

ABSTRAK

Latar belakang: *Bullying* adalah fenomena yang saat ini sedang meningkat di kalangan remaja. Banyak remaja pelaku *bullying* merupakan orang yang menjadi korban *bullying* sebelumnya. Dampak dari korban *bullying* salah satunya kesulitan mengaktualisasi diri, oleh karena itu upaya pencegahannya dapat dilakukan dengan meningkatkan rasa empati untuk mempengaruhi perilaku yaitu dengan pelatihan empati. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan empati terhadap kecerdasan emosi remaja sebagai upaya preventif perilaku *bullying*. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian *Quasy-experimental*. 120 responden dipilih menggunakan *simple random sampling* yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu: 60 orang kelompok intervensi dan 60 orang kelompok kontrol. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner *Assessing Emotional Scale* (AES). Intervensi dilakukan selama 4 hari dengan dengan tema mengenali emosi, mengenali kecenderungan perilaku perundungan, dan menumbuhkan kemampuan berempati. Pertemuan intervensi dilakukan setiap hari dengan durasi waktu 1jam. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa univariat yaitu distribusi frekuensi, mean, SD, min, max dan analisa bivariat yaitu *Paired t-test* dan ancova. **Hasil:** Hasil analisa data nilai rata-rata kecerdasan emosi sebelum dilakukan intervensi adalah 95.82 (\pm SD 6.848) dan setelah dilakukan intervensi adalah 98.63 (\pm SD 6.341). Hasil ancova menunjukkan Sig. = .026 ($p < \alpha$ 0.005). **Kesimpulan:** Kecerdasan emosi dapat dilatih dan ditingkatkan dengan diberikan pelatihan empati. **Saran:** untuk selanjutnya pelatihan ini dapat diterapkan oleh pihak sekolah sebagai upaya pencegahan perilaku *bullying*.

Kata kunci: Kecerdasan Emosi, Pelatihan Empati, *Bullying*