

Efektivitas Pelatihan Empati dalam Meningkatkan Perilaku Prosocial Pada Siswa *Bystander*

Andi Mifzal Fauzan¹, Nur Akmal², Amirah Aminanty Agussalim³

^{1,2,3}Universitas Negeri Makassar

E-mail: andimifzalfauzan@gmail.com

Article History:

Received: 05 September 2026

Revised: 16 September 2026

Accepted: 21 September 2026

Keywords:

Empati, Perilaku Prosocial,
Siswa *Bystander*

Abstrak:

Siswa tidak hanya bertanggung jawab dalam proses belajar, tetapi juga berperan dalam menciptakan lingkungan sosial yang aman, namun masih banyak menjadi *bystander* pasif saat menyaksikan bullying. Pelatihan empati menjadi salah satu intervensi yang dapat diberikan untuk mendorong peningkatan perilaku prososial pada siswa *bystander*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas pelatihan empati dalam meningkatkan perilaku prososial pada siswa *bystander*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain eksperimen *one group pretest posttest with follow-up design*. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 12 orang siswa berusia 13-14 tahun yang berperan sebagai *bystander* dalam peristiwa bullying, memiliki skor empati pada kategori rendah dan sedang serta skor perilaku prososial pada kategori rendah, yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data hasil penelitian dianalisis menggunakan uji *repeated measures anova*. Alat ukur yang digunakan meliputi skala perilaku menolong, empati, dan perilaku prososial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan empati efektif dalam meningkatkan perilaku prososial pada siswa *bystander* dengan nilai signifikansi ($P = 0,001 < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa pelatihan empati dapat digunakan sebagai strategi preventif untuk menumbuhkan sikap peduli pada siswa dalam menghadapi situasi bullying yang terjadi di lingkungan sekolah.

PENDAHULUAN

Perubahan pada remaja terlihat pada intensitas emosi yang cenderung meningkat, salah satunya dapat menyebabkan emosi mudah bergejolak dan pengendalian diri yang belum matang, sehingga dapat berdampak pada perilaku *bullying* (Noya, Taihuttu, & Kiriwenno, 2024). Kurangnya perhatian terhadap karakteristik remaja dapat berdampak negatif pada emosi yang belum matang, sehingga berpotensi memicu perilaku *bullying* (Winata, 2017). *Bullying* dapat diartikan sebagai tindakan kekerasan, baik fisik maupun verbal dengan merendahkan serta mengintimidasi korban agar korban tidak dapat melawan (Nugroho, 2022).

Peristiwa *bullying* bisa terjadi di berbagai tempat, termasuk sekolah, tempat kerja, rumah,

masyarakat, dan dunia maya (Ahmad, 2021). Berdasarkan data yang dirilis oleh Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) pada tahun 2023, tercatat sebanyak 23 kasus *bullying* yang terjadi di sekolah selama periode Januari hingga September. Dari jumlah tersebut, 50% kasus terjadi di jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP), 23% di Sekolah Dasar (SD), 13,5% di Sekolah Menengah Atas (SMA), dan 13,5% di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). (Febriansyah & Yuningsih, 2024). Dampak yang ditimbulkan dari peristiwa *bullying* dapat menghambat perkembangan diri individu karena menghilangkan rasa aman dan nyaman, memberi rasa takut, merasa terintimidasi, tidak berharga, serta kesulitan bersosialisasi (Mukaromah, 2018).

Perilaku *bullying* melibatkan tiga peran utama, yaitu pelaku, korban, dan saksi atau *bystander* (Adriel & Indrawati, 2019). Fenomena *bullying* yang terjadi di Indonesia dialami oleh siswa, hal ini terkait dengan adanya video viral tentang aksi *bullying* di salah satu SMP di Kabupaten Gowa. Berdasarkan laporan yang diperoleh, perilaku *bullying* dilakukan oleh seorang siswa SMP terhadap teman sekelasnya, sementara siswa-siswa lain yang menyaksikan dan tidak berupaya untuk memisahkan pelaku dan korban (Nursam, 2024).

