

**PENGARUH *SELF AWARENESS* TERHADAP EMPATI SOSIAL
PESERTA DIDIK SMK NEGERI 1 KOTABUMI**

Skripsi

Oleh:
Adelia Safitri
NPM 2213032077



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2026**

**PENGARUH *SELF AWARENESS* TERHADAP EMPATI SOSIAL
PESERTA DIDIK SMK NEGERI 1 KOTABUMI**

Oleh:

Adelia Safitri

Skripsi

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

Pada

**Program Studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan
Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2026**

ABSTRAK

PENGARUH *SELF AWARENESS* TERHADAP EMPATI SOSIAL PESERTA DIDIK SMK NEGERI 1 KOTABUMI

Oleh
Adelia Safitri

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self awareness* terhadap empati sosial peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi. Pentingnya penelitian ini dilakukan didasarkan pada urgensi pengembangan karakter peserta didik SMK yang akan terjun langsung ke dunia kerja setelah lulus. Karakteristik lulusan SMK yang berbeda dengan lulusan SMA menuntut adanya penelitian khusus untuk memahami bagaimana *self awareness* dapat menjadi kunci dalam meningkatkan empati sosial yang diperlukan dalam dunia industri dan lingkungan kerja profesional.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMK Negeri 1 Kotabumi. Populasi yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 418 peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi. Sampel penelitian ini berjumlah 40 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan angket sebagai teknik pokok dan observasi serta wawancara sebagai teknik penunjang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self awareness* memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap empati sosial peserta didik sebesar 43,3%, sedangkan 56,7% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Semakin tinggi tingkat *self awareness* yang dimiliki peserta didik, maka semakin tinggi pula empati sosial yang ditunjukkan. Hal ini terlihat dari peserta didik yang mampu mengenali perasaan dan perilaku diri sendiri, mengenali kelebihan dan kekurangan diri sendiri, serta mengevaluasi diri dengan baik, cenderung lebih mampu menunjukkan sikap peduli, toleransi, dan tenggang rasa dalam interaksi sosial. Dengan demikian, *self awareness* terbukti menjadi salah satu faktor penting yang mendukung peningkatan empati sosial pada peserta didik.

Kata Kunci: *Self Awareness, Empati Sosial, Peserta Didik*

ABSTRACT

THE EFFECT OF SELF AWARENESS ON SOCIAL EMPATHY OF STUDENTS AT SMK NEGERI 1 KOTABUMI

By

Adelia Safitri

This study aims to determine the effect of self awareness on social empathy in students at SMK Negeri 1 Kotabumi. The importance of this research is based on the urgency of character development in vocational high school students who will enter the workforce immediately after graduation. The different characteristics of vocational high school graduates compared to high school graduates necessitate dedicated research to understand how self awareness can be key to enhancing the social empathy needed in industry and professional work environments. The research method used in this study was descriptive with a quantitative approach. The subjects were 11th-grade students at SMK Negeri 1 Kotabumi. The population used in this study was 418 students. The sample size was 40 respondents, drawn using simple random sampling. Data collection used a questionnaire as the primary technique, with observation and interviews as supporting techniques. The results showed that self awareness had a positive and significant influence on students' social empathy, amounting to 43.3%, while the remaining 56.7% was influenced by factors outside this study. The higher a student's self awareness, the greater their social empathy. This is evident in students who are able to recognize their own feelings and behavior, recognize their strengths and weaknesses, and evaluate themselves effectively. They tend to be more capable of demonstrating caring, tolerance, and consideration in social interactions. Thus, self awareness has been shown to be a crucial factor in fostering social empathy in students.

Keywords: Self Awareness, Social Empathy, Students

Judul Skripsi

: PENGARUH SELF AWARENESS TERHADAP
EMPATI SOSIAL PESERTA DIDIK
SMK NEGERI 1 KOTABUMI

Nama Mahasiswa

: **Adelia Safitri**

Nomor Pokok Mahasiswa

: **2213032077**

Program Studi

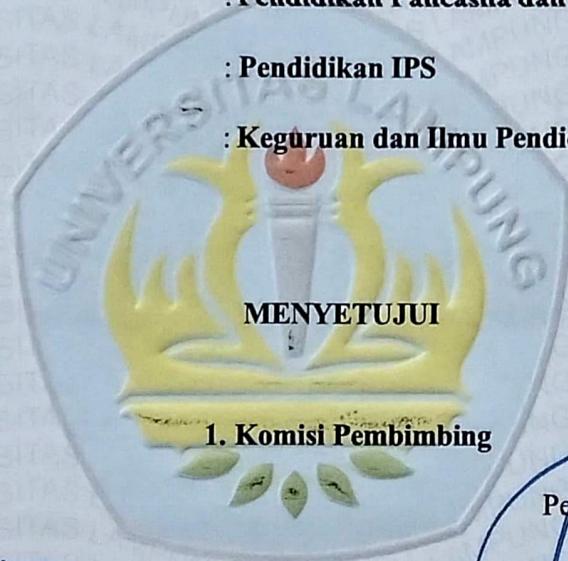
: **Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan**

Jurusan

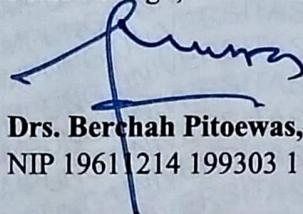
: **Pendidikan IPS**

Fakultas

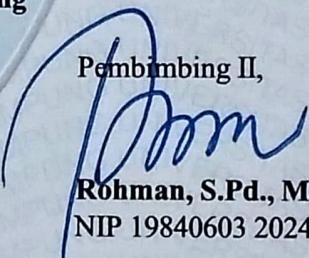
: **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



Pembimbing I,

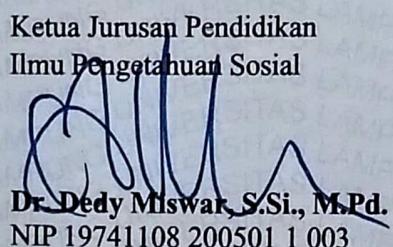

Drs. Berchah Pitoewas, M.H.
NIP 19611214 199303 1 001

Pembimbing II,

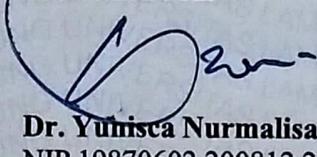

Rohman, S.Pd., M.Pd.
NIP 19840603 202421 1 015

2. Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan
Ilmu Pengetahuan Sosial


Dr. Dedy Miswar, S.Si., M.Pd.
NIP 19741108 200501 1 003

Koordinator Program Studi
Pendidikan PKn


Dr. Yuhisca Nurmala, M.Pd.
NIP 19870602 200812 2 001

MENGESAHKAN

1. Tim Pengaji

Ketua

: Drs. Berchah Pitoewas, M.H.

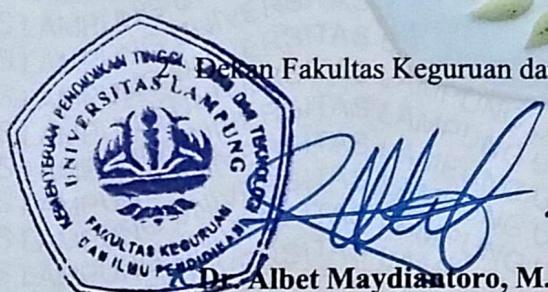
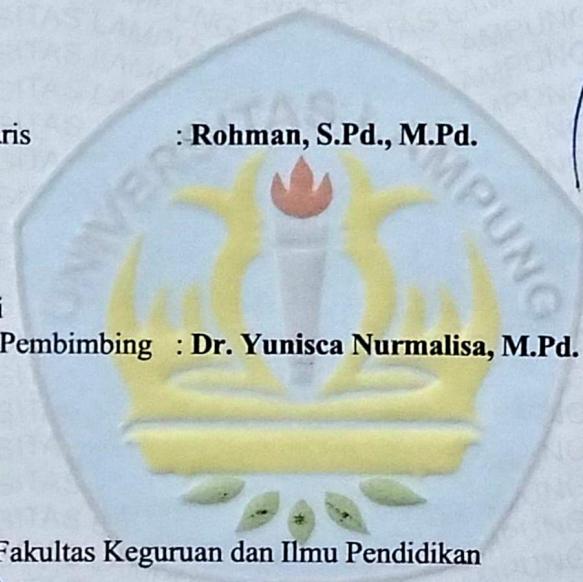
Berchah
Bom
Dr.

Sekretaris

: Rohman, S.Pd., M.Pd.

Pengaji

Bukan Pembimbing : Dr. Yunisca Nurmala, M.Pd.



Tanggal Lulus Ujian Skripsi: **20 Januari 2026**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, adalah :

Nama : Adelia Safitri
NPM : 2213032077
Program Studi : Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan
Jurusan : Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Alamat : Desa Kalibening Raya, Gg. Way Abung No. 03 RT/RW
003/001, Kecamatan Abung Selatan, Kabupaten Lampung
Utara, Lampung.

Dengan ini menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana disuatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Bandar Lampung, 20 Januari 2026



Adelia Safitri
NPM 2213032077

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama Adelia Safitri, dilahirkan di Kotabumi pada tanggal 08 November 2003. Penulis merupakan anak ketiga dari tiga bersaudara, buah cinta kasih dari pasangan Bapak Tukiyo dan Ibu Sutinah.

Pendidikan formal yang telah ditempuh oleh penulis antara lain:

1. TK Ad'Dawah Kalibening Raya yang lulus pada tahun 2010
2. SD Negeri 1 Kalibening Raya yang lulus pada tahun 2016.
3. SMP Negeri 1 Kotabumi yang lulus pada tahun 2019.
4. SMK Negeri 1 Kotabumi yang lulus pada tahun 2022.

Pada tahun 2022 penulis diterima sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung melalui jalur masuk Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN). Selama menjadi mahasiswa, penulis aktif dalam organisasi FORDIKA (Forum Pendidikan Kewarganegaraan).

Pada tahun 2024 penulis melaksanakan Program Kuliah Kerja Lapangan (KKL) dengan tujuan Solo-Yogyakarta-Jakarta. Kemudian pada tahun 2025 penulis mengikuti Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Kampung Ujung Gunung Ilir Kecamatan Menggala Kabupaten Tulang Bawang dan melaksanakan Program Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) di SD Negeri 01 Tiuh Toho.

MOTTO

“Tidak ada yang bisa menghentikanku kecuali aku berhenti sendiri.”

(Adelia Safitri)

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan mengucap puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan nikmat karunia pertolongan tiada henti hingga saat ini, ku persembahkan karya ini sebagai tanda cinta dan baktiku kepada:

Kedua orang tua hebatku, Bapak Tukiyo dan Mami Sutinah yang sangat aku sayangi dan aku cintai. Terimakasih telah merawat dan menjagaku dengan sepenuh hati, terima kasih atas setiap doa yang tak pernah putus, cinta yang tak terbatas, dan pengorbanan yang tak terhitung nilainya. Kalian adalah alasan terkuat di balik setiap perjuanganku. Setiap lembar dalam karya ini adalah bukti dari didikan, dukungan, dan kepercayaan yang kalian berikan kepadaku. Bapak dan Mami adalah harta paling berharga yang Allah titipkan dalam hidupku. Semoga Allah membala segala kebaikan kalian dengan melimpahkan kesehatan, panjang umur, kebahagiaan dan keberkahan dalam setiap hembusan nafas. Gelar yang kuraih ini bukan hanya milikku, tetapi milik kita bertiga. Ini adalah hasil dari air mata, doa, dan harapan yang kalian panjatkan untukku. Aku sadar tak akan pernah mampu membala semua yang telah kalian berikan sepanjang hidupku, namun aku akan selalu berusaha untuk membuat kalian tersenyum bangga memiliki putri seperti diriku. Jika hari ini aku dapat berdiri di titik sekarang, itu karena cinta dan doa kalian yang tak pernah putus. Semoga Allah membala semua kebaikan dan kasih sayang kalian dengan surga yang paling indah. Dengan segala rasa cinta dan hormat yang mendalam, persembahan ini kuhaturkan untuk kalian, pahlawan tanpa jasa dalam hidupku.

Serta Almamaterku tercinta, Universitas Lampung.

SANWACANA

Puji Syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Self Awareness* terhadap Empati Sosial Peserta Didik SMK Negeri 1 Kotabumi”.

Skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Lampung. Terselesaikannya skripsi ini tentu tidak terlepas dari hambatan yang datang dari luar maupun dari dalam diri penulis. Berkat bimbingan, saran, motivasi dan bantuan baik moral maupun spiritual serta arahan dari berbagai pihak sehingga segala kesulitan dapat terlewati dengan baik.

Dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Albet Maydiantoro, S.Pd., M.Pd, selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Bapak Dr. Riswandi, M.Pd. selaku Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kerjasama Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Bambang Riadi, S.Pd., M.Pd., selaku Wakil Dekan Bidang Keuangan dan Umum Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
4. Bapak Hermi Yanzi, S.P.d., M.Pd., selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Alumni Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
5. Bapak Dr. Dedi Miswar, S.Si., M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
6. Ibu Dr. Yunisca Nurmala, M.Pd. selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universita Lampung sekaligus selaku pembahas 1 terimakasih atas saran, masukan, dan bimbingan nya dalam penyelesaian skripsi ini.

7. Bapak Drs. Berchah Pitoewas, M.H., selaku Pembimbing I. Terima kasih atas waktu, tenaga, pikiran, serta motivasi, saran, dan masukan yang Bapak berikan. Bimbingan Bapak telah menjadi penuntun dan sumber semangat bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Bapak Rohman, S.Pd., M.Pd. selaku dosen Pembimbing Akademik sekaligus Pembimbing II. Terima kasih telah membimbing, memberikan motivasi dan semangat, ilmu, meluangkan waktu dan tenaga dalam penyelesaian skripsi ini. Bimbingan dan arahan Bapak memberikan kekuatan dan cahaya dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Bapak Abdul Halim, S.Pd., M.Pd., selaku Pembahas II. Terima kasih atas saran dan masukan Bapak yang konstruktif, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
10. Bapak dan Ibu Dosen program Studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung. Terima kasih atas ilmu, motivasi, semangat, dan bantuan yang selalu diberikan selama proses perkuliahan dan proses penyelesaian skripsi ini.
11. Kepala Sekolah, Bapak Ibu Guru, serta Peserta Didik SMK Negeri 1 Kotabumi yang sudah memberikan izin, membantu, memberi kelancaran dan kemudahan pada saat proses penelitian.
12. Teristimewa untuk kedua orang tuaku tercinta, Bapak Tukiyo dan Mami Sutinah. Terimakasih telah memberikan kasih sayang yang tulus, cinta yang begitu besar, pengorbanan tanpa batas, serta doa dan dukungan yang tiada henti, yang senantiasa menjadi sumber kekuatan dalam setiap langkah penulis. Segala dukungan, baik moril maupun materil, telah mengiringi perjalanan panjang ini hingga dapat terselesaikan dengan baik. Tiada kata yang sebanding untuk membalas semua kebaikan itu, selain doa agar Bapak dan Mami senantiasa diberi kesehatan, kebahagiaan, dan usia panjang agar dapat mendampingi setiap langkah penulis dalam meraih segala cita-cita. Semoga karya ini menjadi bukti kecil dari cinta dan bakti seorang anak perempuan bungsu kepada kedua orang tuanya.

13. Teristimewa untuk kakak-kakakku tercinta, Ema Apriana dan Septo Aditiyo, serta kakak iparku, Sutrisno. Terima kasih telah menjadi sosok yang selalu hadir dengan ketulusan hati. Dalam diammu tersimpan pengorbanan, dalam sikapmu terselip kasih sayang, dan dalam doamu tersimpan kekuatan yang tak ternilai. Engkau bukan hanya saudara, tetapi juga sahabat, penopang, sekaligus teladan dalam setiap langkahku. Tiada kata yang cukup untuk membala... semua yang telah engkau berikan padaku, selain doa agar Allah senantiasa melimpahkan kesehatan, kebahagiaan, dan keberkahan dalam hidupmu. Semoga aku dapat terus membuatmu bangga, sebagaimana engkau selalu membuatku merasa berharga, dan semoga engkau pun selalu bangga memiliki adik perempuan bungsu sepertiku, sebagaimana aku selalu bangga memiliki kakak-kakak hebat seperti dirimu.
14. Teristimewa untuk keponakan ku tercinta, Naura Trisma Ardani dan Nahla Putri Sidqiya. Terima kasih atas kehadiran kalian yang tanpa disadari telah menjadi sumber keceriaan, penguat semangat, penghibur di sela-sela perjalanan panjang penyusunan skripsi ini, dan telah memberi warna serta kehangatan dalam perjalanan akademik penulis. Senyum tulus dan tawa sederhana yang kalian hadirkan kerap menjadi pelepas lelah serta pengingat bahwa di balik setiap proses yang berat, selalu ada kebahagiaan kecil yang memberi makna. Semoga Naura dan Nahla senantiasa tumbuh menjadi pribadi yang sehat, cerdas, berakhlak mulia, serta berada dalam lindungan dan kasih sayang Allah SWT.
15. Teristimewa untuk saudara ku tercinta, Yurisma Widiyati, S.Pd. Terima kasih karena telah setia menemani hari-hari penulis mulai dari pertama menapaki dunia perkuliahan hingga akhirnya penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dan mendapatkan gelar S.Pd. Setiap tawa, obrolan larut malam, dan dorongan semangatmu di saat penulis lelah, selalu berhasil membuat hati ini hangat dan langkah terasa lebih ringan. Menjadi saudara satu kost bersamamu bukan sekadar berbagi ruang, tetapi juga berbagi cerita, kekuatan, dan kenangan yang tak tergantikan. Kehadiranmu membuat perjalanan panjang ini bukan hanya soal skripsi, tetapi juga tentang *support system*, kebersamaan, kehangatan, kepedulian, kasih sayang dan kesabaran yang akan selalu penulis kenang.

