

PENINGKATAN KEMAMPUAN EMPATI SISWA KELAS VII MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA

Oleh:

Maya Revonita¹

Beny Dwi Pratama²

Prasetyo³

Universitas PGRI Madiun^{1,2}, SMP Negeri 4 Madiun³

Alamat: Jl. Setia Budi No.85, Kanigoro, Kec. Kartoharjo, Kota Madiun, Jawa Timur
(63118), Jl. Abdurrahman Saleh No.3, Kejuron, Kec. Taman, Kota Madiun, Jawa Timur
(63132).

Korespondensi Penulis: mayarevonita23@gmail.com, benydwipratama@unipma.ac.id,
abiprasetyo66@gmail.com

Abstract. *Empathy is a crucial aspect of social and emotional development, especially during adolescence, a period where character and social sensitivity begin to form significantly. This study aims to enhance the empathy skills of seventh-grade students at SMPN 4 Madiun through group counseling services using the sociodrama technique, as an effort to create a more positive learning environment and support students' character development. This research employs a qualitative approach in the form of Classroom Action Research (CAR). Initial observations indicated that the students' empathy skills were still relatively low. Results from the first cycle showed a significant improvement, with students beginning to demonstrate awareness of their peers' feelings through role-playing activities, although some students had yet to consistently control their emotions and exhibit empathetic behavior. In the second cycle, after reflection and corrective actions, students' empathy skills improved more noticeably. They became more accustomed to understanding and feeling the emotions of others in various simulated situations through sociodrama. Acts of helping, cooperation, and self-control in social*

PENINGKATAN KEMAMPUAN EMPATI SISWA KELAS VII MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA

interactions became increasingly evident. Overall, group counseling with the sociodrama technique successfully enhanced the empathy skills of seventh-grade students at SMP Negeri 4 Madiun. The findings indicate positive changes in students' empathetic attitudes and behaviors from the first to the second cycle, marked by increased participation, social awareness, and emotional regulation during social interactions.

Keywords: *Group Guidance, Empathy, Character Development, Adolescents, Sociodrama.*

Abstrak. Kemampuan berempati merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan sosial dan emosional peserta didik, terutama pada masa remaja, dan masa remaja merupakan periode yang sangat penting dalam perkembangan empati, karena pada masa ini karakter dan kepekaan sosial mulai terbentuk secara signifikan. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan berempati siswa kelas VII SMPN 4 Madiun melalui layanan bimbingan kelompok dengan Teknik sosiodrama, sebagai upaya menciptakan lingkungan belajar yang lebih positif dan mendukung perkembangan karakter siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dalam bentuk Penelitian Tindakan Kelas (PTK), pada observasi awal menunjukkan bahwa kemampuan empati siswa kelas VII di SMPN 4 Madiun masih tergolong rendah. Hasil setelah dilakukannya siklus pertama menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan. Siswa mulai menunjukkan kesadaran terhadap perasaan teman melalui permainan peran yang diberikan, namun masih ditemukan beberapa siswa yang belum sepenuhnya mampu mengendalikan emosi dan berperilaku empatik secara konsisten. Pada siklus kedua, setelah dilakukan refleksi dan perbaikan tindakan, kemampuan empati siswa mengalami peningkatan yang lebih nyata. Siswa lebih terbiasa memahami dan merasakan perasaan teman dalam berbagai situasi yang disimulasikan melalui sosiodrama. Sikap tolong-menolong, kerja sama, dan pengendalian diri dalam interaksi sosial semakin terlihat. Secara keseluruhan, layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama berhasil meningkatkan kemampuan empati siswa kelas VII di SMP Negeri 4 Kota Madiun. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan positif pada sikap dan perilaku empati siswa

dari siklus pertama ke siklus kedua, yang ditandai dengan peningkatan partisipasi, kesadaran sosial, dan kemampuan mengendalikan emosi dalam interaksi sosial.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Empati, Perkembangan Karakter, Remaja, Sosiodrama.