Fenomena *bystander* digambarkan sebagai kondisi semakin banyak individu yang hadir dalam suatu situasi darurat, semakin kecil kemungkinan bantuan akan diberikan oleh para *bystander* yang menyaksikan kejadian tersebut (Lestari, Angriana, & Pratama, 2020). Kehadiran *bystander* yang ditunjukkan melalui perilaku prososial untuk membantu korban *bullying* berpotensi menekan atau menghentikan perilaku *bullying* (Lesmono & Prasetya, 2020). Perilaku prososial merupakan tindakan membantu individu lain tanpa memperhatikan motif pribadi pemberi bantuan (Taylor, Peplau, dan Sears, 2009).

Dari fenomena *bystander*, sering kali ditunjukkan bahwa hanya sebagian kecil yang aktif membantu korban *bullying*, sementara sebagian besar tetap pasif atau mendukung pelaku secara tidak langsung (Apriliawati & Purnamaningsih, 2017). Hal ini mengindikasikan terdapat hambatan antara kesadaran akan pentingnya intervensi dengan tindakan yang dilakukan oleh *bystander*. Sehingga, kepercayaan diri *bystander* dalam membantu sering kali hanya berkaitan dengan niat, tetapi tidak selalu menghasilkan tindakan nyata (Chapin & Brayack, 2016).

Peran *bystander* dalam menghentikan perilaku *bullying* di sekolah memiliki potensi yang besar, karena jika jumlah *bystander* yang aktif melawan *bullying* meningkat, maka frekuensi tingkat *bullying* yang terjadi akan menurun (Ploeg, Kretschmer, Salmivalli, & Veenstra, 2017). Kesadaran dan keinginan untuk membantu korban *bullying* merupakan wujud perilaku prososial yang efektif dalam menghentikan *bullying* di lingkungan sekolah (Apriliawati & Purnamaningsih, 2017).

Bystander memiliki peran besar dalam menghentikan *bullying*, terutama melalui tindakan prososial dengan membantu korban, memberi dukungan, atau melaporkan kejadian (Lesmono & Prasetya, 2020). Rendahnya perilaku prososial siswa dapat disebabkan oleh kurangnya dukungan dari lingkungan, sehingga terdapat kesenjangan antara harapan ideal dan kenyataan dalam lingkungan pendidikan (Ardhan, Harsanti, & Satriadi, 2022).

Empati menjadi faktor utama yang sangat berperan dalam mendorong perilaku prososial individu, sedangkan faktor lainnya seperti suasana hati, model perilaku prososial, dan atribusi tanggung jawab pada korban. (Wulandari & Satiningsih, 2018). Empati didefinisikan sebagai kemampuan afektif individu untuk merasakan emosi yang dialami individu lain serta kemampuan kognitif untuk memahami sudut pandang individu lain (Davis, 1980). Perilaku prososial lebih sering ditunjukkan oleh individu dengan tingkat empati yang tinggi (Ubaida & Avezahra, 2023). Perilaku prososial yang disebabkan oleh rendahnya empati dapat berkontribusi pada peningkatan perilaku *bullying* di sekolah (Lestari, Angriana, & Pratama, 2020). Empati memungkinkan individu untuk menerima dan memahami emosi individu lain, membedakan emosi pribadi dari emosi individu lain, dan mampu menyesuaikan sesuai dengan perspektif individu yang dihadapi (Reis,

2017).

Korelasi antara empati dan perilaku prososial ditunjukkan oleh hasil penelitian terdahulu. Hal ini dibuktikan melalui penelitian yang telah dilakukan oleh Mulyawati, Marini, dan Nafiah (2022) bahwa empati memiliki korelasi positif yang signifikan terhadap perilaku prososial pada siswa, serta meningkatkan perilaku prososial siswa dapat dicapai melalui perbaikan empati. Hubungan positif antara empati dengan perilaku prososial telah dibuktikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Romiyati, Gutji, dan Wahyuni (2023). Dari penelitian tersebut, ditunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat empati yang dimiliki, maka semakin tinggi perilaku prososial yang ditampilkan, serta semakin besar peluang individu untuk bertindak secara prososial. *Bystander* dengan empati tinggi lebih cenderung melakukan tindakan prososial untuk membantu korban *bullying* (Lestari, Angriana, & Pratama, 2020).