16. Teristimewa untuk saudara ku tercinta, Prada Marinir Bagus Saputra. Terima kasih untuk setiap perhatian, kepedulian, kesabaran dan kasih sayang yang selalu kau berikan. Kita sama-sama anak bungsu yang belajar berjuang dan bermimpi, saling menguatkan di saat lelah, dan merayakan setiap pencapaian bersama. Terima kasih telah menjadi saudara sejati sejak kecil, yang setia menemani dan membersamaiku di setiap langkah kehidupan hingga hari ini.
17. Teristimewa untuk seluruh keluarga besar penulis. Terima kasih atas segala doa, dukungan, perhatian, serta kasih sayang yang senantiasa mengalir tanpa henti. Meskipun tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, kehadiran dan peran keluarga besar menjadi sumber kekuatan yang luar biasa dalam setiap langkah perjalanan penulis, khususnya selama menempuh pendidikan hingga terselesaikannya skripsi ini. Setiap nasihat, perhatian, dan dukungan moral yang diberikan mampu menguatkan penulis di saat lelah dan ragu.
18. Terkhusus teman-teman Kelas B Program Studi PPKn Angkatan 2022. Terima kasih yang sebesar-besarnya atas kebersamaan, dukungan, dan solidaritas yang terjalin selama kurang lebih 3,5 tahun masa perkuliahan. Terima kasih atas setiap proses yang dilalui bersama, baik dalam suka maupun duka, diskusi, kerja sama, serta kenangan dan pengalaman berharga yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan akademik penulis.
19. Teman-teman Program Studi PPKn angkatan 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, dan 2025 yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, serta kerja sama yang telah terjalin selama masa perkuliahan. Kebersamaan dalam proses akademik maupun non-akademik telah memberikan banyak pengalaman, pembelajaran, dan kenangan berharga yang turut menjadi bagian dari perjalanan penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Semoga silaturahmi dan semangat kebersamaan ini senantiasa terjaga dengan baik.
20. Teman-teman satu kost di Asrama Tarisa, yaitu Kak Elly Fitriana, S.T.P., Kak Talita Nur Husnina, S.P., Kak Hardina Ovteviara Hapsari, S.H. (Almarhum), Anisa Aulia Fitriyani, S.Hut., dan Oktavia Anggraini, S.Ars. Terima kasih atas kebersamaan, perhatian, kepedulian, bantuan, dukungan, canda, tawa, cerita, serta kehangatan yang telah diberikan selama masa perkuliahan. Kalian telah

menjadi keluarga kedua bagi penulis, tempat berbagi cerita, saling menguatkan, dan meneman setiap proses hingga akhir masa studi.

21. Teman-teman KKN-PLP Universitas Lampung Periode I Tahun 2025 di Kampung Ujung Gunung Ilir, Kecamatan Menggala, Kabupaten Tulang Bawang (Fajar, Dhyana, Maya, Maylien, Khalda, Cindy, dan Grechia). Terima kasih atas kebersamaan, kerja sama, serta dukungan yang telah terjalin selama pelaksanaan KKN-PLP. Pengalaman, kekompakan, dan semangat kebersamaan selama kegiatan berlangsung telah memberikan pembelajaran yang sangat berharga serta menjadi kenangan yang berarti bagi penulis. Semoga kebersamaan dan tali silaturahmi yang telah terjalin dapat terus terjaga dengan baik.
22. Terakhir, kepada diriku sendiri, Adelia Safitri yang telah berjuang tanpa lelah selama ini, terima kasih yang tulus dan mendalam. Terima kasih karena telah bangkit dari setiap kegagalan, menahan air mata di malam-malam panjang yang melelahkan, dan tetap bertahan meski godaan untuk menyerah begitu kuat. Aku bangga padamu, karena kamu telah membuktikan bahwa ketekunan dan keyakinan bisa mengalahkan segala rintangan. Setiap halaman yang kutulis, setiap data yang kuanalisis, dan setiap revisi yang kuperbaiki adalah bukti dari perjuanganmu yang tak ternilai. Kamu adalah pahlawan dalam cerita hidupmu sendiri, yang tak pernah menyerah demi mimpi yang telah lama dikejar. Selamat, diriku tercinta, kita sudah mampu untuk melewatkannya!

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan penyajiannya. Akhirnya penulis berharap semoga dengan kesederhanaanya skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Bandar Lampung, 20 Januari 2026
Penulis

Adelia Safitri
NPM 2213032077

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh *Self Awareness* terhadap Empati Sosial Peserta Didik SMK Negeri 1 Kotabumi” yang merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan studi penulis.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Semoga Allah SWT selalu memberkahi langkah kita dan memberikan kesuksesan di masa mendatang serta semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Bandar Lampung, 20 Januari 2026
Penulis,

Adelia Safitri
NPM 2213032077

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN COVER.....	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
SURAT PERNYATAAN.....	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
MOTTO	ix
PERSEMBAHAN	x
SANWACANA	xi
KATA PENGANTAR.....	xvi
DAFTAR ISI.....	xvii
DAFTAR TABEL	xx
DAFTAR GAMBAR.....	xxi
DAFTAR LAMPIRAN	xxii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	11
C. Batasan Masalah	11
D. Rumusan Masalah.....	11
E. Tujuan Penelitian.....	11
F. Kegunaan/Manfaat Penelitian.....	11
1. Kegunaan/Manfaat Teoritis.....	11
2. Kegunaan/Manfaat Praktis.....	12
G. Ruang Lingkup Penelitian	12
1. Ruang Lingkup Ilmu	12
2. Ruang Lingkup Objek Penelitian.....	12
3. Ruang Lingkup Subjek Penelitian.....	12
4. Ruang Lingkup Tempat Penelitian	13
5. Ruang Lingkup Waktu Penelitian	13
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 14
A. Deskripsi Teoritis	14
1. Tinjauan Tentang Empati Sosial	14
a. Pengertian Empati Sosial	14
b. Komponen-Komponen Empati Sosial	18
c. Aspek-Aspek Empati Sosial.....	20

d. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Empati Sosial	24
e. Manfaat Empati Sosial Bagi Peserta Didik.....	27
f. Indikator Empati Sosial.....	28
2. Tinjauan Tentang <i>Self Awareness</i>	29
a. Pengertian <i>Self Awareness</i>	29
b. Bentuk-Bentuk <i>Self Awareness</i>	31
c. Jenis-Jenis <i>Self Awareness</i>	32
d. Aspek-Aspek <i>Self Awareness</i>	33
e. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Pembentukan <i>Self Awareness</i>	35
f. Karakteristik <i>Self Awareness</i>	37
g. Manfaat <i>Self Awareness</i> Bagi Peserta Didik.....	39
h. Indikator <i>Self Awareness</i>	41
B. Kajian Penelitian Relevan	42
C. Kerangka Pikir.....	46
D. Hipotesis	47
BAB III METODE PENELITIAN	48
A. Jenis Penelitian	48
B. Populasi dan Sampel.....	48
1. Populasi.....	48
2. Sampel.....	49
C. Variabel Penelitian	51
D. Definisi Konseptual dan Operasional	52
1. Definisi Konseptual	52
2. Definisi Operasional	53
E. Rencana Pengukuran Variabel.....	53
F. Teknik Pengumpulan Data	54
1. Teknik Pokok	54
2. Teknik Penunjang	54
G. Instrumen Penelitian.....	56
1. Lembar Angket	56
2. Lembar Observasi	57
3. Lembar Pedoman Wawancara	57
H. Uji Validitas dan Reliabilitas	57
1. Uji Validitas	57
2. Uji Reliabilitas	58
I. Teknik Analisis Data	59
1. Analisis Distribusi Frekuensi	60
2. Uji Prasyarat.....	61
3. Analisis Data	61
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	64
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	64
1. Sejarah Singkat SMK Negeri 1 Kotabumi.....	64
2. Visi dan Misi SMK Negeri 1 Kotabumi	65
3. Sarana dan Prasana SMK Negeri 1 Kotabumi	65
4. Sejarah Singkat Kepala Sekolah SMK Negeri 1 Kotabumi.....	66

B. Gambaran Umum Responden.....	66
C. Langkah-Langkah Penelitian	66
1. Persiapan Pengajuan Judul.....	67
2. Penelitian Pendahuluan	67
3. Pengajuan Rencana Penelitian	67
4. Penyusunan Alat Pengumpulan Data.....	68
5. Pelaksanaan Uji Coba Angket.....	68
6. Pelaksanaan Penelitian.....	74
D. Deskripsi Data Penelitian	75
1. Pengumpulan Data	75
2. Penyajian Data	75
E. Hasil Analisis Data	94
1. Hasil Uji Prasyarat	94
2. Hasil Uji Analisis Data	96
F. Pembahasan Hasil Penelitian.....	100
1. <i>Self Awareness</i> (Variabel X).....	100
2. Empati Sosial (Variabel Y).....	110
3. Pengaruh <i>Self Awareness</i> terhadap Empati Sosial Peserta Didik ..	119
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	126
A. Kesimpulan.....	126
B. Saran	127
DAFTAR PUSTAKA.....	128
LAMPIRAN.....	133

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3. 1 Jumlah Populasi Peserta Didik Kelas XI SMK Negeri 1	49
Tabel 3. 2 Jumlah Sampel Peserta Didik Kelas XI SMK Negeri 1	51
Tabel 3. 3 Kualifikasi Presentase Skor Observasi <i>Participatory Skill</i>	55
Tabel 3. 4 Indeks Koefisien Reliabilitas	59
Tabel 3. 5 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi	63
Tabel 4. 1 Daftar Sarana dan Prasarana SMK Negeri 1 Kotabumi.....	65
Tabel 4. 2 Daftar Kepala Sekolah SMK Negeri 1 Kotabumi.....	66
Tabel 4. 3 Hasil Uji Validitas Angket Variabel X (<i>Self Awareness</i>) Kepada 10 Responden di Luar Sampel Penelitian	69
Tabel 4. 4 Hasil Uji Validitas Angket Variabel Y (Empati Sosial) Kepada 10 Reseponden di Luar Sampel Penelitian.....	70
Tabel 4. 5 Hasil Uji Reliabilitas Angket Variabel X (<i>Self Awareness</i>) Kepada 10 Responden di Luar Sampel Penelitian	72
Tabel 4. 6 Hasil Uji Reliabilitas Angket Variabel Y (Empati Sosial) Kepada 10 Responden di Luar Sampel Penelitian	73
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Indikator Mengenali Perasaan dan Perilaku Diri Sendiri	76
Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Indikator Mengenali Kelebihan dan Kekurangan Diri Sendiri.....	78
Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi Indikator Dapat Mengevaluasi Diri	79
Tabel 4. 10 Distribusi Frekuensi Data Akumulasi <i>Self Awareness</i> (Variabel X) .	81
Tabel 4. 11 Distribusi Frekuensi Indikator Peduli	82
Tabel 4. 12 Distribusi Frekuensi Indikator Toleransi	83
Tabel 4. 13 Distribusi Frekuensi Indikator Tenggang Rasa.....	85
Tabel 4. 14 Distribusi Frekuensi Data Akumulasi Empati Sosial (Variabel Y) ...	86
Tabel 4. 15 Hasil Observasi <i>Self Awareness</i> (Variabel X).....	87
Tabel 4. 16 Hasil Observasi Empati Sosial (Variabel Y)	89
Tabel 4. 17 Hasil Akumulasi Observasi <i>Self Awareness</i> (Variabel X) dan Empati Sosial (Variabel Y).....	92
Tabel 4. 18 Hasil Uji Normalitas Data Penelitian Menggunakan SPSS Versi 25	94
Tabel 4. 19 Hasil Uji Linearitas Data Penelitian Menggunakan SPSS Versi 25 ..	95
Tabel 4. 20 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana Data Penelitian Menggunakan SPSS Versi 25	97
Tabel 4. 21 Hasil <i>Coefficients</i> Uji Regresi Linear Sederhana Data Penelitian Menggunakan SPSS Versi 25	97
Tabel 4. 22 Hasil Perhitungan R <i>Square</i> Uji Regresi Linear Sederhana Data Penelitian Menggunakan SPSS Versi 25	98

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2. 1 Kerangka Pikir.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 Surat Izin Penelitian Pendahuluan	134
Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian Pendahuluan	135
Lampiran 3 Wawancara Saat Penelitian Pendahuluan.....	136
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian.....	137
Lampiran 5 Surat Balasan Izin Penelitian	138
Lampiran 6 Kisi-Kisi Angket Penelitian.....	139
Lampiran 7 Angket Penelitian	142
Lampiran 8 Kisi-Kisi Pedoman Observasi.....	146
Lampiran 9 Lembar Observasi.....	149
Lampiran 10 Pedoman Wawancara Penelitian untuk Peserta Didik.....	151
Lampiran 11 Pedoman Wawancara Penelitian untuk Guru	153
Lampiran 12 Hasil Uji Validitas Angket Variabel X (<i>Self Awareness</i>).....	155
Lampiran 13 Hasil Uji Validitas Angket Variabel Y (Empati Sosial).....	157
Lampiran 14 Hasil Uji Reliabilitas Angket Variabel X (<i>Self Awareness</i>)	160
Lampiran 15 Hasil Uji Reliabilitas Angket Variabel Y (Empati Sosial)	161
Lampiran 16 Data Hasil Uji Coba Angket Variabel X (<i>Self Awareness</i>)	162
Lampiran 17 Data Hasil Uji Coba Angket Variabel Y (Empati Sosial)	162
Lampiran 18 Data Hasil Angket Variabel X (<i>Self Awareness</i>).....	163
Lampiran 19 Data Hasil Angket Variabel Y (Empati Sosial).....	164
Lampiran 20 Data Hasil Angket Variabel X (<i>Self Awareness</i>) dan (Variabel Y) Empati Sosial	165
Lampiran 21 Data Hasil Observasi Variabel X (<i>Self Awareness</i>).....	166
Lampiran 22 Data Hasil Observasi Variabel Y (Empati Sosial)	167
Lampiran 23 Data Hasil Observasi Variabel X (<i>Self Awareness</i>) dan Variabel Y (Empati Sosial).....	168
Lampiran 24 Uji Coba Angket Penelitian Kepada 10 Responden di Luar Sampel Penelitian.....	169
Lampiran 25 Pembagian dan Pengisian Angket Penelitian Kepada 40 Responden.....	170
Lampiran 26 Observasi di Dalam Kelas dan di Luar Kelas Saat Penelitian.....	171
Lampiran 27 Wawancara Pendidik dan Peserta Didik Saat Penelitian.....	172

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu aspek fundamental yang tidak hanya bertujuan untuk mengembangkan kemampuan dan wawasan peserta didik, tetapi juga memainkan peran penting dalam membentuk kepribadian dan karakter sosial peserta didik. Perkembangan zaman yang ditandai dengan kemajuan teknologi dan perubahan pola interaksi sosial menuntut dunia pendidikan untuk lebih menekankan pada pengembangan aspek afektif, termasuk kemampuan peserta didik dalam menjalin hubungan sosial yang baik antar sesama. Sekolah sebagai institusi formal memiliki tanggung jawab besar dalam membina peserta didik agar mampu berinteraksi secara positif dengan lingkungan sekitarnya. Dalam proses ini, empati sosial seperti kemampuan memahami orang lain, bekerja sama, serta menunjukkan kepedulian menjadi sangat penting untuk dikembangkan. Pendidikan yang efektif seharusnya tidak hanya menghasilkan peserta didik yang unggul secara akademik, tetapi juga harus memiliki integritas moral dan empati sosial yang tinggi terhadap sesama di lingkungan sosialnya.

Empati sosial merupakan salah satu aspek penting dalam pengembangan karakter peserta didik, baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan sosialnya. Menurut Pitoewas (2018), lingkungan sosial merupakan wadah untuk berinteraksi antar individu dengan individu yang lain dan membentuk suatu pribadi serta mempengaruhi tingkah laku seseorang. Dengan demikian, empati sosial adalah kemampuan untuk memahami, merasakan, dan merespons emosi serta kebutuhan orang lain. Kemampuan tersebut telah menjadi keterampilan esensial yang sangat dibutuhkan dalam era globalisasi

dan digitalisasi yang semakin mengutamakan kolaborasi antarindividu. Perkembangan teknologi informasi dan perubahan pola interaksi sosial yang terjadi secara luas menuntut setiap peserta didik untuk memiliki kepekaan sosial yang tinggi agar dapat membangun hubungan interpersonal yang baik dan bermakna. Mentari et al. (2024) menyatakan bahwa, seseorang yang memiliki kepekaan sosial sudah pasti memiliki sikap empati dan sikap prososial, sehingga dapat membantu peserta didik menjadi lebih peka terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain, serta dapat membentuk watak atau karakter yang memiliki rasa perhatian dan peduli terhadap orang lain. Dengan demikian, empati sosial menjadi landasan penting dalam membentuk karakter peserta didik yang mampu berkontribusi positif dalam kehidupan sosial dan dunia kerja.

Empati sosial di sekolah berperan penting dan menjadi kunci utama dalam menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan harmonis. Sekolah juga bukan hanya sebagai tempat untuk mentransfer ilmu pengetahuan, melainkan juga sebagai tempat untuk mempersiapkan peserta didik menjadi individu yang berkarakter dengan menanamkan nilai-nilai positif seperti kepedulian, toleransi, tenggang rasa dan kerja sama. Interaksi yang terjadi di sekolah antara peserta didik dan warga sekolah menjadi sarana utama untuk melatih kemampuan berempati, seperti saling memahami perasaan, mendengarkan pendapat, serta membantu yang dibutuhkan, sehingga kepekaan sosial peserta didik mampu terasah dengan baik. Tenaga pendidik juga berperan sebagai teladan dan fasilitator yang mendorong tumbuhnya sikap empati sosial melalui pendekatan pedagogis yang humanis. Sehingga, penting bagi pendidik untuk mengintegrasikan nilai-nilai empati sosial dalam setiap aspek pembelajaran untuk membentuk peserta didik yang memiliki sikap peduli dan responsif terhadap kebutuhan orang lain. Maka dari itu, penguatan empati sosial di sekolah menjadi langkah awal yang krusial sebelum peserta didik menghadapi tantangan di dunia kerja dan masyarakat luas. Dengan demikian, empati sosial yang terbangun di lingkungan sekolah akan membantu peserta didik menjadi individu yang peka terhadap lingkungan sosialnya.

