Peserta akan memperoleh informasi dengan cara merasakan, berpikir, dan melakukan suatu aktivitas, baik dalam permainan, role play, studi kasus atau menonton film.
- b. Tahap *Publishing*, yaitu tahap dimana peserta membagi pengalaman tentang reaksi dan hasil pengamatan mereka atas aktivitas yang telah dilakukan. Sehingga peserta menyampaikan pendapat tentang hal-hal yang dirasakan, dipikirkan, dan perilaku yang muncul saat mengalaminya
- c. Tahap *Processing*, yaitu peserta diminta untuk mengkaji aktivitas yang telah dilakukan dan menghubungkannya dengan pengalaman yang pernah dialami saat proses pelatihan ataupun dalam kehidupan sehari-hari
- d. Tahap *Generalizing*, yaitu peserta diajak untuk menarik kesimpulan atas materi pelatihan yang diberikan. Tahap ini sebagai tahap persiapan dalam menerapkan keterampilan yang diperoleh dalam proses pelatihan ke kehidupan sehari-hari. Tahap *Applying*, yaitu tahap dimana peserta diminta untuk merumuskan strategi praktis yang dapat diterapkan pada konteks tertentu dalam kehidupan sehari-hari.
- e. Tahap *Applying*, yaitu tahap dimana peserta diminta untuk merumuskan strategi praktis yang dapat diterapkan pada konteks tertentu dalam kehidupan sehari-hari

Noe, Hollenbeck, Gerhart & Wright (2003) Training is a planned effort to facilitate the learning of job-related knowledge, skills, and behavior by employee. Hal ini berarti bahwa pelatihan merupakan suatu usaha yang terencana untuk memfasilitasi pembelajaran tentang pekerjaan yang berkaitan dengan pengetahuan, keahlian dan perilaku oleh para pegawai.

Gomes (2003) pelatihan adalah setiap usaha untuk memperbaiki performansi pekerja pada suatu pekerjaan tertentu yang sedang menjadi tanggung jawabnya, atau satu pekerjaan yang ada kaitannya dengan pekerjaannya.

Robbins, Stephen P, (2001) training meant formal training that's planned in advanced and has a structured format. Ini menunjukkan bahwa pelatihan yang dimaksudkan disini adalah pelatihan formal yang direncanakan secara matang dan mempunyai suatu format pelatihan yang terstruktur.

2. Pengertian Empati

Bohart & Greenberg (2002, dalam Howe, 2015) mengatakan empati merupakan suatu proses

dalam melakukan simbolisasi terhadap pengalaman pribadi secara sadar yang didukung oleh respon empatik yang ada dalam dirinya.

Menurut Stein dan Howard (2002) empati adalah kemampuan untuk menyadari, memahami dan menghargai perasaan dan pikiran orang lain. Empati adalah menyelaraskan diri (peka) terhadap apa, bagaimana dan latar belakang perasaan dan pikiran orang lain sebagaimana orang tersebut merasakan dan memikirkannya. Bersikap empatik berarti mampu membaca orang lain dari sudut pandang emosi.

3. Aspek-Aspek Empati

Davis dalam (Nashori, 2008) menjelaskan empat aspek empati antara lain, yaitu:

- a. Perspective taking, yaitu kecenderungan seseorang untuk mengambil sudut pandang orang lain secara spontan.
- b. Fantasy, yaitu kemampuan seseorang untuk mengubah diri mereka secara imajinatif dalam mengalami perasaan dan tindakan dari karakter khayal dalam buku, film, dan sandiwara yang dibaca atau ditonton.
- c. Empathic concern, yaitu perasaan simpati yang berorientasi kepada orang lain dan perhatian terhadap kemalangan yang dialami orang lain.
- d. Personal distress, yaitu kecemasan pribadi yang berorientasi pada diri sendiri serta kegelisahan dalam menghadapi setting interpersonal tidak menyenangkan. Personal distress bisa disebut empati negatif (negative empathic).

Pelatihan Empati berupa kegiatan pelatihan yang berisi rangkaian sesi berupa pemberian materi dan pengetahuan dengan metode seminar. Pelatihan empati ini dilakukan dengan tujuan agar anak-anak pelaku bullying dapat terlibat langsung dalam proses penurunan perilaku bullying yang selama ini pelaku bullying lakukan terhadap teman-teman mereka.

Dengan pelatihan empati ini diharapkan pelaku bullying dapat secara emosi dapat terlibat langsung mengenai isi materi pelatihan empati dan dapat mengaplikasikannya dalam bentuk penurunan perilaku bullying yang dilakukan sehari-hari. Pelatihan ini mengacu pada aspek-aspek empati oleh Davis (1980), yaitu perspective taking, fantasy, emphatic concern, and personal distress. Pelatihan empati ini dilakukan dengan tujuan sebagai pelatihan yang di dalamnya terdapat berbagai kegiatan yang mengacu pada aspek-aspek empati.

Peneliti menggunakan pelatihan empati untuk menurunkan perilaku bullying sesuai dengan penelitian sebelumnya. Studi di luar negeri yang dilakukan oleh Stanbury dkk (2009) dari Amerika Serikat pernah melakukan penelitian tentang "The Effects Of An Empathy Building Program On Bullying Behaviour". Abstrak dalam jurnal membahas tentang pengembangan, implementasi dan menghasilkan bahwa program pembangunan empati memiliki efek positif terhadap penurunan perilaku bullying

Hasil yang lebih terdapat pada anak perempuan daripada anak laki-laki. Anak perempuan merasa lebih sensitif merasakan perasaan orang lain. Dalam penelitian Stanbury dkk (2009) subjek

menjadi berkurang melakukan perilaku bullying sehingga program pembangunan empati ini mampu mengurangi perilaku bullying. Menurut Yusuf dan Fahrudin (2012) terdapat program pencegahan bullying dengan menyampaikan pesan bahwa perilaku bullying tidak dapat diterima di sekolah. Program pencegahan menggunakan kepedulian dan memahami perasaan orang lain. Penelitian selanjutnya oleh Saripah (2010) model konseling dengan empati menunjukkan hasil yang efektif untuk menurunkan perilaku bullying pada siswa usia sekolah dasar.

Penelitian Lestari (2013) dan Saripah (2010) menggunakan aspek kognitif dan afektif dari empati dalam proses konseling sehingga secara efektif menurunkan agresi perilaku bullying.