Berdasarkan uraian di atas, terdapat urgensi terhadap perilaku *bullying* yang dapat dicegah oleh *bystander*. *Bystander* dapat mencegah perilaku *bullying* jika memiliki nilai prososial yang tinggi. Dalam mendukung perilaku prososial yang tinggi, diperlukan pelatihan empati. Hal ini dikarenakan empati berperan penting dalam membentuk perilaku prososial siswa. Individu dengan empati yang tinggi akan cenderung lebih mampu merasakan apa yang dialami orang lain. Rasa empati yang tinggi mendorong untuk merespon dengan tindakan menolong, sehingga tidak ada pilihan lain selain memberikan pertolongan (Ardhan, Harsanti, & Satriadi, 2022).

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat apakah pelatihan empati efektif dalam meningkatkan perilaku prososial pada siswa *bystander*. Penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi mengembangkan intervensi untuk meningkatkan perhatian terhadap pentingnya empati yang dapat meningkatkan perilaku prososial siswa agar lingkungan sekolah menjadi lebih aman dan nyaman.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian *quasi experiment* dengan pendekatan *one-group pretest-posttest with follow-up design*. *One-group pretest-posttest* merupakan bentuk rancangan eksperimen yang melibatkan satu kelompok sebagai subjek penelitian, kelompok tersebut diobservasi melalui *pretest*, kemudian diberikan perlakuan, dan diakhiri dengan pengukuran *posttest* untuk menilai perubahan setelah perlakuan (Creswell, 2019). Adapun penggunaan *follow-up* pada penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi keberlanjutan dari efek intervensi setelah prosedur intervensi diberikan.

Subjek penelitian berjumlah 12 siswa kelas IX SMPN 3 Sungguminasa dengan berdasarkan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan kriteria partisipan, yaitu: (1) remaja awal berusia 12-15 tahun, (2) siswa yang berperan sebagai *bystander* dalam peristiwa *bullying*, (3) siswa dengan skor empati berada pada kategori rendah dan sedang, dan (4) siswa dengan skor perilaku prososial berada pada kategori rendah. Persetujuan tertulis (*informed consent*) diperoleh dari partisipan penelitian serta izin formal dari institusi pendidikan terkait sebelum pelaksanaan penelitian.

Penelitian ini memiliki dua variabel diantaranya variabel terikat (perilaku prososial) dan variabel bebas (empati) serta. Perlakuan yang akan diberikan terdiri dari 6 sesi yang masing-masing sesi bertujuan untuk mengedukasi partisipan, sehingga dapat meningkatkan empati dan perilaku prososial pada siswa *bystander*. Empati diukur menggunakan skala empati yang dirancang oleh Davis (1980), yakni *Interpersonal Reactivity Index (IRI)* dan diadaptasi oleh Nugrahani (2020). Perilaku prososial diukur menggunakan skala perilaku prososial berdasarkan aspek dari Eisenberg dan Mussen (1989) yang diadaptasi dari Kushernanda, Pratitis, dan Arifiana (2023) dengan hasil

validitas faktorial menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) dan menunjukkan hasil model *fit* skala perilaku prososial menunjukkan nilai (CFI) sebesar $0,925 > 0,9$, (TLI) sebesar $0,904 > 0,9$ dan (RMSEA) sebesar $0,0474 < 0,08$, Hasil uji daya diskriminan bergerak dari angka $0,317-0,599$, dan reliabilitas *Mcdonald's Omega* sebesar $0,845$.

Bystander yang menjadi partisipan penelitian diperoleh berdasarkan proses *screening* yang diukur menggunakan skala perilaku menolong yang diadaptasi dari Thalia dan Djuwita (2024) untuk mengidentifikasi siswa yang pernah menjadi saksi atau pengamat dalam peristiwa *bullying*. Analisis data statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah *Repeated Measure Anova* menggunakan *software SPSS 29 for Mac*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa kelas IX di SMP Negeri 3 Sungguminasa yang memiliki empati dengan kategori rendah dan sedang, perilaku prososial rendah, berperan sebagai bystander pada peristiwa *bullying*, berjenis kelamin perempuan dan laki-laki, serta berusia 13-14 tahun. Berdasarkan hasil *screening* 60 siswa yang dilakukan, diperoleh partisipan yang mengikuti penelitian berjumlah 12 partisipan berdasarkan kriteria partisipan yang ditentukan. Deskripsi partisipan dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Data Partisipan Penelitian