Pendidikan formal saat ini, khususnya di jenjang Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), menjadikan empati sosial sebagai hal mendasar yang sangat penting dalam pembentukan karakter peserta didik. Menurut Adha dan Ulfa (2021), karakter seseorang akan berkembang dengan baik apabila mendapat suatu penguatan yang tepat yaitu dalam bentuk pendidikan. Hal ini dikarenakan empati sosial memiliki peran strategis dalam mempersiapkan peserta didik untuk menghadapi tantangan dunia kerja yang menuntut kemampuan interpersonal dan kolaborasi tim yang optimal. Faktanya, di lingkungan kerja saat ini, individu dituntut untuk mampu memahami perbedaan karakter, bersikap toleransi, serta membangun komunikasi yang efektif, dan semua itu sangat bergantung pada kemampuan berempati. Artinya, dunia industri modern saat ini semakin mengutamakan *soft skills* sebagai faktor penentu kesuksesan karir, khususnya kemampuan berempati seperti kemampuan berinteraksi secara positif dan bekerja sama dalam tim menjadi salah satu kompetensi utama yang dicari oleh perusahaan dalam merekrut tenaga kerja.

Peserta didik SMK yang memiliki empati sosial tinggi cenderung menunjukkan sikap peduli terhadap rekan sejawat, mampu memahami sudut pandang orang lain, serta tanggap terhadap kebutuhan tim, sehingga lebih mudah beradaptasi dalam lingkungan kerja yang beragam. Peserta didik SMK pada dasarnya dipersiapkan untuk dapat langsung terjun ke dunia kerja setelah lulus, sehingga diperlukan bekal tidak hanya dalam hal keterampilan teknis, tetapi juga kemampuan sosial seperti empati yang menunjang keberhasilan mereka di lingkungan profesional. Artinya, pengembangan empati sosial di SMK menjadi semakin penting mengingat lulusan SMK akan langsung terjun ke dunia kerja yang menuntut kemampuan komunikasi efektif, kerjasama tim, dan kepekaan terhadap kebutuhan klien atau konsumen. Sehingga, setiap institusi pendidikan SMK harus mampu mengintegrasikan pengembangan empati sosial dalam kurikulum dan kegiatan pembelajaran untuk memastikan lulusannya memiliki kesiapan yang baik dalam menghadapi dinamika dunia kerja.

Rohman et al. (2020) menyatakan bahwa, sekolah telah lama dianggap sebagai sebuah lembaga sosial yang memiliki fokus terutama pada pengembangan intelektual dan karakter bagi peserta didiknya. Menurutnya, pengembangan karakter di tingkat sekolah tidak dapat melalaikan dua tugas khas ini.

Sedangkan menurut Nurmala dan Adha (2016), sekolah adalah salah satu lembaga pendidikan yang terlibat langsung dengan seorang anak dan ikut dalam pembentukan karakter, budi pekerti, dan perilaku seorang peserta didik. Sehingga, tenaga pendidik di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) tidak hanya dituntut untuk menghasilkan lulusan yang cakap dalam aspek kognitif, tetapi juga harus mendorong perkembangan aspek afektif dan psikomotorik agar peserta didik siap secara utuh saat terjun langsung ke dunia kerja. Empati sosial yang berkembang optimal akan memungkinkan peserta didik untuk menjadi individu yang tidak hanya kompeten secara teknis, tetapi juga mampu membangun hubungan interpersonal yang positif dan berkelanjutan di tempat kerja.

Idealnya, peserta didik harus memiliki empati sosial yang baik meliputi kemampuan memahami perasaan dan perspektif orang lain, merespons situasi sosial dengan kepedulian, serta menunjukkan sikap toleransi dan saling menghargai dalam setiap interaksi sosial. Mereka juga mampu membangun komunikasi yang santun dan efektif dengan penuh rasa hormat, serta terlibat aktif dalam kerja sama tim atau kelompok tanpa memandang perbedaan latar belakang. Selain itu, peserta didik diharapkan memiliki kesadaran sosial yang tinggi, seperti membantu teman yang kesulitan, mendukung lingkungan belajar yang positif dan nyaman, serta mengambil peran dalam kegiatan sosial secara sukarela. Empati sosial yang baik juga mencakup kemampuan mengendalikan ego pribadi seperti menahan diri dari sikap egois demi terciptanya hubungan interpersonal yang sehat dan lebih memilih untuk mengambil solusi bersama. Dengan adanya empati sosial, peserta didik tidak hanya menjadi pribadi yang disukai dalam lingkungan sosial, tetapi juga siap menghadapi dunia kerja yang menuntut kolaborasi, komunikasi, dan kepedulian terhadap sesama.

Kondisi empati sosial peserta didik SMK saat ini menunjukkan variasi yang sangat beragam. Sebagian peserta didik SMK menunjukkan empati sosial yang tinggi dengan karakteristik mudah memahami perasaan teman, aktif membantu sesama baik dalam hal akademik maupun personal, dan menunjukkan kepedulian terhadap isu-isu sosial di lingkungan sekolah.

Namun, di sisi lain, terdapat peserta didik SMK yang menunjukkan empati sosial rendah dengan kecenderungan acuh tak acuh terhadap kesulitan teman-temannya. Keberagaman tingkat empati sosial ini juga terlihat dari perbedaan respons peserta didik terhadap situasi yang memerlukan kepekaan sosial, seperti ketika melihat teman yang sedang mengalami kesulitan, menghadapi konflik interpersonal, atau sedang membutuhkan bantuan.

Penelitian oleh Rismi et al. (2022) menunjukkan bahwa, peserta didik yang memiliki empati sosial tinggi akan lebih mudah untuk ikut merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, sedangkan peserta didik yang memiliki empati sosial rendah maka ia tidak mampu memahami perasaan orang lain dan tidak mampu merasakan posisi dan kondisi yang sedang dialami orang lain.

Fenomena empati sosial yang rendah ini juga tercermin dalam kecenderungan peserta didik untuk lebih fokus pada pencapaian individual atau cenderung lebih fokus pada diri sendiri, dan tidak terlalu peka terhadap kebutuhan orang lain, kurang berpartisipasi dalam kegiatan sosial di lingkungan sekolah, dan menunjukkan sikap kurang toleransi terhadap perbedaan karakteristik antarteman sebaya.

Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti melalui observasi dan wawancara kepada pendidik dan peserta didik pada tanggal 20-21 Mei 2025 di SMK Negeri 1 Kotabumi, terungkap bahwasanya empati sosial peserta didik masih dirasa kurang. Hal ini terlihat dari kurangnya kepedulian terhadap teman sebaya, rendahnya kepekaan terhadap perasaan teman di sekitarnya, minimnya inisiatif menolong teman yang sedang membutuhkan bantuan, kurang responsif dalam membantu teman yang sedang mengalami kesulitan, baik dalam hal akademik maupun non-akademik, enggan untuk membantu teman kecuali diminta secara langsung, sering

meremehkan perasaan serta mengabaikan pendapat teman sebaya karna dirasa berbeda, kurang pintar, atau pendiam. Selain itu, masih terdapat peserta didik yang bersikap acuh ketika mengetahui teman sekelas mengalami kondisi sakit, cenderung diam dan bersikap acuh saat melihat teman sebaya diejek bahkan ada yang ikut menertawakan.

Permasalahan lain yang ditemukan yaitu masih terdapat peserta didik yang masih memiliki sikap individualistik dan egois, ditandai dengan adanya peserta didik yang tidak peduli terhadap tugas kelompok, tidak berkontribusi, enggan bertanggung jawab atas hasil kerja kelompoknya, tidak suka bekerja sama dalam menyelesaikan tugas kelompok karena merasa terganggu dan hanya ingin bekerja sama dengan teman terdekatnya saja. Tidak hanya itu, sebagian peserta didik cenderung menjaga jarak dengan teman sebaya yang memiliki perbedaan karakter, keterbatasan fisik, prestasi rendah, atau kepribadian pendiam. Temuan lapangan ini mengindikasikan adanya kesenjangan antara kondisi ideal yang diharapkan dengan realitas yang terjadi di lapangan.

Permasalahan empati sosial yang terjadi di SMK Negeri 1 Kotabumi juga sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya. Azwar (2023) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa, permasalahan empati sosial terlihat dari ketidakmampuan mahasiswa mengambil inisiatif ketika ada teman yang sakit, kecuali jika mendapatkan instruksi dari Pembimbing Akademik. Situasi tersebut menunjukkan bahwa kemampuan berempati mahasiswa masih tergolong kurang. Temuan ini sejalan dengan kondisi yang ditemukan oleh peneliti melalui observasi dan wawancara pada penelitian pendahuluan di SMK Negeri 1 Kotabumi. Peserta didik terlihat menunjukkan sikap kurang peduli terhadap teman yang mengalami kesulitan serta bersikap acuh ketika teman sekelas mengalami kondisi sakit, dan mereka enggan menanyakan kondisi kesehatan temannya. Jika tidak segera ditangani, kondisi ini dapat berdampak buruk pada hubungan sosial di sekolah.

Temuan penelitian Aulia dan Flurentin (2024) menunjukkan bahwa terdapat permasalahan empati individu yang terlihat dari peserta didik senior merasa lebih berkuasa dan bisa menyuruh adik tingkat atau juniornya. Tidak hanya itu, peserta didik perempuan senior yang berkelahi dengan peserta didik perempuan junior hanya karena dia jengkel adik kelasnya itu melihat kearahnya. Selain itu, masih ada peserta didik yang membuat kelompok-kelompok tertentu dalam satu kelas, ada juga beberapa peserta didik yang dikucilkan di dalam kelas. Salah satu faktor penyebab permasalahan tersebut adalah kurangnya tingkat empati individu. Temuan ini sejalan dengan hasil wawancara pada penelitian pendahuluan di SMK Negeri 1 Kotabumi. Peserta didik menunjukkan kurangnya kepedulian terhadap teman, seperti enggan membantu teman saat ada yang kesulitan, bersikap acuh atau ikut menertawakan teman yang diejek karena adanya perbedaan, serta cenderung membentuk kelompok dan menjaga jarak dari teman yang dianggap berbeda. Jika tidak segera diatasi, kondisi ini dapat memperburuk hubungan antar peserta didik dan mengganggu suasana belajar yang aman dan nyaman.

Permasalahan kurangnya empati sosial peserta didik menjadi isu krusial yang perlu mendapat perhatian serius, khususnya di jenjang SMK yang mempersiapkan lulusannya untuk terjun ke dunia kerja. Kurangnya empati sosial tidak hanya memengaruhi hubungan antarindividu di sekolah, tetapi juga berpotensi menghambat kemampuan peserta didik dalam menjalin interaksi sosial di lingkungan kerja. Oleh karena itu, permasalahan kurangnya empati sosial peserta didik perlu segera diatasi dengan solusi yang tepat. Terdapat beberapa faktor pendukung peningkatan empati sosial peserta didik antara lain adalah faktor internal yang meliputi kecerdasan emosional, *self awareness*, dan regulasi diri peserta didik. Faktor eksternal mencakup lingkungan keluarga, pola asuh orang tua, lingkungan sekolah, kualitas hubungan dengan teman sebaya, paparan media sosial, dan budaya sekolah yang berlaku. Faktor lain yang tidak kalah penting adalah contoh perilaku yang dilihat peserta didik dari lingkungan sekitarnya, baik dari guru, teman, maupun tokoh yang dijadikan panutan.

Berdasarkan beberapa faktor pendukung tersebut, *self awareness* merupakan salah satu solusi yang akan dijadikan fokus penting dalam penelitian ini karena memiliki peran fundamental sebagai basis peningkatan empati sosial. *Self awareness* merupakan kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan menyadari berbagai aspek dalam dirinya, termasuk pikiran, motivasi, nilai-nilai, kekuatan, kelemahan, serta dampak perlakunya terhadap orang lain. Kemampuan ini menjadi dasar penting dalam meningkatkan empati sosial, karena individu perlu terlebih dahulu memahami dirinya sendiri sebelum mampu memahami dan merasakan kondisi sosial orang lain. Individu dengan tingkat *self awareness* tinggi akan lebih mudah berempati, memahami perasaan, kebutuhan, serta situasi sosial orang lain, dan dapat merespons dengan tepat penuh perhatian, sedangkan mereka yang memiliki tingkat *self awareness* rendah akan kesulitan dalam mengembangkan empati sosial, mengenali dan merespons kondisi sosial di sekitarnya. *Self awareness* membantu seseorang untuk lebih mengutamakan kepentingan bersama dibandingkan kepentingan pribadi, sehingga ia menjadi lebih berempati dan peka terhadap keadaan sosial di sekitarnya.

Peserta didik yang memiliki *self awareness* baik cenderung mampu memahami peran dan tanggung jawab sosial mereka sebagai warga negara, menunjukkan empati dan kepedulian terhadap sesama, serta berkontribusi dalam kehidupan sosial. Sebaliknya, peserta didik dengan *self awareness* kurang baik cenderung bersikap egois, kurang berempati dan peduli terhadap kepentingan bersama, serta memiliki keterbatasan dalam membangun empati sosial dan semangat gotong royong dalam kehidupan sehari-hari. Dengan meningkatkan *self awareness*, peserta didik akan lebih mampu menempatkan diri dalam berbagai situasi sosial secara bijaksana. Hal ini menjadi bekal penting dalam membentuk karakter peserta didik yang berempati, toleran, dan mampu hidup harmonis di tengah keberagaman. Penelitian tentang *self awareness* dalam konteks empati sosial menjadi semakin relevan di era globalisasi ini, yaitu kemampuan untuk memahami dan berinteraksi dengan beragam individu dari latar belakang yang berbeda merupakan keterampilan

esensial yang harus dimiliki setiap warga negara untuk menciptakan kehidupan sosial yang harmonis dan berkelanjutan.

Penelitian Nurdiana et al. (2023) menunjukkan bahwa *self awareness* berpengaruh terhadap prestasi belajar. Penelitiannya menjelaskan bahwa *self awareness* seorang pembelajar yang baik akan berpengaruh positif terhadap kemampuan individu dalam menyerap dan menguasai materi yang disampaikan oleh guru. Penelitian lain yang menunjukkan pengaruh *self awareness* yaitu penelitian Dwijayanti et al. (2022) yang menunjukkan bahwa *self awareness* berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja guru. Penelitiannya menjelaskan bahwa dengan adanya *self awareness* mampu meningkatkan kinerja guru. Semakin tingginya *self awareness* yang dimiliki, guru akan memiliki kontribusi yang lebih baik. Namun, dalam penelitian ini *self awareness* difokuskan pada empati sosial peserta didik. Harapannya, *self awareness* ini dapat membentuk empati sosial peserta didik, baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan sekitar tempat tinggalnya.

Penelitian terdahulu telah mengkaji konsep *self awareness* dan empati sosial secara terpisah. Namun, penelitian yang secara spesifik menganalisis pengaruh *self awareness* terhadap empati sosial pada peserta didik SMK masih sangat terbatas. Studi-studi sebelumnya lebih banyak memfokuskan pada empati secara umum tanpa mengaitkannya dengan *self awareness* sebagai faktor prediktor utama. Selain itu, penelitian yang mengkaji empati sosial di jenjang SMK juga masih sangat minim. Padahal, peserta didik SMK memiliki karakteristik unik yang berbeda dengan jenjang pendidikan lain, terutama karena mereka berorientasi pada persiapan memasuki dunia kerja. Hal ini menjadikan kebutuhan untuk memahami empati sosial pada kelompok ini menjadi sangat penting. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak dilakukan pada populasi mahasiswa, peserta didik SMP, dan SMA. Oleh karena itu, kajian yang mendalam mengenai pengaruh *self awareness* terhadap empati sosial peserta didik SMK sangat diperlukan untuk mengisi kekosongan tersebut. Kesenjangan penelitian ini mendorong peneliti untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam terkait pengaruh *self awareness* terhadap

empati sosial pada peserta didik SMK, dengan harapan dapat memberikan kontribusi yang berarti bagi pengembangan karakter dan kesiapan mereka dalam menghadapi dunia kerja.

Pentingnya penelitian ini dilakukan didasarkan pada urgensi pengembangan karakter peserta didik SMK yang akan terjun langsung ke dunia kerja setelah lulus. Karakteristik lulusan SMK yang berbeda dengan lulusan SMA menuntut adanya penelitian khusus untuk memahami bagaimana *self awareness* dapat menjadi kunci dalam meningkatkan empati sosial yang diperlukan dalam dunia industri dan lingkungan kerja profesional. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan solusi konkret terhadap permasalahan kurangnya empati sosial yang terjadi di SMK Negeri 1 Kotabumi dan sekolah sejenis lainnya. Tujuan utama dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh *self awareness* terhadap empati sosial peserta didik di SMK Negeri 1 Kotabumi. Secara lebih spesifik, penelitian ini bertujuan untuk mengukur tingkat *self awareness* peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi, mengukur tingkat empati sosial peserta didik, menganalisis hubungan antara kedua variabel tersebut, dan menentukan besarnya pengaruh *self awareness* terhadap empati sosial.

Berdasarkan latar belakang diatas dan hasil penelitian pendahuluan ditemukan fakta bahwa di SMK Negeri 1 Kotabumi masih terdapat permasalahan kurangnya empati sosial peserta didik. Permasalahan tersebut memerlukan solusi yang tepat dan terukur melalui penguatan *self awareness* peserta didik. Menanggapi permasalahan di atas, maka peneliti merasa penting untuk meneliti **“Pengaruh *Self Awareness* terhadap Empati Sosial Peserta Didik SMK Negeri 1 Kotabumi”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka diperoleh identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya empati sosial peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi.
2. Masih terdapat peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi yang bersikap acuh terhadap teman sebaya.
3. Terdapat peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi yang masih memiliki sikap individualistik dan egois.
4. Masih terdapat sebagian peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi yang cenderung menjaga jarak dengan teman sebaya karna adanya perbedaan.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka peneliti membatasi masalah pada pengaruh *self awareness* terhadap empati sosial peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Pengaruh *Self Awareness* terhadap Empati Sosial Peserta Didik SMK Negeri 1 Kotabumi?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan Pengaruh *Self Awareness* terhadap Empati Sosial Peserta Didik SMK Negeri 1 Kotabumi.

F. Kegunaan/Manfaat Penelitian

1. Kegunaan/Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini berguna untuk mengembangkan konsep ilmu pendidikan khususnya dalam kajian Pendidikan Nilai dan Moral Pancasila yang berkaitan dengan *self awareness* dalam meningkatkan empati sosial. Secara teoritis juga penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber atau bahan referensi pembanding bagi peneliti lain yang ingin mengkaji mengenai masalah yang relevan guna mendukung perkembangan ilmu

pengetahuan khususnya pada bidang studi Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan.