Flora (2014) menggunakan metode role playing melalui konseling kelompok dan Afriana (2013) juga menggunakan konseling kelompok untuk mengurangi perilaku bullying. Penelitian tersebut terbukti memiliki efektif mengurangi perilaku bullying ketika melibatkan faktor empati dalam proses konseling.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa empati menjadi faktor penting dalam proses konseling dan pekerjaan sosial lainnya. Klien yang mengalami empati dapat menghambat perilaku bullying, perilaku agresif serta kekerasan sebagai intervensi terapeutik Ioannidou & Konstantikaki (2008); Mercer & Deynolds (2002); Gerdes & Segal (2009)).

Berdasarkan uraian diatas pelatihan empati adalah pelatihan merupakan suatu usaha terencana yang merupakan suatu proses dalam melakukan simbolisasi terhadap pengalaman pribadi secara sadar yang didukung oleh respon empatik yang ada dalam dirinya. Pelatihan Empati berupa kegiatan pelatihan yang berisi rangkaian sesi berupa pemberian materi dan pengetahuan dengan metode seminar. Pelatihan empati ini dilakukan dengan tujuan agar anak-anak pelaku bullying dapat terlibat langsung dalam proses penurunan perilaku bullying yang selama ini pelaku bullying lakukan terhadap teman-teman mereka.

4. Tujuan Pelatihan Empati

Dalam teknik Pelatihan Empati terdapat program pembangunan empati terhadap penurunan perilaku bullying di SDN Rangkah 6 Surabaya.

5. Teknik Pelatihan Empati

1. Skala kecenderungan perilaku bullying.

Peneliti menggunakan behavioral checklist buatan sendiri yang diturunkan dari bentuk-bentuk perilaku bullying dengan teori milik Olweus (2004). Perilaku bullying terdiri dari beberapa bentuk yaitu bullying fisik, bullying verbal, dan bullying relasi dan sosial.

2. Modul Terapi Empati. Pada saat terapi empati, peneliti mengoperasionalkan aspek

Behaviour menggunakan teori Social Learning Albert Bandura. Terapi empati menjadi sesi kegiatan mari melihat film kebaikan, mari memahamiorang lain, inilah yang harus aku lakukan serta itu milikmu dan ini milikku. Selanjutnya, untuk aspek afektif terapi empati peneliti menjabarkan menjadi sesi kegiatan aku menanggapi dirimu, mari mengenali diri, yang ku butuhkan, tanggapan baikku untukmu, empatiku, menyadari keberadaan orang lain, film kebaikan,

dan mindfulness.

3. Buku harian.

Disusun oleh peneliti sebagai salah satu media dalam pelaksanaan terapi empati untuk menuliskan pengalamannya menerapkan nilai-nilai empati setelah mengikuti proses terapi empati dari hari ke hari. Buku harian yang telah diisi akan diceritakan kembali oleh subjek pada pertemuan selanjutnya.

4. Lembar kerja (worksheet).

Lembar kerja inibersi mengenai pernyataan tentang hal-hal yang telah didapatkan oleh subjek setelah mengikuti sesi kegiatan terapi empati.

B. Perilaku Bullying

1. Pengertian perilaku Bullying

Priyatna (2010) mengatakan bahwa perilaku bullying adalah perilaku yang disengaja, seperti mengejek atau memukul sehingga mengakibatkan seseorang dalam keadaan tidak nyaman atau terluka dan terjadi berulang-ulang. *Bullying* adalah orang yang kuat mengganggu orang lemah dan dapat diartikan juga sebagai anak yang lebih tua mengganggu anak yang lebih muda dan dilakukan secara terencana, baik individu maupun kelompok. Perilaku *bullying* adalah perilaku manipulasi yang dapat berupa kekerasan fisik, verbal, atau psikologis dengan sengaja dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang yang merasa kuat atau berkuasa dengan tujuan menyakiti atau merugikan seseorang atau sekelompok orang yang merasa tidak berdaya.

Bullying merupakan suatu tindakan negatif yang dilakukan seseorang atau lebih yang dilakukan secara berulang, dari waktu ke waktu (Olweus, 1994). *Bullying* merupakan sebuah kata serapan dari bahasa Inggris. *Bullying* berasal dari kata *bully* yang artinya penggertak, atau orang yang mengganggu orang yang lemah. Pihak pelaku *bullying* biasa disebut *bully*. Sedangkan pengertian *bullying* itu sendiri adalah sebuah situasi dimana terjadinya penyalahgunaan kekuatan/kekuasaan yang dilakukan oleh seorang/kelompok. (Sejiwa, 2008).

Menurut Rigby (Astuti, 2008) *bullying* adalah sebuah hasrat untuk menyakiti. Hasrat ini diperlihatkan kedalam aksi, menyebabkan seseorang menderita. Aksi ini dilakukan secara langsung oleh seseorang atau kelompok yang lebih kuat, tidak bertanggungjawab, biasanya berulang, dan dilakukan dengan perasaan senang. Secara psikologis, *bullying* adalah ekspresi muka merendahkan, kasar atau tidak sopan, mempermalukan didepan umum dan mengucilkan. Menurut Beane (2008) "*Bullying* is a form of over and aggressive behavior that is intentional, hurtful, and persistent (repeated)".

Sementara itu menurut (Olweus, 1994, Adrian McEachern, 2005) "*bullying* as a "negative action on the part of one or more students" that is repeated over time. *Bullying* merupakan perilaku agresif yang disengaja, menyakiti dan dilakukan secara berulang-ulang. *Bullying* merupakan perilaku yang tidak diinginkan.

Menurut Veenstra et al (2005) *bullying* adalah agresi yang berulang-ulang, yang dilakukan

seseorang atau lebih dengan maksud menyakiti atau mengganggu orang lain secara fisik (memukul, menendang, mendorong, mengambil atau merebut sesuatu milik orang lain), secara verbal (mengejek, mengancam) atau secara psikologis (mengeluarkan dari kelompok, mengisolasi, menyebar gosip).

Hal ini didukung oleh pernyataan yang dikemukakan Olweus (dalam Rida dkk, 2013) bahwa bullying merupakan tindakan negatif yang dilakukan secara berulang-ulang oleh sebagian siswa atau lebih yang bersifat menyerang karena adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pihak yang terlibat. Berbeda dengan tindakan agresif yang dilakukan hanya dalam satu kali kesempatan dan dalam waktu pendek, bullying terjadi secara berkelanjutan dalam jangka waktu cukup lama, sehingga korbannya terus-menerus berada dalam keadaan cemas dan terintimidasi.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku bullying siswa SD merupakan perilaku yang disengaja dan terjadi berulang-ulang, orang yang kuat mengganggu orang yang lemah, sehingga mengakibatkan seseorang dalam keadaan tidak nyaman atau terluka.

