

Improving Student Empathy Through Group Counseling Services: A Systematic Literature Review (SLR)

Ahmad Khoiri, Nurul Azizah Nuraini, Tamara Salsabilla, Ulya Makhmudah

Universitas Sebelas Maret
khoiriahmad86@student.uns.ac.id

Article History

received 20/9/2021

revised 20/10/2021

accepted 20/11/2021

Abstract

This study aims to find out the effectiveness of group counseling in increasing the empathy of learners. The type of research used in this study is systematic literature review (SLR-Systematic Literature Review). The results showed that early group counseling was effective for increasing the empathy of learners. And there are also techniques used, namely sociodrama techniques, values clarification, behavioral group counseling techniques, role playing techniques, and also modeling techniques. And the technique that feels the most effective and widely used is sociodrama technique. As for suggestions for further researchers so that this article can be used as a reference or reference source in the same field.

Keywords : *empathy, technique, group counseling*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan konseling kelompok dalam meningkatkan rasa empati peserta didik. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *Systematic Literature Review* (SLR-Tinjauan Pustaka Sistematis). Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dinilai efektif untuk meningkatkan rasa empati peserta didik. Serta terdapat pula teknik yang digunakan, yaitu teknik sosiodrama, *values clarification*, teknik konseling kelompok *behavioral*, teknik *role playing*, dan juga teknik *modelling*. Dan teknik yang dirasa paling efektif dan banyak digunakan adalah teknik sosiodrama. Adapun saran bagi peneliti selanjutnya agar artikel ini dapat digunakan sebagai acuan atau sumber referensi di bidang yang sama.

Kata kunci : rasa empati, teknik, konseling kelompok

Social, Humanities, and Education Studies (SHEs): Conference Series p-ISSN 2620-9284
<https://jurnal.uns.ac.id/shes> e-ISSN 2620-9292



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Masalah pertengkaran antar peserta didik di sekolah bukan merupakan sebuah masalah yang baru di kalangan pelajar. Menurut Kartono (dalam Arizal, 2013) faktor penyebab perkelahian antar siswa, yaitu adanya siswa yang salah paham dan tersinggung, ingin menunjukkan identitas dirinya, serta ingin diakui lebih, serta adanya oknum di luar sekolah yang menjadi provokator. Kebanyakan dari mereka tidak peduli dengan keadaan sekitarnya. Apalagi bagi mereka yang mempunyai strata sosial lebih tinggi. Mereka akan meremehkan teman-teman mereka, dan tidak segan untuk mengejeknya. Hal tersebutlah yang dapat mengakibatkan ketidakharmonisan antar siswa karena kurangnya rasa empati satu dengan yang lain.

Allport (Taufik, 2012) mendefinisikan empati sebagai perubahan imajinasi seseorang ke dalam pikiran, perasaan, dan perilaku orang lain. Carl Rogers (Taufik, 2012) menawarkan dua konsepsi: pertama, empati adalah melihat kerangka berfikir internal orang lain secara akurat; kedua, dalam memahami orang lain individu seolah-olah masuk dalam diri orang lain sehingga bisa merasakan dan mengalami sebagaimana yang dirasakan dan dialami oleh orang lain tanpa kehilangan identitas diri sendiri.

Dengan rasa kepedulian itu setiap manusia dapat menanamkan rasa percaya, menyayangi dan menghargai sesama manusia. Namun hal itu masih jauh dengan kondisi saat ini. Bila dilihat dari dunia pendidikan peserta didik di Indonesia masih banyak yang belum paham dan mempunyai rasa empati yang baik. Indikasi ini dapat dilihat dari kebiasaan siswa dalam pergaulan yang ada di dalam kelas maupun di luar kelas. Siswa selalu memilih-milih teman bergaul, siswa yang pandai juga tidak bersedia untuk berbagi ilmu dengan teman mereka yang membutuhkan, kurang adanya komunikasi yang baik, saling membanggakan dirinya sendiri.