2. Kegunaan/Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi sekolah dalam merancang kebijakan dan program yang efektif untuk mendukung peningkatan empati sosial peserta didik melalui penguatan *self awareness*.

b. Bagi Pendidik

Penelitian ini diharapkan dapat memotivasi pendidik dalam merancang proses pembelajaran yang bertujuan untuk peningkatan empati sosial berbasis penguatan *self awareness*.

c. Bagi Peserta Didik

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat mendorong peserta didik untuk meningkatkan empati sosial melalui penguatan *self awareness*.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini berguna bagi peneliti untuk menambah wawasan dan pengetahuan, khususnya mengenai pengaruh *self awareness* terhadap empati sosial. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya.

G. Ruang Lingkup Penelitian

1. Ruang Lingkup Ilmu

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup Pendidikan Nilai dan Moral Pancasila karena mengkaji terkait empati sosial peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi.

2. Ruang Lingkup Objek Penelitian

Ruang lingkup objek penelitian ini adalah Pengaruh *Self Awareness* terhadap Empati Sosial Peserta Didik SMK Negeri 1 Kotabumi.

3. Ruang Lingkup Subjek Penelitian

Ruang lingkup subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMK Negeri 1 Kotabumi Tahun Ajaran 2025/2026.

4. Ruang Lingkup Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMK Negeri 1 Kotabumi yang beralamatkan di JL. Bougenville, No. 48, Kelurahan Kelapa Tujuh, Kecamatan Kotabumi Selatan, Kabupaten Lampung Utara, Provinsi Lampung.

5. Ruang Lingkup Waktu Penelitian

Pelaksanaan Penelitian pendahuluan ini dilakukan setelah di keluarkannya surat izin penelitian pendahuluan oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung pada tanggal 9 Mei 2025 dengan nomor surat 132/UN26.13/PN.01.00/2025. Sedangkan pelaksanaan penelitian dilakukan setelah di keluarkannya surat izin penelitian oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung pada tanggal 19 Agustus 2025 dengan nomor surat 353/UN26.13/PN.01.00/2025.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teoritis

1. Tinjauan Tentang Empati Sosial

a. Pengertian Empati Sosial

Empati sosial adalah tindakan imajinatif yang berani dan bentuk realitas virtual tertinggi yang terjadi secara spontan (Afifah et al., 2024). Empati sosial adalah kemampuan untuk memahami dan merasakan perasaan serta masalah orang lain dengan cara melihat dari sudut pandang mereka dan menghargai perbedaan perasaan dalam berbagai situasi (Nugraha et al., 2017). Dasar kemampuan untuk berempati pada orang lain adalah adanya sikap hati terbuka, terbuka artinya mau mengerti perasaan orang lain dan mau dimengerti oleh orang lain (Rismi et al., 2022). Menurut Santi et al. (2022), empati sosial adalah sikap yang sudah ada di dalam diri setiap orang sejak masa pertumbuhan, sehingga empati sosial perlu ditumbuhkan serta dikembangkan didalam diri setiap orang.

Menurut Goleman (2021), empati sosial adalah kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan orang lain, seolah-olah kita merasakan hal yang sama dalam interaksi sosial. Hal ini melibatkan proses kognitif (memahami perasaan orang lain) dan afektif (merespons perasaan tersebut dengan cara yang sesuai). Ia juga menjelaskan bahwa ketika empati sosial terus menerus diasah akan berpengaruh pada perkembangan moral. Cahyani (2019) menjelaskan bahwa empati sosial merupakan kemampuan individu untuk menempatkan diri dalam mengenali, mengerti, memahami, dan menerima pikiran, perasaan, dan

pandangan orang lain namun tetap tidak kehilangan identitas dirinya. Seseorang yang memiliki empati sosial akan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya dan berusaha untuk melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain.

Empati sosial akan membuat seseorang lebih peka terhadap perasaan dan sudut pandang orang lain, sehingga ia dapat beradaptasi dan berinteraksi secara lebih efektif dalam berbagai situasi sosial. *Empathy Theory* yang dikemukakan oleh Hoffman (2000) menjelaskan bahwa, empati sosial merupakan kemampuan untuk merasakan dan memahami perasaan orang lain dalam konteks sosial, yang kemudian memicu perilaku pro-sosial seperti memberi bantuan atau dukungan. Ia pun menjelaskan bahwa empati sosial memungkinkan individu untuk merasakan pengalaman emosional orang lain, yang selanjutnya mendorong perilaku membantu dan berbagi dalam hubungan sosial. Ia juga menekankan bahwa empati sosial adalah keterampilan yang perlu dipupuk sejak dini, karena memainkan peran krusial dalam membangun hubungan sosial yang sehat dan berfungsi sebagai landasan etika serta moralitas individu.

Febriana dan Muhammad (2023) mengungkapkan bahwa, perilaku prososial adalah segala tindakan yang dilakukan atau direncanakan dengan tujuan membantu orang lain, tanpa memperhatikan alasan di balik niat si penolong. Ia pun menjelaskan bahwa, idealnya dalam interaksi sosial seseorang akan saling tolong-menolong ketika salah satu diantara orang tersebut dalam kesusahan. Ia juga menjelaskan bahwa ada beberapa tindakan yang termasuk kedalam perilaku prososial antara lain *sharing* (membagi), *cooperate* (kerjasama), *donating* (menyumbang), *helping* (menolong), *honesty* (kejujuran), *generosity* (kedermawanan), serta mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain. Sedangkan menurut Rismi et al. (2022) aspek-aspek prososial antara lain menolong orang lain yang kesulitan (*helping a stranger distress*), mengurangi suatu tindak pelanggaran

(*deterring a wrongdoer*), dan menahan godaan (*resist temptation*). Empati sosial bukan sekadar kemampuan memahami perasaan orang lain, melainkan juga meresponsnya dengan tindakan yang sesuai, yang membedakan antara empati verbal dan nonverbal.

Rogers (2022) memandang empati sosial sebagai kemampuan untuk memahami perspektif orang lain secara mendalam, yang menurutnya sangat penting dalam konteks interaksi sosial dan pengembangan hubungan yang saling menguntungkan. Ia menekankan bahwa lingkungan yang empatik dapat berkontribusi terhadap pengalaman belajar peserta didik, sehingga mereka merasa dihargai, didukung, dan termotivasi untuk mengembangkan diri secara optimal. Pendidikan yang mendorong empati sosial juga berperan dalam membantu peserta didik memahami perbedaan, menjadikan mereka lebih terbuka dan toleran dalam interaksi sosial.

Dewi et al. (2024) menjelaskan bahwa empati sosial adalah sebuah proses afektif dan kognitif yang dimiliki individu. Proses ini meliputi kemampuan untuk merasakan situasi, pengalaman, atau peristiwa di sekitar seseorang, dengan tetap mempertimbangkan perspektif orang lain dan menghargai perbedaan perasaan mereka mengenai berbagai hal. Eisenberg (2018) mendefinisikan empati sosial sebagai respons afektif yang berasal dari pemahaman tentang keadaan atau kondisi emosional orang lain dan serupa dengan apa yang dirasakan atau diharapkan orang lain dalam situasi tertentu, sehingga dapat meningkatkan kualitas interaksi sosial. Ia juga mendefinisikan empati sosial sebagai kemampuan seseorang untuk meletakkan diri sendiri dalam posisi orang lain serta mampu menghayati posisi orang lain. Ia pun menjelaskan bahwa empati sosial muncul ketika seseorang mampu merasakan apa yang dirasakan orang lain namun tidak membuat seseorang kehilangan identitas dirinya.

Menurut Davis (2019) empati sosial merupakan respon seseorang terhadap pengalaman orang lain yang terdiri atas aspek kognitif dan emosional seperti kehangatan, kasih sayang, kepedulian terhadap orang lain, serta perasaan pribadi berupa kecemasan dan ketidaknyamanan akibat dari kondisi orang lain dalam konteks sosial. Menurut Annisa dan Marretih (2016), seseorang yang memiliki kemampuan empati tinggi sudah pasti mampu memahami perasaan orang lain serta mampu berpikir dan merasakan situasi yang dialami oleh orang tersebut. Dengan demikian, empati sosial adalah salah satu pilar utama dalam pengembangan karakter yang baik, karena melalui empati sosial seseorang belajar untuk peduli, menghargai, dan bertindak dengan rasa tanggung jawab pada saat berinteraksi sosial.

Setiawati (2016) menjabarkan bahwa selain kemampuan untuk membagi perasaan, terdapat beberapa komponen yang dibutuhkan untuk membangun empati sosial, yaitu kesadaran diri dan kemampuan untuk memisahkan apa yang dirasakannya dengan apa yang dirasakan orang lain dalam interaksi sosial. kemampuan tersebut diikuti dengan kemampuan untuk melihat dan memahami prespektif orang lain, serta kemampuan yang tidak kalah penting, yaitu mengatur respon emosinya sendiri. Saadah et al. (2023) menjelaskan bahwa, empati sosial seyogyanya menjadi pendorong individu untuk mau berbagi, membantu teman, dan mengambil peran dalam situasi yang dihadapi.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa empati sosial adalah kemampuan penting yang harus dimiliki setiap individu untuk bisa memahami dan merasakan apa yang dialami orang lain dalam berinteraksi sosial. Seseorang yang memiliki empati sosial cenderung berkarakter baik dan mampu hidup berdampingan dengan orang lain. Dengan berempati, kita tidak hanya sekadar mengerti secara pikiran, tetapi juga tergerak untuk membantu dan menghargai perasaan orang lain. Seseorang dapat diterima oleh orang lain jika ia

mampu memahami kondisi atau perasaan orang lain dan memberikan perlakuan yang semestinya sesuai dengan harapan orang tersebut.

b. Komponen-Komponen Empati Sosial

Syafitri (2020) menjelaskan beberapa komponen utama dalam empati sosial, yaitu sebagai berikut:

1) Empati afektif

Empati afektif adalah kemampuan untuk merasakan emosi yang dialami oleh orang lain. Ini merupakan reaksi emosional terhadap perasaan orang lain, misalnya merasa sedih ketika melihat orang lain sedang sedih. Empati afektif, yang juga dikenal sebagai empati emosional, adalah kapasitas untuk merespons dengan emosi yang sesuai terhadap kondisi mental orang lain. Kemampuan ini didasarkan pada penularan emosi yang dipengaruhi oleh keadaan atau rangsangan emosional dari orang lain. Empati afektif dapat dibagi menjadi dua skala utama, yaitu: (1) perhatian empatik, yaitu kesadaran dan kepedulian terhadap perasaan orang lain, dan (2) distress pribadi, yaitu perasaan tidak nyaman yang muncul sebagai respons terhadap kesusahan orang lain.

2) Empati kognitif

Empati kognitif adalah kemampuan untuk memahami perasaan dan kondisi emosional orang lain dengan cara melihat dunia dari sudut pandang mereka. Empati ini fokus pada kemampuan untuk mengambil perspektif orang lain dan memahami apa yang mereka pikirkan atau rasakan secara rasional. Empati kognitif terdiri dari beberapa skala, yaitu: (1) pengambilan perspektif, yaitu kecenderungan untuk secara spontan melihat sesuatu dari sudut pandang psikologis orang lain. (2) fantasi, yaitu kecenderungan untuk mengidentifikasi diri dengan karakter fiksi dalam cerita atau film. (3) empati taktis (strategis), yaitu kemampuan menggunakan pengambilan perspektif secara sengaja untuk mencapai tujuan tertentu.

3) Empati somatik

Empati somatik adalah reaksi fisik yang muncul sebagai respons terhadap apa yang dialami orang lain, yang mungkin terkait dengan aktivitas neuron cermin dalam sistem saraf somatik. Somatik sendiri merujuk pada tubuh, khususnya aspek yang terpisah dari pikiran. Misalnya, ketika melihat teman sekelas yang sedang gugup sebelum ujian, kita juga ikut merasakan jantung berdebar atau perasaan tegang. Atau saat teman mengalami kecelakaan kecil, kita mungkin merasakan sakit atau tidak nyaman di tubuh kita sendiri. Ini adalah bentuk empati yang melibatkan tubuh dan perasaan fisik sebagai respons terhadap kondisi atau perasaan orang lain.

Menurut Kosasih et al. (2023), komponen empati sosial terbagi menjadi 3 tipe, yaitu:

1) Empati Afektif

Aspek empati ini terdiri atas simpati, sensitivitas, dan *sharing* penderitaan yang dialami orang lain seperti perasaan dekat terhadap kesulitan-kesulitan orang lain yang diimajinasikan seakan-akan dialami oleh diri sendiri. Empati afektif ini hendak membuat diri mempunyai keahlian menguasai perasaan serta emosi orang lain sehingga diripun serta hendak sanggup merangsang rasa hirau terhadap orang tersebut.

2) Empati Kognitif

Komponen kognitif juga sebagai kemampuan untuk memperoleh kembali pengalaman-pengalaman masa lalu dari memori dan kemampuan untuk memproses informasi semantik melalui pengalaman-pengalaman. Seorang dengan empati kognitif hendak sanggup paham apa yang tengah dipikirkan orang lain. Tidak hanya itu, untuk seseorang yang mempunyai empati kognitif pula hendak mempunyai keahlian bisa menguasai apa yang tengah dipikirkan oleh orang lain tersebut.

3) Empati Komunikatif

Munculnya komponen komunikatif didasarkan pada asumsi awal bahwa komponen afektif dan kognitif akan tetap terpisah bila keduanya tidak terjalin komunikasi. Komunikatif yaitu perilaku yang mengekspresikan perasaan-perasaan empatik. Apabila kamu sempat menyaksikan film di mana lagi ditunjukkan salah seseorang aktornya terluka, tetapi kamu turut merasakan perihal yang sama hingga seperti itu yang bisa diujarkan dengan empati somatik. Dengan sentuhan empati somatik ini hendak membuat kamu merespon dan merasakan dari segi raga, apa yang lagi dirasakan oleh orang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa empati sosial terdiri dari tiga komponen yaitu empati afektif (merasakan emosi orang lain), empati kognitif (memahami perspektif orang lain), dan empati somatik/komunikatif (mengekspresikan dan merespons perasaan secara fisik dan verbal). Ketiga komponen ini membantu kita berempati dan berhubungan dengan orang lain dalam interaksi sosial.

c. Aspek-Aspek Empati Sosial

Menurut Nugraha et al. (2017), terdapat aspek-aspek dari empati sosial, antara lain sebagai berikut:

1) Peduli

Peduli adalah sikap yang muncul ketika seseorang memperhatikan dan menunjukkan perhatian terhadap masalah dan kebutuhan orang lain. Individu yang peduli biasanya mengutamakan kepentingan orang lain di atas kepentingan pribadi, berusaha berbuat baik, membantu, menghargai, serta menciptakan kebahagiaan bagi sesama. Sikap peduli juga mendorong seseorang untuk aktif mendengarkan dan merespons kebutuhan orang lain dengan empati dan kesungguhan.

2) Toleransi

Toleransi merupakan sikap menghargai dan menerima kebebasan serta perbedaan yang dimiliki setiap individu. Orang yang toleran berusaha untuk menghormati dan menerima keberagaman tersebut sebagai hak yang harus dijunjung tinggi. Sikap ini juga melatih individu untuk bersikap terbuka dan menghargai pandangan yang berbeda.

3) Tenggang rasa

Tenggang rasa adalah kemampuan seseorang untuk berinteraksi sosial dengan menjaga dan menghormati perasaan orang lain, sehingga dapat memahami situasi yang dialami orang lain. Individu yang memiliki tenggang rasa mampu menciptakan suasana harmonis, selaras, dan seimbang dalam hubungan sosial sehari-hari. Dengan tenggang rasa, individu mampu menghindari perilaku yang dapat menyakiti atau menyinggung perasaan orang lain.

Dewi et al. (2024) juga mengidentifikasi beberapa aspek empati sosial, antara lain sebagai berikut:

1) Kehangatan

Kehangatan menggambarkan perasaan saling menghormati dan menciptakan suasana yang penuh keakraban antarindividu.

2) Kelembutan

Kelembutan tercermin dari sikap dan ucapan yang lembut serta penuh perhatian terhadap orang lain.

3) Kepedulian

Kepedulian muncul saat seseorang memberikan perhatian khusus kepada orang lain atau lingkungan di sekitarnya.

4) Kasihan

Kasihan adalah perasaan simpati yang timbul ketika seseorang merasakan kesedihan atau penderitaan yang dialami oleh orang lain.

Davis (2019) membagi konsep empati sosial dalam empat aspek berdasarkan pendekatan yang sifatnya multidimensional, antara lain sebagai berikut:

1) *Perspective taking*

Perspective taking adalah kemampuan memahami pikiran dan perasaan orang lain dengan menempatkan diri pada posisi tersebut. Hal ini memungkinkan seseorang bertindak tidak hanya berdasarkan kepentingan diri sendiri, tetapi juga memperhatikan kepentingan orang lain, sehingga tercipta hubungan interpersonal yang harmonis dan penuh penghormatan.

2) *Fantasy*

Fantasy adalah kecenderungan seseorang untuk membayangkan dirinya mengalami perasaan dan tindakan dari tokoh-tokoh fiktif yang ada dalam buku, film, layar kaca, bioskop, atau permainan. Aktivitas ini memungkinkan individu untuk masuk ke dalam dunia imajinasi yang membantu mereka memahami berbagai pengalaman emosional secara tidak langsung.

3) *Empathic concern*

Empathic concern adalah orientasi seseorang yang ditandai dengan rasa simpati dan kepedulian terhadap orang lain yang sedang mengalami kesulitan atau penderitaan. Aspek ini mencerminkan perasaan hangat dan perhatian yang erat kaitannya dengan kepekaan serta kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain.

4) *Personal distress*

Personal distress adalah reaksi emosional yang berfokus pada diri sendiri, berupa perasaan cemas dan gelisah ketika menghadapi situasi interpersonal yang sulit. Tingkat *personal distress* yang tinggi biasanya berhubungan dengan kemampuan sosial yang rendah, sehingga seseorang dengan *personal distress* yang tinggi cenderung mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial.