No.	Inisial	Usia	Kelas	Jenis Kelamin	Kelompok
1.	IC	14 tahun	9	Perempuan	Eksperimen
2.	SS	14 tahun	9	Perempuan	Eksperimen
3.	DA	13 tahun	9	Perempuan	Eksperimen
4.	KW	14 tahun	9	Perempuan	Eksperimen
5.	IY	14 tahun	9	Perempuan	Eksperimen
6.	MP	14 tahun	9	Laki-Laki	Eksperimen
7.	MH	14 tahun	9	Laki-Laki	Eksperimen
8.	NSP	14 tahun	9	Perempuan	Eksperimen
9.	ZA	14 tahun	9	Perempuan	Eksperimen
10.	AZ	14 tahun	9	Laki-Laki	Eksperimen
11.	MA	14 tahun	9	Laki-Laki	Eksperimen
12.	SR	14 tahun	9	Perempuan	Eksperimen

Berdasarkan tabel di atas, partisipan penelitian ini terdiri dari 12 orang siswa kelas IX SMP Negeri 3 Sungguminasa. Tabel di atas menunjukkan bahwa partisipan berusia 13-14 tahun, dan menunjukkan bahwa partisipan lebih banyak dengan jenis kelamin perempuan dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki, serta seluruh partisipan tergabung dalam kelompok eksperimen.

Tabel 2. Analisis Deskriptif

Variabel		Min	Max	Mean	SD
Perilaku Prososial	<i>Pretest</i>	39	41	40	0,67
	<i>Posttest</i>	63	86	72	6,56
	<i>Follow-up</i>	56	79	54	6,71

Tabel 3. Hasil *Pretest*, *Posttest*, dan *Follow-up* Partisipan

Kelompok Eksperimen							
No	Inisial	<i>Pre test</i>	Kategori	<i>Post test</i>	Kategori	<i>Follow up</i>	Kategori
1.	IC	41	Rendah	83	Tinggi	79	Tinggi
2.	SS	40	Rendah	72	Tinggi	77	Tinggi
3.	DA	41	Rendah	71	Tinggi	73	Tinggi
4.	KW	41	Rendah	71	Tinggi	67	Tinggi
5.	IY	40	Rendah	65	Sedang	77	Tinggi
6.	MP	39	Rendah	74	Tinggi	70	Tinggi
7.	MH	40	Rendah	86	Tinggi	68	Tinggi
8.	NSP	41	Rendah	73	Tinggi	75	Tinggi
9.	ZA	40	Rendah	68	Tinggi	67	Tinggi
10.	AZ	40	Rendah	70	Tinggi	68	Tinggi
11.	MA	41	Rendah	63	Sedang	56	Sedang
12.	SR	41	Rendah	73	Tinggi	79	Tinggi

Berdasarkan tabel di atas pada kategori yang diperoleh dari kategori hipotetik, hasil *pretest* menunjukkan hasil bahwa seluruh partisipan berada pada kategori rendah. Kategori skor hasil *posttest* menunjukkan hasil bahwa sebanyak 2 partisipan berada pada kategori sedang dan sebanyak 10 partisipan berada pada kategori tinggi. Kategori skor hasil *follow-up* menunjukkan hasil bahwa sebanyak 1 partisipan berada pada kategori sedang dan sebanyak 11 partisipan berada pada kategori tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa skor *pretest* mengalami peningkatan pada skor *posttest*. Selain itu, hasil skor *pretest* dan skor *follow-up* menunjukkan hasil bahwa 5 partisipan mengalami peningkatan dari hasil skor *follow-up* dan 7 partisipan mengalami penurunan dari hasil skor *follow-up*. Hasil tersebut dapat dilihat pada gambar di bawah.

Hasil uji hipotesis yang dilakukan untuk melihat efektivitas intervensi yang diberikan kepada partisipan menggunakan *Repeated Measure Anova* dapat dilihat pada tabel di bawah.

Tabel 4. Hasil Uji *Repeated Measure Anova*

	<i>df</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
<i>Sphericity Assumed</i>	2	163.247	0.001

Berdasarkan hasil *sphericity assumed*, diketahui bahwa nilai *sig.* $0,001 < 0,05$. Hal ini menunjukkan ada perbedaan yang signifikan pada ketiga waktu pengukuran, yaitu *pretest*, *posttest*, dan *follow-up*. Dapat disimpulkan bahwa pelatihan empati efektif dalam meningkatkan perilaku prososial siswa *bystander*. Uji tambahan dilakukan untuk membandingkan hasil ketiga waktu pengukuran yang dilakukan. Hasil tersebut disajikan pada tabel di bawah.