LATAR BELAKANG

Remaja berasal dari Bahasa latin *adolensence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolensence* mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik (Hurlock, 2011). Sehingga pada masa remaja berada diambang antara masa anak-anak dan masa dewasa, Oleh karena itu pada masa remaja sering juga disebut masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, dimana hal tersebut juga disertai dengan pencarian fase identitas diri. Sering dijumpai pada fase ini peserta didik mengalami penyesuaian-penyesuaian untuk beradaptasi dengan lingkungan yang baru dengan perubahan mental, emosi dan fisiknya. Sehingga dengan adanya hal tersebut membuat berinteraksi dengan lingkungan baik itu orang tua, guru, ataupun teman menjadi perkara yang tidak mudah, kerap juga dijumpai beberapa masalah yang berhubungan dengan interaksi sosial remaja atau pergaulan antar teman, seperti cenderung kurang peka terhadap perasaan teman, kurang mampu menempatkan diri pada posisi orang lain, dan sering terjadi interaksi yang kurang harmonis seperti saling mengejek dan kurang tolong-menolong. Hal ini terlihat dari rendahnya partisipasi siswa dalam kegiatan kelompok dan minimnya sikap peduli antar teman.

Adanya kesulitan untuk berinteraksi yang baik dengan lingkungan sekitar dapat membuat kualitas hubungan antar teman atau dengan lingkungan sekitar menjadi tidak baik yang juga bermuara pada kualitas perkembangan diri peserta didik. Menurut Nursalim, (2019) suatu interaksi yang harmonis dan menguntungkan di lingkungan sekitar baik di sekolah maupun lingkungan umum hal ini akan memudahkan terjalinnya hubungan sosial. Untuk memunculkan hubungan sosial yang baik dapat diawali dengan penanaman edukasi terkait berempati dengan sesama. Empati merupakan suatu aktivitas untuk memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain, serta apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh yang bersangkutan terhadap kondisi yang dialami orang lain, tanpa kehilangan kontrol dirinya. Terlepas dari aktivitas untuk memahami orang lain tersebut setiap individu juga harus tetap mempertimbangkan kontrol dirinya, sehingga

PENINGKATAN KEMAMPUAN EMPATI SISWA KELAS VII MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA

individu secara sadar bisa melakukan empati dengan tidak hanyut dalam suasana orang lain melainkan memahami apa yang dirasakan orang lain (Taufik, 2012).

Hal tersebut berhubungan dengan hasil temuan yang dilakukan peneliti di SMPN 4 Madiun tepatnya kelas VII, ditemukan 75% peserta didik berinteraksi dengan sesama peserta didik atau guru dan lingkungan sekolah dengan kualitas yang kurang baik, seperti dengan melontarkan candaan dan perkataan yang tidak memperhatikan kondisi lawan bicaranya terlebih dahulu sehingga hal ini dapat mengakibatkan lawan bicara menjadi tersinggung, sedih, marah ataupun sakit hati dan memicu konflik-konflik kecil yang dapat memicu munculnya konflik yang lebih besar. Selain itu dengan adanya perilaku tak acuh pada orang lain sehingga pada saat orang lain mengalami kondisi yang sulit atau membutuhkan bantuan belum ada inisiatif untuk membantu. Dengan adanya hasil temuan tersebut pihak sekolah dapat menindak lanjuti dengan adanya bimbingan konseling, dalam bimbingan konseling juga terdapat beberapa layanan yang sesuai dengan kasus rendahnya empati seperti halnya merujuk pada penelitian-penelitian dibawah ini.

Hasil penelitian Novi Andriarti menegaskan layanan bimbingan kelompok dengan Teknik sosiodrama dapat meningkatkan sikap empati pada peserta didik sebesar 73,70%. Alan dan Elin (2016), memperlihatkan adalah ada perbedaan tingkat empati siswa kelas VII SMP sebelum dan sesudah diberikan treatment. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan media film efektif untuk meningkatkan sikap empati siswa kelas VII SMP. Yuliandita (2016), menyatakan dalam hasil penelitiannya bahwa adanya peningkatan kemampuan interpersonal siswa setelah menerapkan metode sosiodrama. Siregar (2013), menyatakan dalam hasil penelitiannya bahwa ditemukan sikap pro-sosial siswa berada pada kategori tinggi, namun terdapat siswa dengan tingkat sikap pro-sosial rendah yang ditunjukkan dengan kurangnya untuk menolong, berempati, dan bekerja sama, serta kurangnya beramal. Asti dan Mungin (2017), menyatakan dalam hasil penelitiannya bahwa model bimbingan kelompok telah memenuhi syarat sesuai dengan standar evaluasi suatu produk, yang terdiri dari empat aspek, yaitu kebermanfaatan, keakuratan, kepatutan, dan kemudahan