Eisenberg (2018) memberikan penjelasan terkait dua aspek dalam empati sosial, di antaranya yaitu:

1) Aspek Afektif

Aspek afektif merupakan kecenderungan seseorang untuk mengalami perasaan emosional orang lain. Dengan kata lain, individu ikut merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain. Aspek afektif merupakan kecenderungan seseorang untuk mengalami perasaan emosional orang lain yaitu ikut merasakan ketika orang lain merasa sedih, menangis, terluka, menderita bahkan disakiti.

2) Aspek Kognitif

Aspek kognitif merupakan proses intelektual untuk memahami perspektif/sudut pandang orang lain dengan tepat dan menerima pandangan mereka. Aspek kognitif dalam empati difokuskan pada proses intelektual untuk memahami perspektif/sudut pandang orang lain dengan tepat dan menerima pandangan mereka, misalnya membayangkan perasaan orang lain ketika marah, kecewa, senang, memahami keadaan orang lain dari cara berbicara, dari raut wajah, cara pandang dalam berpendapat.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek empati sosial meliputi kepedulian, toleransi, tenggang rasa, kehangatan, kelembutan, dan kasihan yang dapat membentuk karakter positif dalam diri individu. Empati juga mencakup kemampuan memahami sudut pandang orang lain (*perspective taking*), membayangkan pengalaman orang lain (*fantasy*), dan rasa simpati (*empathic concern*). Namun, *personal distress* yang berfokus pada kecemasan diri sendiri dapat menghambat kemampuan sosial. Selain itu, empati sosial melibatkan aspek afektif dan kognitif, yaitu merasakan dan memahami perasaan serta perspektif orang lain. Semua aspek ini membentuk empati sosial sebagai kemampuan multidimensional untuk membangun hubungan sosial yang selaras dan penuh pengertian.

d. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Empati Sosial

Nugraha et al. (2017) mengemukakan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mendorong kemampuan empati sosial, antara lain:

1) *Usia*

Peningkatan usia sering kali berhubungan dengan peningkatan kemampuan dalam memahami sudut pandang orang lain.

2) *Gender*

Individu cenderung menunjukkan empati lebih besar kepada teman sejenis karena adanya kesamaan yang lebih kuat.

3) *Intelektensi*

Individu yang memiliki pemahaman baik dapat memengaruhi kemampuan seseorang untuk menenangkan orang lain, karena individu yang lebih cerdas lebih cepat memahami orang lain dan mampu mencari solusi atas masalah yang dihadapi.

4) *Permasalahan Emosional*

Individu yang mampu mengekspresikan emosinya biasanya lebih peka terhadap perasaan orang lain.

Menurut *Empathy Theory* yang dikemukakan oleh Hoffman (2000), terdapat faktor yang memengaruhi seseorang menerima dan memberi empati sosial, yaitu:

1) *Sosialisasi*

Sosialisasi dapat memengaruhi empati melalui berbagai permainan yang memungkinkan anak merasakan berbagai emosi, membantu mereka untuk lebih reflektif dan memperhatikan orang lain, serta menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain sehingga kemampuan berempati mereka meningkat. Contoh atau peragaan yang diberikan kepada anak-anak tidak hanya memicu respons prososial, tetapi juga mengembangkan rasa empati dalam diri mereka.

2) *Mood dan feeling*

Apabila seseorang berada dalam suasana hati yang baik, maka dalam berinteraksi dan menghadapi orang lain ia akan lebih

mampu menerima kondisi dan perasaan orang tersebut dengan lebih baik.

3) Situasi dan tempat

Empati seseorang akan berbeda tergantung dengan situasi yang sedang dialami, hal ini akan memberikan suasana yang berbeda pada tempat tersebut.

4) Pengasuhan

Empati seorang anak diperoleh melalui proses pengasuhan yang berasal dari keluarga. Dalam proses pengasuhan tersebut, terjadi interaksi dua arah yang terus berlangsung antara pengasuh dan yang diasuh. Pola asuh orang tua sangat menentukan perkembangan anak, termasuk kemampuan empati yang tercermin dari bagaimana anak meniru tindakan orang tua mereka terhadap orang lain. Dengan kata lain, orang tua yang menunjukkan empati akan membentuk anak-anak yang juga memiliki empati, karena anak belajar melalui keteladanan dan interaksi yang mereka alami dalam keluarga.

5) Proses belajar dan identifikasi

Pengetahuan yang telah dipelajari dan diperoleh anak di rumah, sekolah, maupun lingkungan sosial lainnya mengenai empati akan memberikan pengalaman bagi anak untuk menunjukkan perilaku empati serta meningkatkan kepedulian terhadap orang lain dalam kehidupan sehari-hari. Artinya, seseorang dapat mengamati dan meniru apa yang sudah dipelajari pada situasi tertentu sehingga dapat dilakukan pada lain waktu.

6) Komunikasi dan bahasa

Komunikasi dan bahasa memiliki pengaruh besar terhadap kemampuan seseorang dalam mengekspresikan dan menerima empati. Hal ini terlihat dari bagaimana bahasa yang disampaikan dan diterima memengaruhi proses tersebut. Penguasaan komunikasi yang baik sangat penting untuk membangun hubungan empatik yang efektif.

7) Umur

Semakin bertambah umur, kemampuan untuk memahami perasaan dan sudut pandang orang lain biasanya semakin meningkat, sehingga empati juga berkembang dengan baik.

8) Jenis kelamin

Perempuan cenderung memiliki kemampuan empati yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, karena faktor biologis dan sosial yang membuat perempuan lebih peka terhadap perasaan orang lain serta lebih mudah mengekspresikan empati.

Eisenberg (2018) memaparkan beberapa faktor yang mempengaruhi empati sosial, yaitu:

1) Kebutuhan

Individu yang mempunyai kebutuhan afiliasi yang tinggi akan mempunyai tingkat empati sosial dan nilai pro-sosial yang rendah, sedangkan individu yang memiliki kebutuhan afiliasi yang rendah akan memiliki tingkat empati sosial yang tinggi.

2) Jenis kelamin

Perempuan mempunyai empati sosial lebih tinggi daripada laki-laki karena perempuan lebih *nurturance* (bersifat memelihara) dan lebih berorientasi inter-personal dibanding laki-laki.

3) Kematangan psikis

Seseorang dengan kematangan psikis yang baik akan mampu untuk menampilkan empati sosial yang tinggi pula.

4) Sosialisasi

Sosialisasi dapat mengarahkan seseorang untuk melihat keadaan orang lain dan berpikir tentang orang lain.

5) Variasi situasi dan pengalaman

Tinggi rendahnya empati sosial seseorang sangat dipengaruhi oleh situasi dan pengalamannya.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa empati sosial seseorang dipengaruhi oleh kombinasi faktor-faktor seperti usia, gender, inteligensi, tingkat kematangan emosional, sosialisasi, *mood* dan *feeling*, situasi dan tempat, pengasuhan, proses belajar dan identifikasi, komunikasi dan bahasa, serta kebutuhan. Sehingga dalam penelitian ini, penulis memilih tiga faktor yang akan dijadikan sebagai indikator empati sosial seperti sosialisasi, *mood and feeling*, serta komunikasi dan bahasa.

e. **Manfaat Empati Sosial Bagi Peserta Didik**

Empati sosial sangat penting dalam konteks pendidikan, terutama dalam pembentukan karakter dan nilai-nilai moral peserta didik. Pengembangan empati sosial dapat membantu peserta didik dalam membentuk kemampuan sosial yang baik. Menurut Afifah et al. (2024), manfaat empati sosial bagi peserta didik antara lain sebagai berikut:

- 1) Meningkatkan kemampuan interpersonal yaitu memahami dan merespons perasaan orang lain dengan cara yang konstruktif dan mendukung.
- 2) Membangun hubungan yang sehat yaitu dapat menciptakan lingkungan yang lebih harmonis dan saling menghargai di antara peserta didik.
- 3) Meningkatkan kesejahteraan emosional yaitu dapat mengurangi perilaku agresif dan meningkatkan solidaritas sosial.
- 4) Mengembangkan keterampilan sosial yaitu dapat mengajarkan peserta didik untuk bekerja sama, berbagi, dan berpartisipasi dalam kegiatan sosial.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa empati sosial memegang peranan penting dalam membentuk karakter dan nilai moral peserta didik. Dengan mengembangkan empati sosial, peserta didik dapat lebih peka terhadap perasaan orang lain, membangun hubungan yang harmonis, meningkatkan kesehatan emosional, serta mengasah

kemampuan sosial seperti kerja sama dan partisipasi dalam kegiatan bersama.

f. Indikator Empati Sosial

Menurut Safaria (2015), terdapat indikator-indikator yang memengaruhi empati sosial, antara lain sebagai berikut:

- 1) Pemahaman perasaan orang lain.
- 2) Tingkat kepekaan seseorang.
- 3) Kepekaan terhadap bahasa non-verbal yang ditunjukkan oleh seseorang.
- 4) Kemampuan *responsive* terhadap masalah yang dihadapi oleh seseorang.
- 5) Kemampuan mengendalikan diri dalam membantu seseorang.

Wulandari et al. (2022) menjelaskan bahwa terdapat indikator empati dalam berinteraksi sosial, antara lain sebagai berikut:

- 1) Peka terhadap orang lain.
- 2) Percaya kepada orang lain.
- 3) Memahami orang lain.
- 4) Kesadaran terhadap orang lain.
- 5) Keterbukaan.
- 6) Kontrak sosial.
- 7) Komunikasi sosial.

Eisenberg (2018) menguraikan 2 indikator pada setiap aspek empati sosial, yaitu indikator aspek kognitif yang memiliki 3 indikator, dan indikator aspek efektif yang memiliki 4 indikator sebagai berikut:

- 1) Indikator aspek kognitif
 - a) Kemampuan untuk memahami sesuatu hal yang dialami orang lain.
 - b) Kemampuan untuk memikirkan sesuatu hal yang dialami dari sudut pandang orang lain.
 - c) Kemampuan memberi solusi dari masalah teman.

- 2) Indikator aspek afektif
 - a) Kemampuan merasakan perasaan orang lain.
 - b) Kemampuan mengkomunikasikan perasaan secara verbal.
 - c) Kemampuan mengkomunikasikan perasaan secara non-verbal.
 - d) Kemampuan menyesuaikan diri dengan perasaan atau kondisi orang lain.

2. Tinjauan Tentang *Self Awareness*

a. Pengertian *Self Awareness*

Tarwiyyah (2022) menjelaskan bahwa *self awareness* merupakan kemampuan seseorang untuk memahami perasaan, situasi dan kondisi diri sendiri dengan baik, sehingga dengan kemampuan tersebut dapat membantu seseorang untuk menggali potensi yang ada pada diri individu dan menyalurkannya dengan cara yang baik dan benar.

Menurut Hafizha (2021), *self awareness* merupakan suatu kemampuan yang dimiliki seseorang dalam memahami diri sendiri yang berkenaan dengan perasaan (*affect*), perilaku (*behavior*), dan pemikiran (*cognition*). *Emotional Intelligence Theory* yang dikemukakan oleh Goleman (1999) menjelaskan bahwa, *self awareness* merupakan kemampuan seseorang untuk mengetahui emosi, kekuatan, kelemahan, dorongan, nilai, dan dampaknya pada orang lain. Sedangkan menurut Akbar et al. (2018), *self awareness* juga merupakan kecerdasan dimana seseorang akan dapat menempati dirinya pada situasi dan kondisi tertentu dan kesadaran tentang dirinya serta apa yang harus ia lakukan.

Goleman (2021) berpendapat bahwa *self awareness* mempunyai kaitan yang sangat rapat dengan hati, karena hati yang menjadi penunjang kepada perasaan dan emosi manusia. Putri dan Ferry (2024) mendefinisikan *self awareness* sebagai kemungkinan untuk memahami dan menerapkan emosi dalam proses pengambilan keputusan individu, serta memiliki pandangan yang objektif terhadap kemampuan dan kepercayaan diri sendiri. Sehingga, *self awareness* dapat membantu

remaja dalam menggali potensi yang dimilikinya serta menyalurkannya dengan cara yang tepat dan efektif. *Self awareness* merupakan keahlian untuk mengenali dan membedakan berbagai perasaan yang dirasakan, mengetahui aspek-aspek emosional yang teribat, memahami faktor-faktor yang menjadi pemicu timbulnya perasaan tersebut dan mengetahui akibat perilaku kita terhadap orang lain (Uno, 2023).

Seseorang jika sudah memiliki *self awareness* maka dapat mengendalikan dirinya terkait dengan tujuan hidup yang dimilikinya, bagaimana mengatur emosi serta pengaruh emosi terhadap kognitifnya (Sihaloho, 2019). *Self awareness* memberikan alternatif dalam kehidupan, yaitu kemampuan untuk secara bebas memutuskan aspek-aspek esensial pada manusia yang berujung pada kebebasan memilih, bertindak, serta disertai rasa tanggung jawab. Individu dianggap memiliki kemampuan unik untuk menyadari dirinya sendiri, yang memungkinkan ia berpikir secara mandiri dan membuat keputusan secara sadar (Sugiarto & Suhaili, 2022).

Menurut Tarwiyyah (2022), membangun *self awareness* memungkinkan kita untuk mengenal diri lebih dalam, termasuk memahami kelebihan, kekurangan, serta potensi yang kita miliki. Hal ini juga membantu individu dalam mengambil keputusan yang tepat dan membangun hubungan yang lebih efektif dengan orang lain. Olivia et al. (2022) mengemukakan bahwa *self awareness* adalah suatu perasaan yang bisa diekspresikan melalui mimik wajah emosi sebagai suasana hati dari hasil pemikiran individu itu sendiri, sehingga *self awareness* dikatakan sebagai kemampuan untuk mengenali perasaan diri sendiri sewaktu-waktu perasaan itu terjadi. Ia pun menjelaskan pentingnya mengenal *self awareness* yaitu agar individu bisa mengontrol atau memahami emosi dirinya sendiri dengan baik, maka dengan itu individu bisa memecahkan masalah yang dia hadapi dengan baik.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *self awareness* adalah kemampuan seseorang untuk mengenali dan memahami dirinya sendiri, termasuk perasaan, pikiran, dan tindakan yang dilakukan. Seseorang dengan kesadaran diri yang baik mampu mengenali emosi, menilai kelebihan dan kekurangan, serta memahami pengaruh perilakunya pada orang lain. Dengan memiliki *self awareness*, seseorang mampu menilai dirinya sendiri, membuat keputusan yang tepat, serta mengoptimalkan potensi yang dimiliki secara efisien dan penuh tanggung jawab.

b. Bentuk-Bentuk *Self Awareness*

Baron dan Byrne (2022) berpendapat bahwa setidaknya ada tiga bentuk dalam *self awareness* sebagaimana berikut:

1) *Self awareness* subjektif

Self awareness subjektif adalah kemampuan diri sendiri dalam membedakan dirinya dari lingkungan fisik dan sosialnya. Seperti peserta didik yang sadar akan statusnya sebagai pelajar akan menjaga sikap dan perilakunya sesuai dengan peran tersebut, sehingga dapat menunjukkan perilaku yang mencerminkan identitasnya sebagai peserta didik. Kesadaran ini penting agar peserta didik memahami siapa dirinya di mata orang lain dan bagaimana seharusnya bersikap dalam lingkungan sekolah.

2) *Self awareness* objektif

Self awareness objektif merupakan kemampuan individu untuk menjadi objek perhatiannya sendiri yang dapat diperhatikan dan dievaluasi. Dengan kesadaran ini, peserta didik mampu mengenali pikiran, perasaan, dan tanggung jawabnya sebagai pelajar, seperti mengingat hak dan kewajiban yang harus dipenuhi. Hal ini membantu peserta didik menempatkan diri secara tepat dalam perannya dan meningkatkan fokus serta kedisiplinan dalam belajar.

3) *Self awareness* simbolik

Self awareness simbolik yakni kapasitas individu untuk membentuk sebuah sebuah gambaran dari diri melalui kemampuan

menjalin hubungan, dan berkomunikasi. Melalui kemampuan ini, peserta didik belajar memahami bagaimana dirinya dipandang oleh teman, guru, dan lingkungan sekitar. Kesadaran ini mendorong peserta didik untuk menyesuaikan sikap dan perilakunya agar sesuai dengan harapan sosial, serta mengembangkan kemampuan berkomunikasi dan menjalin hubungan yang baik.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *self awareness* terbagi menjadi tiga, yaitu *self awareness* subjektif (menyadari peran diri dalam lingkungan), *self awareness* objektif (mengenali pikiran dan tanggung jawab diri), serta *self awareness* simbolik (memahami pandangan orang lain dan menyesuaikan sikap). Ketiganya dapat membantu individu mengenali diri sendiri dan berinteraksi dengan baik terhadap sesama.

c. Jenis-Jenis *Self Awareness*

Hafizha (2021) memiliki pandangan tentang *self awareness* seorang remaja yang dibedakan menjadi dua jenis. Pertama, *public self awareness* (kesadaran diri publik). Kedua, *private self awareness* (kesadaran diri pribadi). Kedua jenis *self awareness* tersebut memiliki aspek-aspek yang dijabarkan sebagai berikut:

1) *Public self awareness* (kesadaran diri publik)

Public self awareness adalah kesadaran seseorang tentang bagaimana dirinya dilihat oleh orang lain, termasuk penampilan, tindakan, dan perilaku yang tampak dalam interaksi sosial. Individu dengan kesadaran diri publik yang tinggi cenderung peka terhadap pandangan dan penilaian orang lain terhadap dirinya. *Public self awareness* memiliki tiga aspek yaitu: (1) aspek penampilan, tentang cara individu dalam memandang dirinya, yang terdapat pada tubuhnya sendiri. (2) aspek tindakan atau perilaku yaitu kemampuan individu dalam memberikan respon terhadap stimulus. (3) aspek percakapan yaitu proses komunikasi antar pribadi yang

melibatkan komunikator dan komunikan secara verbal dan non-verbal yang saling memberikan pengaruh.