Hal ini dapat dilihat dari banyaknya perselisihan di kelas karena kurangnya rasa empati dalam diri mereka. Berdasarkan beberapa contoh kasus yang sering marak adalah siswa banyak para siswa yang acuh tak acuh dengan teman yang satu dengan yang lainnya, bahkan mereka saling mengejek dengan bahasa yang menyinggung perasaan. Dari sikap inilah tingginya perselisihan di kelas karena kurangnya rasa empati antar siswa.

Banyak diketahui bahwa rasa empati sangatlah penting bagi generasi muda di saat ini terlebih pada peserta didik di jenjang sekolah. Sebenarnya permasalahan tentang rendahnya rasa empati pada siswa ini sudah banyak dilakukan upaya penanganannya di sekolah sekolah di Indonesia seperti banyak guru BK memberikan sosialisasi tentang pentingnya rasa empati pada diri siswa bukan hanya itu, dalam proses Kegiatan Belajar dan Mengajar (KBM) di lapangan, para guru juga mengajarkan pada peserta didik untuk menumbuhkan rasa empatinya. Misalnya seperti menghadiri atau ikut berbelasungkawa ketika ada anggota keluarga dari temannya yang meninggal, penggalangan bantuan bencana alam, dan lain-lain.

Dari pengalaman tersebut diharapkan dapat mempengaruhi peserta didik untuk berempati terhadap kejadian di sekitarnya. Selain itu, terdapat banyak manfaat dari sikap empati diantaranya, disukai oleh orang-orang di sekitar kita, menjauhkan dari sikap egois, menumbuhkan rasa cinta pada sesama, membuat diri kita lebih bersyukur, karena rasa empati sama halnya dengan kemampuan untuk mau merefleksikan keadaan yang dialami orang lain pada diri sendiri.

Dari permasalahan diatas kami merasa perlu untuk meningkatkan rasa empati siswa agar dapat menciptakan suasana kelas yang harmonis melalui layanan bimbingan dan konseling. Salah satu layanan pada bimbingan dan konseling yang dianggap tepat adalah layanan konseling kelompok dengan memakai teknik sosiodrama akan lebih efektif sebab dalam konseling kelompok mereka akan membahas permasalahan yang sedang dialami oleh teman mereka. Dalam layanan

konseling kelompok, pemimpin kelompok bisa mengintervensi anggota kelompok melalui pendekatan-pendekatan konseling guna memecahkan masalah teman mereka. Dengan penerapan teknik sosiodrama dirasa efektif karena pengaruh dari pelaksanaan teknik ini dapat berkesan kuat, sangat menarik bagi siswa, melatih kreativitas siswa, dan membantu siswa untuk lebih menghayati insiden yang berlangsung.

TUJUAN

Tujuan yang hendak dicapai dari pelaksanaan penelitian ini adalah untuk menganalisis ke efektifitas dari konseling kelompok dalam meningkatkan rasa empati peserta didik khususnya di jenjang SMA Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk menjawab pertanyaan sebagai berikut :

- 1) Apakah konseling kelompok efektif untuk meningkatkan rasa empati pada peserta didik?
- 2) Teknik apa yang digunakan untuk meningkatkan rasa empati pada peserta didik?
- 3) Teknik apa yang paling efektif dan paling sering digunakan Guru BK?

METODE

1. Jenis penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah Systematic Literature Review. Menurut Kitchenham & Charters (dalam Aliyah, 2020) Systematic Literature Review merupakan metode literature review untuk mengidentifikasi, menilai, dan menginterpretasi temuan-temuan topik penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang ditetapkan. Siswanto (2010) menyebutkan SLR bermanfaat untuk melakukan sintesis dari berbagai hasil penelitian yang relevan. Sehingga fakta yang disajikan lebih komprehensif dan berimbang.

