

**UPAYA MENINGKATKAN EMPATI DENGAN MENGGUNAKAN
BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS VIII DI
SMP NEGERI 10 KOTABUMI**

(Skripsi)

Oleh

M. NOVENDRA NURDIN



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDARLAMPUNG
2019**

ABSTRACT

EFFORTS TO IMPROVING EMPATHY BY USING GUIDANCE GROUP IN STUDENTS OF GRADE VIII PUBLIC JUNIOR HIGH SCHOOL 10 KOTABUMI

BY

M. NOVENDRA NURDIN

This research issue was “could group guiding service improve students’ empathy.” The aim of the research was to identify the utilizing of group guidance service in increasing students empathy grade VIII public junior high school 10 kotabumi grade VIII. Method applied in this research was Quasi exsperimental with one group pretest-posttest design. The subjects were As many as 9 students. The data collecting technique used students’ empathy scale. The data was analyzed by Wilcoxon test. Based on gain score result which obtained Z value = - 2,275 < Z tabel = 1,645, Z count lower than Z table so H0 was rejected and Ha was accepted. The conclusion was the utilizing group guidance could increase students’ social interaction grade VIII public junior high school 10 kotabumi grade VIII.

Key words: *group guidance, guidance counseling, students empathy.*

ABSTRAK

UPAYA MENINGKATKAN EMPATI DENGAN MENGGUNAKAN BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 10 KOTABUMI

Oleh

M. NOVENDRA NURDIN

Permasalahan penelitian ini adalah “apakah layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan empati pada siswa.” Tujuan penelitian untuk mengetahui penggunaan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan empati pada siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Kotabumi. Penelitian ini menggunakan metode *Quasi exsperimental* dengan desain *one group pretest-posttest design*. Subjek penelitian sebanyak 9 siswa yang memilikil empat rendah, Teknik pengumpulan data menggunakan skala empati. Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan empati setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, hal ini ditunjukkan dari hasil analisis data Pretes dan postes empati siswa dengan menggunakan uji *Wilcoxon*, berdasarkan *gain score* diperoleh Z hitung = $-2,275 < Z$ tabel = $1,645$ maka, H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah penggunaan layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan empati pada siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Kotabumi.

Kata kunci :bimbingan konseling, bimbingan kelompok, empati.

**UPAYA MENINGKATKAN EMPATI DENGAN MENGGUNAKAN
BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS VIII DI
SMP NEGERI 10 KOTABUMI**

Oleh

M. NOVENDRA NURDIN

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Program Studi Bimbingan Konseling
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2019**

Judul Skripsi : **UPAYA MENINGKATKAN EMPATI
DENGAN MENGGUNAKAN BIMBINGAN
KELOMPOK PADA SISWA KELAS VIII
DI SMP NEGERI 10 KOTABUMI**

Nama Mahasiswa : **M. NOVENDRA NURDIN**

Nomor Pokok Mahasiswa : 1213052055

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

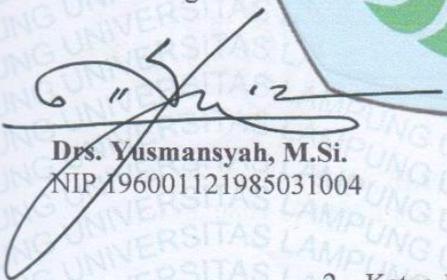
Jurusan : Ilmu Pendidikan

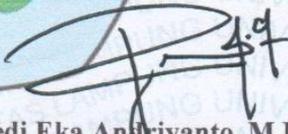
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



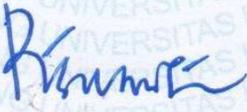
Pembimbing Utama

Pembimbing Pembantu


Drs. Yusmansyah, M.Si.
NIP. 196001121985031004


Redi Eka Anandriyanto, M.Pd., Kons.
NIP. 198101232006041003

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan


Dr. Riswandi, M.Pd.
NIP. 197608082009121001

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : **Drs. Yusmansyah, M.Si.**

Sekretaris : **Redi Eka Andriyanto, M.Pd., Kons.**

Penguji
Bukan Pembimbing : **Ratna Widiastuti S.Psi., M.A., Psi.**



2. Dekan FKIP Universitas Lampung



Prof. Dr. Patuan Raja, M.Pd.
NIP 19620804 198905 1 001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : **16 Juli 2019**

SURAT PERNYATAAN

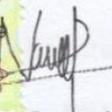
Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul Upaya Meningkatkan Empati Dengan Menggunakan Bimbingan Kelompok Di SMP Negeri 10 Kotabumi adalah benar-benar karya saya sendiri. Dalam penyelesaian karya tulis ini, saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko, sanksi, atau klaim dari pihak lain yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan terhadap keaslian karya saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, penuh kesadaran yang dilandasi oleh kebenaran ilmiah yang berlaku dalam dunia akademik.

Bandar Lampung, 21 Juli 2019

Yang membuat pernyataan,




M Novendra Nurdin
NPM 1213052055

RIWAYAT HIDUP



M. Novendra Nurdin lahir di Kotabumi, Kabupaten Lampung utara tanggal 9 november 1993, sebagai anak kedua dari dua bersaudara, dari pasangan Bapak Aminudin dan Ibu Hayati.

Pendidikan Sekolah Dasar (SD) Islam Ibnurusyd kotabumi, selesai tahun 2006, Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTs N) 2 Kotabumi, selesai tahun 2009, kemudian melanjutkan ke Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 1 Model Bandar Lampung, diselesaikan tahun 2012.

Tahun 2012, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung melalui jalur Penerimaan Mahasiswa Perluasan Akses Pendidikan (SNMPTN). Selanjutnya, pada bulan Juli-September 2015 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Praktik Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah (PLBK-S) di SMP N 1 Pagar dewa, Desa Basungan Pagar dewa, Lampung Barat, kedua kegiatan tersebut dilaksanakan di Desa Basungan pagar dewa, Lampung Barat.

MOTTO

“Dan Kami tidak membebani seseorang melainkan menurut kesanggupannya, dan pada kami ada suatu catatan yang menuturkan dengan sebenarnya, dan mereka tidak dizalimi”
(Q.S Al-mu'minun: 62)

“Berbicara membutuhkan ilmu pengetahuan, dan mendengarkan membutuhkan kearifan”
(Oliver Wendell Holmes, Sr)

“Belajarlah dari hari kemarin, jalani hari ini, berharaplah untuk hari esok”
(Albert Einstein)

PERSEMBAHAN

Bismillairrohmanirrohim.....

Dengan penuh rasa syukur kepada illahi robbi..

ku persembahkan skripsi ini kepada:

Ayahanda Aminudin dan Ibunda Hayati tercinta yang tak kenal lelah, memberi tanpa harap, berdoa tanpa henti dalam setiap hembus nafasnya, mendidik penuh sabar,

Kakakku Melisa sajdah yang kusayang

handai dan taulanku

sahabat-sahabatku yang selalu menghiasi hidupku

dan selalu berjuang memotivasi untukku serta almamaterku

Yang mendewasakanku dalam berfikir dan bertindak,

SANWACANA

Puji Syukur kehadirat ALLAH SWT, atas segala nikmat dan karunia-NYA sehingga dapat terselesainya skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam meraih gelar Sarjana Pendidikan.

Skripsi yang berjudul “Upaya Meningkatkan Empati Dengan Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 10 Kotabumi”. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari peranan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Patuan Raja, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Bapak Dr. Riswandi, M.Pd., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Drs. Yusmansyah, M.Si., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling sekaligus dosen Pembimbing Utama. Terima kasih atas bimbingan, saran, dan masukannya kepada penulis.
4. Ibu Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi., Selaku dosen penguji. Terima kasih atas bimbingan, kesabaran, saran, masukan, dan kritik yang telah diberikan kepada penulis.
5. Bapak Redi Eka Andriyanto, S. Pd., M. Pd., selaku Pembimbing Pembantu penulis yang telah memberikan motivasi, bantuan, semangat dan bimbingan serta arahan kepada penulis selama ini sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

6. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP UNILA terima kasih untuk semua bimbingan dan pelajaran yang begitu berharga yang telah kalian berikan untukku selama perkuliahan.
7. Bapak dan Ibu Staff Administrasi FKIP UNILA, terima kasih atas bantuannya selama ini dalam membantu menyelesaikan keperluan administrasi.
8. Ibu Hj.Rahayu.S.Pd, selaku kepala SMP Negeri 10 Kotabumi, beserta guru Bimbingan Konseling dan para staff yang telah membantu penulis dalam melakukan penelitian.
9. Sahabatku Khususnya Ayu maharani, Devi andrayani, Dwi respita, Riska yunita, Vita Dwi astuti, Qomarul Hasanah, Wahyu riyanto, Yuli Setiowati, Abduh, yang selalu memberikanku semangat, do'a, dukungan, dan nasehat. Terima kasih untuk segalanya.
10. BK12 Putra yaitu Nurman, Dimas, Muslimin, Yan, Nico, Sueb, Rico, Reza dan Mugo.
11. Keluarga besar Bimbingan Konseling 2012 yang senantiasa selalu menjadi sahabat dan kawan seperjuangan di Unila.

Bandar Lampung, Juli 2019
Penulis

M. Novendra Nurdin

DAFTAR ISI

Halaman

DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang dan Masalah	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Identifikasi Masalah	7
3. Batasan Masalah.....	7
4. Rumusan Masalah	7
B. Tujuan dan Manfaat dan Penelitian.....	8
1. Tujuan Penelitian.. ..	8
2. Manfaat Penelitian.. ..	8
C. Ruang Lingkup Penelitian.....	9
D. Kerangka Pikir.....	9
E. Hipotesis.....	16

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Perilaku Empati.....	18
1. Perilaku Empati dalam Bimbingan sosial	18
2. Pengertian Empati	20
3. Komponen-komponen Empati.....	24
4. Proses Empati.....	26
5. Karakteristik Kemampuan Empati.....	28
6. Meningkatkan Kemampuan Empati.....	30
B. Bimbingan Kelompok.....	32
1. Pengertian Bimbingan Kelompok.....	32
2. Tujuan Bimbingan Kelompok.....	34
3. Komponen Bimbingan Kelompok	35
4. Asas-Asas Bimbingan Kelompok.....	37
5. Jenis-jenis Bimbingan Kelompok.....	38
6. Tahapan Bimbingan Kelompok.....	39
C. Mengkaitkan Empati dengan Bimbingan Kelompok.....	45

III. METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian.....	51
B. Desain Penelitian.....	52
C. Subjek Penelitian.....	53
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	54
1. Variabel Penelitian.....	54
2. Definisi Operasional.....	55
E. Teknik Pengumpulan Data.....	57
1. Skala.....	57
F. Penentuan Jumlah Subjek.....	58
G. Pengujian Instrumen.....	59
1. Uji Validitas	59
2. Uji Reliabilitas	61
H. Teknik Analisis Data.....	62

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	65
1. Gambaran Hasil Pra Bimbingan Kelompok	65
2. Deskripsi Data <i>Pretest</i>	66
3. Pelaksanaan kegiatan layanan Bimbingan kelompok.....	67
4. Deskripsi Data <i>Posttest</i>	75
5. Uji Hipotesis	84
B. Pembahasan.....	84

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	89
B. Saran	90

DAFTAR PUSTAKA	91
-----------------------------	----

LAMPIRAN	94
-----------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Penskoran alternatif jawaban skala empati	52
Tabel 4.1 Hasil pretest	66
Tabel 4.2 Hasil posttest.....	75
Tabel 4.3 Hasil pretest dan posttest	76
Tabel 4.4 Analisis hasil penelitian	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1.1 Alur kerangka pikir	15
Gambar 2.1 Tahap pembentukan bimbingan kelompok	37
Gambar 2.1 Tahap peralihan bimbingan kelompok	38
Gambar 2.3 Tahap kegiatan kelompok bebas	39
Gambar 2.4 Tahap kegiatan kelompok tugas	40
Gambar 2.5 Tahap pengakhiran	41
Gambar 3.1 One group pretest posttest design	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi skala empati.....	96
2. Skala penelitian empati.....	100
3. Laporan hasil uji ahli instrumen.....	103
4. Penghitungan hasil uji ahli dengan <i>Aiken,s V</i>	113
5. Laporan proses dan hasil uji coba instrumen.....	116
6. Hasil reliabilitas.....	121
7. Modul.....	122
8. Tahap pelaksanaan penelitian.....	143
9. Hasil <i>pretest</i>	144
10. Hasil <i>posttest</i>	145
11. Rumus interval.....	146
12. Perhitungan uji wilcoxon.....	147
13. Tabel distribusi <i>Z</i>	148
14. Dokumentasi kegiatan bimbingan kelompok.....	151
15. Surat izin penelitian.....	153
16. Surat balasan dari sekolah penelitian.....	154

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang dan Masalah

1. Latar Belakang

Manusia sebagai makhluk sosial, senantiasa berhubungan dengan manusia lainnya dalam masyarakat. Manusia tidak dapat hidup sendiri selalu membutuhkan orang lain. Begitu juga dengan siswa di sekolah, siswa tidak dapat hidup sendiri tanpa teman, guru ataupun warga sekolah lainnya. Peserta didik di Sekolah Menengah Pertama umumnya mengalami masa transisi yang di mulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia belasan tahun atau awal dua puluh tahun.

Pada masa remaja ini, perubahan-perubahan yang terjadi demikian besarnya sehingga menimbulkan “kejutan” bagi remaja itu sendiri dan bagi lingkungannya. Perubahan yang terjadi pada masa remaja yaitu perubahan baik secara fisik, mental, intelektual dan sosial. Pada fase remaja ini dapat menimbulkan problem tertentu bagi remaja sehingga perlu adanya bimbingan dan penanganan untuk membantu mengenalkan kepribadiannya.

Pengenalan kepribadian anak di sekolah dapat di lakukan dengan melakukan komunikasi dan interaksi dengan guru dan teman sekolah. Banyak aspek dari pribadi murid yang perlu dikenal mulai dari kultur masyarakat di mana

siswa tinggal, sangat besar pengaruhnya terhadap sikap siswa, begitu pula situasi di dalam keluarga besar pengaruhnya terhadap emosi penyesuaian sosial, minat, sikap, tujuan, disiplin, dan perbuatan siswa di sekolah. Guru perlu mengenalkan dan menanamkan perilaku empati dengan mengadakan pendekatan pribadi dengan mereka. Dengan demikian akan tercipta pribadi yang mau terbuka dan merasakan apa yang dirasakan orang lain.

Menurut Taufik (2012:16) Empati adalah suatu tindakan yang muncul setelah terjadinya suatu proses interaksi, yang akan meningkatkan kualitas hubungan sosial. Manusia melakukan suatu aktivitas untuk memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain, serta apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh yang bersangkutan terhadap kondisi yang sedang dialami orang lain, tanpa yang bersangkutan kehilangan kontrol dirinya.