2) *Private self awareness* (kesadaran diri pribadi)

Private self awareness adalah kesadaran yang lebih fokus pada aspek-aspek internal yang tidak terlihat oleh orang lain, seperti pikiran, perasaan, emosi, dan sikap pribadi. Individu dengan kesadaran diri privat yang tinggi sering merenung dan introspeksi terhadap kondisi batinnya sendiri. *Private self awareness* memiliki tiga aspek yaitu: (1) aspek pikiran, yang merupakan suatu bahasa yang didasarkan pada proses kognitif yang saling terkait dan digunakan untuk memahami dunia. (2) aspek emosi yaitu kemampuan untuk mempersepsikan emosi, memahami dan membangkitkan emosi, sehingga membantu dalam meningkatkan perkembangan emosional dan intelektual. (3) aspek sikap yaitu kemampuan individu dalam mengevaluasi seseorang, perilaku, kepercayaan, atau konsep tertentu.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa remaja memiliki dua jenis *self awareness*, yaitu kesadaran terhadap pandangan orang lain (*public self awareness*) dan kesadaran terhadap perasaan serta pikiran sendiri (*private self awareness*). Kedua *self awareness* ini membantu remaja untuk memahami diri sendiri secara menyeluruh dan dapat mengatur hubungan serta emosinya dengan lebih baik. Hal ini sangat dibutuhkan agar remaja tumbuh dengan baik dan percaya pada kemampuan dirinya.

d. Aspek-Aspek *Self Awareness*

Aspek-aspek *self awareness* yang dikemukakan oleh Goleman (2021) antara lain sebagai berikut:

1) Kesadaran emosi

Individu yang memiliki kemampuan ini akan mengenali emosi sendiri dan pengaruhnya. Individu dengan kecakapan ini akan:

a) Mengetahui emosi mana yang sedang mereka rasakan.

- b) Menyadari keterkaitan antara perasaan mereka dengan yang mereka pikirkan, perbuat, dan katakan.
 - c) Mengetahui bagaimana perasaan mereka mempengaruhi kinerja.
 - d) Mempunyai kesadaran yang menjadi pedoman untuk nilai-nilai dan sasaran-sasaran mereka.
- 2) Penilaian diri yang akurat
- Individu yang memiliki kemampuan ini akan mengetahui sumber daya batiniah, kemampuan dan keterbatasan. Individu dengan kecakapan ini akan:
- a) Sadar tentang kekuatan dan kelemahan-kelemahannya.
 - b) Menyempatkan diri untuk merenung, belajar dari pengalaman.
 - c) Terbuka terhadap umpan balik yang tulus, bersedia menerima perspektif baru, mau terus belajar dan mengembangkan diri sendiri.
 - d) Mampu menunjukkan rasa humor dan bersedia memandang diri sendiri dengan perspektif yang luas.

3) Kepercayaan diri

Individu dengan kemampuan ini akan memiliki kesadaran yang kuat tentang harga diri dan kemampuan diri sendiri. Individu dengan kemampuan ini akan:

- a) Berani tampil dengan keyakinan diri, berani menyatakan keberadaannya.
- b) Berani menyuarakan pandangan yang tidak populer dan bersedia berkorban demi kebenaran.
- c) Tegas, mampu membuat keputusan yang baik kendati dalam keadaan tidak pasti dan tertekan.

Menurut Salam et al. (2021) *self awareness* pada seseorang terbagi dalam tiga aspek, yaitu:

1) *Self concept* (konsep diri)

Konsep diri merupakan gambaran yang dimiliki seseorang terkait dirinya sendiri.

2) *Self esteem* (proses menghargai diri sendiri)

Harga diri merupakan dasar untuk membangun hubungan antar manusia yang positif, proses belajar, kreativitas, serta rasa tanggung jawab pribadi.

3) *Multiple selves* (identitas diri individu yang berbeda-beda)

Multiple selves disebut juga dengan kesadaran diri pribadi dan kesadaran diri publik. Ketika individu tersebut terlibat dalam hubungan interpersonal, maka ia memiliki dua konsep diri. Pertama, persepsi mengenai diri sendiri dan persepsi tentang orang lain terhadap diri individu itu sendiri. Kedua, identitas dapat dilihat dari bagaimana individu memandang diri idealnya, yaitu saat bagian konsep diri memperlihatkan siapa diri individu yang sebenarnya dan bagian lain memperlihatkan ingin menjadi apa (idealasi diri).

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek *self awareness* meliputi kemampuan mengenali dan memahami emosi diri, mengetahui kelebihan dan kekurangan pribadi secara jujur, serta memiliki rasa percaya diri yang kuat. Selain itu, *self awareness* juga mencakup pemahaman tentang konsep diri, menghargai diri sendiri, dan kesadaran akan berbagai identitas diri yang muncul dalam interaksi sosial. Semua aspek ini penting untuk membantu seseorang berkembang secara emosional dan sosial.

e. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Pembentukan *Self Awareness*

Adapun faktor yang mempengaruhi dalam pembentukan *self awareness* menurut Soemarno (2020) yang kemudian dibagi dalam tiga prinsip, yaitu:

1) Sistem nilai

Pada prinsip yang pertama, komponen dalam pembentukan *self awareness* mengarah kepada unsur rohani. Sistem ini dibagi lagi dalam tiga komponen diantaranya, pertama ialah refleks hati nurani atau evaluasi diri sendiri yaitu melakukan introspeksi dan

muhasabah. Komponen kedua adalah harga diri yang berkaitan dengan martabat, derajat, gengsi, pangkat yang dimiliki tiap individu dan diakui orang lain. Komponen ketiga adalah ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa dengan mengikuti dan menjalankan aturan yang ada. Dari berbagai sistem nilai yang tergabung, individu akan menentukan rasa percaya diri yang kuat ketika berkehendak.

2) Cara pandang (*attitude*)

Attitude merupakan salah satu komponen penting dalam membentuk *self awareness*. *Attitude* dibentuk dari dua unsur berupa kebersamaan dan kecerdasan.

3) Perilaku (*behavior*)

Perilaku yang baik terhadap orang lain dan diri sendiri dapat membangun *self awareness* seseorang. Seperti keramahan yang tulus dan santun, dengan sikap tersebut seseorang akan merasakan kedamaian, rasa empati dan sikap hormat dari orang lain.

Devito (2024) mengemukakan pendapat tentang upaya yang dapat dilakukan individu dalam meningkatkan *self awareness* yakni sebagai berikut:

1) *Self talk* (pembicaraan dengan diri sendiri)

Kegiatan yang dilakukan saat individu melakukan percakapan atau monolog dengan dirinya sendiri yang bertujuan untuk mengetahui tentang kondisi-kondisi yang sedang dirasakan oleh dirinya.

2) Mendengarkan orang lain

Pada saat individu mendapatkan respon ataupun *feedback* dari individu lainnya, maka hal tersebut akan memberikan dampak peningkatan terhadap pengetahuan tentang diri (*self knowledge*) dan *self awareness*.

3) Aktif mencari informasi tentang diri sendiri

Informasi-informasi yang diterima oleh individu akan memberikan dirinya ruang yang luas terhadap evaluasi diri, hal tersebut berguna

bagi individu sebagai proses untuk menjadi pribadi yang lebih baik dan sadar diri.

4) *Open self* (membuka diri)

Bagian ini merupakan kegiatan yang menitik beratkan pada area-area penghambat individu, area penghambat ini berbentuk penolakan individu menerima kritik dan saran dari individu lainnya, dan mekanisme pertahanan diri yang negatif.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *self awareness* terbentuk dari tiga hal yaitu sistem nilai (refleksi diri, harga diri, ketakwaan), cara pandang (kebersamaan, kecerdasan), dan perilaku positif (ramah, santun). Untuk meningkatkannya, individu bisa melakukan *self talk*, menerima masukan, mencari informasi tentang diri, dan membuka diri terhadap kritik. Semua faktor dan upaya ini saling melengkapi untuk membantu individu mengenal dan mengembangkan kesadaran diri secara lebih baik.

f. Karakteristik *Self Awareness*

Dalam penerapannya di kehidupan sehari-hari, *self awareness* memiliki beberapa ciri-ciri seperti yang diungkapkan Solso et al. (2018) bahwa karakteristik *self awareness* meliputi:

1) *Attention* atau perhatian

Attention atau perhatian ialah pemasatan sumber daya mental ke hal-hal eksternal maupun internal. Individu memperhatikan suatu obyek dari luar dirinya untuk mendapatkan kesadaran tanggung jawab, selain isyarat-isyarat eksternal, individu dapat mengalihkan perhatian perhatian ke dalam diri dan merenungkan pikiran-pikiran pribadi, memori-memori, cita-cita, sehingga kesadaran diri akan dapat terbentuk.

2) *Wakefull* atau kesiagaan

Wakefull atau kesiagaan merupakan suatu kondisi mental yang dialami seseorang sepanjang hidupnya, dalam setiap hari.

3) *Architecture* atau arsitektur

Architecture atau arsitektur adalah sebuah aspek struktur fisikologis, dimana kesadaran bukanlah sebuah proses tunggal yang dilakukan oleh sebuah neuron tunggal, melainkan dipertahankan melalui sejumlah proses-proses neurologis yang diasosiasikan dengan interpretasi terhadap fenomena sensorik, motorik, kognitif, dan emosional, yang ada secara fisik maupun secara imajinatif. Tindakan-tindakan tersebut tampaknya berlangsung otomatis sebagai hasil dari pengalaman. Tindakan-tindakan lain memerlukan intervensi sadar dan kompleks.

4) *Recall of knowledge* atau mengingat pengetahuan

Recall of knowledge atau mengingat pengetahuan adalah proses pengambilan informasi tentang pribadi yang bersangkutan dan dunia disekelilingnya. Kesadaran memampukan manusia mendapatkan akses ke pengetahuan melalui proses *recall* dan rekognisi terhadap informasi mengenai diri pribadi dan mengenai dunia ini. *Self awareness* ini memiliki tiga komponen antara lain:

a) Pengetahuan diri (*self knowledge*)

Pengetahuan diri adalah pemahaman tentang informasi jati diri pribadi seseorang, individu akan sadar dengan dirinya sendiri, bahwa individu memiliki kekurangan dan kelebihan, serta dalam kesehariannya individu sadar hal tersebut adalah dirinya.

b) Pengetahuan tentang dunia (*world knowledge*)

Pengetahuan tentang dunia adalah individu mengingat sejumlah fakta dari memori jangka panjang. Apa yang sudah individu lihat, baca, maupun dengar akan selalu muncul secara spontan saat ia berhadapan dengan situasi yang berhubungan dengan hal-hal yang sudah diketahuinya sebelumnya.

Kesadaran akan tanggung jawab dapat terbentuk dengan mengingat peristiwa-peristiwa di luar dirinya.

c) Aktivasi pengetahuan (*activation of knowledge*)

Seorang individu menyadari tindakan-tindakan orang lain. Kesadaran akan kejujuran individu akan terbentuk dengan melihat orang lain sebagai contoh nyata. Individu akan belajar bagaimana membentuk suatu kesadaran diri dalam dirinya melalui orang lain.

5) *Emotive* atau emosi

Emotive atau emosi ialah suatu kondisi sadar, sebagai bentuk perasaan atau emosi. Emosi di timbulkan oleh kondisi internal saat individu merespon peristiwa-peristiwa eksternal, saat individu berusaha mendeskripsikan emosi-emosi subyektif tersebut kepada orang lain, perasaan-perasaan tersebut persis sebagai mana yang individu rasakan.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *self awareness* ditandai oleh kemampuan seseorang untuk fokus pada dirinya dan lingkungan, selalu waspada, serta memiliki struktur mental yang kompleks. Kesadaran ini melibatkan pengingatan informasi tentang diri dan dunia sekitar, serta kemampuan memahami dan mengelola emosi. Semua aspek tersebut saling berhubungan untuk membentuk kesadaran diri yang utuh.

g. Manfaat *Self Awareness* Bagi Peserta Didik

Self awareness merupakan bagian penting yang mampu mengundang banyak hal positif terhadap diri individu (Ningtyas & Risina, 2018). Untuk itu perlunya penanaman *self awareness* sejak dini mengenai kesadaran terhadap diri sendiri terutama kesadaran akan potensi, emosi serta kekurangan yang dimiliki (Zahra, 2022). Malikah (2023) mengemukakan beberapa manfaat *self awareness* bagi peserta didik antara lain sebagai berikut:

1) *Self awareness* sebagai alat kontrol kehidupan

Self awareness bermanfaat bagi peserta didik untuk membantu menyadari bahwa dirinya adalah pribadi yang berharga dan

berbeda dari makhluk lain. Dengan kesadaran ini, mereka bisa mengontrol sikap dan perilaku agar lebih bertanggung jawab dalam belajar dan berinteraksi.

- 2) Membantu mengenali karakteristik fitrah unik dapat melihat diri sendiri

Self awareness bermanfaat untuk menyadarkan peserta didik bahwa mereka memiliki sifat dan kepribadian yang berbeda. Dengan mengenal karakteristik ini, mereka bisa lebih sabar dan kuat menghadapi tantangan di sekolah maupun dalam kehidupan sehari-hari.

- 3) Membantu mengetahui aspek ruhani dalam diri sendiri

Selain tindakan, *self awareness* juga bermanfaat bagi pikiran dan perasaan yang akan memengaruhi diri kita. Peserta didik yang sadar akan hal ini akan lebih menjaga kualitas pikiran dan moral agar tetap positif dan membangun.

- 4) Membantu memahami bahwa setiap individu diciptakan dengan tujuan dan keunikan

Self awareness bermanfaat bagi peserta didik untuk memahami bahwa mereka tidak diciptakan secara kebetulan, melainkan memiliki tujuan dan keunikan masing-masing. Kesadaran ini bisa memotivasi mereka untuk terus belajar dan berkembang.

- 5) Membantu menghargai kesadaran secara benar dan kritis dalam proses perkembangan dan penyucian diri, dengan begitu peserta didik akan mendapatkan manfaat besar. Hal ini membantu mereka meraih hasil terbaik dalam hidup, terutama jika mereka yakin menghadapi kesulitan dan berserah diri kepada Sang Pencipta.

Manfaat *self awareness* menurut Tarwiyyah (2022) antara lain sebagai berikut:

- 1) Membantu menghadapi situasi dan masalah dengan tenang

Self awareness bermanfaat bagi peserta didik agar tetap tenang saat menghadapi tantangan atau masalah di sekolah, sehingga dapat mengurangi stres dan kecemasan.

- 2) Membantu mengenal diri lebih dalam

Self awareness bermanfaat bagi peserta didik dalam membantu mengenali kelebihan dan kekurangannya serta mengembangkan potensi yang dimiliki secara optimal.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa *self awareness* sangat bermanfaat bagi peserta didik karena membantu mereka mengenali diri sendiri, mengendalikan sikap dan emosi, serta memahami keunikan dan tujuan hidupnya. Dengan kesadaran ini, peserta didik dapat menghadapi tantangan dengan lebih tenang, mengembangkan potensi secara maksimal, dan menjaga kualitas moral serta spiritualnya.

h. Indikator *Self Awareness*

Menurut *Emotional Intelligence Theory* yang dikemukakan oleh Goleman (1999), terdapat beberapa ciri untuk mengetahui adanya *self awareness* pada diri seseorang yang kemudian dijadikan sebagai indikator *self awareness*, yaitu sebagai berikut:

- 1) Mengenali perasaan dan perilaku diri sendiri

Individu mampu mengenali perasaan apa yang sedang dirasakannya, mengapa perasaan itu muncul, perilaku apa yang dilakukan, serta dampaknya pada orang lain.

- 2) Mengenali kelebihan dan kekurangan diri sendiri

Individu mampu mengenali atau mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan dirinya.

- 3) Mempunyai sikap mandiri

Individu mempunyai sikap mandiri atau tidak bergantung pada orang lain yang menunjukkan adanya dorongan atau motivasi untuk melakukan sesuatu yang didasarkan pada keyakinan akan kemampuan diri sendiri.

- 4) Dapat membuat keputusan dengan tepat

Individu mampu membuat atau mengambil keputusan dengan tepat khususnya yang berkenaan dengan mengikuti konseling individual.

- 5) Terampil dalam mengungkapkan pikiran, perasaan, pendapat, dan keyakinan

Individu memiliki keberanian dan kesadaran untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, pendapat, maupun keyakinan dirinya sendiri yang mencerminkan nilai-nilainya sendiri.

- 6) Dapat mengevaluasi diri

Individu mampu memeriksa, menilai atau mengoreksi dirinya, belajar dari pengalaman, serta menerima umpan balik terkait dirinya dari orang lain.

Menurut Boyatzis (2020) menjelaskan bahwa *self awareness* memiliki beberapa indikator untuk mengetahui tingkat *self awareness* yang dimiliki seseorang, yaitu:

- 1) *Emotional Awareness*

Emotional Awareness merupakan kemampuan mengenal emosi diri dan pengaruhnya.

- 2) *Accurate Self Assessment*

Accurate Self Assessment merupakan kemampuan untuk mengerti akan kekuatan dan kelemahan diri.

- 3) *Self Confidence*

Self Confidence merupakan keahlian seseorang dalam mengerti dan mengetahui kemampuan dirinya.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini, penulis memilih tiga indikator *self awareness* seperti mengenali perasaan dan perilaku diri sendiri, mengenali kelebihan dan kekurangan diri sendiri, serta dapat mengevaluasi diri.

B. Kajian Penelitian Relevan

1. Penelitian jurnal ini dilakukan oleh Alan Auliyah dan Elia Flurentin pada tahun 2024 dengan judul “Efektivitas Penggunaan Media Film untuk Meningkatkan Empati Siswa Kelas VII SMP”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan penggunaan media film untuk

meningkatkan empati siswa kelas VII SMP. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media film efektif untuk meningkatkan empati siswa kelas VII SMP. Persamaan penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti terletak pada variabel Y yaitu sama-sama membahas terkait variabel empati. Namun, terdapat perbedaan antara penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti yang terletak pada variabel X. Penelitian jurnal ini menggunakan variabel X yaitu penggunaan media film, sedangkan peneliti menggunakan variabel X yaitu *self awareness*.