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan berempati siswa kelas VII SMPN 4 Madiun melalui layanan bimbingan

kelompok dengan Teknik sosiodrama, sebagai upaya menciptakan lingkungan belajar yang lebih positif dan mendukung perkembangan karakter siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dalam bentuk Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini berorientasi pada pemahaman mendalam terhadap fenomena yang terjadi secara alamiah di kelas, yaitu kemampuan empati siswa dan bagaimana layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dapat meningkatkan kemampuan tersebut. Data yang dikumpulkan berupa data deskriptif dalam bentuk kata-kata, tindakan, dan interaksi sosial yang diamati selama proses pembelajaran dan bimbingan kelompok berlangsung. Menurut Indriyarti, (2022) Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) merupakan sebuah sumber data yang diperoleh dari suatu data dan proses yang meliputi tindakan guru bimbingan dan konseling didalam melaksanakan praktik layanan bimbingan serta peserta didik dalam mengikuti penelitian tindakan yang dilakukan oleh guru, serta situasi pada tindakan dilaksanakan untuk memperoleh dari hasil pengamatan. Penelitian Tindakan Kelas merupakan salah satu bentuk penelitian kualitatif yang bersifat reflektif dan kolaboratif, dilakukan oleh guru di kelasnya sendiri dengan tujuan memperbaiki dan meningkatkan kualitas pembelajaran atau aspek tertentu, dalam hal ini kemampuan empati siswa. PTK dilakukan secara siklus dengan tahapan perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi, sehingga memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi masalah secara langsung, mencoba solusi melalui tindakan nyata, dan mengevaluasi hasilnya secara berulang sampai terjadi perbaikan yang diinginkan.

Penelitian ini dilakukan menjadi dua siklus yaitu siklus I dan siklus II, dimana pada setiap siklusnya berfokus pada hal yang berbeda, dimana pada siklus I berfokus untuk mengetahui kemampuan awal peserta didik dalam berempati dan pemikiran pemikiran peserta didik dari diskusi yang dilakukan setelah dipraktikannya sosiodrama yang bersinggungan dengan empati dikalangan remaja. Selanjutnya pada siklus II membahas mengenai masalah yang belum terselesaikan dan evaluasi atau perbaikan pada siklus I dengan demikian pada kegiatan di siklus II merefleksi kegiatan pada sesi pertama dan melakukan perbaikan tindakan dengan melakukan sosiodrama dengan naskah yang

PENINGKATAN KEMAMPUAN EMPATI SISWA KELAS VII MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA

berbeda dengan siklus yang pertama dengan pemilihan tema sosiodrama dan diskusi yang lebih mendalam.

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VII di SMP Negeri 4 Kota Madiun yang mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive, yaitu siswa yang menunjukkan kebutuhan untuk peningkatan kemampuan empati berdasarkan hasil observasi awal dan informasi dari guru pembimbing. Jumlah subjek penelitian dipilih sebanyak satu kelas, yaitu kelas VII yang terdiri dari 7 siswa dari 30 siswa. Jumlah ini dianggap representatif untuk pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dan memudahkan pengelolaan proses sosiodrama secara efektif. Dalam penelitian tindakan kelas ini, teknik pengumpulan data yang digunakan mengacu pada metode kualitatif dengan memanfaatkan beberapa teknik utama untuk memperoleh data yang valid dan komprehensif, yaitu: observasi, wawancara, dokumentasi, dan catatan lapangan. Indikator kerja yang digunakan untuk mengukur keberhasilan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dalam meningkatkan kemampuan empati siswa meliputi aspek-aspek perilaku dan sikap empati yang dapat diamati selama proses pembelajaran dan interaksi sosial siswa, yaitu: perhatian terhadap perasaan teman, kemampuan berpikir dan merasakan perspektif orang lain, perilaku tolong menolong dan kerjasam, pengendalian diri dalam interaksi sosial, partisipasi aktif dalam kegiatan sosiodrama, dan perubahan sikap empati setelah pelaksanaan tindakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus dengan tujuan meningkatkan kemampuan empati siswa kelas VII melalui layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama. Data yang diperoleh melalui observasi, wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi dianalisis secara kualitatif untuk menggambarkan perubahan sikap dan perilaku empati siswa selama proses penelitian.