2. Bentuk-Bentuk perilaku bullying

Priyatna (2010) menjelaskan bullying terbagi menjadi 2 bentuk yakni perilaku bullying secara fisik dan non-fisik.

a. Bullying secara fisik contohnya menggigit, menarik rambut, memukul, menendang, mengunci, dan mengintimidasi korban di ruangan atau dengan mengitari, memelintir, menonjok, mendorong, mencakar, meludahi, mengancam, dan merusak barang-barang atau benda-benda milik korban

b. Bullying secara non-fisik dibedakan menjadi 2 yaitu verbal dan non-verbal.

1) Bullying verbal contohnya panggilan yang meledek, pemalakan, pemerasan, mengancam atau intimidasi, menghasut, berkata jorok pada korban, berkata menekan, menyebarkan kejelekan korban

2) Bullying non-verbal, terbagi lagi menjadi langsung dan tidak langsung. Bullying non-verbal tidak langsung, contohnya manipulasi pertemanan, mengasingkan, tidak mengikutsertakan, mengirim pesan menghasut, curang, sembunyi-sembunyi. Bullying non-verbal langsung, contohnya gerakan (tangan, kaki, atau anggota badan lain) kasar atau mengancam, menatap, muka mengancam, menggeram, hentakan mengancam, atau menakuti.

Perilaku bullying menurut Hertinjung dan Karyani (2015) dapat diungkap melalui bentuk-bentuk perilaku bullying ada 5 bentuk, yaitu:

a. Kontak fisik langsung antara lain: memukul, mendorong, menggigit, menjambak, menendang, mengunci seseorang dalam ruangan, mencubit, mencakar, meminta barang dengan paksa, dan merusak barang orang lain.

b. Kontak verbal langsung antara lain mengancam, memermalukan, merendahkan, mengganggu, memberi panggilan nama, sarkasme, merendahkan, mencela atau mengejek, mengintimidasi, memaki, menyebarkan gosip.

c. Perilaku non-verbal langsung antara lain: melihat dengan sinis, menjulurkan lidah,

menampilkan ekspresi muka yang merendahkan, mengejek, atau mengancam, biasanya disertai bullying fisik atau verbal.

d. Perilaku non-verbal tidak langsung dengan mendiamkan seseorang, memanipulasi persahabatan sehingga menjadi retak, sengaja mengucilkan atau mengabaikan, mengirimkan surat kaleng.

e. Pelecehan seksual, kadang dikategorikan perilaku agresi fisik

Rigby (dalam Saifullah, 2016) mengemukakan empat bentuk bullying antara lain yaitu:

a. Bentuk fisik yaitu menendang, memukul, dan menganiaya orang yang dirasa mudah dikalahkan dan lemah secara fisik.

b. Bentuk verbal yaitu menghina, menggosip, dan memberi nama ejekan pada korbannya.

c. Bentuk isyarat tubuh yaitu mengancam dengan gerakan dangertakkan

d. Bentuk berkelompok yaitu membentuk koalisi dan membujuk orang untuk mengucilkan seseorang.

Pratiwi (2014) menjelaskan bahwa bentuk bullying fisik merupakan bullying yang kasat mata. Bentuk bullying non fisik terdiri dari bullying verbal dan mental. Bentuk bullying verbal yang dapat ditangkap oleh indra pendengaran. Bentuk bullying mental atau psikologis adalah bullying yang tidak terlihat dan tidak dapat seperti memandang dengan sinis, mendiamkan, didengar mengucilkan.

Beberapa pendapat mengenai bentuk-bentuk perilaku bullying yang dalam penelitian ini penelitian meliputi aspek fisik dan non fisik. Bullying secara non-fisik dibedakan menjadi 2 yaitu verbal dan non-verbal. Bentuk tersebut berdasarkan pendapat dari Priyatna (2010). Alasannya, bentuk bullying fisik dan non fisik digunakan dalam penelitian ini karena dua bentuk tersebut sudah menjelaskan bentuk-bentuk yang dikemukakan oleh ahli lain.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku bullying

Beane (dalam Dezy, 2012) dalam bukunya menjelaskan bahwa, ada beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku bullying diantaranya adalah:

a. Media

Media mempunyai dampak yang signifikan dikalangan anak-anak saat ini. Beberapa penelitian mengidentifikasi bahwa anak-anak yang melihat banyak kekerasan di televisi, video, game dan film lebih sering agresif dan kurang empati terhadap lingkungannya. Dari beberapa hasil penelitian tentang individu melihat kekerasan di televisi terdapat peningkatan perilaku agresif. Beberapa tayangan di televisi telah mempromosikan konflik. Banyak video game dirancang dengan tema kekerasan sehingga dapat mendorong anak untuk melakukan atau meniru tindakan kekerasan.

b. Keluarga

Keluarga juga biasanya mempengaruhi perilaku pada anak-anak. Orang tua menjadi role model pertama bagi anak-anak mereka. Tidak sedikit dari munculnya perilaku bullying dipengaruhi oleh orang tua. Meskipun orang tua punya wewenang untuk mengendalikan anak-anak tetapi sering kali orang tua menggunakan kekerasan agar dipatuhi oleh anak-anak. Apabila orang tua mengekspresikan amarahnya dengan menggunakan fisik kepada anak-anak, dilakukan terus menerus dan sering dilihat oleh anak-anak mereka. Sehingga anak-anak berfikir bahwa tindakan kekerasan fisik diperbolehkan seperti apa yang dilakukan orang tua terhadap anak-anak.

Menurut Olweus (dalam Dezy, 2012) ada beberapa lingkungan keluarga yang dapat mempengaruhi tindakan bullying, diantaranya:

1. Kurangnya kehangatan dan penerimaan.
2. Kegagalan untuk menetapkan batas yang jelas terhadap perilaku bullying terhadap teman sebaya, saudara ataupun orang dewasa.
3. Kurangnya cinta dan perhatian serta memberikan kebebasan yang berlebihan.
4. Menggunakan hukuman fisik dan kekerasan emosi seperti meledek. Selain itu, orang tua juga terlalu permisif atau anak-anak mereka tidak mengetahui bahwa melakukan bullying. Orang tua juga tidak mengembangkan sikap empati, sopan santun, kebaikan dan karakter penting lainnya kepada anak-anak mereka.

c. Teman Sebaya

Selain media dan keluarga, Beane (dalam Dezy, 2012) juga menyebutkan bahwa teman sebaya juga bias menjadi pengaruh dalam melakukan tindakan bullying. Anak-anak ditolak bukan karena perilaku atau karakteristik yang mereka miliki, namun karena per group membutuhkan target untuk ditolak.