2. Langkah-langkah penelitian

Langkah-langkah penelitian menurut Sugiyono (dalam Sari, 2016) yaitu :

- a. Potensi masalah
- b. Pengumpulan data
- c. Desain
- d. Validasi desain
- e. Perbaikan desain
- f. Uji coba
- g. Revisi produk
- h. Uji pelaksanaan lapangan
- i. Penyempurnaan produk akhir
- j. Dimensi dan implementasi

3. Teknik analisis data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode meta-sintesis. Menurut Perry&Hammond (dalam Hidayatullah, 2018), meta-sintesis merupakan teknik integrasi data guna memperoleh teori maupun konsep baru dengan tingkat pemahaman yang dalam dan menyeluruh. Meta-sintesis adalah metode penelitian SLR yang bersifat deskriptif diwujudkan melalui sebuah rangkuman dari hasil berbagai penelitian kualitatif (Purwatiningsih, 2021).

Berdasarkan hal tersebut, metode penelitian ini sangat cocok untuk menjawab pertanyaan terkait "Apakah konseling kelompok efektif untuk meningkatkan rasa empati, Teknik apa yang digunakan untuk meningkatkan rasa empati, dan Teknik yang paling efektif dan paling sering digunakan Guru BK".

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Penelitian

Nama	Tahun	Judul	Teknik
Emi Indriasari	2016	Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Pada Siswa Kelas Xi Ips 3 Sma 2 Kudus Tahun Ajaran 2014/2015	Teknik Sosiodrama
Elmi Lidia Putri	2018	Efektivitas Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Empati Siswa di SMAN 1 Padang Ganting	Konseling Kelompok
Jien Tirta Raharja, Farida Herna Astuti, dan I Made Sonny Gunawan	2019	Efektifitas Konseling Kelompok Values Clarification Meningkatkan Empati Siswa di SMK NEGERI 4 MATARAM	Values Clarification
Muhammad Fajar Sidik Jamaludin Putra, Muhammad Daffa, Stefanus Fati Zakhullu	2018	Membangun rasa empati melalui teknik sosiodrama pada siswa smp & sma	Teknik Sosiodrama
Dewi Ika Sartika, Muh. Mansyur Thalib, Ridwan Syahrhan	2016	Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Behavioral Dalam Meningkatkan Perilaku Empati Teman Sebaya (Studi kasus di SMA Negeri 2 PALU).	Konseling Kelompok Behavioral
Asti Haryati, Mungin Eddy Wibowo & Mulawarman	2017	Model Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Empati Siswa SMP	Teknik Sosiodrama
Ida Ayu Diah Padma Dewi, Ni Nengah Madri Antari, Nyoman Dantes	2014	Penerapan konseling kognitif sosial dengan teknik role playing untuk mengembangkan sikap empati pada siswa kelas xi ips 1 sma negeri 3 singaraja tahun ajaran 2013/2014	Teknik Role Playing
Asiah M. Pd, Oski Putri Iskandar	2017	Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Modelling terhadap Empati pada Teman Sebaya Siswa	Teknik Modelling

		Kelas XI IPA 1 MAN 2 MODEL MEDAN TA 2016/2017	
Riyanda Utari	2017	Pemberian konseling kelompok untuk meningkatkan empati pelaku bullying di Sekolah Kedinasan Negeri Bandung Timur	Konseling Kelompok
Safira Ayu Muthi'ah	2019	Peran Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Empati Siswa (Studi Kasus pada Tingkat Satuan Pendidikan Sekolah Menengah Atas di Kota Pekalongan)	Konseling Kelompok
M. Fatchurahman, Karyanti, M. Andi Setiawan, Bakhrudin All Habsy	2020	Development of Guidance Counselling for Increased Engagement and Empathy of Middle School Bullies. Development	Bimbingan Konseling
I Made Sonny Gunawan, Mungin E. Wibowo, Edy Purwanto, Sunawan Sunawan	2019	The Effectiveness of Group Counseling with Role-Playing Techniques to Increase Student Empathy. International Journal of Applied Counseling and Social Sciences	Role Playing