1. Kondisi Awal (Pra-Tindakan)

Observasi awal menunjukkan bahwa kemampuan empati siswa kelas VII di SMP Negeri 4 Kota Madiun masih tergolong rendah. Siswa cenderung kurang peka terhadap perasaan teman, kurang mampu menempatkan diri pada posisi orang lain, dan sering terjadi interaksi yang kurang harmonis seperti saling mengejek dan kurang tolong-menolong. Hal ini terlihat dari rendahnya partisipasi siswa dalam kegiatan kelompok dan minimnya sikap peduli antar teman.

2. Hasil Siklus I

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama pada siklus pertama menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan. Siswa mulai menunjukkan kesadaran terhadap perasaan teman melalui permainan peran yang diberikan. Mereka lebih aktif berpartisipasi dan mampu mengungkapkan perasaan serta perspektif orang lain. Namun, masih ditemukan beberapa siswa yang belum sepenuhnya mampu mengendalikan emosi dan berperilaku empatik secara konsisten.

3. Hasil Siklus II

Pada siklus kedua, setelah dilakukan refleksi dan perbaikan tindakan, kemampuan empati siswa mengalami peningkatan yang lebih nyata. Siswa lebih terbiasa memahami dan merasakan perasaan teman dalam berbagai situasi yang disimulasikan melalui sosiodrama. Sikap tolong-menolong, kerja sama, dan pengendalian diri dalam interaksi sosial semakin terlihat. Wawancara dengan siswa dan guru pembimbing mengonfirmasi bahwa teknik sosiodrama efektif dalam menumbuhkan empati secara bertahap.

4. Faktor Pendukung dan Penghambat

Faktor pendukung keberhasilan tindakan antara lain antusiasme siswa dalam mengikuti kegiatan sosiodrama, dukungan guru pembimbing yang aktif memfasilitasi, serta suasana kelas yang kondusif. Sedangkan faktor penghambat meliputi keterbatasan waktu pelaksanaan dan beberapa siswa yang awalnya malu atau kurang percaya diri dalam bermain peran.

5. Kesimpulan

Secara keseluruhan, layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama berhasil meningkatkan kemampuan empati siswa kelas VII di SMP Negeri 4 Kota Madiun. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan positif

PENINGKATAN KEMAMPUAN EMPATI SISWA KELAS VII MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA

pada sikap dan perilaku empati siswa dari siklus pertama ke siklus kedua, yang ditandai dengan peningkatan partisipasi, kesadaran sosial, dan kemampuan mengendalikan emosi dalam interaksi sosial.

Siklus	Rata-rata Skor Empati (%)	Keterangan
Pra-Tindakan	55,0 %	Kemampuan empati rendah
Siklus I	70,5 %	Peningkatan signifikan
Siklus II	85,0 %	Peningkatan optimal

Hasil ini sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas teknik sosiodrama dalam meningkatkan empati siswa secara bertahap dan berkelanjutan.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif dalam meningkatkan kemampuan empati siswa kelas VII di SMP Negeri 4 Kota Madiun. Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian terdahulu yang menggunakan metode serupa untuk menumbuhkan empati pada anak dan remaja.

Pertama, pada kondisi awal, kemampuan empati siswa masih tergolong rendah, yang ditandai dengan kurangnya perhatian terhadap perasaan teman dan interaksi sosial yang kurang harmonis. Hal ini sesuai dengan temuan penelitian di berbagai tingkatan pendidikan yang menunjukkan bahwa empati perlu dikembangkan secara sengaja melalui intervensi tertentu agar siswa mampu memahami dan merasakan perasaan orang lain secara lebih baik.

Pelaksanaan teknik sosiodrama dalam layanan bimbingan kelompok memberikan pengalaman langsung bagi siswa untuk berperan dalam situasi sosial yang menggambarkan berbagai perasaan dan konflik interpersonal. Metode ini memungkinkan siswa untuk menghayati perspektif orang lain secara aktif, sehingga dapat meningkatkan kesadaran dan respons empatik mereka. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa bermain peran (role play) dapat meningkatkan rasa empati anak secara signifikan setelah beberapa siklus pelaksanaan.