Empati berperan penting dalam berbagai bidang kehidupan, mulai dari pengasuhan, pendidikan, manajemen, hingga tindakan bela rasa dan percintaan. Empati dibangun pada lingkup *self-awareness* (kesadaran diri).

Menurut Rogers (Gunarsa, 1992:72), empati bukan hanya sesuatu yang bersifat kognitif namun meliputi emosi dan pengalaman. Juga diartikan sebagai usaha mengalami dunia seseorang sebagaimana orang tersebut mengalaminya. Karena itu, seorang harus berusaha memahami pengalaman orang lain dari sudut orang itu sendiri.

Pada jenjang perkembangannya seorang remaja bukan saja memerlukan dirinya sendiri ,melainkan remaja tersebut memerlukan orang lain dalam memenuhi kebutuhannya, oleh karena itu perlunya penanaman empati pada seorang remaja sehingga dalam prosesnya akan terjadi interaksi yang baik dan saling tolong menolong.

Remaja biasanya mencari teman sebaya untuk berinteraksi dan bergaul, karena dengan teman sebaya banyak ditemukan kesamaan karakter sehingga mereka mudah dalam berekspresi (Muryanto, 2009: 10).Pada masa ini remaja mulai mengenal norma baru dalam kehidupannya seperti norma pergaulan dan norma yang berlaku dalam masyarakat tidak hanya norma yang didapat remaja dalam keluarga namun juga norma dan aturan yang ada disekolah, dengan bertambahnya norma yang diketahui hal ini akan berpengaruh pada kemampuan Interaksi remaja.

Remaja secara sosial sangat peka terhadap perubahan dan pengaruh yang ada di lingkungan khususnya di sekolah dan pada masa ini remaja memiliki tanggung - jawab seperti dikemukakan Buhler dalam (Makmun, 2003) pada usia SLTP adalah (12-15) mulai mengetahui bahwa adanya kenyataan yang berbeda dengan sudut pandangnya kemudian pada usia (16-18) adalah berperilaku sesuai dengan tuntunan masyarakat dan kemampuan yang dimilikinya.

Remaja harus mulai belajar memahami masyarakat dan juga lingkungannya sesuai dengan kemampuan dirinya artinya penanaman prilaku empati pada peserta didik di sekolah sangat diperlukan, untuk menjalankan tugasnya dengan baik untuk nantinya bergaul .

Dalam aktivitas pendidikan siswa tidak terlepas dari proses interaksi dengan seluruh warga sekolah, khususnya dengan sesama siswa atau teman sebaya maupun guru. Terjalinnnya hubungan yang baik antara siswa dengan teman sebaya maupun hubungan yang baik antara siswa dengan gurunya dalam berinteraksi merupakan salah satu hal yang dapat menunjang sikap siswa dalam meningkatkan rasa empati.

Permasalahan yang ditemui yaitu masih ada siswa-siswa yang memiliki kesulitan dalam berperilaku empati dengan baik. Hal ini dapat dilihat berdasarkan pengamatan peneliti lakukan yang menggambarkan siswa yang kurang peduli pada teman sekitar dan lingkungannya, Siswa sulit bekerja sama dengan teman saat mengerjakan tugas kelompok, dan masih banyak lagi permasalahan yang muncul karena kurangnya kemampuan berempati dengan baik.

Sedangkan di lingkungan sekolah siswa dituntut untuk mampu berempati dengan baik dengan warga sekolah yakni guru, staf tata usaha dan teman sebaya, maupun dengan warga sekolah lainnya. Siswa yang tidak mampu memiliki empati dengan baik maka ia akan merasa kesulitan dalam bersosialisasi, hal ini sesuai dengan *teori empati* sebagai karakter afektif yang memengaruhi pengalaman terhadap emosi orang lain kemampuan kognitif untuk memahami emosi-emosi orang lain (Mehrabian & Epstein, 1972).

Sebagai konsep kognitif, Hogan mendeskripsikan empati dalam istilah yang global sebagai kemampuan intelektual atau imajinatif terhadap kondisi

pikiran dan perasaan orang lain. Contohnya ketika ada suatu pekumpulan dia akan cenderung terasingkan, dan ketika dia memiliki masalah akan sulit minta tolong kepada teman-temannya. Hal ini lama-kelamaan akan menjadi kebiasaan yang buruk bagi siswa.

Dari berbagai definisi di atas dapat disimpulkan bahwa empati merupakan suatu aktivitas untuk memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain, serta apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh yang bersangkutan (observer, perceiver) terhadap kondisi yang sedang dialami orang lain, tanpa yang bersangkutan kehilangan kontrol dirinya

Untuk itulah bimbingan dan konseling sebagai bagian yang tak dapat dipisahkan dari proses pendidikan dan merupakan bagian terdekat dengan siswa saat berada di lingkungan sekolah memiliki tugas untuk membangun motivasi siswa dan memberi arahan kepada siswa dalam menumbuhkan perilaku empati dengan melaksanakan layanan-layanan yang ada di dalamnya. Interaksi yang diharapkan dimiliki oleh siswa antara lain siswa mampu bersikap toleransi, luwes bergaul, kontrol diri sendiri, perasaan mau menerima dirinya sendiri dan orang lain, dan mampu menyatakan emosinya secara konstruktif dan kreatif.

Berdasarkan permasalahan di atas dapat disimpulkan bahwa ada beberapa siswa yang memiliki masalah dengan empati perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan kemampuan empati antar teman sebaya di sekolah agar tercapainya empati yang diharapkan peneliti dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok.

Prayitno (dalam Sukardi, 2008: 2) bimbingan merupakan bantuan yang diberikan kepada individu atau sekelompok orang agar mereka itu dapat berkembang menjadi pribadi-pribadi yang mandiri. Kemandirian itu mencakup lima fungsi pokok yang hendaknya dijalankan oleh pribadi yang mandiri, yaitu : (a) mengenal diri sendiri dan lingkungannya, (b) menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis, (c) mengambil keputusan, (d) mengarahkan diri, dan (e) perwujudan diri.

Dari tujuan bimbingan di atas dapat disimpulkan bahwa, siswa tidak terlepas dari hubungan manusia satu dengan lainnya. Melalui bimbingan kelompok ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan dalam berempati antar teman sebaya di sekolah.

Menurut Teori Goleman (2005), individu seharusnya mampu menerima sudut pandang orang lain, memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain, dan mampu mendengarkan orang lain. Sedangkan berdasarkan pengamatan penelitian di SMP Negeri 10 Kotabumi, Peneliti menemukan terdapat beberapa permasalahan siswa yang berkaitan dengan empati antar teman sebaya di sekolah yakni terdapat beberapa siswa yang kurang peduli dengan keadaan teman disekitarnya, siswa sulit bekerja sama dengan teman saat mengerjakan tugas kelompok, beberapa siswa juga tidak mau mendengarkan pendapat saat diskusi kelompok dan ada beberapa siswa yang belum mampu memahami perasaan empati temen-temannya.

Setelah mengetahui permasalahan kurangnya perilaku empati di SMP Negeri 10 Kotabumi maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian

tentang Upaya Meningkatkan Perilaku Empati dengan Menggunakan bimbingan kelompok Pada Siswa SMP Negeri 10 Kotabumi. Hal yang akan dilihat adalah bagaimana peningkatan empati di SMP Negeri 10 Kotabumi. Bimbingan Kelompok menjadi salah satu cara yang dapat digunakan oleh guru dalam meningkatkan kemampuan empati siswa di sekolah.

2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka identifikasi masalah yang ditemukan dalam penelitian ini yaitu:

1. Siswa kurang peduli dengan keadaan teman disekitarnya,
2. Siswa sulit bekerja sama dengan teman saat mengerjakan tugas kelompok,
3. Siswa juga tidak mau mendengarkan pendapat saat diskusi kelompok
4. Siswa kurang merespon pembicaraan guru dan teman di sekitarnya.
5. Siswa kurang berpartisipasi ketika berkunjung ke rumah teman yang tertimpa musibah.

3. Batasan Masalah

Berdasarkan uraian pada identifikasi masalah diatas, maka pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah “ Upaya Meningkatkan Perilaku Empati dengan Menggunakan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII SMP N 10 Kotabumi.”

4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi dan pembatasan masalah di atas maka yang menjadi rumusan masalah ini adalah “ Apakah Perilaku

Empati dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok”.

B. Tujuan Dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Memperhatikan latar belakang masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah, dan perumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa akurat layanan bimbingan kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan perilaku empati.

2. Manfaat Penelitian

Kegunaan dari pelaksanaan yang dilakukan, dapat dirinci manfaat teoritis dan praktis.

a. Secara teoritis.

Dari hasil penelitian ini bisa berguna untuk mengembangkan konsep-konsep ilmu pengetahuan, mengenai upaya peningkatan perilaku empati melalui layanan bimbingan kelompok.

b. Secara praktis

1. Bahan masukan guru bimbingan dan konseling dalam memberikan
2. bantuan yang tepat terhadap siswa-siswa untuk meningkatkan kemampuan rasa empati siswa dalam bergaul dan penyesuaian diri.
3. Dapat di jadikan suatu sumbangan informasi, pemikiran bagi guru
4. pembimbing, peneliti selanjutnya dan tenaga kependidikan lainnya dalam penggunaan Bimbingan Kelompok untuk meningkatkan perilaku empati siswa.

C. Ruang Lingkup Penelitian

Dalam hal ini penulis membatasi ruang lingkup penelitian ini agar penelitian ini lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan, diantaranya adalah:

1. Ruang lingkup ilmu

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup ilmu bimbingan dan konseling.

2. Ruang lingkup objek

Ruang lingkup objek dalam penelitian ini adalah meningkatkan perilaku empati siswa teman sebaya melalui penggunaan layanan bimbingan kelompok yang diberikan konselor sekolah.

3. Ruang lingkup subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII di SMP N 10 Kotabumi.

4. Ruang lingkup tempat

Ruang lingkup tempat dalam penelitian ini adalah SMP N 10 Kotabumi.

5. Ruang lingkup waktu

Ruang lingkup waktu dalam penelitian ini dilakukan pada tahun ajaran 2017/2018.

D. Kerangka Pikir

Siswa kelas VIII SMP negeri 10 Kotabumi tergolong dalam kategori usia remaja dimana pada usia ini terdapat tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi. Salah satu tugas perkembangan remaja menurut Havighurts yaitu mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya.

Bersosialisasi merupakan salah satu upaya siswa dalam memenuhi tugas perkembangannya; menjalin hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya. Dalam bersosialisasi tentunya terjadi interaksi, dan interaksi hanya dapat terjadi jika seorang mampu berkomunikasi dengan baik. Devito (Suranto, 2011:84) mengemukakan lima sikap positif yang menentukan kemampuan komunikasi interpersonal seseorang salah satunya adalah Empati (empathy). Stewart (Setiawan, 2012) merumuskan empati sebagai kemampuan untuk menempatkan diri di tempat orang lain supaya bisa memahami dan mengerti kebutuhan dan perasaannya.

Empati berperan penting dalam mendukung terjadinya komunikasi interpersonal yang efektif. Tanpa adanya sikap empati dalam komunikasi interpersonal maka akan menyebabkan terjadinya kesalahpahaman sehingga interaksi dan sosialisasi antar siswa tidak dapat terjalin dengan harmonis yang berdampak pada tugas perkembangan untuk mencapai hubungan yang lebih matang tidak dapat terpenuhi.

Sikap empati diharapkan dimiliki oleh siswa sehingga siswa dapat mampu bertoleransi luwes bergaul, kontrol diri sendiri, perasaan mau menerima dirinya sendiri dan orang lain. Hal ini akan terwujud jika siswa memiliki sikap empati yang baik dan itu akan tercapai jika bimbingan konseling diterapkan dengan baik oleh konselor sekolah.

Jadi jelas sekali bahawa kemampuan empati sangat dibutuhkan bagi siswa terutama dalam membantu tercapainya tugas perkembangan dalam bersosialisasi.

Berdasarkan urgensi yang telah diuraikan diatas maka penting bagi setiap siswa memiliki kemampuan empati yang baik. Salah satu upaya dalam meningkatkan empati siswa adalah dengan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok Sukardi (2008:78) yaitu layanan bimbingan yang memungkinkan peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber tertentu (terutama dari pembimbing/ konselor) yang berguna bagi kehidupan sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat.

Namun dewasa ini dapat dilihat sebagai contoh observasi penulis saat melaksanakan wawancara dengan guru bimbingan konseling di SMP N 10 Kotabumi dan dengan melaksanakan wawancara dengan beberapa siswa di Sekolah tersebut, diketahui terdapat beberapa siswa yang memiliki sikap empati yang rendah itu semua terlihat dari kurangnya kepedulian siswa dengan keadaan teman disekitarnya karena tidak mampu memahami perasaan dan keinginan masing-masing, dan siswa juga sulit bekerja sama dengan temannya.

Sebagai mahasiswa bimbingan konseling hal ini menjadi perhatian yang serius. Seperti kita ketahui jika empati tidak baik maka akan terjadi permasalahan yang menghambat siswa dalam proses pendidikan. Ketika empati siswa rendah maka akan berdampak pada kemampuan siswa dalam berinteraksi antar temannya, sehingga dapat menimbulkan diantaranya perilaku:

1. ingin menyendiri. Remaja biasanya mulai menarik diri dari berbagai kegiatan keluarga dan sering bertengkar dengan teman-teman. Sering melamunkan betapa seringnya ia tidak mengerti akan sesuatu.
2. *antagonisme* Sosial. Remaja sering kali tidak mau bekerja sama, sering membantah dan menentang.
3. emosi yang meninggi. Kemurungan, ledakan amarah dan cenderung menangis karena hasutan yang sangat kecil.
4. hilangnya kepercayaan diri. Anak yang tadinya sangat yakin pada diri sendiri, sekarang menjadi kurang percaya diri dan takut pada kegagalan karena daya trik menurun dengan adanya orang tuanya. (Ridwan: 2008)

Mengingat betapa pentingnya empati yang harus dimiliki oleh siswa maka perlu diupayakan untuk meningkatkan empati tersebut. Upaya meningkatkan empati dilakukan melalui bimbingan kelompok. Hal ini sejalan dengan teori Allport (1965) mendefinisikan empati sebagai perubahan imajinasi seseorang ke dalam pikiran, perasaan, dan perilaku orang lain. Allport percaya bahwa empati berada di antara kesimpulan (*inference*) pada satu sisi, dan intuisi pada sisi lain. Allport juga menitik beratkan pada peranan kerjasama, dan perilaku mencontoh seseorang individu di dalam empati.

Para teoritikus kontemporer menyatakan bahwa empati terdiri atas dua komponen, kognitif dan afektif (Taufik, 2012:43) Selain dua komponen tersebut beberapa teoritikus lainnya menambahkan aspek komunikatif sebagai faktor ketiga. Komponen komunikatif sebagai jembatan yang menghubungkan keduanya, atau sebagai media ekspresi realisasi dari komponen kognitif dan afektif. Bimbingan kelompok merupakan wadah untuk meningkatkan komponen kognitif dan afektif melalui kegiatan komunikasi antar individu menyampaikan pendapat, berkomunikasi dan meningkatkan kualitas kerjasama serta saling memahami satu dan yang lainnya.