Berdasarkan pengumpulan dan analisis dari berbagai artikel penelitian, diperoleh berbagai teknik yang efektif digunakan untuk meningkatkan rasa empati peserta didik melalui layanan konseling kelompok. Peneliti berhasil mengidentifikasi 5 teknik yang digunakan pada konseling kelompok, diantaranya yaitu : 1) Teknik Sosiodrama, 2) Values Clarification, 3) Teknik Konseling Kelompok Behavioral, 4) Teknik Role Playing, dan 5) Teknik Modelling. Dari berbagai jurnal yang telah telah dikumpulkan, terdapat pembahasan yang diperoleh, yaitu sebagai berikut :

a. Keefektifan konseling kelompok dalam meningkatkan rasa empati pada peserta didik

Berdasarkan data yang ditinjau dari 12 artikel yang telah diteliti, dari 12 artikel tersebut menyatakan bahwa konseling kelompok sangat efektif guna meningkatkan rasa empati peserta didik. Hal ini dapat dilihat pada peningkatan rasa empati peserta didik yang semula rendah menjadi lebih tinggi setelah diberikan layanan konseling kelompok.

b. Teknik yang digunakan untuk meningkatkan rasa empati pada peserta didik

Berdasarkan data yang peneliti himpun dari 12 artikel, dapat disimpulkan bahwasanya konseling kelompok memiliki beberapa teknik yang dapat diterapkan dalam menyelesaikan permasalahan peningkatan empati pada peserta didik dari artikel tersebut dapat dinyatakan antara lain 3 artikel

menggunakan teknik sosiodrama, kemudian 2 artikel menggunakan teknik role play, 1 artikel menggunakan teknik values clarification, 1 artikel menggunakan teknik modelling, 1 artikel juga menggunakan teknik konseling behavioral. Setiap teknik dalam konseling kelompok yang biasanya guru BK gunakan untuk meningkatkan empati pada peserta didik masing masing memiliki kelebihan yang berbeda semua digunakan berdasarkan kemampuan kompetensi guru BK dalam menguasai teknik tersebut.

c. Teknik yang dirasa paling efektif dan paling sering digunakan Guru BK

Berdasarkan data yang diperoleh dari 12 artikel yang diperoleh peneliti, dapat diketahui terdapat 3 artikel yang menyatakan bahwa teknik yang paling sering digunakan dan dianggap efektif adalah teknik sosiodrama. Penggunaan teknik sosiodrama dirasa efektif karena dengan menggunakan teknik ini tidak hanya dapat membangun rasa empati peserta didik saja, tetapi dapat pula membangun rasa menghargai antar sesama teman, mengontrol diri, memahami lingkungan sekitar, dan dapat menyesuaikan diri.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti dapatkan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa meningkatkan rasa empati peserta didik melalui layanan konseling kelompok adalah efektif. Hal tersebut terbukti dari hasil menelaah 12 artikel yang menyatakan bahwa layanan konseling kelompok dinilai efektif dalam meningkatkan rasa empati peserta didik. Terdapat pula teknik yang digunakan dalam pemberian layanan konseling kelompok tersebut, yaitu teknik sosiodrama, values clarification, teknik konseling kelompok behavioral, teknik role playing, dan juga teknik modelling. Dan diantara teknik-teknik tersebut, teknik yang paling sering digunakan adalah teknik sosiodrama. Hal tersebut dikarenakan teknik ini tidak hanya dapat membangun rasa empati peserta didik saja, tetapi dapat pula membangun rasa menghargai antar sesama teman, mengontrol diri, memahami lingkungan sekitar, dan dapat menyesuaikan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliyah, U & Mulawarman. 2020. Kajian *Systematic Literature Review* (SLR) Untuk Mengidentifikasi Dampak Terorisme, Layanan Konseling dan Terapi Trauma Pada Anak-Anak. Vol. 4, No. 2, November 2020 | hal: 209-222
- Arizal, Y. (2013). Kajian Psikososial terhadap Fenomena Perkelahian antar Siswa. *Jurnal BK UNESA*, 1(1).
- Asiah, A., & Iskandar, O. P. Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Modelling Terhadap Empati Pada Teman Sebaya Siswa Kelas Xi Ipa 1 Man 2 Model Medan Ta 2016/2017. *Psikologi Konseling*, 11(2).
- Dewi, I. A. D. P., Antari, N. N. M., & Dantes, N. (2014). Penerapan Konseling Kognitif Sosial Dengan Teknik *Role Playing* Untuk Mengembangkan Sikap Empati Pada Siswa Kelas Xi Ipa 1 SMA Negeri 3 Singaraja Tahun Ajaran 2013/2014. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 2(1).
- Fatchurahmana, M., Karyantib, M., & All, B. (2020). *Development of Guidance Counselling for Increased Engagement and Empathy of Middle School Bullies*. *Development*, 13(10).
- Haryati, A., Wibowo, M. E., & Mulawarman, M. (2017). Model Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Empati Siswa SMP. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(1), 28-33.
- Hidayatullah, R., Muhardini, S., & Haifaturrahmah, H. 2018. Pembelajaran Inovatif Untuk Menanamkan Nilai-Nilai Karakter Pada Siswa Sekolah Dasar (Studi