Penolakan tersebut dapat membantu kelompok dalam menentukan batas-batas penerimaan dengan membawa kesatuan kedalam kelompok. Dengan kata lain, individu-individu ditargetkan menjadi kambing hitam yang berfungsi untuk kepentingan kebersamaan kelompok. Ini adalah salah satu alasan siswa untuk bergabung kedalam kelompok, meskipun mereka tidak sama seperti orang yang ada didalam. Salah satu aturan yang dilakukan dalam suatu kelompok atau geng adalah anggota harus melakukan seperti yang kelompok lakukan. Kebutuhan anak-anak untuk merasa bersatu dengan teman-teman merupakan motivasi yang kuat. Dari penolakan tersebut disebutkan dalam sebuah penelitian, bahwa anak-anak yang ditolak akan melakukan tindakan yang lebih agresif, lebih menarik diri, kurang mudah bergaul dan/atau kurang terampil dalam kognitif dibandingkan anak-anak lain yang diterima

d. Lingkungan masyarakat

Salah satu lingkungan yang berpengaruh besar bagi anak menurut beane adalah masyarakat, karena bagaimanapun masyarakat merupakan tempat dan tumbuh kembangnya anak. Apa yang terjadi

dimasyarakat tempat tinggal anak akan berpengaruh yang sangat signifikan, anak akan belajar bagaimana berperilaku seperti orang-orang yang ada disekitarnya. Jika anak dibesarkan dilingkungan masyarakat yang keras maka anak akan tumbuh menjadi masyarakat yang keras, begitu juga ketika anak dibesarkan di lingkungan masyarakat yang bermoral dan baik maka anak akan tumbuh menjadi pribadi yang bermoral dan baik. Lingkungan yang memperlihatkan kekerasan kepada anak akan mengajarkan kepada anak bahwa perilaku itu diperbolehkan untuk dilakukan.

e. Sekolah

Kemudian lingkungan sosial yang terakhir adalah sekolah. Beane (dalam Dezy, 2012) menyebutkan bahwa kondisi sekolah juga dapat berpengaruh terhadap perilaku bullying pada anak.

Menurut Ariesto (dalam Mudjijanti, 2011) dan Kholilah (2012), penyebab terjadinya bullying antara lain:

a. Keluarga

Pelaku bullying seringkali berasal dari keluarga yang bermasalah seperti orang tua yang sering menghukum anaknya secara berlebihan, atau situasi rumah yang penuh stres, agresi, dan permusuhan. Anak akan mempelajari perilaku bullying ketika mengamati konflik-konflik yang terjadi pada orang tua mereka, dan kemudian menirunya terhadap teman-temannya. Jika tidak ada konsekuensi yang tegas dari lingkungan terhadap perilaku coba-cobanya itu, ia akan belajar bahwa "mereka yang memiliki kekuatan diperbolehkan untuk berperilaku agresif, dan perilaku agresif itu dapat meningkatkan status dan kekuasaan seseorang". Dari sini anak mengembangkan perilaku *bullying*.

b. Sekolah

Karena pihak sekolah sering mengabaikan keberadaan bullying ini, anak-anak sebagai pelaku bullying akan mendapatkan penguatan terhadap perilaku mereka untuk melakukan intimidasi terhadap anak lain. Bullying berkembang dengan pesat dalam lingkungan sekolah sering memberikan masukan negatif pada siswanya, misalnya berupa hukuman yang tidak membangun sehingga tidak mengembangkan rasa menghargai dan menghormati antar sesama anggota sekolah.

c. Faktor Kelompok Sebaya

Anak-anak ketika berinteraksi dalam sekolah dan dengan teman di sekitar rumah, kadang kala terdorong untuk melakukan bullying. Beberapa anak melakukan bullying dalam usaha untuk membuktikan bahwa mereka bisa masuk dalam kelompok tertentu, meskipun mereka sendiri merasa tidak nyaman dengan perilaku tersebut.

Astuti (2008) menambahkan beberapa faktor terjadinya bullying antara lain disebabkan beberapa faktor sebagai berikut:

- a) Perbedaan ekonomi, agama, gender, etnisitas/rasisme.
- b) Tradisi senioritas.
- c) Senioritas
- d) Keluarga yang tidak rukun.
- e) Situasi sekolah yang tidak harmonis atau diskriminatif.
- f) Persepsi nilai yang salah atas perilaku korban senioritas Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku bullying adalah faktor media, keluarga, sekolah, teman sebaya dan lingkungan masyarakat Beane (dalam Dezy, 2012)

4. Unsur-Unsur Bullying

Coloroso (2003) menjelaskan bahwa sesungguhnya bullying akan selalu melibatkan ketiga unsur berikut ini:

a. Ketidakseimbangan kekuatan

Pelaku bullying dapat saja orang yang lebih tua, lebih besar, lebih kuat, lebih mahir secara verbal, lebih tinggi dalam status sosial, berasal dari ras yang berbeda, atau tidak berjenis kelamin yang sama. Sejumlah besar kelompok anak yang melakukan bullying dapat menciptakan ketidakseimbangan. Bullying bukan merupakan persaingan antar saudara kandung dan bukan pula perkelahian yang melibatkan dua pihak yang setara.

b. Niat untuk mencederai

Bullying berarti menyebabkan kepedihan emosional dan/atau luka fisik, memerlukan tindakan untuk dapat melukai, dan menimbulkan rasa senang di hati sang pelaku saat menyaksikan luka tersebut. Tidak ada kecelakaan atau kekeliruan, tidak ada keseleo lidah, tidak ada kaki yang salah tempat, tidak ada "Aduh, maaf, aku tidak bermaksud begitu. Baik pihak pelaku maupun pihak korban mengetahui bahwa bullying

c. Ancaman

Agresi lebih lanjut dapat dan kemungkinan akan terjadi kembali. Bullying tidak dimaksudkan sebagai peristiwa yang terjadi sekali saja.

Olweus (2006) merumuskan adanya tiga unsur dasar bullying, yaitu bersifat

a. Menyerang dan negatif,

Bullying berarti menyebabkan kepedihan emosional dan/atau luka fisik, perbuatan yang dilakukan bersifat negatif dan *melukai korban bullying*.

b. Dilakukan secara berulang kali

Baik pihak pelaku maupun pihak korban mengetahui bahwa bullying dapat dan kemungkinan akan terjadi kembali. Bullying tidak dimaksudkan sebagai peristiwa yang terjadi sekali saja.