Menurut Tohirin (2007: 170) menyebutkan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu cara memberikan bantuan kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Dalam bimbingan kelompok merupakan sarana untuk menunjang perkembangan optimal masing-masing siswa, yang diharapkan dapat mengambil manfaat dari pengalaman pendidikan ini bagi dirinya sendiri (dalam Winkel & Sri Hastuti, 2004: 565). Teori menunjukkan untuk meningkatkan perilaku empati bisa dengan cara melakukan bimbingan kelompok karena perilaku empati adalah perilaku memahami perasaan orang lain yang dilakukan dengan cara berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain, sedangkan bimbingan kelompok adalah wadah untuk menjalin komunikasi dan interaksi.

Sitti Hartinah (2009) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok merupakan bimbingan yang dilaksanakan secara kelompok terhadap sejumlah individu sekaligus agar individu tersebut dapat menerima bimbingan yang dimaksudkan untuk menanamkan perilaku empati pada siswa. Hal tersebut mengindikasikan bahwa dalam kegiatan bimbingan kelompok pelaksanaannya dilakukan secara bersama-sama terhadap sejumlah individu sehingga masing-masing individu dapat memahami kegiatan bimbingan kelompok pelaksanaannya dilakukan secara bersama-sama terhadap sejumlah individu dapat memahami kegiatan bimbingan yang tengah diterapkan. Senada dengan itu Dewa Ketut Sukardi (2008: 64) menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari pembimbing/ konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu

maupun pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan.

Agus Mulyadi (2004) mengartikan layanan bimbingan kelompok adalah proses membantu individu (siswa) dalam memecahkan masalah-masalah atau problem-problem yang dihadapinya dengan secara bersama-sama dalam kelompok. Bertolak dari uraian di atas, maka yang dimaksud dengan layanan bimbingan kelompok itu pada dasarnya adalah bantuan pemecahan masalah-masalah individu (siswa) yang dilaksanakan secara kelompok, dan permasalahan yang akan dibahas ialah permasalahan dalam meningkatkan perilaku empati pada siswa .

Bimbingan kelompok diperkirakan tepat digunakan sebagai salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling untuk dapat diberikan kepada siswa yang memiliki empati yang rendah di lingkungannya. Siswa yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dapat secara langsung berlatih menciptakan dinamika kelompok, yaitu berlatih berbicara, menanggapi, mendengarkan, dan bertenggang rasa dalam suasana kelompok. Kegiatan bimbingan kelompok serta prosesnya akan mengembangkan perilaku empati pada peserta didik..

Selanjutnya menurut Winkel (1991:451) bahwa :

proses kelompok, yaitu interaksi dan komunikasi yang dimanfaatkan dalam bimbingan kelompok dapat menunjang perkembangan kepribadian dan perkembangan sosial masing-masing anggota kelompok serta meningkatkan mutu kerjasama kelompok guna mencapai tujuan yang ditetapkan.

Pendapat tersebut menyatakan bahwa dalam kegiatan bimbingan kelompok memungkinkan siswa sebagai anggota kelompok akan saling berkomunikasi dan berinteraksi. Siswa akan dilatih berbicara, menanggapi, mendengarkan, bertenggang rasa dan saling menghargai. Keadaan yang demikian, jika dapat

dilakukan maka akan memungkinkan siswa untuk bisa melatih diri dan mengembangkan dirinya dalam memahami dirinya sendiri, orang lain dan lingkungannya sehingga diharapkan dapat menumbuhkan rasa empati pada siswa, dengan demikian pada tahap – tahap dalam melakukan bimbingan kelompok siswa dilatih kepercayaan diri, dilatih bagaimana mengungkapkan pendapat, merespon kata – kata teman, mengekspresikan perasaannya, siswa dilatih untuk dapat menerima dirinya juga temannya, hal ini ketika dinamika kelompok berjalan dengan baik maka kemampuan empati siswa akan meningkat.

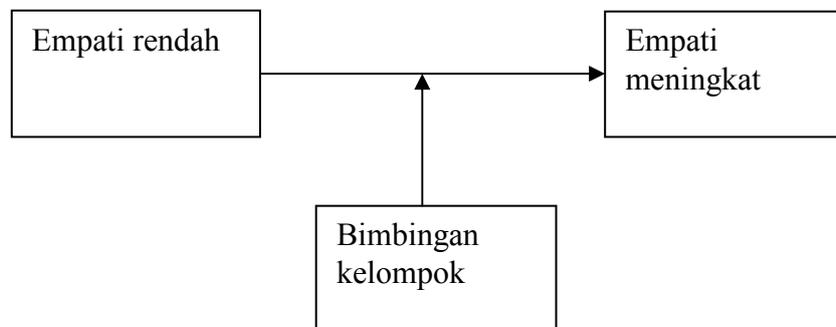
empati pada siswa.

Dari keterkaitan tersebut bahwa seorang remaja lebih tergantung kepada teman sebayanya dari pada orang tua. Seperti disebutkan diawal bahwa kemampuan berempati ini sangat perlu ditingkatkan karena jika siswa kurang memiliki empati, maka hal itu akan berpengaruh kepada kehidupan sosial siswa dan berpengaruh kepada siswa saat remaja. Asrori (dalam psikologi remaja :2006) mengatakan bahwa kemampuan hubungan sosial ini bisa dilihat dari interaksi sosial, komunikasi sosial, kemampuan menyesuaikan diri. Bimbingan kelompok dikatakan tepat dalam meningkatkan sikap empati dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang ada pada bimbingan kelompok.

Dinamika kelompok merupakan sinergi dari semua faktor yang ada dalam suatu kelompok; artinya merupakan pengerahan secara serentak semua faktor yang dapat digerakkan dalam kelompok itu. Dengan demikian dinamika kelompok merupakan jiwa yang menghidupkan dan menghidupi suatu kelompok (Prayitno, 1995: 23).

Dalam dinamika ini siswa dapat dilatih berbicara, menanggapi, berpendapat, mengungkapkan keinginannya, dan hal tersebut adalah bagian dari hubungan sosial. Dinamika kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan empati dalam lingkungan sosialnya, karna pembentukan kelompok akan membuat seorang siswa mempelajari dan memahami kondisi siswa satu dengan lainnya. Berkaitan dengan itu, Kohut berpendapat empati diartikan sebagai suatu proses di mana seseorang berpikir mengenai kondisi orang lain yang seakan - akan dia berada pada posisi orang lain itu (Taufik,2012 : 56). Dengan adanya kelompok siswa yang satu dan lainnya bisa saling berinteraksi dan lebih memahami keadaan dan pemikiran serta perasaan orang lain.

Dari hal tersebut maka dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan empati. Berdasarkan uraian di atas kerangka pikir dalam penelitian ini sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Pikir Penelitian

E. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian seperti terbukti melalui data yang terkumpul (Arikunto, 2006: 71). Hipotesis penelitian yang penulis ajukan adalah empati

pada siswa di sekolah dapat ditingkatkan menggunakan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP N 10 Kotabumi.

Berdasarkan hipotesis penelitian di atas, penulis mengajukan hipotesis statistik penelitian ini sebagai berikut :

Ho : Empati pada siswa tidak dapat ditingkatkan menggunakan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP N 10 Kotabumi.

Ha : Empati pada siswa dapat ditingkatkan menggunakan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP N 10 Kotabumi.

II. TINJAUAN PUSTAKA

Tinjauan pustaka adalah teori-teori relevan yang dapat digunakan untuk menjelaskan tentang objek yang akan diteliti. Penelitian ini berjudul “Upaya Meningkatkan Empati Dengan Menggunakan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 10 Kotabumi” maka peneliti menggunakan teori-teori yang berhubungan dengan empati dan bimbingan kelompok .

A. Perilaku Empati

1. Perilaku Empati Dalam Bimbingan Sosial

Perilaku Empati dalam bimbingan sosial merupakan dasar hubungan interpersonal . Empati dalam bimbingan sosial juga merupakan kemampuan seseorang untuk mengerti tentang perasaan dan emosi orang lain pada lingkup sosial juga kemampuan untuk membayangkan diri sendiri di tempat orang lain pada hubungan sosialnya. Kemampuan untuk empati ini mulai dapat dimiliki seseorang ketika menduduki masa akhir kanak-kanak awal (6 tahun) dengan demikian dapat dikatakan bahwa semua individu memiliki dasar kemampuan untuk dapat berempati, hanya saja berbeda tingkat kedalaman dan cara mengaktualisasikannya.

Salah satu masalah yang sering muncul dalam bimbingan sosial adalah kurangnya rasa empati dalam berkomunikasi yang bisa menyebabkan kesalahpahaman interaksi komunikasi sehingga seseorang frustrasi dan tidak ada manfaat yang dihasilkan dari proses konseling tersebut. Hal yang juga penting diungkap dalam konteks peningkatan mutu empati seseorang adalah

berlatih menampakkan ekspresi-ekspresi atau isyarat-isyarat non-verbal yang membuat orang lain merasa dimengerti dan diterima, karena kemampuan empati terutama melibatkan kemampuan seseorang untuk membaca perasaan lewat pemahaman terhadap isyarat-isyarat non verbal orang lain. Pemahaman seperti ini membuat hubungan antar individu terjalin dengan baik.

Dalam kepustakaan bimbingan sosial ditegaskan tentang keefektifan bimbingan (*counseling effectiveness*) lebih ditentukan dari kecakapan konselor. Oleh karena itu, peran empati cukup esensial yang diakui dalam teori-teori konseling, sehingga empati yang diwujudkan-nyatakan dalam praktik konseling selama ini merupakan suatu keniscayaan untuk ditumbuh-kembangkan secara sistemis di dunia pendidikan dan kehidupan masyarakat kita.

Adapun bimbingan kelompok bermakna suatu bimbingan atau bantuan dalam menghadapi dan memecahkan masalah-masalah sosial seperti pergaulan, penyelesaian masalah konflik, penyesuaian diri dan sebagainya. Bimbingan sosial juga bermakna suatu bimbingan atau bantuan dari pembimbing kepada individu agar dapat mewujudkan pribadi yang mampu bersosialisasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya secara baik.

Relevan dengan pendapat diatas, Andi Mapiare (1994) suatu bimbingan dikatakan bimbingan sosial apabila penekanan bimbingan lebih diarahkan pada usaha-usaha mengurangi masalah-masalah sosial, salah satu masalah tersebut ialah perilaku empati.

Berdasarkan definisi-definisi bimbingan yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan yaitu :

1. Bimbingan merupakan bantuan yang diberikan kepada individu secara kontinyu dan sistematis,
2. Bertujuan untuk membantu proses pengembangan potensi diri melalui pola-pola sosial yang dilakukannya sehari-hari di lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat. Pola-pola sosial yang dimaksudkan adalah

pola-pola dimana individu tersebut dapat melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya.

Bagaimana cara seseorang mengatasi keadaan batinnya sendiri mengatasi konflik-konflik dalam diri dalam upaya mengatur dirinya sendiri di bidang kerohanian, perawatan jasmani, pengisian waktu luang, penyaluran nafsu seksual dan sebagainya, serta upaya membantu individu dalam membina hubungan sosial di berbagai lingkungan (pergaulan sosial).

Sementara bimbingan sosial merupakan upaya untuk membantu individu dalam mengenal dan berhubungan dengan lingkungan sosial yang dilandasi budi pekerti luhur dan tanggung jawab. Bimbingan pribadi-sosial berarti upaya untuk membantu individu dalam menghadapi keadaan batinnya sendiri dan mengatasi konflik-konflik dalam diri dalam upaya mengatur dirinya sendiri di bidang kerohanian, perawatan jasmani, pengisian waktu luang, penyaluran nafsu dan sebagainya, serta upaya membantu individu dalam membina hubungan sosial di berbagai lingkungan (pergaulan sosial).

Berdasarkan pengertian di atas, tujuan utama pelayanan bimbingan sosial dalam Prilaku Empati adalah agar individu yang dibimbing mampu melakukan prilaku empati secara baik dengan lingkungannya. Bimbingan sosial juga bertujuan untuk membantu individu dalam memecahkan dan mengatasi kesulitan-kesulitan dalam masalah sosial, sehingga individu dapat merasakan serta memahami perasaan orang lain secara baik dalam lingkungan sosialnya.

2. Pengertian Empati

Menurut Zoll dan Enz dalam (Taufik,2012:22) empati dapat diartikan sebagai kemampuan dan kecenderungan seseorang (“observer”) untuk memahami apa yang orang lain (“target”) pikirkan dan rasakan pada situasi tertentu. Empati adalah kemampuan untuk memosisikan diri pada posisi orang lain dan merasakan apa yang dirasakan orang lain (Papalia, Old, &

Feldman, 2008). Kemampuan anak dalam berempati berpengaruh dalam menentukan penerimaan individu oleh teman sebayanya (Braza et al., 2009 : 703), kualitas persahabatan anak (Santrock, 2002) serta perkembangan moralnya sendiri (Reid et al., 2013).

Empati menjadi fondasi penting dalam kematangan perkembangan moral dan kesuksesan individu dalam sosial . Empati pertama kali diperkenalkan oleh Titchener (1909) sebagai terjemahan bahasa Inggris dari kata bahasa German “Einfühlung” dimana aslinya digunakan dalam pelajaran estetika untuk menggambarkan hubungan antara seseorang dengan sebuah benda seni. Sedangkan empati juga merupakan suatu reaksi individu pada saat ia mengamati pengalaman orang lain (Davis, 1983 : 397).

Menurut roger dalam (Gunarsa,1992:82) empati tebagi menjadi 2 konsep, konsep pertama dia menulis empati adalah sesuatu perilaku melihat kerangka berpikir internal orang lain secara akurat. Kedua pada konsep ini seseorang memahami orang lain tersebut seolah-olah individu tersebut masuk dalam diri orang lain sehingga bisa merasakan dan mengalami sebagai manayang dirasakan dan dialami oleh orang lain itutanpa kehilangan indentitas dirinya sendiri.

Menurut La Frieniere dalam (Taufik:2012) empati merupakan salah satu bentuk emosi kesadaran diri, selain rasa malu, rasa cemburu, rasa bangga dan rasa bersalah. Menurut Darwin, emosi-emosi tersebut berawal dari perkembangan kesadaran diri dan melibatkan penguasaan peraturan dan standar (LaFreniere, 2000)

Sementara itu, Mead dalam Eisenberg (2000) menyatakan bahwa empati merupakan kapasitas mengambil peran orang lain dan mengadopsi perspektif orang lain dihubungkan dengan diri sendiri. Para peneliti lain menyebut empati dengan mengacu kepada kemampuan kognitif untuk memahami kondisi mental dan emosional orang lain (Borke, 1971, 1973; Deutsch & Madle, 1975 dalam Eisenberg, 2000) atau insight sosial (Dymond, 1950 dalam Eisenberg, 2000). Dengan kata lain empati melibatkan kognisi.