2. Penelitian jurnal ini dilakukan oleh Kusmega Dewi, Rezki Amelia, Hendri Mahardi, Erlisnawati, dan M. Nur Mustafa pada tahun 2024 dengan judul “Penerapan Program Jamuzir untuk Menumbuhkan Rasa Empati pada Siswa Sekolah Dasar 110 Pekanbaru”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi penerapan program Jamuzir dalam menumbuhkan rasa empati di kalangan siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa program Jamuzir meliputi berbagai kegiatan, seperti berbagi pakaian bekas, barang bekas, dan zakat dari orangtua. Program ini terbukti efektif dalam menumbuhkan rasa empati pada siswa, yang dibuktikan dengan banyaknya pakaian, barang, dan zakat yang diperoleh dari partisipasi orangtua. Persamaan penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti terletak pada variabel Y yaitu sama-sama membahas terkait variabel empati. Namun, terdapat perbedaan antara penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti yang terletak pada variabel X. Penelitian jurnal ini menggunakan variabel X yaitu program jamuzir, sedangkan peneliti menggunakan variabel X yaitu *self awareness*.
3. Penelitian jurnal ini dilakukan oleh Ruri Mulinda, Evi Afiati, dan Putri Dian Dia Conia pada tahun 2020 dengan judul “Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama untuk Meningkatkan Empati Siswa”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan empati. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan empati siswa kelas

VII di SMP Negeri 7 Kota Serang Tahun Ajaran 2019/2020. Persamaan penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti terletak pada variabel Y yaitu sama-sama membahas terkait variabel empati. Namun, terdapat perbedaan antara penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti yang terletak pada variabel X. Penelitian jurnal ini menggunakan variabel X yaitu bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama, sedangkan peneliti menggunakan variabel X yaitu *self awareness*.

4. Penelitian jurnal ini dilakukan oleh Yona Wahyuningsih dan Ani Oktavia pada tahun 2022 dengan judul “Model Resolusi Konflik Berbantuan Wayang Sukuraga untuk Meningkatkan Empati Siswa pada Pembelajaran IPS”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas model resolusi konflik berbantuan wayang sukuraga untuk meningkatkan empati siswa pada pembelajaran IPS. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setiap indikator sikap empati siswa mengalami peningkatan setiap siklusnya, yang berarti model resolusi berbantuan wayang sukuraga dapat meningkatkan empati siswa pada pembelajaran IPS. Persamaan penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti terletak pada variabel Y yaitu sama-sama membahas terkait variabel empati. Namun, terdapat perbedaan antara penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti yang terletak pada variabel X. Penelitian jurnal ini menggunakan variabel X yaitu model resolusi konflik berbantuan wayang sukuraga, sedangkan peneliti menggunakan variabel X yaitu *self awareness*.
5. Penelitian jurnal ini dilakukan oleh Ferderiko Budiman dan Monica Santosa pada tahun 2024 dengan judul “Hubungan Antara *Self Awareness* dan Disiplin Rohani Pada Mahasiswa Teologi”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji hubungan *self awareness* dengan disiplin rohani pada mahasiswa sekolah tinggi teologi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self awareness* dengan disiplin rohani mahasiswa, yang berarti *self awareness* berperan penting dalam membentuk disiplin rohani mahasiswa. Persamaan penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti terletak pada variabel X

yaitu sama-sama membahas terkait variabel *self awareness*. Namun, terdapat perbedaan antara penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti yang terletak pada variabel Y. Penelitian jurnal ini menggunakan variabel Y yaitu disiplin rohani, sedangkan peneliti menggunakan variabel X yaitu empati sosial.

6. Penelitian jurnal ini dilakukan oleh Fatmasari dan Anas Ahmadi pada tahun 2024 dengan judul “Korelasi antara *Self Awareness* dengan Prestasi Belajar Remaja Usia 14-15 Tahun”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan hubungan antara *self awareness* dengan prestasi belajar remaja usia 14-15 tahun. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self awareness*, dengan kelima aspeknya berkorelasi secara signifikan terhadap prestasi belajar peserta didik kelas IX-D SMP Negeri 12 Surabaya pada materi paragraf teks deskripsi secara holistik. Persamaan penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti terletak pada variabel X yaitu sama-sama membahas terkait variabel *self awareness*. Namun, terdapat perbedaan antara penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti yang terletak pada variabel Y. Penelitian jurnal ini menggunakan variabel Y yaitu prestasi belajar, sedangkan peneliti menggunakan variabel X yaitu empati sosial.
7. Penelitian jurnal ini dilakukan oleh Anggelina Dina Natalia dan Brigitan Argasiam pada tahun 2024 dengan judul “*Self Awareness* Ditinjau dengan Hubungan Kedisiplinan Sekolah Pada Peserta Didik SMK PIKA Semarang”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui terkait dengan ada tidaknya korelasi antara *self awareness* dengan kedisiplinan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara *self awareness* dengan kedisiplinan peserta didik SMK PIKA Semarang. Persamaan penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti terletak pada variabel X yaitu sama-sama membahas terkait variabel *self awareness*. Namun, terdapat perbedaan antara penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti yang terletak pada variabel Y. Penelitian jurnal ini menggunakan

variabel Y yaitu kedisiplinan, sedangkan peneliti menggunakan variabel X yaitu empati sosial.

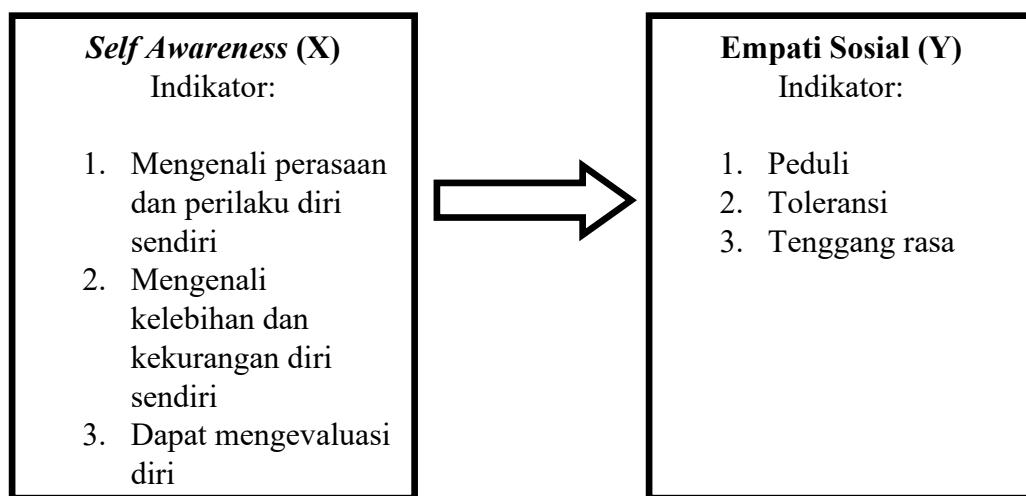
8. Penelitian jurnal ini dilakukan oleh Tris Nadia Putri dan Zadrian Ardi pada tahun 2024 dengan judul “Hubungan Kesadaran Diri (*Self Awareness*) dengan Disiplin Belajar Siswa Kelas VII-VIII Mtsn 3 Padang Pariaman”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kesadaran diri (*self awareness*) dengan disiplin belajar siswa kelas VII-VIII Mtsn 3 Padang Pariaman. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self awareness* berada pada kategori sedang, disiplin belajar siswa berada pada kategori sedang, sehingga terdapat hubungan yang positif signifikan antara *self awareness* dengan disiplin belajar siswa. Persamaan penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti terletak pada variabel X yaitu sama-sama membahas terkait variabel *self awareness*. Namun, terdapat perbedaan antara penelitian jurnal ini dengan penelitian peneliti yang terletak pada variabel Y. Penelitian jurnal ini menggunakan variabel Y yaitu disiplin belajar, sedangkan peneliti menggunakan variabel X yaitu empati sosial.

C. Kerangka Pikir

Salah satu permasalahan yang dihadapi di SMK Negeri 1 Kotabumi adalah kurangnya empati sosial peserta didik. Berdasarkan temuan di lapangan, masih terdapat peserta didik yang kurang dalam menunjukkan empati sosial di lingkungan sekolah maupun lingkungan sosialnya. Rendahnya empati sosial ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kurangnya *self awareness*. *Self awareness* adalah kemampuan mengenali dan memahami perasaan, pikiran, serta sikap diri sendiri secara mendalam. Peserta didik yang memiliki *self awareness* tinggi cenderung lebih peka terhadap emosi dan kebutuhan orang lain, sehingga empati sosialnya lebih berkembang.

Peningkatan *self awareness* menjadi solusi efektif untuk mengatasi masalah rendahnya empati sosial di kalangan peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi. Dengan *self awareness* yang baik, peserta didik dapat mengelola emosinya dengan lebih baik, memahami perspektif orang lain, dan menunjukkan sikap

empati yang lebih nyata dalam interaksi sosial sehari-hari. Hal ini tidak hanya memperbaiki hubungan antar peserta didik, tetapi juga menciptakan suasana belajar yang lebih positif dan mendukung perkembangan karakter peserta didik secara menyeluruh. Berdasarkan uraian di atas, maka kerangka pikir penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 2. 1 Kerangka Pikir

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan (Sugiyono, 2022). Dalam pengujian hipotesis, hanya ada dua kemungkinan hasil, yaitu hipotesis ditolak atau diterima. Berdasarkan latar belakang, tinjauan pustaka, dan kerangka pikir yang telah diuraikan sebelumnya, maka hipotesis penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

- H_0 : Tidak ada pengaruh *self awareness* terhadap empati sosial peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi.
- H_1 : Ada pengaruh *self awareness* terhadap empati sosial peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2022), metode penelitian deskriptif kuantitatif bertujuan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu keadaan, proses, atau fenomena secara faktual dan akurat, dengan menggunakan data kuantitatif (angka-angka) yang dapat dianalisis secara statistik. Penelitian ini berusaha untuk mendeskripsikan dan menjelaskan hubungan konsep-konsep dari satu variabel dengan variabel yang lainnya menggunakan angka. Penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif ini dilakukan peneliti untuk memaparkan data-data dan menganalisis secara objektif serta menunjukkan tentang pengaruh *self awareness* terhadap empati sosial peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi. Pendekatan ini juga memungkinkan pengujian hipotesis secara terstruktur, sehingga memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang sejauh mana *self awareness* memengaruhi empati sosial peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2022), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMK Negeri 1 Kotabumi Tahun Ajaran 2025/2026. Adapun jumlah populasi peserta didik kelas XI SMK Negeri 1 Kotabumi Tahun Ajaran 2025/2026 sebagai berikut:

Tabel 3. 1 Jumlah Populasi Peserta Didik Kelas XI SMK Negeri 1 Kotabumi Tahun Ajaran 2025/2026

No	Kelas	Jumlah Peserta Didik
1	XI AKL 1	35
2	XI AKL 2	35
3	XI AKL 3	34
4	XI MPLB 1	36
5	XI MPLB 2	36
6	XI PB	36
7	XI DKV	36
8	XI PBS	33
9	XI TKJ 1	34
10	XI TKJ 2	34
11	XI RPL	33
12	XI BR	36
Total Keseluruhan Peserta Didik		418

Sumber: Data Primer Guru Bimbingan Konseling SMK Negeri 1 Kotabumi Tahun Ajaran 2025/2026

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2022), sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sedangkan menurut Arikunto (2019), sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti. Jika jumlah populasi kurang dari 100, lebih baik mengambil seluruh populasi sebagai sampel, namun, jika jumlah populasi lebih dari 100, maka bisa diambil sampel antara 10-15% atau 20-25% atau lebih dari jumlah populasi (Arikunto, 2019). Dengan demikian, sampel yang diambil dari populasi harus benar-benar representatif (mewakili). Teknik *sampling* atau teknik pengambilan sampel yang akan dilakukan peneliti pada penelitian ini adalah dengan *probability sampling*.

Menurut Sugiyono (2022), *probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. *Probability sampling* memiliki beberapa subteknik. Namun, subteknik yang digunakan peneliti untuk penelitian ini adalah *simple random sampling*. Menurut Sugiyono (2022), *simple random sampling* adalah teknik pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara

acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Dengan menggunakan *simple random sampling*, maka sampel yang akan digunakan tidak ditentukan secara sengaja oleh peneliti, tetapi anggota sampel dipilih secara acak oleh penulis. Berdasarkan penjelasan Arikunto (2019) di atas, maka dalam penelitian ini sampel yang diambil adalah 15% dari jumlah populasi yang ada serta dihitung menggunakan rumus Taro Yamane sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{N \cdot d^2 + 1}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

d^2 = Presisi (ditetapkan 15%)

Perhitungan sampel dengan rumus di atas sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{N \cdot d^2 + 1}$$

$$n = \frac{418}{418 \times 0,15^2 + 1}$$

$$n = \frac{418}{418 \times 0,0225 + 1}$$

$$n = \frac{418}{9,405 + 1} = \frac{418}{10,405} = 40,17 = 40$$

Berdasarkan perhitungan di atas, didapatkan jumlah sampel sebanyak 40 responden dari jumlah populasi yang ada. Adapun untuk menentukan jumlah sampel berdasarkan tingkatan digunakan rumus *proportionate stratified random sampling* sebagai berikut:

$$n_i = \frac{N_i}{N} \cdot n$$

Keterangan:

N_i = Jumlah populasi menurut stratum

N = Jumlah populasi seluruhnya

n_i = Jumlah sampel menurut stratum

n = Jumlah sampel seluruhnya

Berdasarkan rumus diatas, maka dapat diperoleh jumlah sampel untuk masing-masing kelas sebagai berikut:

Tabel 3. 2 Jumlah Sampel Peserta Didik Kelas XI SMK Negeri 1 Kotabumi Tahun Ajaran 2025/2026

No	Kelas	Populasi	Sampel
1	XI AKL 1	$35 = \frac{35}{418} \times 40 =$	3
2	XI AKL 2	$35 = \frac{35}{418} \times 40 =$	3
3	XI AKL 3	$34 = \frac{34}{418} \times 40 =$	3
4	XI MPLB 1	$36 = \frac{36}{418} \times 40 =$	4
5	XI MPLB 2	$36 = \frac{36}{418} \times 40 =$	4
6	XI PB	$36 = \frac{36}{418} \times 40 =$	4
7	XI DKV	$36 = \frac{36}{418} \times 40 =$	4
8	XI PBS	$33 = \frac{33}{418} \times 40 =$	3
9	XI TKJ 1	$34 = \frac{34}{418} \times 40 =$	3
10	XI TKJ 2	$34 = \frac{34}{418} \times 40 =$	3
11	XI RPL	$33 = \frac{33}{418} \times 40 =$	3
12	XI BR	$36 = \frac{36}{418} \times 40 =$	3
Total		418	40

Sumber: Data Sekunder, Juni 2025

C. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2022), variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Penelitian ini memiliki dua macam variabel penelitian yaitu variabel bebas sebagai yang memengaruhi dan variabel terikat sebagai yang dipengaruhi dengan penjelasan sebagai berikut:

1. Variabel Bebas (*Independent Variable*)

Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah *self-awareness*.

2. Variabel Terikat (*Dependent Variable*)

Variabel terikat (Y) dalam penelitian ini adalah empati sosial peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi.

D. Definisi Konseptual dan Operasional

1. Definisi Konseptual

Definisi konseptual digunakan untuk menegaskan tentang masalah yang akan diteliti oleh peneliti sehingga dapat memberi batasan terhadap masalah-masalah variabel yang dijadikan pedoman dalam penelitian, sehingga akan memudahkan dalam mengoprasionalkannya di lapangan. Adapun definisi konseptual dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. *Self Awareness*

Self awareness adalah kemampuan seseorang untuk memahami, mengenali, dan mengevaluasi perasaan, pikiran, motivasi, kekuatan, kelemahan, serta nilai-nilai yang dimiliki, sekaligus menyadari dampak perilaku dan emosinya terhadap diri sendiri dan orang lain. Kemampuan ini meliputi mengenali emosi, memahami penyebabnya, serta mengetahui pengaruh perlakunya dalam lingkungan sosial. Individu dengan *self awareness* yang baik mampu melakukan introspeksi diri, menerima umpan balik dari orang lain, mengambil keputusan yang tepat dengan mempertimbangkan situasi dan dampaknya, serta memahami peran dan tanggung jawab sosialnya.

b. Empati Sosial

Empati sosial adalah kemampuan seseorang untuk memahami, merasakan, dan menempatkan diri pada perasaan, pikiran, dan perspektif orang lain secara sadar, sehingga dapat merespons dengan tepat terhadap situasi yang dialami orang tersebut. Empati sosial mencakup aspek afektif (merasakan) dan kognitif (memahami sudut pandang) orang lain. Dalam kehidupan sosial, empati sosial membantu membangun hubungan harmonis, menghargai perbedaan, dan mendorong perilaku prososial. Individu yang memiliki empati sosial akan lebih mampu mengendalikan emosi, lebih peka terhadap perasaan dan kebutuhan orang lain, lebih peduli dan memberi perhatian penuh, sehingga tercipta interaksi sosial yang terbuka dan saling menghargai.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional digunakan untuk dapat memahami objek permasalahan yang akan diteliti. Definisi operasional merujuk pada variabel yang akan diteliti dapat diamati dan diukur melalui pengoperasionalan variabel menggunakan metode pengukuran yang tepat dan akurat. Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah:

a. *Self Awareness*

Self awareness diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengenali kondisi dirinya sendiri, termasuk perasaan dan pikiran yang dialaminya. Kemampuan tersebut diukur melalui beberapa aspek yang dapat membentuk *self awareness*. Aspek-aspek yang dikembangkan menjadi indikator *self awareness* dalam penelitian ini meliputi:

- 1) Mengenali perasaan dan perilaku diri sendiri
- 2) Mengenali kelebihan dan kekurangan diri sendiri
- 3) Dapat mengevaluasi diri

b. Empati Sosial

Empati sosial diartikan sebagai kemampuan untuk merasakan dan memahami apa yang dirasakan orang lain serta melihat sesuatu dari sudut pandang mereka. Kemampuan tersebut diukur melalui beberapa aspek yang dapat membentuk empati sosial. Aspek-aspek yang dikembangkan menjadi indikator empati sosial dalam penelitian ini, meliputi:

- 1) Peduli
- 2) Toleransi
- 3) Tenggang Rasa

E. Rencana Pengukuran Variabel

Rencana pengukuran variabel dalam penelitian ini menggunakan alat ukur berupa angket yang didalamnya terdapat butir-butir soal dengan berisikan pertanyaan-pertanyaan tentang pengaruh *self awareness* terhadap empati sosial peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi. Pada penelitian ini, variabel (X) yang akan diukur adalah *self awareness* dan variabel (Y) adalah empati sosial

peserta didik. Skala pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini adalah *skala Likert*. *Skala Likert* merupakan skala untuk mengukur sikap atau pendapat seseorang yang mempunyai gradasi penilaian dari sangat positif sampai sangat negatif pada objek yang akan diukur. Instrumen penelitian dalam *skala Likert* ini dibuat dalam bentuk *checklist*. Untuk melakukan kuantifikasi maka skala tersebut kemudian diberi angka-angka sebagai simbol agar dapat melakukan perhitungan.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan untuk memperoleh informasi berupa fakta dan angka yang dibutuhkan dalam suatu penelitian, sehingga data yang di dapat bersifat objektif. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Teknik Pokok

a. Angket

Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2022). Angket yang digunakan dalam penelitian ini bersifat tertutup, yaitu item-item dari pernyataan sudah disertai dengan alternatif jawaban yang telah disediakan oleh penulis, sehingga responden hanya perlu memilih salah satu jawaban yang telah disediakan. Angket tertutup akan membantu responden untuk menjawab dengan cepat, dan juga memudahkan peneliti dalam melakukan analisis data terhadap seluruh angket yang telah terkumpul (Sugiyono, 2022). Teknik angket ini bertujuan untuk mendapatkan data dan informasi langsung dari responden.