Tabel 5. Hasil Uji *Pairwise Comparison*

	<i>Mean Difference</i>	<i>Sig.</i>
<i>Pretest-Posttest</i>	-32.000	0.001
<i>Pretest-Follow-up</i>	-30.917	0.001
<i>Posttest-Follow-up</i>	1.083	1.000

Berdasarkan hasil uji *pairwise comparison*, diketahui bahwa nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) pada *pretest* dan *posttest*, dan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) pada *pretest* dan *follow-up*. Hal ini

menunjukkan ada perbedaan yang signifikan pada skor perilaku prososial sebelum dan setelah mengikuti pelatihan empati. Hasil *posttest* dan *follow-up*, yakni $p = 1,000$ ($p > 0,05$), menunjukkan hasil tidak ada perbedaan yang signifikan pada skor *posttest* perilaku prososial sebelum dan setelah selang waktu tujuh hari dari pelatihan yang diberikan.

Hasil ini mengindikasikan bahwa efek dari pelatihan empati tetap konsisten atau cenderung bertahan hingga waktu pemberian *follow-up*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan empati efektif dalam meningkatkan perilaku prososial pada siswa *bystander*

B. PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pelatihan empati dalam meningkatkan perilaku prososial pada siswa *bystander*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan empati efektif dalam meningkatkan perilaku prososial pada siswa *bystander*. Pelatihan empati secara signifikan berpengaruh terhadap perilaku prososial siswa *bystander*. Siswa menunjukkan peningkatan dalam perilaku prososial setelah diberikan intervensi pelatihan empati (Suparmi & Sumijati, 2021).

Empati yang tinggi pada siswa berkorelasi positif dan secara signifikan terhadap perilaku prososial, di mana semakin tinggi empati yang dimiliki, semakin tinggi perilaku prososial yang ditunjukkan (Anjani, 2018). Empati yang tinggi berbanding lurus dengan meningkatnya kecenderungan perilaku prososial siswa *bystander* dalam memberikan bantuan pada korban *bullying* (Lesmono & Prasetya, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan empati mampu meningkatkan perilaku prososial pada siswa *bystander* melalui penguatan aspek-aspek empati yang berperan dalam mendorong kepedulian siswa untuk membantu orang lain.

Partisipan dalam penelitian ini merupakan siswa yang berperan sebagai *bystander* pada peristiwa *bullying* di lingkungan sekolah, memiliki skor empati dengan kategori rendah dan sedang serta skor perilaku prososial dengan kategori rendah. Penelitian ini hanya melibatkan kelompok eksperimen yang terdiri atas 12 partisipan, dengan 4 partisipan jenis kelamin laki-laki dan 8 partisipan jenis kelamin perempuan dengan rentang usia 13-14 tahun. Hasil tersebut sejalan dengan (Istina, 2018) mengemukakan bahwa remaja laki-laki lebih cepat mengambil keputusan dalam bertindak prososial dan cenderung mampu menghadapi situasi menantang, termasuk yang berisiko. Sementara itu, remaja perempuan meskipun terlibat dalam perilaku prososial, yang menunjukkan masih terdapat keraguan karena rasa takut terhadap situasi dan risiko yang mungkin terjadi.

Intervensi yang diberikan kepada partisipan berupa pelatihan empati yang dilaksanakan selama satu hari dengan durasi pelatihan kurang lebih tiga jam. Efektivitas pelatihan empati diukur dengan hasil *pretest* dan *posttest* menggunakan skala perilaku prososial yang diadaptasi dari Kushernanda, Pratitis, dan Arifiana (2023). Hasil analisis data menunjukkan bahwa seluruh partisipan penelitian mengalami hasil peningkatan skor perilaku prososial.

Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan uji *Repeated Measure Anova* diperoleh nilai *sig.* sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara skor *pretest*, *posttest*, dan *follow-up*. Hasil ini menunjukkan bahwa pelatihan empati efektif dalam meningkatkan perilaku prososial siswa *bystander* yang ditinjau dari perubahan skor partisipan sebelum dan setelah diberikan intervensi. Hasil ini mendukung hipotesis penelitian ini, yaitu pelatihan empati efektif dalam meningkatkan perilaku prososial pada siswa *bystander*.