Mark Davis (Taufik, 2012:40) mendefinisikan bahwa empati merupakan respon afektif dan kognitif yang kompleks pada distres emosional orang lain. Empati termasuk dalam kemampuan untuk merasakan keadaan emosional orang lain, merasa simpati dan mencoba menyelesaikan masalah, serta mengambil perspektif orang lain. Cakupan-cakupan pokok empati berkisar pada sudut objek orang lain, yang menciptakan keinginan untuk menolong, mengalami emosi yang serupa dengan emosi orang lain, mengetahui apa yang orang lain rasakan dan pikirkan, serta mengaburkan garis batasan antara diri sendiri dan orang lain. Davis menggolongkan indikator empati menjadi lima bagian yaitu :

a. Keterbukaan (*openess*),

Keterbukaan yaitu kemauan menanggapi dengan senang hati informasi yang diterima di dalam menghadapi hubungan interpersonal. Keterbukaan adalah hal terbuka, perasaan toleransi dan hati-hati. Keterbukaan merupakan suatu sikap perilaku terbuka dari individu dalam beraktivitas.

b. Perhatian (*Empathic Concern*)

Perasaan simpati yang berorientasi pada orang lain dan perhatian terhadap kemandulan orang lain. Aspek ini juga merupakan cermin dari perasaan kehangatan yang erat kaitannya dengan kepekaan dan kepedulian terhadap orang lain. Perhatian yang muncul pada seseorang mencerminkan pula

tingkat kematangan emosi dan empati dari orang tersebut. Seseorang yang telah matang tingkat emosinya memiliki kemungkinan yang lebih besar pula dalam mengendalikan empatinya dengan baik. Perhatian yang diberikan bisa dalam bentuk implisit maupun eksplisit, tergantung bentuk situasi dan kondisinya.

c. Pengambilan Perspektif (*Perspective Taking*)

Kecenderungan seseorang untuk mengambil sudut pandang psikologis orang lain secara spontan. Davis menekankan pentingnya kemampuan dalam *perspective taking* untuk perilaku non egosentrik, yaitu kemampuan yang tidak berorientasi pada kepentingan sendiri, tetapi pada kepentingan orang lain. Pengambilan perspektif berhubungan dengan reaksi emosional dan perilaku menolong pada remaja. Pengambilan perspektif dalam empati meliputi proses *self identification* dan *self positioning*. *Self identification* mengarahkan individu untuk menyentuh kesadaran dirinya sendiri melalui perspektif yang dimiliki oleh orang lain, sementara *self positioning* memandu individu untuk memposisikan diri pada situasi dan kondisi orang lain untuk kemudian membantu penyelesaian masalahnya.

d. Fantasi (*Fantasy*)

Kemampuan seseorang untuk mengubah diri mereka secara imajinatif dalam mengalami perasaan dan tindakan dari orang lain di sekitarnya. Davis mengemukakan bahwa fantasi merupakan aspek yang berpengaruh pada reaksi emosi terhadap orang lain dan menghasilkan perilaku menolong. Ketika mengalami fantasi, seseorang akan terstimuli untuk menyampaikan perasaan dan persepsi atas suatu kejadian atau proses yang menyatakan perubahan sikap/perilaku orang lain. Fantasi sangat mempengaruhi intensitas empati seseorang, contoh konkretnya seperti meminta orang lain menceritakan runut permasalahannya sebagai media *problem solving* atas masalah tersebut.

e. Rasa positif (*positiveness*)

Berpikir positif adalah salah satu sifat yang harus dimiliki oleh setiap individu, karena dengan sifat ini, seseorang memiliki perasaan percaya diri terhadap dirinya, mendorong orang lain lebih aktif berpartisipasi, dan tergerak terhadap kondisi orang lain dan menciptakan situasi interaksi yang efektif.

Dari uraian di atas Penulis dapat menyimpulkan bahwa empati merupakan suatu aktivitas untuk memahami apa yang sedang di pikirkan dan dirasakan orang lain serta apa yang di pikirkan dan di rasakan orang yang bersangkutan terhadap kondisi yang sedang dialami orang lain.

3. Komponen-komponen Empati

Menurut Zoll dan Enz (2012) komponen-komponen empati terdiri dari empati kognitif dan empati affektif. Lebih terperinci komponen-komponen empati adalah sebagai berikut :

a. Empati kognitif

Memahami perbedaan proses kognitif didalam observer mulai dari proses asosiatif yang relatif sederhana pada mekanisme pembelajaran sampai titik mengambil alih perspektif orang lain dengan tegas. Untuk mencapai ini, observer harus fokus perhatian pada targetnya, membaca sinyal ekspesif dan juga sinyal keadaan yang berubah, dan mencoba untuk memahami reaksi yang mengalir dari target. Proses ini berjalan berdasarkan pada apa yang dia ketahui tentang ekspresi emosional secara umum, makna dari situasi secara umum, dan reaksi target sebelumnya.

Selain itu, prasyarat motivasi, serta diperlukan juga akurasi persepsi. Sementara pengalaman pribadi menjadi dasar semua pemahaman empati (bertindak sebagai dasar pengetahuan untuk mendeteksi dan mengidentifikasi reaksi-reaksi internal terhadap rangsangan eksternal),

kemampuan kognitif untuk membedakan antara diri sendiri dan orang lain menjadi penting sekali dalam empati (Bischof-köhler, 1989). Empati kognitif dalam pengertian ini sangat berhubungan erat pada konsep teori pikiran.

1. Kemampuan untuk mengembangkan sebuah pemahaman keadaan mental pada orang lain, dimana tidak dapat dilihat secara langsung (e.g. mengenali bahwa orang dapat mengungkapkan emosi tertentu ketika merasakan hal yang berbeda) dan
2. Menarik kesimpulan sehubungan dengan reaksi dan tingkah laku orang lain. Untuk membuat prediksi-prediksi ini diasumsikan bahwa observer memiliki “teori pikiran” atas orang lain (Premack & Woodruff, 1978).

b. Empati Affektif

Berhubungan dengan proses dimana emosi observer muncul karena adanya (sadar atau tidak sadar) persepsi keadaan internal target (baik emosi ataupun pikiran dan sikap). Empati afektif dengan demikian dapat menjadi hasil dari empati kognitif, tetapi dapat juga timbul dari persepsi perilaku ekspresif yang segera memindahkan keadaan emosi dari satu orang ke orang lain (penularan emosi). Dalam kasus ini, keadaan afektif observer timbul sama tingginya dengan target. Sebagai hasil dari sebuah hubungan langsung atau pemindahan keadaan emosi antara perorangan melalui verbal (kata-kata), pra-verbal, dan isyarat non verbal.

Hubungan ini menjadi fungsi biologi dalam membina identitas sosial dan adaptasi dalam kelompok, misalnya, ketika sangat penting bagi kawanan hewan untuk bereaksi dengan cepat dari pemangsa yang hanya terdeteksi oleh satu atau beberapa anggota dalam sebuah kelompok. Dalam hal empati afektif reaktif muncul karena proses kognitif (empatik), sebuah percampuran yang lebih rumit dari keadaan afektif (seperti sombong) berakibat bertentangan dengan keadaan emosional yang sangat mirip yang dihasilkan dari penalaran emosi.

Dari uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa komponen empati terbagi dua yaitu empati kognitif dan empati affektif. Empati afektif dikenal sebagai empati emosional dimana tipe ini adalah tipe yang bisa merasakan dan menanggapi emosi orang lain dan tipe ini sangat sensitif dengan keadaan di sekitarnya dan memiliki kesulitan untuk menetapkan batasan pada dirinya sendiri. Sedangkan empati kognitif dikenal sebagai empati intelektual dan tipe ini memiliki kecerdasan untuk menempatkan diri mereka dalam posisi orang lain lalu dia bisa memahami sesuatu atau seseorang dari segala macam sudut pandang.

4. Proses Empati

Dalam menjelaskan proses empati berbagai pendapat telah di kemukakan diantara mengatakan proses empati tergantung dari dari sudut pandang apa yang di definisikan dalam konsep empati. Davis menggolongkan proses empati kedalam 4 tahapan yaitu *antecedents, processes, interpersonal outcomes, dan interpersonal outcomes* (Taufik 2012: 54)

a. *Antecedents*

Yang di maksud dengan antecedents yaitu kondisi-kondisi yang mendahului proses terjadinya empati meliputi karakteristik observer, target atau situasi saat itu.

b. *Processes*

Terdapat 3 jenis processes empati yaitu *non cognitive processes*, *simple cognitive processes*, dan *advance cognitive processes*.

- i. *Non cognitive processes* adalah suatu proses empati yang di sebabkan oleh proses-proses non cognitive artinya tanpa memerlukan pehaman dan situasi yang terjadi.
- ii. *Simple cognitive processes* adalah suatu jenis empati yang membutuhkan sedikit proses kognitif misalnya bila seseorang melihat tanda-tanda kurang nyaman pada orang lain atau juga pada saat itu antara seseorang dan target keduanya sama-sama berada pada situasi yang kurang nyaman akan membuat seseorang mudah berempati.
- iii. *Advance cognitive processes* adalah proses empati yang mana seseorang dituntut untuk mengerahkan kemampuan kognitifnya, munculnya empati tersebut merupakan akibat dari ucapan atau bahasa yang disampaikan seseorang refek darikepada orang lain.

c. *Interpersonal outcome*

Interpersonal outcome Terbagi menjadi dua yaitu :

- i. *Parallel outcome* adalah adanya keselarasan antara yang kita rasakan dengan yang dirasakan atau yang di alami orang lain.

- ii. *reactive outcomes* adalah suatu reaksi-reaksi afektif terhadap pengalaman-pengalaman orang lain yang berbeda yang mana dalam banyak kasus *reactive outcome* cenderung mengarah pada proses kognitif.

d. *Interpersonal outcome*

Interpersonal outcome adalah suatu tindakan empati yang berefek dari observer dan berdampak pada hubungannya sehingga menghasilkan perilaku menolong.

Kesimpulan dari uraian diatas adalah proses empati yaitu urutan pelaksanaan atau kejadian yang saling terkait yang bersama-sama mengubah masukan menjadi keluaran yang berkaitan dengan empati. Adapun proses empati terbagi menjadi empat antara lain *antecedents, processes, interpersonal outcomes, dan interpersonal outcomes*.

5. Karakteristik Kemampuan Empati

Goleman (1997) menyatakan ada 3 (tiga) karakteristik kemampuan empati diantara sebagai berikut :

a. Mampu menerima sudut pandang orang lain

Individu mampu membedakan antara apa yang dikatakan atau dilakukan orang lain dengan reaksi dan penilaian individu itu sendiri. Dengan perkembangan aspek kognitif seseorang, kemampuan untuk menerima sudut pandang orang lain dan pemahaman terhadap perasaan orang lain akan lebih lengkap dan akurat sehingga ia akan mampu memberikan perlakuan dengan cara yang tepat.

b. Memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain

Individu mampu mengidentifikasi perasaan-perasaan orang lain dan peka terhadap hadirnya emosi dalam diri orang lain melalui pesan non verbal yang ditampakkan, misalnya nada bicara, gerak-gerik dan ekspresi wajah. Kepekaan yang sering diasah akan dapat membangkitkan reaksi spontan terhadap kondisi orang lain, bukan sekedar pengakuan saja.

c. Mampu mendengarkan orang lain

Mendengarkan merupakan sebuah ketrampilan yang perlu dimiliki untuk mengasah kemampuan empati. Sikap mau mendengar memberikan pemahaman yang lebih baik terhadap perasaan orang lain dan mampu membangkitkan penerimaan terhadap perbedaan yang terjadi.

Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi proses empati, antara lain :

a. Sosialisasi

Dengan adanya sosialisasi memungkinkan seseorang dapat mengalami sejumlah emosi, mengarahkan seseorang untuk melihat keadaan orang lain dan berpikir tentang orang lain.

b. Perkembangan kognitif

Empati dapat berkembang seiring dengan perkembangan kognitif yang mengarah kepada kematangan kognitif, sehingga dapat melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain (berbeda).

c. Mood dan Feeling

Situasi perasaan seseorang ketika berinteraksi dengan lingkungannya akan mempengaruhi cara seseorang dalam memberikan respon terhadap perasaan dan perilaku orang lain.

d. Situasi dan tempat

Situasi dan tempat tertentu dapat memberikan pengaruh terhadap proses empati seseorang. Pada situasi tertentu seseorang dapat berempati lebih baik dibanding situasi yang lain.

e. Komunikasi

Pengungkapan empati dipengaruhi oleh komunikasi (bahasa) yang digunakan seseorang. Perbedaan bahasa dan ketidakpahaman tentang komunikasi yang terjadi akan menjadi hambatan dalam proses empati.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan Karakteristik empati adalah kualitas tertentu atau ciri yang khas dari sesuatu yang berkaitan mengenai empati adapun karakteristik empati terbagi empat antara lain mampu menerima sudut pandang orang lain, memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain dan mampu mendengarkan orang lain.

5. Meningkatkan Kemampuan Empati

Adapun Cara meningkatkan kemampuan berempati pada peserta didik menurut Ubaedy (2008) adalah sebagai berikut :

1. lebih banyak mendengarkan orang lain ketimbang memaksa orang lain untuk mendengark kita

2. meningkatkan kepedulian kita terhadap orang lain dengan member apa yang kita miliki.
3. menggunakan bahasa ungkapan atau kalimat sopan namun kuat jika kita berbincang dengan orang lain.
4. menjadi fleksibel dalam berhubungan dengan orang lain.

Goleman (managing with emotional intelligence, 2001), menyarankan beberapa langkah berikut ini untuk meningkatkan kemampuan berempati:

1. cepat menangkap isi perasaan dan pikiran orang lain.
2. memberikan pelayanan yang dibutuhkan orang lain.
3. memberikan masukan-masukan positif atau membangun orang lain.
4. mengambil manfaat dari perbedaanbukan menciptakan konflik.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa Empati adalah kemampuan dengan berbagai definisi yang berbeda yang mencakup spektrum yang luas, berkisar pada orang lain yang menciptakan keinginan untuk menolong, mengalami emosi yang serupa dengan emosi orang lain, mengetahui apa yang orang lain rasakan dan pikirkan, mengaburkan garis antara diri dan orang lain. Adapaun cara meningkatkan empati antara lain lebih banyak mendengarkan orang lain, perduli terhadap orang lain, berbicara lebih sopan, memberikan masukan yang positif dan mengambil manfaat dari perbedaan.

B. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Banyak yang belum mengetahui apa itu bimbingan kelompok. Berikut ada beberapa pengertian bimbingan kelompok.