C. Adanya ketidakseimbangan

kekuatan antara pihak yang terlibat Pelaku bullying dapat saja orang yang lebih tua, lebih besar, lebih kuat, lebih mahir secara verbal, lebih tinggi dalam status sosial, berasal dari ras yang berbeda, atau tidak berjenis kelamin yang sama. Sejumlah besar kelompok anak yang melakukan bullying dapat menciptakan ketidakseimbangan. Bullying bukan merupakan persaingan antar saudara kandung dan bukan pula perkelahian yang melibatkan dua pihak yang setara.

Menurut Pedoman Penggolongan Diagnosis Gangguan Jiwa (PPDGJ) unsur-unsur dari perilaku bullying adalah

- a. Ciri khas dari gangguan tingkah laku tak berkelompok ialah adanya kombinasi mengenai perilaku disosial dan agresif berkelanjutan (yang memenuhi seluruh kriteria F91 dan tidak terbatas hanya pada perilaku membangkang, menentang dan merusak), dengan sifat kelainan yang pervasif dan bermakna dalam hubungan anak yang bersangkutan dengan anak-anak lainnya
- b. Tiadanya keterpaduan yang efektif dengan kelompok sebaya merupakan perbedaan penting dengan gangguan tingkah laku yang "berkelompok" (socialized) dan ini diutamakan di atas segala perbedaan lainnya
- c. Rusaknya hubungan dengan kelompok sebaya terutama dibuktikan oleh keterkucilan dari dan atau penolakan oleh, atau kurang disenanginya oleh anak-anak sebayanya, dan karena ia tidak mempunyai sahabat karib atau hubungan empatik, hubungan timbal balik yang langgeng dengan anak kelompok usianya. Hubungan dengan orang dewasa pun ditandai oleh perselisihan, rasa bermusuhan, dan dendam. Hubungan baik dengan orang dewasa dapat terjalin

Tindak kejahatan lazim (namun tidak mutlak) dilakukan sendirian. Perilaku yang khas terdiri dari tingkah laku menggentak, sangat sering berkelahi, dan (pada anak yang lebih dan melawan otoritas besar), pemerasan atau tindak kekerasan; sikap membangkang secara berlebihan, perbuatan kasar, sikap tidak mau bekerja sama,

Berdasarkan kesimpulan diatas unsur-unsur perilaku bullying adalah menyerang dan negatif, dilakukan secara berulang kali, adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pihak yang dalam bentuk fisik maupun verbal. terlibat (Olweus 2006). Unsur-unsur bullying diatas dilakukan

C. Metode Pelatihan Empati

1. Presentasi
2. Diskusi
3. Permainan
4. *Worksheet*

D. Sasaran Pelatihan

Siswa Kelas VI SDN Rangkah 6 Surabaya yang menjadi Pelaku Bullying dalam kategori tinggi

E. Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Pelatihan tersebut dilaksanakan pada tanggal Senin, 3 Desember 2018

Tempat pelaksanaan di Ruang Kelas SDN Nginden Jangkungan I 274

F. Rancangan kegiatan

Treatment	Tujuan	Target Perilaku	Rancangan Pertemuan
Pelatihan Empati	Membantu klien agar dapat menurunkan frekuensi perilaku <i>bullying</i> yang mereka lakukan	Klien dapat mengenali diri mereka sendiri, lalu memahami perilaku negatif <i>bullying</i> yang pertemuan mereka lakukan dapat merugikan orang lain dan dapat mengurangi frekuensi perilaku <i>bullying secara fisik</i> maupun verbal yang mereka lakukan seperti memukul, menendang, mengejek nama orang yang juga memicu pertengkaran	1 kali pertemuan
Pelatihan Empati	Membantu klien agar dapat menurunkan frekuensi perilaku <i>bullying</i> yang mereka lakukan seperti memukul,	Klien dapat mengurangi frekuensi perilaku <i>bullying secara fisik</i> maupun verbal yang mereka lakukan seperti memukul, menendang, mengejek nama orang yang juga memicu pertengkaran	1 kali pertemuan

	menendang, mengejek nama orang yang juga memicu pertengkaran		
--	---	--	--

G. Tata Ruang

Pelatihan Empati dilakukan pada :

- Ruang dengan penerangan yang cukup cahaya dan nyaman
- Ruang dengan sirkulasi udara yang baik

H. Media

- LCD
- Laptop
- Speaker
- Kertas
- Koran bekas
- Pensil

I. Materi

Dalam pelatihan empati yang dilakukan, kesempatan kali ini terapis akan memberikan materi kepada klien dengan isis materi "who i am mengenali diri mereka sendiri. Kemudian setelah itu terapis akan menjelaskan kepada klien mengenai materi perilaku bullying.

Tujuan dari penyampaian materi ini adalah agar klien dapat lebih mengenal diri mereka sendiri dan perilaku negatif apa saja yang termasuk dalam kategori perilaku bullying

J. Pelaksanaan

Pertemuan I				
Sesi	Materi	Isi/Penjelasan	Durasi	Waktu

1	Perkenalan dan Ice Breaking	Tepuk semangat, dance baby shark, game konsentrasi gajah dan semut, games “dimana rumahku”	30 Menit	07.30-08.00
2	Presentasi	Presentasi mengenai “Who i am” dan Pengetahuan mengenai perilaku <i>bullying</i> (diskusi dan tanya jawab)	60 Menit	08.00-09.00
Istirahat (30 Menit)				
3	Ice Breaking	Tepuk semangat dan tepuk selamat pagi, siang dan malam	30 Menit	09.30-10.00
4	Review sesi 1 dan 2	Membahas kembali sedikit kegiatan yang dilakukan pada sesi 1 dan 2	15 Menit	10.00-10.15
5	Pemutaran Film	Pemutaran film mengenai <i>bullying</i> dan kisah korban <i>bullying</i>	30 Menit	10.15-10.45
6	Penutup	Penulisan kegiatan hari ini dan menyayi lagu pulang	15 Menit	10.45-11.00

Pertemuan II

Sesi	Materi	Isi/Penjelasan	Durasi	Waktu
1	Pembukaan dan Ice Breaking	Tepuk semangat, tepuk jari satu dua tiga, games “benar salah” dan games “menggambar orang secara berkelompok”	30 Menit	07.30-08.00
2	Review Pertemuan Hari ke-1	Membahas mengenai pertemuan hari ke-1	15 Menit	08.00-08.15
3	Presentasi	Materi mengenai perilaku <i>bullying</i> dan empati	30 Menit	08.15-08.45
4	Games	Permainan	15 Menit	08.45-09.00
Istirahat (30 Menit)				
5	Ice Breaking	Tepuk semangat dan tepuk selamat pagi, siang dan malam, game “benar dan salah”	20 Menit	09.30-09.50
6	Review Sesi Presentasi	Membahas kegiatan sebelum istirahat	10 Menit	09.50-10.00
7	Pemutaran Film	Pemutaran film mengenai perilaku <i>bullying</i> dan dampak <i>bullying</i>	30 Menit	10.00-10.30
8	Post test	Memberikan kuisioner	15 Menit	10.30-10.45