Peningkatan skor dilihat dari perbedaan antara hasil *pretest* sebelum pemberian intervensi dan *posttest*. Hasil *posttest* setelah intervensi yang diberikan dan *follow-up* setelah selang waktu tujuh hari dari pelatihan yang diberikan menunjukkan hasil tidak ada perbedaan

signifikan. Hasil ini menunjukkan bahwa efek dari pelatihan empati tetap konsisten atau cenderung bertahan hingga waktu pemberian *follow-up*. Hasil tersebut serupa pada penelitian Suparmi dan Sumijati (2021) menunjukkan hasil bahwa terdapat peningkatan dalam perilaku prososial setelah diberikan perlakuan dengan pendekatan pelatihan empati.

Pelatihan empati dirancang dengan menekankan pada dua aspek utama, yakni kognitif dan afektif. Aspek kognitif diwujudkan melalui penyampaian informasi terkait empati, dan aspek afektif difasilitasi melalui pemutaran film dan diskusi yang bertujuan membangkitkan respons emosional peserta (Lika, 2019). Peningkatan pada aspek kognitif akan berdampak pada peningkatan aspek afektif, yang ditandai dengan kemampuan individu untuk merasakan seolah-olah mengalami peristiwa yang dialami orang lain (Mariskha & Umaroh, 2019). Pemahaman terhadap aspek afektif berkontribusi dalam mendorong untuk menampilkan perilaku prososial (Suparmi & Sumijati, 2021).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa empati dan *bystander* memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku prososial. Semakin tinggi tingkat empati yang dimiliki, maka semakin besar kecenderungan untuk menunjukkan perilaku prososial. Sebaliknya, peningkatan *bystander* pada siswa berkorelasi dengan menurunnya perilaku prososial (Lestari, Angriana, & Pratama, 2020).

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan empati efektif dalam meningkatkan perilaku prososial pada siswa *bystander*. Hal tersebut ditunjukkan oleh perbedaan yang signifikan pada skor *pretest* sebelum pemberian pelatihan dan skor *posttest* setelah diberikan pelatihan. Hasil ini memperkuat bahwa empati dapat berperan sebagai faktor yang mendorong siswa untuk menunjukkan perilaku prososial. Dengan demikian, peningkatan empati melalui pelatihan dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam menumbuhkan sikap peduli dan perilaku prososial, khususnya pada siswa yang berperan sebagai *bystander* dalam situasi *bullying*.

Meskipun penelitian ini menunjukkan hasil yang baik, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang dapat menjadi pertimbangan, seperti tidak adanya kelompok kontrol, skor empati setelah intervensi diberikan tidak diukur, dan pengukuran setelah pemberian *posttest* dilakukan dengan rentang waktu yang berbeda dari penelitian yang telah dilakukan dan menyertakan observer dalam proses tersebut.

DAFTAR REFERENSI

- Adriel, Y., & Indrawati, E. S. (2019). Hubungan antara konformitas teman sebaya dengan perilaku bullying pada siswa kelas XII SMK Teuku Umar Semarang. *Jurnal Empati*, 8(1), 271-276.
- Ahmad, N. (2021). Analisis Perilaku Bullying Antar Siswa Terhadap Pembentukan Karakter Siswa di SD N Sangir Kecamatan Wajo Kota Makassar. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar*, November, 150–173.
- Anjani, K. Y. (2018). Hubungan antara empati dengan perilaku prososial pada siswa SMK Swasta X di Surabaya. *Character: Jurnal Psikologi*, 5(2), 1-6.
- Apriliawati, R., & Purnamaningsih, E. H. (2017). “Kepedulian terhadap Sahabat” untuk Meningkatkan Perilaku Prososial Saksi Bullying di Tingkat Sekolah Menengah Pertama. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 3(3), 177-191.
- Ardhan, F., Harsanti, I., & Satriadi, S. (2022). Empati dan Perilaku Prososial Pada Siswa SMK. *Arjwa: Jurnal Psikologi*, 1(3), 139-148.