Bimbingan kelompok merupakan sebuah proses pemberian bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan setiap anggota dapat berpartisipasi aktif dan berbagi pengalaman dalam pengembangan wawasan, sikap, dan atau keterampilan yang diperlukan dalam rangka mencegah timbulnya masalah atau pengembangan diri (Rusmana, 2009). Menurut Prayitno (1995:178) “bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok”. Hal ini berarti bahwa semua peserta yang terlibat dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, mengeluarkan pendapat secara bebas dan terbuka, menanggapi, memberi saran, dan lain-lain. Interaksi yang berlangsung secara bebas dan terbuka ini dimulai sejak tahap pembentukan hingga tahap pengakhiran.

Hal ini senada dengan pendapat Romlah (2006:3) yaitu “bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok”. Artinya dalam memberikan bantuan terhadap individu, digunakan pendekatan kelompok sehingga masing-masing individu dapat saling berinteraksi satu dengan yang lainnya. Shechtman (2002) berdasarkan penelitian yang dilakukan kepada siswa yang memiliki tingkat agresivitas tinggi dapat diberikan suatu perlakuan melalui bimbingan kelompok yang menonjolkan pada aspek kognitif dan bagaimana empati

tersebut dapat mengurangi tingkat agresi siswa tersebut. Berdasarkan hal tersebut bahwa dapat ditarik kesimpulan ,bahwa dengan adanya sikap empatik dapat mempengaruhi perilaku seseorang dibuktikan bahwa sikap empati merupakan sikap yang berkembang dengan adanya peningkatan umur dan komunikasi kelompok. Artinya semakin seseorang menginjak suatu perkembangan dalam komunikasi antar sesama kawan akan membuat tingkat empati yang lebih tinggi.

Sedangkan Yusuf (2005: 32) menyatakan bimbingan kelompok:

“layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan”.

Dengan demikian, kegiatan bimbingan kelompok ini tidak hanya berguna dalam lingkup sekolah saja tetapi juga berguna dalam menjalani keseharian di rumah dan di tengah-tengah masyarakat.

Hartinah (2009: 104) mengungkapkan pengertian layanan bimbingan kelompok secara lebih terperinci yaitu:

“layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama, melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu (terutama dari guru pembimbing) dan tau membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari dan atau untuk perkembangan dirinya, baik sebagai individu maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan atau tindakan pelajar”.

Kesimpulan mengenai pengertian bimbingan kelompok dari beberapa ahli yaitu suatu layanan dalam bimbingan dan konseling yang dilaksanakan dengan dinamika kelompok melalui berbagai bahan dari guru bimbingan

dan konseling atau narasumber lainnya sehingga dapat menunjang pengembangan pribadi individu dalam kehidupan sehari-hari.

2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Adapun tujuan layanan bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh Prayitno (1995: 178-179) adalah sebagai berikut:

- a. Mampu berbicara di depan orang banyak
- b. Mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan, perasaan dan lain sebagainya kepada orang lain
- c. Belajar menghargai pendapat orang lain
- d. Bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya
- e. Mampu mengendalikan diri dan menahan emosi
- f. Dapat bertenggang rasa
- g. Menjadi akrab satu sama lainnya
- h. Membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama.

Berdasarkan uraian tersebut, terlihat bahwa tujuan bimbingan kelompok ini dapat membantu untuk meningkatkan *self-disclosure* siswa. Sedangkan Bennett (Romlah, 2006: 14) mengemukakan tujuan layanan bimbingan kelompok sebagai berikut :

- a. Memberikan kesempatan-kesempatan pada siswa belajar hal-hal penting yang berguna bagi pengarahannya yang berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial.
- b. Memberikan layanan-layanan penyembuhan melalui kegiatan kelompok dengan mempelajari masalah-masalah manusia pada umumnya, menghilangkan ketegangan-ketegangan emosi, menambah pengertian mengenai dinamika kepribadian, dan mengarahkan kembali energi yang terpakai untuk memecahkan masalah-masalah tersebut dalam suasana yang permisif.
- c. Untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan secara lebih ekonomis dan efektif daripada melalui kegiatan bimbingan individual.
- d. Untuk melaksanakan layanan konseling individual secara lebih efektif dengan mempelajari masalah-masalah yang umum dialami oleh individu dan dengan meredakan atau menghilangkan hambatan-hambatan emosional melalui kegiatan kelompok, maka pemahaman terhadap masalah individu menjadi lebih mudah.

Berdasarkan uraian di atas, bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu individu untuk memahami dan mengenal dirinya sendiri, mengarahkan diri atau menyusun rencana, dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Berdasarkan beberapa tujuan tersebut menunjukkan bahwa bimbingan kelompok bertujuan untuk meningkatkan keterampilan berkomunikasi individu di dalam kelompok sehingga dapat membantu untuk meningkatkan *self-disclosure* siswa

3. Komponen Dalam Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam layanan bimbingan kelompok berperan dua pihak, yaitu pemimpin kelompok dan peserta atau anggota kelompok.

a. Peran Pemimpin Kelompok

Pemimpin Kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional. Dalam layanan bimbingan kelompok tugas PK adalah memimpin kelompok yang bernuansa layanan konseling melalui “bahasa” Konseling untuk mencapai tujuan-tujuan konseling. Secara khusus, PK diwajibkan menghidupkan dinamika kelompok di antara semua peserta seintensif mungkin yang mengarah kepada pencapaian tujuan-tujuan umum dan khusus tersebut di atas.

Untuk menjalankan tugas dan kewajiban profesionalnya, PK adalah seseorang yang :

1. Mampu membentuk kelompok dan mengarahkannya sehingga terjadi dinamika kelompok dalam suasana interaksi antara anggota kelompok

yang bebas, terbuka, dan demokratis, konstruktif, salingmendukung dan meringankan beban, menjelaskan, memberikan pencerahan, memberikan rasa nyaman, menggembirakan, dan membahagiakan, serta mencapai tujuan bersama kelompok.

2. Berwawasan luas dan tajam sehingga mampu mengisi, menjembatani, meningkatkan, memperluas, dan mensinergikan konten bahasan yang tumbuh dalam aktifitas kelompok.
3. Memiliki kemampuan hubungan antar-personal yang hangat dan nyaman, sabar dan memberi kesempatan, demokratis dan kompromistik dalam mengambil kesimpulan dan keputusan, tanpa memaksakan dalam ketegasan dan kelembutan, jujur dan tidak berpura-pura, disiplin dan kerja keras.

Dalam mengarahkan suasana kelompok melalui dinamika kelompok, PK berperan dalam :

1. Pembentukan kelompok dari sekumpulan peserta (terdiri atas 8- 10 orang), sehingga terpenuhi syarat-syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok, yaitu:
2. Terjadi hubungan antar-anggota kelompok,
3. Tumbuhnya tujuan bersama di antara anggota kelompok
4. Berkembangnya itikad dan tujuan bersama untuk mencapai tujuan kelompok,
5. Terbinanya kemandirian pada diri setiap anggota kelompok,
6. Terbinanya kemandirian kelompok.

b. Anggota Kelompok

Untuk terselenggarakannya bimbingan kelompok seorang konselor yang memiliki persyaratan sebagaimana tersebut di atas. Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok) dan homogenitas/heterogenitas

anggota kelompok dapat mempengaruhi kinerja kelompok. Di dalam suatu bimbingan kelompok tentunya harus ada kesukarelaan para anggotanya dalam mengikuti bimbingan tersebut, terjalinnya kebersamaan, rasa saling melengkapi atau membantu dalam mengatasi masalah anggota lainnya. Rasa saling menghargai harus terus dijaga dalam kelompok dan mampu bersikap terbuka dan mampu menjalankan asas-asas bimbingan kelompok tersebut.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan di dalam bimbingan kelompok peran pemimpin dan anggota kelompok sangatlah penting. Pemimpin kelompok harus mampu membaca suasana dalam kegiatan bimbingan kelompok yang di dilakukan, serta anggota kelompok membantu dalam mengatasi masalah anggota lainnya.

Dari uraian diatasn dapat disimpulkan bahwa komponen dalam bimbingan kelompok adalah suatu perangkat atau alat yang ada pada layanan bimbingan kelompok. Adapun komponen layanan bimbingan kelompok didalamnya terdiri dari pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

4. Asas – Asas Bimbingan Kelompok

Asas-asas sangat diperlukan dalam kegiatan bimbingan kelompok. Hal ini dikarenakan asas akan menjadi aturan yang harus di patuhi didalam proses jalannya kegiatan bimbingan kelompok. Adapun asas-asas yang ada dalam bimbingan kelompok adalah sebagai berikut :

- a. Asas Kesukarelaan, yaitu semua anggota dapat menampilkan diri secara spontan tanpa malu atau dipaksa oleh teman lain atau pemimpin kelompok.
- b. Asas Keterbukaan, yaitu para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.
- c. Asas Kenormatifan, yaitu semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.
- d. Asas kegiatan, yaitu partisipasi semua anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat sehingga cepat tercapainya tujuan bimbingan kelompok.
- e. Asas Kerahasiaan, yaitu para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak diketahui orang lain. (Prayitno, 2004: 13).

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa Asas-asas bimbingan kelompok adalah dasar atau hukum dasar yang ada pada bimbingan kelompok. Adapun asas-asas bimbingan kelompok antara lain asas kesukarelaan, keterbukaan, kenormatifan, kegiatan, dan kerahasiaan. Dalam kegiatan bimbingan kelompok asas-asas yang sangat ditekankan adalah kelima asas tersebut, dengan adanya asas-asas tersebut diharapkan para anggota dapat dengan tenang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.

5. Jenis-jenis Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (2004: 22-23) dalam penyelenggaraan bimbingan kelompok dikenal dua jenis, yaitu kelompok bebas dan kelompok tugas, adapun uraiannya sebagai berikut:

1. topik tugas, yaitu topik yang secara langsung dikemukakan oleh pemimpin kelompok (guru pembimbing) dan ditugaskan kepada seluruh anggota kelompok untuk bersama-sama membahasnya.
2. topik bebas, yaitu anggota secara bebas mengemukakan permasalahan yang dihadapi/ yang sedang dirasakannya kemudian dibahas satu per satu.

Dalam mencapai tujuan dari pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok maka topik-topik yang dibahas dapat disesuaikan dengan tujuan dari pelaksanaan bimbingan kelompok tersebut.

6. Tahapan Bimbingan Kelompok

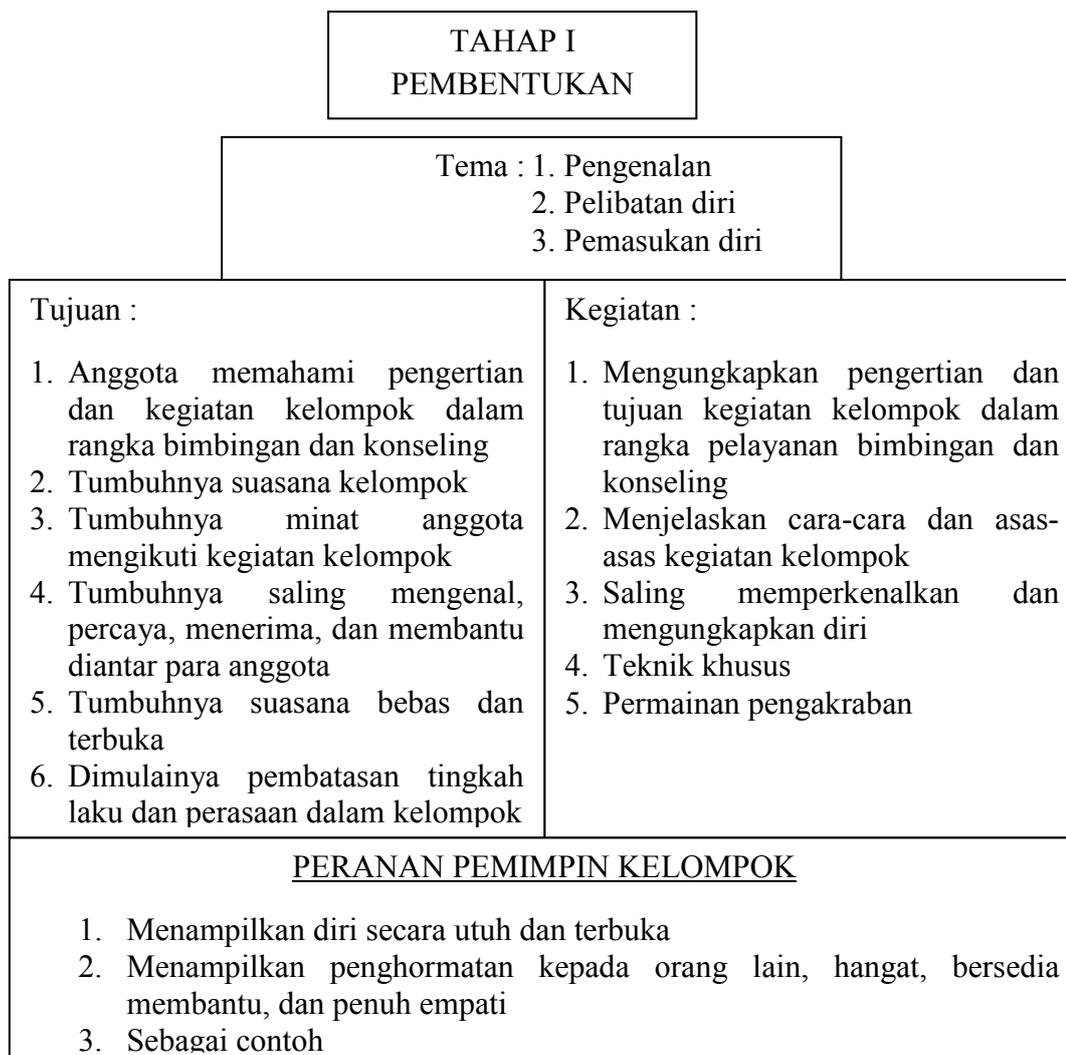
Dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok terdapat 4 tahap. Yaitu : tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran.

a. Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan ini merupakan tahap pengenalan, tahap perlibatan diri atau tahap memasukan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini pemimpin kelompok dan para anggota kelompok saling memperkenalkan diri. Kemudian pemimpin kelompok memberikan penjelasan tentang asas kerahasiaan, kesukarelaan, kegiatan, keterbukaan dan kenormatifan akan membantu masing-masing anggota kelompok untuk mengarahkan peranan diri sendiri terhadap anggota lainnya dan pencapaian tujuan bersama.