9	Review Hari ini	Review kegiatan hari ini dan manfaat yang dapat diambil	15 Menit	10.45-11.00
10	Penutup	Menulis dibuku mengenai kegiatan hari ini, ditutup dengan menyayikan lagu	15 Menit	11.00-11.15

K. Prosedur Intervensi

Intervensi Hari Pertama

1. Membangun Rapport dan Ice Breaking

a. Membangun Rapport

Kegiatan ini dilakukan dengan menjalin kedekatan antara trainer dan klien. Kegiatan yang bisa dilakukan adalah dengan menjadi pendengar yang baik saat klien mengajak cerita, menjadi pendamping yang baik saat mengajak bermain anak. Selain itu dapat dilakukan dengan cara melakukan percakapan ringan seputar kabar klien dan kegiatan yang dilakukan oleh klien selama beberapa hari terakhir. Kegiatan ini dilakukan agar klien nyaman dengan kehadiran trainer.

b. Ice Breaking

- Mengajak anak tepuk semangat
- Melakukan dance baby shark
- Melakukan Games Gajah dan Semut

Waktu : 15 Menit

Tujuan : Meningkatkan konsentrasi

Prosedur :

- Seluruh peserta berdiri membentuk lingkaran menghadap ke dalam. Trainer berdiri permainan berada di tengah-tengah
- Trainer berjalan berputar menghampiri peserta, sambil mengucapkan kata "gajah" atau "semut" berulang-ulang
- Pada tempo tertentu, trainer berhenti di depan peserta sambil mengucapkan "semut" atau "gajah". Peserta yang ditunjuk segera merespons ucapan kata "gajah", maka peserta harus menjentikkan jari (mengungkapkan seolah-olah kecil) sambil mengucapkan kata, "besar"....!. Dan, jika trainer mengucapkan kata "semut", maka peserta harus merentangkan tangannya menggerakkan tangan membentuk alingkar (mengungkapkan

seolah-olah dan besar) sambil mengucapkan kata "Kecil"...

- Peserta yang merespons salah akan mendapat sanksi. Sanksi nya adalah mengucapkan kata "Kepala digaruk, kelapa diparut" dalam tempo cepat dalam waktu 1 menit

- Games Di mana Rumahku

Waktu : 15 Menit

Tujuan : Mengasah kerjasama, melatih berbagi, menekan ego, dan menghargai teman

Prosedur :

- Minta seluruh peserta berdiri membuat lingkaran besar sambil bergandengan tangan, trainer ikut bergandengan
- Tunjukkan kertas lipat, lalu tanyakan warna kertasnya apa saja
- Jelaskan bahwa kertas lipat ini nantinya menjadi rumah anak-anak
- Kemudian, letak kertas di lantai. Jarak antarkertas kurang lebih 2 m. Pembagian warna kertasnya adalah merah 2, kuning 2, hijau 2, dan seterusnya, sesuai ruangan atau jumlah peserta. Jika pesertanya sedikit, jangan terlalu banyak kertas yang ditaruh.
- Permainan diawali dengan cerita

Di suatu desa, ada sekelompok penduduk yang tinggal di rumah masing-masing. Tetapi pada suatu saat, terjadi bencana alam gempa bumi. Hampir semua rumah roboh, sehingga tidak dapat ditempati. Tinggal rumah bercat merah yang bisa ditempati

- Ketika trainer berkata rumah merah, semua peserta bergegas menginjakkan kaki di kertas berwarna merah. Mereka berusaha agar bisa memasuki rumah dengan menginjakkan kaki, meskipun hanya satu kaki
- Peserta yang tidak dapat menginjakkan kaki di rumah merah akan menerima tugas tambahan sesuai kesepakatan

2. Presentasi

Pada sesi ini klien diminta untuk membuat setengah lingkaran menghadap papan tulis. Klien memperhatikan trainer yang sedang menjelaskan materi dengan power point. Di sela-sela itu salah satu anak diberi kertas lipatan. Kertas lipatan akan diputar sambil bernyanyi. Saat lagu sudah habis, kertas lipatan akan berada di salah satu anak. Anak yang mendapat kertas lipatan tersebut akan memberi pendapat atau menjawab pertanyaan yang diberikan trainer.

Setelah pemaparan materi selesai, dilakukan diskusi dan tanya jawab dengan cara peserta yang ditunjuk oleh trainer, dapat memilih temannya yang lain untuk mengungkapkan pendapat mengenai materi yang diberikan trainer.

3. Ice Breaking

- Tepuk Semangat

- Tepuk Pagi Siang Malam

Waktu :15 Menit

Tujuan : Menghilangkan kejenuhan dan merangsang kecepatan pendengaran dan tangan

Prosedur :

- Trainer menyebutkan waktu pagi, siang dan malam bisa dengan bercerita
- Pagi: Tepuk tangan 3 kali
- Siang : Tepuk tangan 2 kali
- Malam : Tepuk tangan 1 kali
- Trainer menyebutkan waktu secara acak dan berturut-turut. Semua peserta harus bertepuk tangan, jika tidak akan diberi hukuman yang mengasyikan.

a. Review Sesi 1 dan 2

Peserta melakukan games kuncup tangan, untuk memilih anak yang akan mendapat giliran untuk menjawab. Dalam sesi ini peserta akan menjelaskan kembali kegiatan dan materi yang dilakukan saat sesi 1 dan 2

b. Pemutaran Film mengenai Perilaku Bullying

Dalam kegiatan ini trainer akan memutar video yang berisi perilaku bullying dan kisah para korban bullying. Setelah pemutaran film selesai, trainer melakukan diskusi dan tanya jawab. Peserta yang menjawab pertanyaan dengan cara games kuncup tangan, peserta yang kalah harus menjawab pertanyaan untuk pertama kali, lalu untuk selanjutnya peserta yang menjawab dipilih oleh peserta yang menjawab sebelumnya.