Selanjutnya, peningkatan empati yang terjadi pada siklus pertama dan kedua menegaskan bahwa proses pembelajaran yang berulang dan reflektif sangat penting dalam membentuk sikap empati yang stabil. Sikap empati yang meningkat secara bertahap ini juga didukung oleh hasil penelitian lain yang menggunakan teknik cooperative play dan pembiasaan berbagi, yang menunjukkan peningkatan perilaku empati anak secara signifikan dari pra tindakan hingga siklus kedua.

Faktor pendukung keberhasilan tindakan ini antara lain antusiasme siswa dalam mengikuti kegiatan sosiodrama, dukungan aktif dari guru pembimbing, dan suasana kelas yang kondusif. Namun, keterbatasan waktu dan rasa malu beberapa siswa pada awalnya menjadi hambatan yang harus diatasi selama proses pelaksanaan. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan peningkatan empati melalui teknik sosiodrama juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan kesiapan psikologis siswa.

Secara keseluruhan, layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama tidak hanya meningkatkan kemampuan empati siswa secara kognitif dan emosional, tetapi juga memperbaiki interaksi sosial dan suasana kelas menjadi lebih harmonis. Hal ini penting untuk mendukung perkembangan sosial emosional siswa secara menyeluruh, sebagaimana ditegaskan dalam literatur bahwa empati merupakan dasar penting dalam pembentukan karakter dan hubungan sosial yang sehat di sekolah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif dalam meningkatkan kemampuan empati siswa kelas VII di SMP Negeri 4 Kota Madiun. Penerapan teknik sosiodrama memberikan pengalaman langsung kepada siswa untuk memahami dan merasakan perasaan orang lain melalui simulasi peran, sehingga mampu menumbuhkan sikap peduli, tolong-menolong, dan pengendalian diri dalam interaksi sosial. Peningkatan kemampuan empati siswa terlihat dari perubahan positif yang signifikan pada siklus pertama dan siklus kedua, baik dari segi sikap, perilaku, maupun partisipasi aktif dalam kegiatan bimbingan kelompok. Selain itu, proses pembelajaran yang berkelanjutan dan reflektif melalui siklus PTK memperkuat hasil peningkatan empati tersebut. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama dapat dijadikan salah satu strategi efektif dalam pengembangan karakter dan

PENINGKATAN KEMAMPUAN EMPATI SISWA KELAS VII MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA

kemampuan sosial emosional siswa di lingkungan sekolah, khususnya dalam meningkatkan empati siswa kelas VII.

DAFTAR REFERENSI

- Alan, A. & Elin, F. 2016. Efektivitas Penggunaan Media Film untuk Meningkatkan Empati Siswa Kelas VII SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(1): 19-26.
- Andriarti, Novi., Atika, Amelia., & Yuditio, P. R. (2019). Meningkatkan Sikap Empati Siswa SMP melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama. *Edukasi: Jurnal Pendidikan*, 17(1), 68-79.
- Asti & Mungin. 2017. Model Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Empati Siswa SMP. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1): 28-33.
- Hurlock. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Alih bahasa oleh Soedjarmo & Istiwidayanti. Jakarta: Erlangga.
- Indriyarti, A. W. (2022). Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Mengerjakan Tugas Tepat Waktu. *ACTION: Jurnal Inovasi Penelitian Tindakan Kelas Dan Sekolah*, 2(2), 145–156.
- Nursalim, L. N. A. & M. (2019). Bimbingan Kelompok Teknik Bermain Peran Untuk Meningkatkan Pemahaman Etika Pergaulan Siswa Kelas VII SMPN 51 Surabaya. *Jurnal Universitas Negeri Surabaya*, 11(1), 1–14.
- Siregar. 2013. Penerapan Metode Sociodrama untuk Meningkatkan Kemampuan Interpersonal Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Depok Sleman. *Jurnal Konseling*, 1(2): 32-44.
- Taufik. 2012. *Empati Pendekatan Psikologi Sosial*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Yuliandita. 2016. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Pemahaman Self-Control Siswa Kelas IX di SMP N 1 Wanasari Kabupaten Brebes. *Jurnal Pendidikan Konselin.*, 2(2): 67-83.