- Meta-Sintesis). In Prosiding Seminar Nasional Pendidik dan Pengembang Pendidikan Indonesia (pp. 486-494).
- Indriasari, E. (2016). Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Pada Siswa Kelas Xi Ips 3 Sma 2 Kudus Tahun Ajaran 2014/2015. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, 2(2).
- Muhsinin, M., & Rahmawati, T. (2020). Teori Hipotesa dan Proposisi Penelitian. *SCHOLASTICA: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 2(2), 188-203.
- Muthi'ah, Safira Ayu. "Peran Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Empati Siswa (Studi Kasus pada Tingkat Satuan Pendidikan Sekolah Menengah Atas di Kota Pekalongan)." (2019).
- Ni'mah, Roudlotun. "Hubungan Empati dengan Perilaku Altruistik." *AT-TUHFAN: Jurnal Studi Keislaman* 6.1 (2017): 99-115.
- Nurhasanah, N., Neviyarni, S., & Effendi, Z. M. (2019). *The Effectiveness of Group Counseling with Role-Playing Techniques to Increase Student Empathy*. *International Journal of Applied Counseling and Social Sciences*, 1(1), 54-61.
- Putra, M. F. S. J., Daffa, M., & Zakhullu, S. F. (2018). Membangun rasa empati melalui teknik sosiodrama pada siswa smp & sma. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 1(6), 240-246.
- PUTRI, E. L. (2018). Efektivitas Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Empati Siswa di SMAN 1 Padang Ganting.
- Raharja, J. T., Astuti, F. H., & Gunawan, I. M. S. (2019). Efektifitas Konseling Kelompok Values Clarification Untuk Meningkatkan Empati Siswa Di Smk Negeri 4 Mataram. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3(2).
- Sari, F. K., Farida, F., & Syazali, M. (2016). Pengembangan media pembelajaran (modul) berbantuan GeoGebra pokok bahasan Turunan. *Al-Jabar: Jurnal Pendidikan Matematika*, 7(2), 135-152.
- Sartika, D. I., Thalib, M., & Syahrani, R. Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Behavioral Dalam Meningkatkan Perilaku Empati Teman Sebaya (Studi kasus di SMA Negeri 2 PALU). *Jurnal Konseling dan Psikoedukasi*.
- Siswanto, S. (2010). *Systematic Review* Sebagai Metode Penelitian Untuk Mensintesis Hasil-Hasil Penelitian (Sebuah Pengantar). *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 13(4), 21312.
- Utari, Riyanda. Pemberian Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Empati Pelaku Bullying di Sekolah Kedinasan Negeri Bandung Timur. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris* 3.1 (2017): 1-10.