- Games menggambar orang secara berkelompok

Waktu : 20 Menit

Tujuan : Melatih kerjasama dan menghargai orang lain

Prosedur :

- Buat beberapa kelompok dengan jumlah anggota yang sama
- Tempatkan masing-masing kelompok, bisa duduk di lantai atau kursi
- Masing-masing peserta dalam kelompok duduk saling berhadapan
- Jelaskan bahwa tugas masing-masing peserta dalam tiap kelompok adalah menggambar orang secara kerja sama. Beri tiap kelompok satu kertas putih. Lalu, salah satu anak menggambar satu bentuk, misal kepala. Kemudian, kertas diberikan kepada peserta kedua dalam satu kelompok. Peserta kedua melanjutkan menggambar, misalnya, badan. Begitu, seterusnya sampai membentuk orang. Kelompok yang paling cepat dan paling bagus gambarnya menjadi juaranya

4. Penutup

- Penulisan Buku Harian

Peserta akan diberi kertas warna-warni untuk menuliskan kegiatan yang dilakukan hari ini dan refleksi perasaan yang dirasakan lalu dimasukkan ke amplop yang berwarna warni

- Menyanyi lagu sayonara sambil membentuk barisan memanjang peserta bersalaman satu sama lain

Rancangan Kegiatan Hari ke 2

1. Ice Breaking

- Tepuk Semangat
- Tepuk Pagi Siang Malam

Waktu : 15 Menit

Tujuan : Menghilangkan kejenuhan dan merangsang kecepatan pendengaran dan tangan

Prosedur :

- Trainer menyebutkan waktu pagi, siang dan malam bisa dengan bercerita
- Pagi: Tepuk tangan 3 kali
- Siang : Tepuk tangan 2 kali
- Malam : Tepuk tangan 1 kali
- Trainer menyebutkan waktu secara acak dan berturut-turut. Semua peserta harus bertepuk tangan, jika tidak akan diberi hukuman yang mengasyikan.

- Games Salah Benar

Waktu : 20 Menit

Tujuan : Meningkatkan konsentrasi, melatih kerjasama dan komunikasi

Prosedur :

- Peserta dibagi menjadi dua kelompok atau lebih dan dihadapkan dengan trainer Trainer menjelaskan aturan main yaitu rumusnya benar-salah
- Jika trainer mengatakan "maju-mundur" maka peserta harus maju dan maju karena rumusnya adalah "benar-salah
- Agar menambahkan keseruan, peserta diajak untuk berteriak sesuai dengan arah pergerakannya
- Trainer mengganti rumusnya dengan "benar-salah-benar-salah" atau "benar-benar-salah-salah" sesuai keinginan trainer
- Peserta harus mengikuti rumus yang diberikan oleh trainer
- Kelompok yang salah di permainan ini akan dianggap gugur, namun permainan akan tetap dilanjutkan kembali sampai tersisa 1 kelompok pemenang

2. Review Pertemuan Hari Pertama

Membuat barisan dengan cara peserta membuat barisan sesuai dengan tinggi badan. Setiap barisan kelompok wajib memberikan 1 perwakilan untuk melakukan review pertemuan hari pertama dengan cara berbicara didepan peserta yang lain

3. Presentasi

Melakukan pemaparan dan pemahaman materi mengenai perilaku bullying dengan cara peserta membuat barisan membentuk barisan kereta. tangan peserta memegang pundak teman didepannya lalu berjalan membentuk kereta sambil bernyanyi. pada saat lagu berhenti dan anak yang tertangkap di bawah lorong temannya ditunjuk untuk memberikan pendapat mengenai materi yang akan disampaikan. Materi disampaikan dan trainer mereview jawaban dan pendapat yang diberikan peserta.

4. Game Kapal Livina

Waktu : 20 Menit

Tujuan : Melatih Kerja sama, rasa solidaritas dan untuk berbagi anak

Prosedur :

- Buat beberapa kelompok dengan jumlah anggota yang sama
- Taruh kertas koran sesuai jumlah kelompok di lantai. Jelaskan bahwa kertas koran yang telah digelar di lantai kapal Livina yang berada di tengah laut.
- Setelah ada aba-aba, tiap kelompok menaiki kapal masing-masing. Semua anak dalam satu kelompok harus berdiri di atas kapal kelompoknya.
- Jelaskan lagi, tiba-tiba kapal diterjang ombak dan sebagian bagian kapal hilang. Trainer mendekati kertas koran pada masing-masing kelompok dan menyobek sebagian kertas koran. Sehingga kertas berpijak tiap kelompok semakin sempit.
- Jelaskan lagi, tiba-tiba kapal diterjang ikan hiu yang besar, sehingga bagian kapal ada yang hilang. Trainer kembali menyobek sebagian kertas koran di setiap kelompok, ruang peserta sempit. Begitu seterusnya sampai kapal menjadi lebih kecil. Jika ada anak yang keluar/tidak dapat berdiri di atas koran, kelompok tersebut tidak berhasil. Pemenangnya adalah kelompok yang dapat bertahan paling akhir tanpa ada satu anggotanya pun yang jatuh dari kapal.

5. Review Pertemuan sesi 1 sampai 4

Membuat barisan dengan cara peserta membuat barisan sesuai dengan tinggi badan. Setiap barisan kelompok wajib memebrikan satu perwakilan untuk melakukan review pertemuan hari pertama dengan cara berbicara di depan peserta yang lain

6. Pemutaran Video mengenai akibat dari perilaku bullying, kampanye stop bullying dan video antisipasi supaya perilaku bullying tidak dilakukan lagi

Trainer menampilkan poster mengenai bullying untuk memberi gambaran visual kepada peserta. Dilakukan kegiatan diskusi dan tanya jawab mengenai materi yang disampaikan tadi

7. Post Test

8. Review kegiatan yang dilakukan hari ini

Penulisan Buku Harian

Peserta akan diberi kertas warna-warni untuk menuliskan lalu dimasukkan ke amplop yang berwarna warni kegiatan yang dilakukan hari ini dan refleksi perasaan yang dirasakan

9. Penutup

Bernyanyi lagu sayonara dan sepatu Gilang

Lampiran 6. Tabulasi Data

-Kategori Tingkat *Bullying*

Interval Skor	Kategorisasi	Jumlah Siswa	
$22,65 < X$ (23 - 30)	Sangat Tinggi	Pre-tes	1
		Post-tes	0
$17,55 < X \leq 22,65$ (18 - 22)	Tinggi	Pre-tes	15
		Post-tes	0
$12,45 < X \leq 17,55$ (13 - 17)	Sedang	Pre-tes	4
		Post-tes	4
$7,35 < X \leq 12,45$ (8 - 12)	Rendah	Pre-tes	0
		Post-tes	14
(0-7)	Sangat Rendah	Pre-tes	0
		Post-tes	2
Mean = 15,5		Jumlah Pre-tes	20
SD = 5,1		Jumlah Post-tes	