Dalam tahap ini pemimpin kelompok perlu memusatkan usahanya pada:

1. Penjelasan tentang tujuan kegiatan.
2. Penumbuhan rasa saling mengenal antar anggota.
3. Penumbuhan sikap saling mempercayai dan saling menerima.
4. Dimulainya pembahasan tentang tingkah laku dan suasana perasaan dalam kelompok

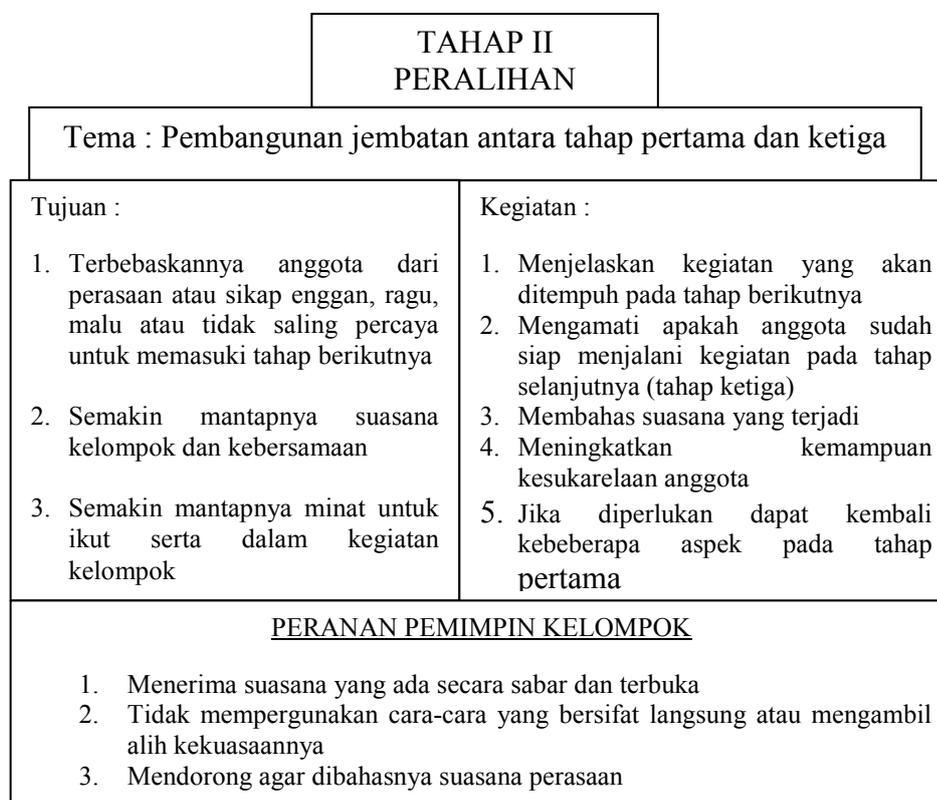


Gambar 2.1. Tahap Pembentukandalam Bimbingan Kelompok

b. Tahap Peralihan

Tahap yang kedua dalam bimbingan kelompok adalah tahap peralihan. Tahap ini disebut juga sebagai tahap transisi, yaitu masa setelah pembentukan dan sebelum masa kerja (kegiatan). Pada tahap ini

pemimpin kelompok menjelaskan peranan para anggota kelompok dalam “kelompok bebas” ataupun “kelompok tugas”, kemudian pemimpin kelompok menawarkan apakah anggota kelompok sudah siap untuk memulai kegiatan selanjutnya. Tugas pemimpin kelompok dalam tahap peralihan ini adalah membantu para anggota untuk mengenali dan mengatasi berbagai macam hambatan, rasa gelisah, rasa enggan. Setelah itu pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok yang telah siap untuk segera memasuki tahap kegiatan.



Gambar 2.2. Tahap Peralihan dalam Bimbingan Kelompok

c. Tahap Kegiatan

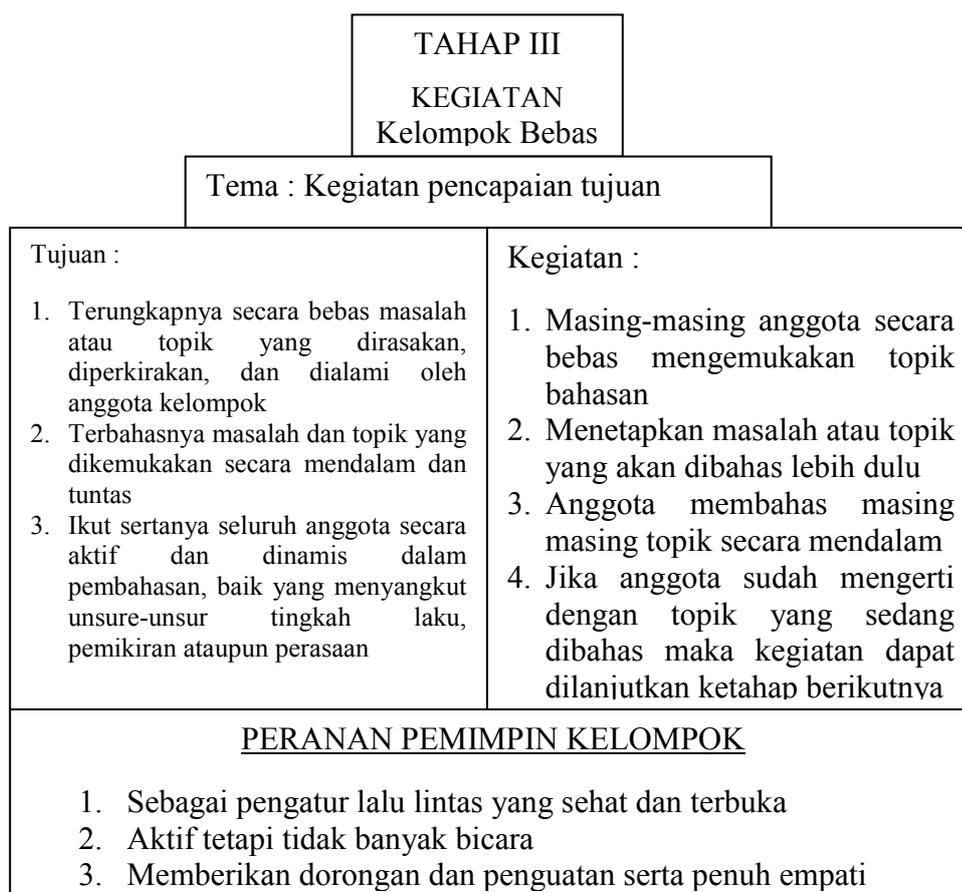
Tahap ini merupakan tahap inti dari kegiatan bimbingan kelompok dengan tujuan yang ingin dicapai, yaitu terbahasnya secara tuntas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok dan terciptanya

suasan untuk mengembangkan diri, baik yang menyangkut pengembangan kemampuan berkomunikasi maupun menyangkut pendapat yang dikemukakan oleh kelompok.

Rangkaian kegiatan yang harus dilakukan dalam tahap ini bergantung kepada jenis bimbingan kelompok yang diselenggarakan, apakah bimbingan kelompok bebas atau tugas.

(1) Bimbingan kelompok bebas

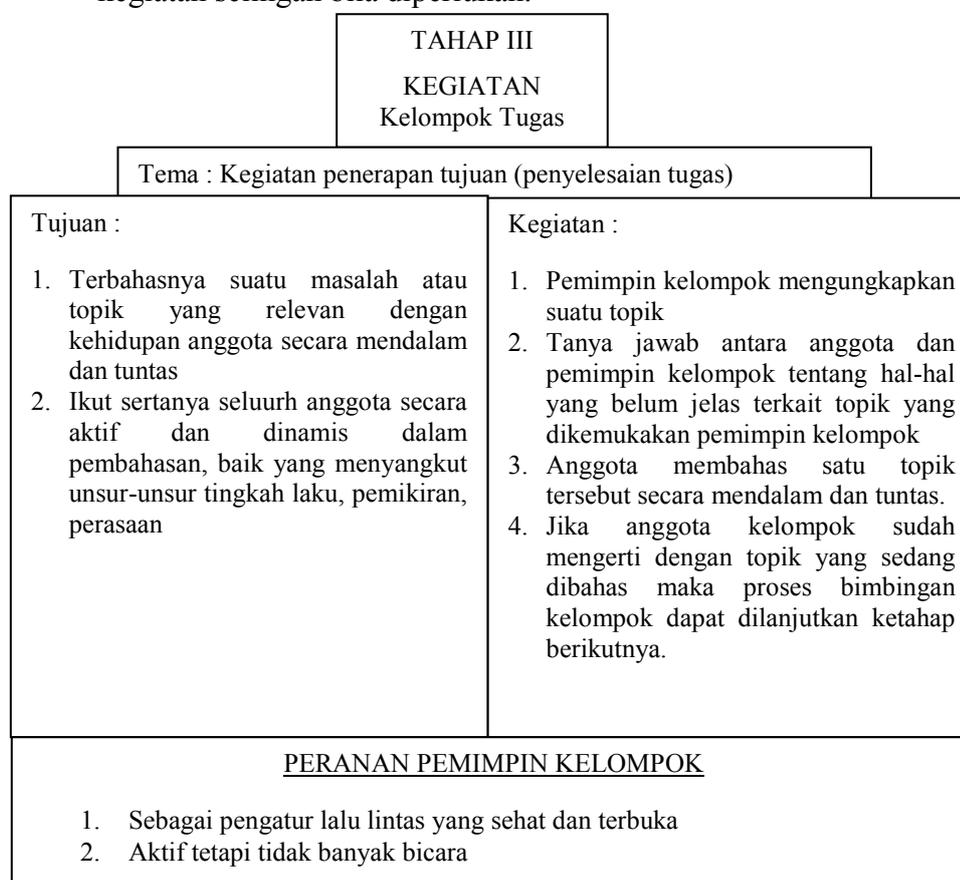
Kegiatan yang dilakukan adalah masing-masing anggota secara bebas mengemukakan topik bahasan; menetapkan topik yang akan dibahas dahulu; kemudian anggota membahas topik secara mendalam dan tuntas, serta diakhiri kegiatan selingan bila perlu.



Gambar 2.3. Tahap Kegiatan dalam bimbingan kelompok

(2) Bimbingan kelompok tugas

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini untuk topik tugas adalah pemimpin kelompok mengemukakan suatu topik untuk dibahas oleh kelompok; kemudian terjadi tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut topik yang dikemukakan pemimpin kelompok. Selanjutnya anggota membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas, serta dilakukan kegiatan selingan bila diperlukan.



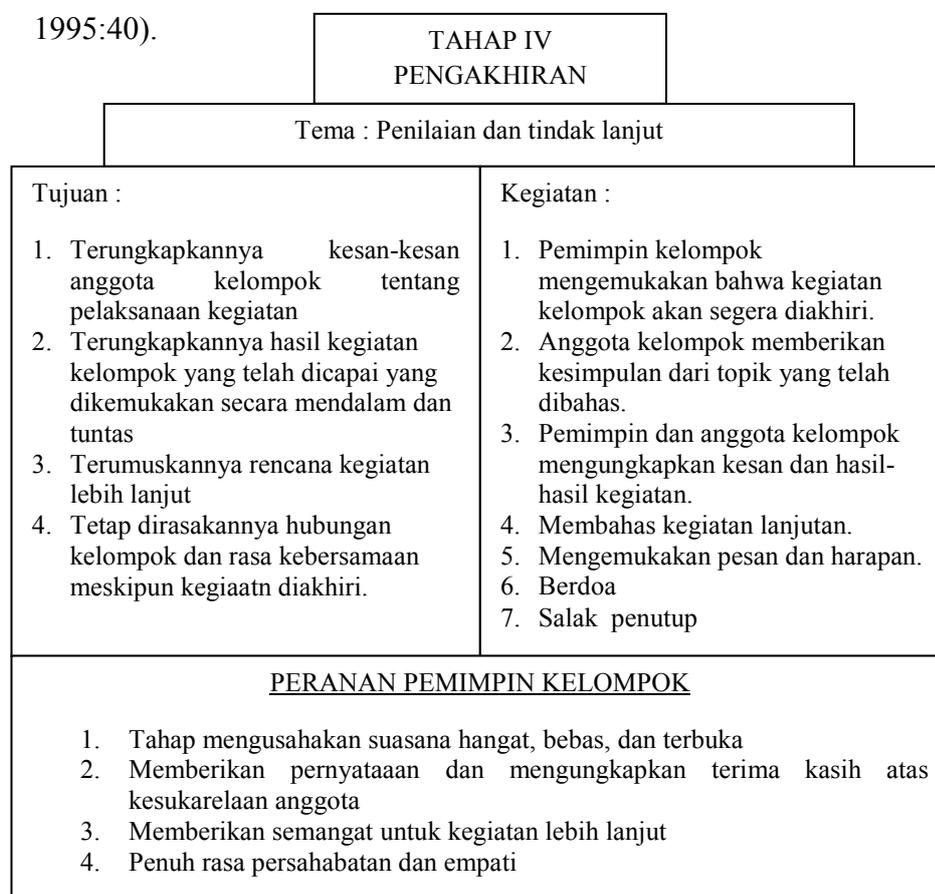
Gambar 2.4. Tahap Kegiatan dalam Bimbingan Kelompok

d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran, kegiatan kelompok dipusatkan pada pembahasan dan penjelasan mengenai bagaimana mentransfer apa yang telah dipelajari anggota dalam kelompok ke dalam kehidupannya di luar

lingkungan kelompok. Peranan pemimpin kelompok di sini adalah memberikan pengetahuan terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh masing-masing anggota kelompok. Setelah itu barulah pemimpin kelompok memberitahukan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Pemimpin kelompok bersama dengan anggota kelompok menyimpulkan hasil dari bimbingan kelompok dan memberikan kesan.

dan pesan selama mengikuti kegiatan bimbingan kelompok (Prayitno, 1995:40).



Gambar 2.5. Tahap Pengakhiran dalam Bimbingan Kelompok

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa dalam kegiatan bimbingan kelompok terdapat tahapan-tahapan. Adapun tahapan dalam bimbingan kelompok tersebut terdiri 4 tahapan yang antara lain tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran. Dengan adanya tahapan tersebut bimbingan kelompok di harapkan dapat berjalan dengan teratur dan efektif.

C. Mengkaitkan Bimbingan Kelompok dengan Empati

Empati adalah suatu cara individu bereaksi terhadap orang – orang disekitarnya dan bagaimana pengaruh hubungan itu terhadap dirinya. Empati ini juga menyangkut penyesuaian diri terhadap lingkungan, seperti peka terhadap lingkungannya, ikut merasakan yang orang lain rasakan, dan sejenisnya. Sedangkan menurut Santrock, empati berarti bereaksi terhadap perasaan orang lain yang disertai dengan respons emosional yang serupa dengan perasaan orang lain. Menurutnya, meskipun empati dialami sebagai kondisi emosional, perasaan empati memiliki komponen kognitif yaitu kemampuan untuk memahami kondisi psikologis dalam diri seseorang, atau yang biasa disebut sebagai pengambilan perspektif (Santrock, 2007:317).

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok . Hal ini berarti bahwa semua peserta yang terlibat dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi , mengeluarkan pendapat secara bebas dan terbuka, menanggapi, memberi saran, dan lain-lain.