-
- Chapin, J., & Brayack, M. (2016). What makes a bystander stand by? Adolescents and bullying. *Journal of School Violence*, 15(4), 424-437.
- Creswell, J. W. (2019). *Research Design Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10, 85.
- Febriansyah, D. R., & Yuningsih, Y. (2024). Fenomena Perilaku Bullying Sebagai Bentuk Kenakalan Remaja. *Jurnal Ilmiah Perlindungan dan Pemberdayaan Sosial (Lindayasos)*, 6(1), 26-33.
- Kushernanda, N. R., Pratitis, N. T., & Arifiana, I. Y. (2023). Perilaku Prosocial Remaja: Bagaimana Peran Kelekatatan Orangtua?. *Provita: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 16(1), 32-40.
- Lesmono, P., & Prasetya, B. E. A. (2020). Hubungan Antara Empati Dengan Perilaku Prosocial Pada Bystander Untuk Menolong Korban Bullying. *Jurnal Psikologi Konseling Vol*, 17(2), 789-799.
- Lestari, W. D., Anggriana, T. M., & Pratama, B. D. (2020). Pengaruh Empati dan Bystander Effect Terhadap Perilaku Prosocial Siswa SMP. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling*, 4(1), 1-10.
- Lika. (2019). Pelatihan empati sebagai upaya mengurangi perilaku perundungan pada siswa SMP. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(2), 308-324.
- Mukaromah, S. (2018). Perilaku remaja korban bullying dengan harga diri (self esteem) remaja. *Jurnal Medika: Karya Ilmiah Kesehatan*, 3(1), 47-56.
- Mulyawati, Y., Marini, A., & Nafiah, M. (2022). Pengaruh empati terhadap perilaku prososial peserta didik sekolah dasar. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 12(2), 150-160.
- Noya, A., Taihuttu, J., & Kiriwenno, E. (2024). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Bullying Pada Remaja. *Journal of Psychology Humanlight*, 5(1), 1-16.
- Nugrahani, R. F. (2020). Empati Pada Pelaku Bullying di Sekolah Dasar. *Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 5(2), 106-113.
- Nugroho, F. T. (2022). Hubungan Perilaku Bullying Terhadap Konsep Diri Remaja di Kelurahan Pilangbango Kota Madiun. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 8(1), 1-7.
- Nursam, R. (2023). *Viral! Perundungan Terjadi di SMP 3 Sungguminasa Gowa, Korban Sempat Dikira Meninggal* (online). (<https://fajar.co.id/2024/08/29/viral-perundungan-terjadi-di-smp-3-sungguminasa-gowa-korban-sempt-dikira-meninggal/>, diakses pada 27 Oktober 2024).
- Ploeg, R., Kretschmer, T., Salmivalli, C., & Veenstra, R. (2017). Defending victims: what does it take to intervene in bullying and how is it rewarded by peers?. *Journal of School Psychology*, 65, 1-10.
- Reiss, H. (2017). The science of empathy. *Journal of Patient Experience*, 4(2), 74-77.
- Romiyati, A., Gutji, N., & Wahyuni, H. (2023). Hubungan Empati dengan Perilaku Prosocial Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Jambi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 217-223.
- Suparmi, S., & Sumijati, S. (2021). Pelatihan empati dan perilaku prososial pada anak usia sekolah dasar. *Psikodimensia: Kajian Ilmiah Psikologi*, 20(1), 46-58.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). Psikologi Sosial edisi ke-2. Diterjemahkan oleh T. Wibowo. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Thalia, R., & Djuwita, R. (2024). Siapa yang akan mengalami Kesulitan Psikososial: Penolong Korban atau Pendukung Pelaku Perundungan?. *Indonesian Research Journal on Education*, 4(4), 2540-2551.
- Ubaida, Z., & Avezahra, M. H. (2023). Literature review perilaku prososial: Faktor pengaruh,
-

- manfaat, dan penelitian perilaku prososial di Indonesia. *Flourishing Journal*, 3(6), 227-234.
- Winata, E. Y. (2017). Pelatihan Empati Untuk Meningkatkan Sikap Anti-Bullying Pada Siswa Bystander SMP “X” Surabaya. *Jurnal Kesehatan dan Sains*, 1(1), 51-58.
- Wulandari, E. & Satiningsih. (2018). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Prosocial Pada Siswa Kelas XI di MAN 1 Tuban. *Jurnal Penelitian Psikologi. Unesa*, 5(3), 1-6.