-Hasil Pre Tes, Post Tes dan Gain

Kelompok Eksperimen				
Skala	Nama	Pre Tes	Post Tes	Gain
<i>Bullying</i> Perilaku	S	19	12	7
	A	18	11	7
	R	23	5	18
	A	21	13	8

G	17	10	7
H	17	12	5
N	18	13	5
G	21	12	9
N	18	12	6
M	18	9	9
D	22	10	12
K	20	17	3
D	18	9	9
R	14	10	4
V	19	12	7
B	18	9	9
Z	19	14	5
G	17	10	7
H	19	6	13
A	21	12	9

-Kategorisasi

Kategorisasi	Interval Skor
Sangat Tinggi	$23,15 < X$
	$(M + 1,5 \times SD) < X$
	$(15 + 1,5 \times 5,1) < X$
Tinggi	$24 - 31$
	$(15 + 7,65) < X$
	$22,65 < X$
Tinggi	$18,05 < X \leq 23,15$
	$(M + 1,5 \times SD) < X$
	$(19 - 23)$
	$(15 + 0,5 \times 5,1) < X$

		$(15 + 2,55)$ $17,55 < X$
Sedang	$12,95 < X \leq 18,05$ $(13 - 18)$	$(M - 0,5 \times SD) < X$ $(15 - 0,5 \times 5,1) < X$ $(15 - 2,55)$ $12,45 < X$
Rendah	$7,85 < X \leq 18,05$ $(8 - 12)$	$(M - 1,5 \times SD) < X$ $(15 - 1,5 \times 5,1) < X$ $(15 - 7,65)$ $7,35 < X$
Sangat Rendah	$(0 - 7)$	$X \leq 7,35$

-data deskriptif pre-tes

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1
2	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
3	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1
4	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
7	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1
8	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0
9	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1
10	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1
11	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1
12	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1
13	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1
14	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1
15	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1
16	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
17	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1
18	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
19	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
20	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0
21	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0
22	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
23	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
24	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0
25	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
26	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1
27	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1
28	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
29	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0
30	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
Total	19	18	23	21	17	17	18	21	18	18	22	20	18	14	19	18	19	17	19	21

-data deskriptif pos-tes

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0
2	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1
3	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0
4	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0
5	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1
6	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1
7	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0
8	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0
9	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0
10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
11	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1
12	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0
13	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1
14	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
15	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0
16	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1
17	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0
18	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1
19	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0
20	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1
21	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0
22	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0
23	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0
24	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1
25	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0
26	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0
27	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0
28	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0
29	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1
30	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0
Total	12	11	5	13	10	12	13	12	12	9	10	17	9	10	12	9	14	10	6	12

Lampiran 7. Analisis Data

-Uji Validitas dan Reliabilitas (Putaran 1)

No.	Jumlah aitem	Corrected item-total Correlation	Lolos/Gugur
1	aitem 1	0,172	Gugur
2	aitem 2	0,359	Lolos
3	aitem 3	0,536	Lolos
4	aitem 4	0,325	Lolos
5	aitem 5	0,612	Lolos
6	aitem 6	0,451	Lolos
7	aitem 7	0,344	Lolos
8	aitem 8	0,246	Gugur
9	aitem 9	0,385	Lolos
10	aitem 10	0,328	Lolos
11	aitem 11	0,433	Lolos
12	aitem 12	0,330	Lolos
13	aitem 13	0,674	Lolos
14	aitem 14	0,379	Lolos
15	aitem 15	0,620	Lolos
16	aitem 16	0,293	Lolos
17	aitem 17	0,364	Lolos
18	aitem 18	0,299	Lolos
19	aitem 19	0,285	Lolos
20	aitem 20	0,457	Lolos
21	aitem 21	0,385	Lolos
22	aitem 22	0,201	Gugur
23	aitem 23	0,242	Gugur
24	aitem 24	0,354	Lolos
25	aitem 25	0,446	Lolos
26	aitem 26	0,622	Lolos
27	aitem 27	0,322	Lolos
28	aitem 28	0,457	Lolos

29	aitem 29	0,249	Gugur
30	aitem 30	0,568	Lolos
31	aitem 31	0,373	Lolos
32	aitem 32	0,624	Lolos
33	aitem 33	0,207	Gugur
34	aitem 34	0,475	Lolos
35	aitem 35	0,303	Lolos
36	aitem 36	0,457	Lolos
Jumlah Lolos			30
Jumlah Gugur			6

-Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Item
0,883	36

-Uji Validitas dan Reliabilitas (Putaran 2)

No	Jumlah aitem	Corrected item-total Correlation	Lolos/Gugur
1	aitem 2	0,370	Lolos
2	aitem 3	0,532	Lolos
3	aitem 4	0,307	Lolos
4	aitem 5	0,616	Lolos
5	aitem 6	0,437	Lolos
6	aitem 7	0,349	Lolos
7	aitem 9	0,402	Lolos
8	aitem 10	0,316	Lolos
9	aitem 11	0,433	Lolos
10	aitem 12	0,338	Lolos
11	aitem 13	0,671	Lolos
12	aitem 14	0,391	Lolos
13	aitem 15	0,604	Lolos

14	aitem 16	0,292	Lolos
15	aitem 17	0,337	Lolos
16	aitem 18	0,330	Lolos
17	aitem 19	0,295	Lolos
18	aitem 20	0,477	Lolos
19	aitem 21	0,371	Lolos
20	aitem 24	0,348	Lolos
21	aitem 25	0,436	Lolos
22	aitem 26	0,627	Lolos
23	aitem 27	0,286	Lolos
24	aitem 28	0,456	Lolos
25	aitem 30	0,560	Lolos
26	aitem 31	0,392	Lolos
27	aitem 32	0,619	Lolos
28	aitem 34	0,477	Lolos
29	aitem 35	0,277	Lolos
30	aitem 36	0,468	Lolos
Jumlah Lolos			30
Jumlah Gugur			0

-Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Item
0,885	30

-Uji Pra-Syarat (uji normalitas)

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre-tes perilaku bullying	.171	20	.128	.946	20	.304

a. Lilliefors Significance Correction

-Uji Analisis Hipotesis (uji paired sampel t-tes)

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre-tes perilaku bullying	18.85	20	2.059	.460
	Post-tes perilaku bullying	10.90	20	2.673	.598

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre-tes perilaku bullying - Post-tes perilaku bullying	7.950	3.426	.766	6.347	9.553	10.379	19	.000

Gambar 6. Uji Paired Sample T-test

Lampiran 8. Dokumentasi data



Gambar 7. Kegiatan Curhat Bersama Psikolog



Gambar 8. Kegiatan Pengenalan Diri



Gambar 9. Kegiatan Pengisian Tugas