Pada kegiatan bimbingan kelompok pemimpin kelompok harus mampu membaca suasana dalam kegiatan bimbingan kelompok yang di dilakukan, serta anggota kelompok membantu dalam mengatasi masalah anggota lainnya. Dinamika kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan empati dalam berinteraksi antar siswa. Dari pengertian diatas dapat dilihat bahwa bimbingan kelompok memiliki kaitannya dengan perilaku empati. Hal ini senada dengan pendapat Goleman (2003) empati adalah suatu sikap merasakan yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif mereka, dan menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam- macam orang. Dengan demikian dapat

disimpulkan bahwa empati adalah menempatkan diri dan ikut merasakan perasaan dan pikiran dari sudut pandang orang lain.

Mengingat betapa pentingnya empati yang harus dimiliki oleh siswa maka perlu diupayakan untuk meningkatkan empati tersebut. Upaya meningkatkan empati dilakukan melalui bimbingan kelompok. Hal ini sejalan dengan teori Allport (1965) mendefinisikan empati sebagai perubahan imajinasi seseorang ke dalam pikiran, perasaan, dan perilaku orang lain. Allport percaya bahwa empati berada di antara kesimpulan (*inference*) pada satu sisi, dan intuisi pada sisi lain. Allport juga menitik beratkan pada peranan kerjasama, dan perilaku mencontoh seseorang individu di dalam empati.

Kelompok teman sebaya memiliki peran penting dalam kehidupan remaja. Remaja sangat ingin dipandang dan dihargai oleh anggota kelompoknya, baik di sekolah maupun diluar sekolah. Penderitaan akan dirasakan lebih mendalam dari pada tidak dihargai. Solidaritas kelompok sangat besar pengaruhnya pada remaja. Oleh sebab itu tidak heran jika remaja bertingkah laku seperti anggota kelompoknya. Melalui bimbingan kelompok remaja diajak untuk bekerjasama, saling menghargai, memahami, mengeluarkan pendapat serta menghargai pendapat orang lain yang mana itu akan menumbuhkan perilaku empati pada remaja itu sendiri terutama dikalangan siswa.

Bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, serta nilai-nilai yang dianutnya dan dilaksanakan dalam situasi kelompok (Romlah, 2001: 3).

Melalui kegiatan bimbingan kelompok, individu yang dibimbing akan belajar melatih diri untuk mengembangkan diri terutama pengembangan dalam

kemampuan sosial, meningkatkan kemampuan diri sesuai bakat, minat dan nilai-nilai yang dianutnya.

Winkel (dalam Vitalis, 2003) menegaskan bahwa sikap empati adalah kecenderungan psikis untuk menerima atau menolak suatu obyek atas dasar penilaian bahwa obyek tersebut berharga (baik karena membantu mengembangkan hidupnya). Program layanan bimbingan kelompok oleh siswa dinilai positif, maka siswa menerimanya sebagai hal yang berharga bagi kehidupannya, termaksud proses peningkatan perilaku empati. Adapun Gazda mengemukakan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok peserta didik untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Gazda juga menyebutkan bahwa bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan social, sehingga bisa meningkatkan perilaku empati pada siswa.

Dari keterkaitan tersebut bahwa seorang remaja lebih tergantung kepada teman sebayanya dari pada orang tua. Seperti disebutkan diawal bahwa kemampuan berempati ini sangat perlu ditingkatkan karena jika siswa kurang memiliki empati, maka hal itu akan berpengaruh kepada kehidupan sosial siswa dan berpengaruh kepada siswa saat remaja. Asrori (dalam psikologi remaja :2006) mengatakan bahwa kemampuan hubungan sosial ini bisa dilihat dari interaksi sosial, komunikasi sosial, kemampuan menyesuaikan diri. Bimbingan kelompok dikatakan tepat dalam meningkatkan sikap empati dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang ada pada bimbingan kelompok.

Dinamika kelompok merupakan sinergi dari semua faktor yang ada dalam suatu kelompok; artinya merupakan pengerahan secara serentak semua faktor yang dapat digerakkan dalam kelompok itu. Dengan demikian dinamika kelompok merupakan jiwa yang menghidupkan dan menghidupi suatu kelompok (Prayitno, 1995: 23).

Dalam dinamika ini siswa dapat dilatih berbicara, menanggapi, berpendapat, mengungkapkan keinginannya, dan hal tersebut adalah bagian dari hubungan sosial. Dinamika kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan empati dalam lingkungan sosialnya, karna pembentukan kelompok akan membuat seorang siswa mempelajari dan memahami kondisi siswa satu dengan lainnya. Berkaitan dengan itu, Kohut berpendapat empati diartikan sebagai suatu proses di mana seseorang berpikir mengenai kondisi orang lain yang seakan - akan dia berada pada posisi orang lain itu (Taufik,2012 : 56). Dengan adanya kelompok siswa yang satu dan lainnya bisa saling berinteraksi dan lebih memahami keadaan dan pemikiran serta perasaan orang lain.

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara pemberian bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok, yang membahas tentang topik-topik umum menjadi kepentingan bersama anggota kelompok (Tohhirin, 2007) . Masalah - masalah dalam bimbingan kelompok dibahas melalui suasana kelompok secara intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok dibawah bimbingan pemimpin kelompok.

Menurut Dewa Ketut Sukardi (2008) hakikat layanan bimbingan kelompok adalah sebagai bantuan yang memungkinkan sejumlah siswa secara bersama - sama memperoleh berbagai bahan dari nara sumber tertentu menunjang kehidupannya sehari - hari. Adapun fungsi layanan bimbingan kelompok adalah pemberian informasi, pengembangan dan preventif sertakuratif. Isi layanan bimbingan kelompok berupa penyampaian informasi yang berkenaan dengan masalah - masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan masalah sosial yang tidak disajikan dalam bentuk permainan dan diskusi.

Dengan permainan-permainan yang dilakukan dalam bimbingan kelompok juga akan meningkatkan kemampuan berempati pada siswa. Permainan yang dapat dilakukan dalam bimbingan kelompok adalah pada tahap pembentukan

untuk membuat peserta bimbingan kelompok merasa lebih akrab, nyaman, dan terbuka yaitu permainan lempar bola.

Dalam permainan ini bola dilempar acak oleh pemimpin kelompok kepada anggota kelompok dan anggota kelompok menyebutkan nama, alamat, hobi dan warna kesukaan dan itu berputar dari anggota satu dan yang lain sampai mereka hafal, bahagia, dan tidak canggung lagi karena dituntut untuk cepat beradaptasi. Permainan tersebut akan melatih siswa berbicara, berani, berkomunikasi serta berinteraksi dengan cepat dengan teman-teman yang baru.

Dari pemaparan diatas terdapat keterkaitan bimbingan kelompok dengan empati, hal tersebut tergambar secara berikut : Bimbingan kelompok adalah suatu cara untuk memberikan bantuan (bimbingan) kepada peserta didik/konseli melalui kegiatan kelompok. Bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal (Tohirin,2011), para siswa, melalui kegiatan bimbingan kelompok tersebut dapat meningkatkan kemampuan empati pada peserta didik . Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa,tingkat tinggi rendahnya pengalaman subjek dan objek respon empati bisa berkembang melalui layanan bimbingan kelompok. Secara umum, seseorang lebih menunjukkan empati kepada orang yang memiliki pengalaman belajar bersama dengan kegiatan bimbingan kelompok. Semakin tinggi kemampuan seseorang dalam berkomunikasi, berpikir imajinatif, sadar akan pengaruh seseorang terhadap orang lain, dapat

mengevaluasi motif-motif orang lain, pengetahuan tentang motif dan perilaku orang lain serta rasa pengertian sosial maka dapat pula dikatakan bahwa seseorang tersebut memiliki kemampuan empati yang tinggi.

III. METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Metode dalam penelitian memegang peranan penting karena salah satu ciri dari karangan ilmiah adalah terdapatnya suatu metode yang tepat dan sistematis sebagai penentu arah yang tepat dalam pemecahan masalah. Kemudian ketepatan dalam pemilihan metode juga merupakan syarat sangat penting untuk mendapatkan hasil yang optimal.

Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen yaitu metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali (Sugiyono, 2010: 107). Hal ini berarti eksperimen merupakan kegiatan percobaan untuk meneliti suatu peristiwa atau gejala yang muncul pada kondisi tertentu.

Menurut Arikunto (2006:3) penelitian eksperimen, yaitu suatu cara yang untuk mencari hubungan sebab akibat antar dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeleminasi atau mengurangi faktor-faktor lain yang mengganggu. Eksperimen selalu dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat suatu perklakuan.

Kemudian hal ini dikemukakan oleh Kartono (1996:267)

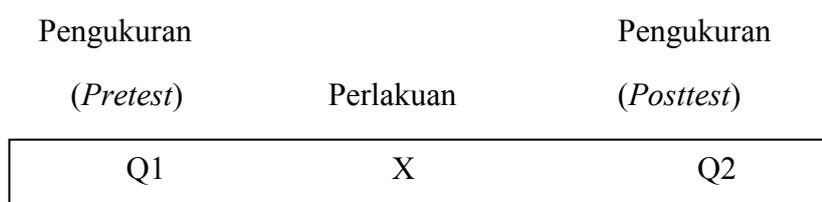
“Penelitian eksperimen adalah penelitian percobaan dan observasi sistematis dalam suatu situasi khusus, di mana gejala-gejala yang diamati itu begitu disederhanakan, yaitu hanya beberapa faktor saja yang diamati, sehingga penelitian bisa mengatasi seluruh proses eksperimennya” .

Penelitian eksperimen banyak memberi manfaat, terutama untuk menentukan bagaimana dan mengapa suatu kondisi atau peristiwa terjadi. Penggunaan jenis penelitian yang tepat kemudian percobaan yang dilakukan secara sengaja dan terkontrol untuk menentukan peristiwa yang terjadi digunakan untuk meningkatkan objektivitas hasil penelitian, karena merupakan penemuan kebenaran yang memiliki tingkat ketepatan (*validitas*) dan tingkat kepercayaan (*reliabilitas*) yang tinggi.

B. Desain penelitian

Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-Experimental Design (One group Prettest-Posttest Design)*. Subyek diobservasi dua kali (*pretest* dan *posttest*). Alasan peneliti menggunakan desain ini karena tidak menggunakan kelompok kontrol dan subyek tidak dipilih secara random.

Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.1. *One Group Prettest-Posttest Design* (Sugiyono, 2010)

Keterangan :

- O_1 : nilai *pre test* (sebelum diberikan perlakuan) yaitu pengukuran/observasi awal sebelum siswa diberikan layanan bimbingan kelompok)

- X : Perlakuan (pemberian layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP N 10 Kotabumi)
- O₂ : nilai *post test* (setelah diberikannya perlakuan) yaitu pengukuran/observasi kedua setelah siswa diberikan layanan bimbingan kelompok.

Untuk memperjelas eksperimen dalam penelitian ini disajikan tahap-tahap rancangan eksperimen, yaitu sebagai berikut:

1. Melakukan *Pre-test* adalah pemberian tes kepada siswa sebelum diadakan perlakuan yaitu layanan bimbingan kelompok sehingga diperoleh hasil siswa yang memiliki empati yang rendah.
2. Memberikan perlakuan (*treatment*) adalah pemberian perlakuan yaitu layanan bimbingan kelompok.
3. Melakukan *Post-test* sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok dengan tujuan untuk mengetahui apakah bimbingan kelompok dapat meningkatkan empati siswa.

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah sumber data untuk menjawab masalah. Pada penelitian ini, peneliti tidak menggunakan sampel tetapi menggunakan subjek penelitian. Alasannya, karena dalam penelitian ini merupakan aplikasi bimbingan kelompok dalam meningkatkan empati teman sebaya pada diri siswa yang merupakan hasil dari proses bimbingan kelompok yang tidak dapat digeneralisasikan antara subjek yang satu tidak dapat mewakili subjek yang lain. Subyek penelitian merupakan subyek yang dituju untuk diteliti oleh peneliti atau sasaran peneliti (Arikunto, 2006 :145). Subyek penelitian ini

adalah siswa yang memiliki empati teman sebaya yang rendah kelas VIII SMP N 10 Kotabumi yang peneliti dapatkan dari penyebaran skala empati.

D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Menurut Arikunto (2006: 161) variabel adalah objek penelitian, atau yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Menurut Hatch dan Fardly (dalam Sugiyono 2010: 60) secara teoritis variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang atau objek, yang mempunyai “variasi” antara satu orang dengan yang lainnya atau satu objek dengan objek lainnya. Variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.

Dalam penelitian ini variabel yang digunakan adalah variabel bebas (*independent*) dan variabel terikat (*dependen*), yaitu :

- a. Variabel bebas (*independent variabel*) adalah variabel yang dalam sebuah penelitian dijadikan penyebab atau berfungsi mempengaruhi variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu layanan bimbingan kelompok.
- b. Variabel terikat (*dependent variabel*) adalah variabel utama dalam sebuah penelitian. Variabel ini akan diukur setelah semua perlakuan dalam penelitian selesai dilaksanakan. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah empati

2. Definisi Operasional

Agar variabel yang ada dalam penelitian ini dapat diteliti perlu dirumuskan terlebih dahulu atau diidentifikasi secara operasional. Definisi operasional variabel merupakan uraian yang berisikan sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan.

a. Empati

Empati merupakan suatu hubungan antara seseorang dengan orang lain yang memiliki hubungan saling timbal balik dan bisa saling merasakan apa yang di rasakan oleh orang dan perilaku individu yang satu mempengaruhi, mengubah atau memperbaiki perilaku individu yang lain atau sebaliknya. Cakupan-cakupan pokok empati berkisar pada sudut objek orang lain, yang menciptakan keinginan untuk menolong, mengalami emosi yang serupa dengan emosi orang lain, mengetahui apa yang orang lain rasakan dan pikirkan, serta mengaburkan garis batasan antara diri sendiri dan orang lain. Indikator yang di gunakan peneliti dalam peneliti ini adalah seseorang yang memiliki unsur-unsur keterbukaan (*openess*), Perhatian (*Empathic concern*), Pengambilan Perspektif(*Perspektive Taking*), Fantasi(*Fantasy*), Rasa Positif.

Indikator dalam penyusunan instrument penelitian ini adalah :

- a. Keterbukaan (*openess*), yaitu kemauan menanggapi dengan senang hati informasi yang diterima di dalam menghadapi hubungan interpersonal;
- b. Perhatian (*Empathic concern*), yaitu Perasaan simpati yang berorientasi pada orang lain dan perhatian terhadap kemandulan orang lain.

- c. Pengambilan Perspektif(*Perspective Taking*), yaitu kecenderungan seseorang untuk mengambil sudut pandang psikologis orang lain secara spontan.
- d. Fantasi(*Fantasy*), yaitu kemampuan seseorang untuk mengubah diri mereka secara imajinatif dalam mengalami perasaan dan tindakan dari orang lain di sekitarnya.
- e. Rasa positif yaitu perasaan terhadap dirinya untuk tergerak terhadap kondisi orang lain dan menciptakan situasi interaksi yang efektif.

B. Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa dengan melalui proses dinamika kelompok. Bimbingan kelompok bertujuan untuk mengembangkan kemampuan sosial dari setiap siswa, artinya melatih siswa untuk lebih mampu meningkatkan rasa empati dalam diri siswa.

Dalam mengarahkan suasana kelompok melalui dinamika kelompok, Konselor berperan dalam :

1. Pembentukan kelompok dari sekumpulan peserta (terdiri atas 8- 10 orang), sehingga terpenuhi syarat-syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok, yaitu:
2. Terjadi hubungan antar-anggota kelompok,
3. Tumbuhnya tujuan bersama di antara anggota kelompok
4. Berkembangnya itikad dan tujuan bersama untuk mencapai tujuan kelompok,
5. Terbinanya kemandirian pada diri setiap anggota kelompok,

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang digunakan untuk memperoleh data atau informasi yang diperlukan guna mencapai objektivitas yang tinggi.

1. Skala

Menurut Sugiyono (2010: 133) skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif.

Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan skala model Likert untuk menjangkau subjek penelitian. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.

Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan. Jawaban setiap item instrumen yang menggunakan skala Likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif dengan pemberian skor untuk setiap jawaban.

Pada penelitian ini, Skala yang dibagikan pada siswa berisikan lima alternatif jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, sangat tidak setuju. Dengan memiliki masing-masing skor yang berbeda, apabila pertanyaan positif maka jawaban sangat setuju (SS) skornya 5, jawaban sesuai (S) skornya

4, jawaban ragu-ragu (R) skornya 3, jawaban tidak sesuai (TS) skornya 2, dan sangat tidak sesuai (STS) skornya 1, sebaliknya apabila pertanyaan negatif jawaban sangat tidak sesuai (STS) skornya 5, jawaban tidak sesuai (TS) skornya 4, jawaban ragu-ragu (R) skornya 3, jawaban Sesuai (S) skornya 2 dan jawaban sangat sesuai (SS) skornya 1.

Table 3.1. Penskoran Alternatif Jawaban skala Empati

Pernyataan <i>Favorable</i> (+)	Skor	Pernyataan <i>Unfavorable</i> (-)	Skor
Sangat Sesuai (SS)	5	Sangat Sesuai (SS)	1
Sesuai (S)	4	Sesuai (S)	2
Ragu-ragu (KS)	3	Ragu-ragu (KS)	3
Tidak Sesuai (TS)	2	Tidak Sesuai (TS)	4
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	Sangat Tidak Sesuai (STS)	5

F. Penentuan Jumlah Subjek

Menurut Hartinah (2009:87) yang menyatakan bahwa kelompok 4-8 orang merupakan kelompok sedang yang dapat diselenggarakan oleh konselor dalam rangka bimbingan kelompok. Sedangkan menurut Prayitno (2004:8-9) kelompok yang terlalu kecil, misalnya 2-3 orang akan mengurangi efektifitas bimbingan kelompok. Kedalaman dan variasi pembahasan menjadi terbatas, karena sumbernya para anggota kelompok. Di samping itu dampak layanan juga terbatas, karena hanya didapat oleh 2-3 orang saja. Kondisi itu mengurangi makna keuntungan ekonomis dan keefektifan dari bimbingan kelompok. Selain itu kelompok yang terlalu besarpun kurang efektif, (16-25) orang. Karena jumlah peserta yang terlalu banyak, maka partisipasi aktif individual dalam dinamika kelompok menjadi kurang intensif “ kesempatan berbicara” dan memberikan informasi maupun menerima informasi. Untuk menentukan jumlah anggota bimbingan kelompok yang efektif dan heterogen

yaitu berjumlah 6-15 orang dari jumlah itu dikatakan kelompok sedang. Berdasarkan penjelasan dari teori diatas maka peneliti menentukan jumlah subjek yang nantinya akan berjumlah 9 orang, karena jumlah anggota kelompok yang terlalu sedikit atau terlalu besar mempengaruhi keefektifan dari berlangsungnya kegiatan layanan bimbingan kelompok.

G. Uji Instrument

1. Uji Validitas

Menurut Arikunto (2002: 144-145) validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sahih mempunyai validitas tinggi. Sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan validitas isi (*Construck Validity*). Azwar (2009: 53) menjelaskan validitas konstruk merupakan ketepatan yang menunjukkan sejauhmana tes mengungkap suatu konstruk teoritik yang hendak diukur .

Menurut Sugiyono (2010: 177) untuk menguji validitas kontrak, dapat digunakan pendapat dari para ahli (*judgment experts*), dalam hal ini setelah instrumen dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu. Para ahli diminta pendapatnya mengenai instrumen yang disusun. Pada penelitian ini (*judgment experts*) dilakukan oleh Dosen pembimbing.

Selanjutnya analisis item yang dilakukan dengan analisis faktor, yaitu dengan mengkorelasikan antar skor item instrumen dalam suatu faktor dan

mengkorelasikan skor faktor dengan skor total. Analisis item dilakukan dengan menggunakan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) 17 dengan rumus korelasi *product moment*. Adapun rumusnya adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N (\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Rumus korelasi *product moment*

Keterangan :

r_{xy} : koefisien korelasi antara X dan Y

$\sum x$: jumlah skor butir, masing-masing item

$\sum y$: jumlah skor total

N : jumlah responden

$\sum x^2$: jumlah kuadrat butir

$\sum y^2$: jumlah kuadrat total

(Arikunto, 2006: 170).

Uji validitas dilakukan terhadap skala empati. Setelah mendapatkan *item-item* yang dapat berkontribusi dalam skala, selanjutnya skala tersebut diturunkan kembali untuk dipilih *item-item* yang dapat digunakan untuk observasi terhadap subyek penelitian. Ahli yang diminta pendapatnya adalah 3 orang dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Unila yaitu Diah Utaminingsih, S.Psi, M.A., Psi, Yohana Oktaria, S.Pd, M.Pd, Citra Abriani Maharani, S.Pd., M.Pd., Kons.

Skala empati siswa yang telah diuji oleh para ahli tersebut selanjutnya dihitung validitasnya menggunakan Formula Aiken's V untuk menghitung *content validity coefficient* yang didasari pada hasil penilaian ahli sebanyak 3 orang ahli terhadap suatu mengenai sejauh mana item tersebut mewakili konstruk yang diukur (Azwar, 2012:134).

Untuk mengukur validitas butir soal peneliti menggunakan rumus koefisien validitas isi Aiken's V sebagai berikut :

$$V = \sum S / [n(c-1)]$$

Keterangan :

n : Jumlah panel penilai (expert)

lo : Angka penilaian validitas terendah (dalam hal ini = 1)

c : Angka penilaian validitas tertinggi (dalam hal ini = 4)

r : Angka yang diberikan seorang penilai

s : r – lo

Setelah dilakukan *judgment experts* dan perhitungan validitas menggunakan Aiken's V di peroleh angka validitas sebesar 0,69. hasil yang diperoleh yaitu terdapat 4 item yang tidak valid dari 34 item. Item yang tidak valid yaitu item nomor 14, 18, 20 dan 21 hal ini dikarenakan $r_{hitung} < r_{tabel}$. (Halaman 110)

Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Uji reliabilitas menunjukkan pada satu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut adalah baik. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat di percaya pula. Uji reliabilitas dihitung dan dianalisis dengan program SPSS (*Statistical Package for Sosial Science*) 17 menggunakan rumus Alpha.

Menurut Basrowi dan Kasinu (2006:244), untuk mengetahui tinggi rendahnya reliabilitas menggunakan kriteria sebagai berikut :

$0,8 - 1,00 =$ sangat tinggi
 $0,6 - 0,799 =$ tinggi
 $0,4 - 0,599 =$ cukup tinggi
 $0,2 - 0,399 =$ rendah
 $0 < 0,200 =$ sangat rendah

Setelah dilakukan perhitungan uji reliabilitas, diperoleh tingkat reliabilitas yaitu $r_{hitung} = 0,789$. Berdasarkan pada lampiran 6 halaman 112 kriteria reliabilitas yang telah dikemukakan oleh Basrowi dan Kasinu di atas, maka dapat diketahui bahwa tingkat reliabilitas skala adalah tinggi.

H. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis data dengan uji *Wilcoxon*. Didalam uji *Wilcoxon*, bukan hanya tanda-tanda positif dan negatif dari selisih skor *pretest* dan *posttest* yang diperhatikan, tetapi juga besarnya selisih/beda antara skor *pretest* dengan *posttest*. Misalkan skor *pretest* adalah X dan skor *posttest* adalah Y , selanjutnya akan diselisihkan antara *pretest* dan *posttest* ($X_1 - Y_1, X_2 - Y_2, \text{ hingga } X_n - Y_n$). Analisis ini digunakan untuk mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan Empati siswa. Dengan uji *Wilcoxon* ini akan diketahui perbedaan antara *pre-test* dan *post-test*.

Karena subjek penelitian kurang dari 25, maka distribusi datanya dianggap tidak normal (Sudjana, 2002) dan data yang diperoleh merupakan data ordinal, maka statistik yang digunakan adalah nonparametrik (Martono, 2010) dengan menggunakan *Wilcoxon Matched Pairs Test*. Penelitian ini akan menguji *pretest* dan *posttest*. *Pretest* merupakan hasil sebelum anak diberikan bimbingan kelompok dan *posttest* merupakan hasil setelah anak diberikan

bimbingan kelompok. Dengan demikian peneliti dapat melihat perbedaan nilai antara *pretest* dan *posttest* melalui hasil uji *Wilcoxon* ini.

Adapun rumus uji *Wilcoxon* ini adalah sebagai berikut (Martono, 2010):

$$z = \frac{T - \frac{1}{4}n(n+1)}{\sqrt{\frac{1}{4}n(n+1)(2n+1)}}$$

Keterangan:

T = jumlah rank dengan tanda paling kecil
n = jumlah data

Dalam pelaksanaan uji *Wilcoxon* untuk menganalisis kedua data yang berpasangan tersebut, dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package for Sosial Science*) 17.

Pengambilan keputusan analisis data akan didasarkan pada hasil uji z. Hal ini sesuai dengan pendapat Santoso (2009) yang menyatakan bahwa mengambil keputusan dapat didasarkan pada hasil uji z, yaitu:

1. Jika statistik hitung (angka *z output*) < statistik tabel (tabel z), maka H_0 ditolak
2. Jika statistik hitung (angka *z output*) > statistik tabel (tabel z), maka H_0 diterima

Berdasarkan analisis data menunjukkan bahwa perilaku empati dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa. Hasil perhitungan statistik yang diperoleh yaitu Z hitung = - 2,275, uji dua sisi dan tingkat signifikans 5%, maka didapat statistik *Wilcoxon* = 1,645. oleh karena Z hitung = -2,275 < Z tabel = 1,645 maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka

kesimpulan penelitian adalah perilaku empati dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Kotabumi.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku empati dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa. Hasil perhitungan statistik yang diperoleh yaitu Z hitung = - 2,275, dengan taraf signifikansi (α) = 5%, maka didapat statistik wilcoxon = 1,645. oleh karena Z hitung = -2,275 < Z tabel = 1,645 maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka kesimpulan penelitian adalah perilaku empati dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Kotabumi tahun pelajaran 2017/2018.

B. Saran

Adapun saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan di SMP N 10 Kotabumi, adalah:

1. Kepada Siswa SMP Negeri 10 kotabumi

Siswa diharapkan mampu atau lebih berani mengungkapkan pendapat dan lebih aktif dalam diskusi kelompok agar perilaku empati siswa dapat meningkat.

2. Kepada Guru Bimbingan dan Konseling

Kepada Guru Bimbingan dan Konseling hendaknya dapat menjadikan kegiatan layanan bimbingan kelompok sebagai salah satu program unggulan dalam program Bimbingan Konseling di sekolah.

3. Kepada Peneliti Lain

- a. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan peneliti saat pengambilan data penelitian, masih ada sebagian responden yang mengerjakannya asal-asalan, tidak fokus, konsentrasinya mudah terpecah oleh suasana di luar kelas, bahkan terdapat responden yang mengisi skala dengan menyontek. Maka peneliti selanjutnya hendaknya dapat mengkondisikan responden sedemikian rupa agar tidak terjadi hal-hal seperti itu yang tentunya mempengaruhi kevalidan hasil instrumen penelitian menjadi diragukan.
- b. Mencari variabel lain yang mempengaruhi empati yang mungkin bisa menjadi rujukan bagi peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR PUSTAKA

- Ali dan Asrori. 2005. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. PT Bumi Aksara, Jakarta.
- An Ubaedy. 2008. *Interpersonal Skill*. Bee Media Indonesia, Jakarta.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Azwar S. 2009. *Reliabilitas dan validitas (cetakan IX)*. Pustaka Pelajar, Jakarta.
- B uno, Hamzah.2006. *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*. PT Bumi Aksara, Jakarta.
- Dayakisni, T., dan Hudaniah. 2009 . *Psikologi Sosial edisi revisi*. UMM Press, Malang.
- Desmita.2009. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. PT.Remaja Rosdakarya, Bandung.
- Harlock, E. 2000. *Psikologi Perkembangan*. Erlangga, Jakarta
- Hartinah, S. 2009. *Bimbingan Kelompok*. PT Refika Aditama, Bandung.
- Janu, M. 2007. *Sosiologi: Memahami dan Mengkaji Masyarakat*. Grafindo Media Pratama, Bandung.
- Kartini,K. 1994. *Psikologi untuk Manajemen*. PT Grafindo Persada, Jakarta.
- Martono, N. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif Analisis Isi dan Analisis Data Sekunder*, PT Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Muryanto. 2009. *Menciptakan Pribadi Anak Mudah Bergaul*. CV. Ghyyas Putra, Semarang.
- Prayitno.2004. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (dasar dan Profil)*. Ghalia Indonesia, Jakarta.
- Romlah, T. 2006. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. UN, Malang.

- Ridwan 2008. *Penanganan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Ghalia Indonesia, Jakarta.
- Santosa, S. 2004. *Dinamika Kelompok*. Bumi Aksara, Jakarta.
- Santrock, J W. 2007. *Psikologi Perkembangan*. Remaja Edisi 11 jilid I. Erlangga, Jakarta.
- Sarwono, S.W. 2011. *Psikologi Remaja*. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Singgih, S. 2009. *Panduan Lengkap Menguasai Statistik Dengan SPSS*. PT. Elex media Komputendo, Jakarta.
- Soekanto, S. 2006. *Sosiologi Suatu Pengantar*. PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Sugiyono. (2010), *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Alfabeta, Bandung.
- Sukardi, D.K. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Sudjana. 2002. *Metode Statistika*. Tarsito, Bandung.
- Taufik. 2012. *Empati Pendekatan Psikologi Sosial*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Walgito, B. 2003. *Psikologi Sosial*. Penerbit Andi, Yogyakarta.
- Winkel W.S, 1991. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Menengah*. PT. Grasindo, Jakarta.
- Yusuf LN. 2006. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Rosda, Bandung.