2. Teknik Penunjang

a. Observasi

Observasi dilakukan oleh peneliti untuk mengamati secara langsung subjek dan objek yang menjadi fokus penelitian. Dalam observasi ini, peneliti memilih aspek yang akan diamati dan mencatat informasi

yang relevan dengan penelitian, serta langsung terjun ke lapangan untuk melihat kondisi sebenarnya. Observasi yang digunakan pada penelitian ini adalah observasi terstruktur. Observasi terstruktur adalah observasi yang telah dirancang secara sistematis, tentang apa yang akan diamati, kapan dan dimana tempatnya (Sugiyono, 2022).

Observasi dilakukan oleh peneliti saat proses penelitian berlangsung dan dibantu oleh beberapa observer lainnya untuk menjaga objektivitas hasil penelitian. Hasil dari observasi ini digunakan untuk mendukung data yang diperoleh melalui angket. Adapun rumus untuk menghitung penilaian hasil observasi peserta didik sebagai berikut:

Pedoman penskoran *partisipatory skill* peserta didik:

$$\frac{\text{Skor keseluruhan yang diperoleh}}{\text{Jumlah sampel}} \times 100\%$$

Tabel 3. 3 Kualifikasi Presentase Skor Observasi *Participatory Skill*

Interval Presentase	Kriteria
87,50 – 100	Sangat Baik
75,00 – 87,49	Baik
50,00 – 74,99	Cukup Baik
0 – 49,99	Kurang Baik

Sumber: Hidayati et al. (2011)

b. Wawancara

Wawancara dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data atau yang akurat guna melengkapi serta memperkuat data penelitian yang belum lengkap, sehingga hasil wawancara dapat dijadikan sebagai data pendukung dalam penelitian. Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara terstruktur. Wawancara terstruktur adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti atau pengumpul data dengan menggunakan daftar pertanyaan yang telah disusun secara terstruktur, sehingga peneliti mengetahui dengan pasti informasi apa yang akan diperoleh (Sugiyono, 2022). Oleh karena itu, dalam melakukan wawancara, penulis atau pengumpul data telah menyiapkan instrumen penelitian berupa pertanyaan yang sama, dan penulis atau pengumpul data mencatatnya. Pertanyaan yang diajukan oleh penulis tentu saja terkait dengan objek penelitian. Hasil dari

wawancara ini digunakan untuk mendukung data yang diperoleh melalui angket dan observasi.

G. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2022). Dengan kata lain, instrumen pengumpulan data merupakan alat yang digunakan untuk mengukur atau mengumpulkan data lengkap terkait permasalahan yang diteliti. Adapun instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Lembar Angket

Lembar angket (kuesioner) adalah sebuah daftar pertanyaan atau pernyataan tertulis yang digunakan untuk mengumpulkan data dari responden. Lembar angket yang digunakan dalam penelitian ini bersifat tertutup, artinya setiap pernyataan dalam lembar angket sudah disediakan pilihan jawaban oleh penulis yang harus dipilih oleh responden. Skala pengukuran dalam penelitian ini menggunakan *skala Likert*. *Skala Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2022).

Instrumen penelitian *skala Likert* dalam penelitian ini menggunakan bentuk *checklist*, artinya responden akan memilih salah satu jawaban dengan memberikan tanda *checklist* pada jawaban yang telah dipilih. Sasaran dalam pemberian lembar angket penelitian adalah peserta didik kelas XI SMK Negeri 1 Kotabumi yang dipilih secara acak menjadi sampel penelitian. Kemudian pada lembar angket tersebut, responden akan menjawab pernyataan dari tiga alternatif jawaban, yaitu (Sering, Kadang-Kadang, Tidak Pernah), dan setiap jawaban tersebut diberikan bobot nilai atau skor yang bervariasi. Variasi nilai atau skor dari masing-masing jawaban dengan kriteria sebagai berikut:

Skor 1 = Jika responden memilih alternatif jawaban tidak pernah.

Skor 2 = Jika responden memilih alternatif jawaban kadang-kadang.

Skor 3 = Jika responden memilih alternatif jawaban sering.

2. Lembar Observasi

Lembar observasi yang digunakan dalam penelitian ini berisi aspek pengamatan berdasarkan indikator yang telah ditentukan sebelumnya oleh peneliti. Lembar observasi disusun untuk mengamati perilaku atau kegiatan subjek dan objek penelitian. Lembar observasi ini berbentuk *checklist* dengan dua pilihan jawaban yaitu “YA” atau “TIDAK”.

Observasi yang dilakukan pada penelitian ini yaitu peneliti hanya membubuhkan tanda *checklist* pada lembar observasi terhadap perilaku atau kegiatan yang diperlihatkan oleh peserta didik (subjek) yang diamati secara individual berkaitan dengan objek penelitian. Variasi nilai atau skor dari masing-masing keterlaksanaan dengan kriteria sebagai berikut:

Skor 1 = Jika observer memilih keterlaksanaan tidak.

Skor 2 = Jika observer memilih keterlaksanaan ya.

3. Lembar Pedoman Wawancara

Lembar pedoman wawancara digunakan sebagai penunjang dalam penelitian untuk mengumpulkan data tambahan yang tidak didapatkan melalui lembar angket dan lembar observasi. Lembar pedoman wawancara berisi panduan pertanyaan yang telah disiapkan sebelumnya sesuai dengan indikator yang telah ditetapkan, kemudian digunakan oleh pewawancara (peneliti) untuk mengajukan pertanyaan kepada responden secara langsung. Pedoman wawancara ini disusun dengan tujuan untuk mendapatkan data yang dibutuhkan peneliti terkait objek penelitian.

H. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2022). Validitas adalah suatu ukuran untuk menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau keshahihan suatu instrumen. Semakin tinggi validitas dari sebuah instrumen maka instrumen tersebut valid, namun sebaliknya semakin rendah validitas dari sebuah instrumen maka nilai dari sebuah instrumen kurang valid atau memiliki validitas rendah. Uji validitas dilakukan pada masing-masing variabel

penelitian. Cara mengukur variabel konstruk yaitu mencari korelasi antara masing-masing pertanyaan dengan skor total menggunakan rumus teknik korelasi *pearson product moment*, sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[n \sum x^2 - (\sum x)^2][n \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan:

- r_{xy} = Koefisien korelasi pearson validitas
- x = Skor tanggapan responden atas setiap pertanyaan
- y = Skor tanggapan responden atas seluruh pertanyaan
- n = Banyaknya jumlah/subjek responden

(Sujarweni, 2012)

Adapun kriteria diterima atau tidaknya suatu data valid atau tidak dalam program SPSS menurut Prayitno (2012) antara lain sebagai berikut:

Berdasarkan nilai korelasi:

- a. Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka item dinyatakan valid.
- b. Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka item dinyatakan tidak valid.

Berdasarkan signifikansi:

- a. Jika nilai signifikansi $> \alpha (0,05)$ maka item dinyatakan tidak valid.
- b. Jika nilai signifikansi $< \alpha (0,05)$ maka item dinyatakan valid.

2. Uji Reliabilitas

Menurut Sugiyono (2022), uji reliabilitas adalah alat uji yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana suatu instrumen dapat memberikan hasil pengukuran yang konsisten apabila pengukuran dilakukan berulang-ulang. Ia juga menjelaskan bahwa instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Reliabilitas instrumen ialah syarat pengujian validitas instrumen, maka dari itu instrumen yang valid umumnya pasti reliabel, namun pengujian reliabilitas instrumen tetap perlu dilakukan. Uji reliabilitas dilakukan pada masing-masing variabel penelitian. Reliabilitas biasanya dinyatakan dalam bentuk angka, seperti koefisien, yaitu ketika koefisien yang tinggi menunjukkan reliabilitas yang

tinggi. Menurut Wibowo (2012) cara mencari besaran angka reliabilitas dengan menggunakan metode *Cronbach's Alpha* melalui bantuan SPSS 25. Sekarang dalam Wibowo (2012) menjelaskan bahwa kriteria penilaian uji reliabilitas jika reliabilitas kurang dari 0,6 adalah kurang baik, sedangkan 0,7 dapat diterima dan di atas 0,8 adalah baik. Beberapa peneliti berpengalaman merekomendasikan dengan cara membandingkan nilai dengan tabel kriteria indeks koefisien pada tabel berikut ini:

Tabel 3. 4 Indeks Koefisien Reliabilitas

No	Nilai Interval	Kriteria
1	<0,20	Sangat Rendah
2	0,20 – 0,399	Rendah
3	0,40 – 0,599	Cukup
4	0,60 – 0,799	Tinggi
5	0,80 – 1,00	Sangat Tinggi

Sumber: Wibowo (2012)

Selain itu nilai reliabilitas dapat dicari dengan membandingkan nilai *Cronbach's Alpha* pada perhitungan SPSS dengan nilai r_{tabel} menggunakan uji satu sisi pada taraf signifikansi 0,05 (SPSS secara *default* menggunakan nilai ini) dan $df = N - k$, $df = N - 2$, N adalah banyaknya sampel dan k adalah jumlah variabel yang diteliti, kriteria reliabilitasnya yaitu (Wibowo, 2012):

- a. Jika $r_{hitung} (r_{alpha}) > r_{tabel} df$ maka butir pertanyaan/pernyataan tersebut reliabel.
- b. Jika $r_{hitung} (r_{alpha}) < r_{tabel} df$ maka butir pertanyaan/pernyataan tersebut tidak reliabel.

I. Teknik Analisis Data

Analisis data bertujuan untuk menyederhanakan data ke dalam bentuk yang lebih mudah dipahami. Setelah mendapatkan data-data yang berhubungan dengan penelitian, maka langkah selanjutnya yang ditempuh adalah menganalisis data yang diperoleh. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Analisis Distribusi Frekuensi

Analisis distribusi frekuensi dilakukan terhadap hasil pengambilan data dari angket *self awareness* dan angket empati sosial peserta didik. Analisis distribusi frekuensi dilakukan untuk mengetahui klasifikasi beserta persentase tingkat pengaruh *self awareness* terhadap empati sosial peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi. Analisis ditribusi frekuensi menggunakan rumus interval yang dikemukakan oleh Hadi (1986) dengan persamaan sebagai berikut:

$$I = \frac{NT - NR}{K}$$

Keterangan:

I = Interval

NT = Nilai Tertinggi

NR = Nilai Terendah

K = Kategori

Kemudian, untuk mengetahui tingkat presentase digunakan rumus presentase sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Besarnya persentase

F = Jumlah skor yang diperoleh diseluruh item

N = Jumlah perkalian seluruh item dengan responden

Selanjutnya, untuk mengetahui banyaknya presentase yang diperoleh maka digunakan dengan kriteria yang dapat ditafsirkan (Arikunto, 2019) sebagai berikut:

76% - 100% = Baik

56% - 75% = Cukup

40% - 55% = Kurang baik

0% - 39% = Tidak baik

2. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah suatu percobaan untuk mengetahui apakah data penelitian yang digunakan terdistribusi dengan normal atau tidak. Uji normalitas menggunakan SPSS 25 untuk memperoleh koefisien signifikansinya. Dalam penelitian ini dilakukan dengan uji *Kolmogorov Smirnov*, karena sampel yang digunakan mempunyai skala yang besar ≥ 50 . Pedoman dalam pengambilan hasil akhir menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* adalah jika nilai *Sig.* Atau probabilitas (*p*) $\geq 0,05$, maka data penelitian bertribusi normal dan jika nilai *Sig.* Atau probabilitas (*p*) $\leq 0,05$, maka data penelitian tidak bertribusi normal. Hal ini dilakukan untuk menentukan data statistik yang digunakan. Jika data berdistribusi normal dapat digunakan metode statistik parametrik, sedangkan jika data tidak berdistribusi normal maka dapat menggunakan metode nonparametrik.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah *self awareness* (variabel X) dan empati sosial peserta didik (variabel Y) memiliki hubungan yang linear secara signifikan atau tidak. Uji linearitas dilakukan menggunakan SPSS 25 untuk memperoleh koefisien signifikansinya. Pengujian pada SPSS 25 dengan menggunakan *Test for Liniarity*. Dasar pengambilan keputusan hasil uji linearitas adalah jika nilai *Sig.* $> 0,05$, maka ada hubungan yang linear secara signifikan antara variabel X dan variabel Y, dan sebaliknya jika nilai *Sig.* $< 0,05$, maka tidak ada hubungan yang linear secara signifikan antara variabel X dan variabel Y.

3. Analisis Data

a. Uji Regresi Linear Sederhana

Penelitian ini akan diujikan menggunakan rumus regresi linier sederhana. Untuk mempermudah dalam uji linieritas maka pada penelitian ini menggunakan daftar analisis varian (*anova*) dengan

ketentuan apabila $F_{hitung} \leq F_{tabel}$ pada taraf 5% dengan dk pembilang $(k-2)$ dan dk penyebut $(n-k)$, maka regresi linier. Selain itu, dasar pengambilan keputusan dalam uji regresi linear sederhana dapat mengacu pada dua hal yaitu, jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel X dan variabel Y, dan jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel X dan variabel Y. Data hasil analisis regresi ini digunakan untuk melihat pengaruh antara variabel X terhadap varibel Y yaitu *self awareness* (X) terhadap empati sosial peserta didik (Y). Adapun persamaan dari regresi linier adalah sebagai berikut:

$$Y = a + bx$$

Keterangan:

Y = Subjek pada variabel *dependent*

X = Prediktor (variabel *independent*)

a = Harga Y ketika harga X = 0 (Harga Konstanta)

b = Koefisien regresi

(Sugiyono, 2022).

b. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dapat digunakan jika data penelitian telah dianalisis dan telah memenuhi uji prasyarat analisis. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi linier sederhana dengan bantuan program SPSS versi 25. Analisis regresi linier sederhana digunakan untuk memprediksi pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Dalam penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *self awareness* terhadap empati sosial peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi. Dasar pengambilan keputusan hasil uji hipotesis adalah sebagai berikut:

- 1) Jika nilai signifikansi (Sig.) lebih besar $>$ dari probabilitas 0,05, maka tidak ada pengaruh *self awareness* (X) terhadap empati sosial peserta didik (Y).

- 2) Jika nilai signifikansi (Sig.) lebih kecil < dari probabilitas 0,05, maka ada pengaruh *self awareness* (X) terhadap empati sosial peserta didik (Y).

Dalam pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji t. Ada beberapa kriteria yang harus dilakukan, diantaranya:

- 1) Apabila nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ dengan $dk = n-2$ atau $40-2$ dan $\alpha 0,05$ maka H_0 ditolak dan sebaliknya H_1 diterima.
- 2) Apabila probabilitas (sig) $< 0,05$ maka H_0 diterima dan sebaliknya H_1 ditolak.

Menurut Sugiyono (2022) untuk menafsirkan hipotesis yang diperoleh digunakan pengkategorian atau klasifikasi sebagai berikut:

Tabel 3. 5 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

No	Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
1	0,00-0,199	Sangat Rendah
2	0,20-0,399	Rendah
3	0,40-0,599	Sedang
4	0,60-0,799	Kuat
5	0,80-1,000	Sangat Kuat

Sumber: Sugiyono (2022)

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis yang telah dilakukan peneliti mengenai pengaruh *self awareness* terhadap empati sosial peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara *self awareness* terhadap empati sosial peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi. Hasil analisis koefisien determinasi menunjukkan bahwa pengaruh *self awareness* terhadap empati sosial peserta didik SMK Negeri 1 Kotabumi berkontribusi sebesar 43,3%, sedangkan 56,7% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini.

Semakin tinggi tingkat *self awareness* yang dimiliki peserta didik, maka semakin tinggi pula empati sosial yang ditunjukkan. Hal ini terlihat dari peserta didik yang mampu mengenali perasaan dan perilaku diri sendiri, mengenali kelebihan dan kekurangan diri sendiri, serta mengevaluasi diri dengan baik, cenderung lebih mampu menunjukkan sikap peduli, toleransi, dan tenggang rasa dalam interaksi sosial. Dengan demikian, *self awareness* terbukti menjadi salah satu faktor penting yang mendukung peningkatan empati sosial pada peserta didik.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dijelaskan oleh peneliti diatas, maka saran yang dapat peneliti berikan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan dapat merancang program pengembangan diri dan pembiasaan sikap sosial melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler, sehingga dapat mendukung peningkatan *self awareness* sekaligus memperkuat empati sosial peserta didik.

2. Bagi Pendidik

Pendidik diharapkan mampu mengintegrasikan penguatan *self awareness* dalam proses pembelajaran agar peserta didik lebih peka terhadap diri sendiri dan lingkungannya serta pendidik diharapkan mampu menjadi contoh teladan dalam meningkatkan sikap empati sosial peserta didik.

3. Bagi Peserta Didik

Peserta didik diharapkan dapat meningkatkan *self awareness* dengan mengenali kelebihan dan kekurangan, serta berlatih mengendalikan emosi, sehingga mampu menunjukkan empati sosial yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Adha, M. M., & Ulpa, E. P. 2021. Peran Orang Tua dan Guru Dalam Mengembangkan Karakter Anak/Peserta Didik di Era Modern. *Jurnal Global Citizen: Jurnal Ilmiah Kajian Pendidikan Kewarganegaraan*, 10(2), 90-100.
- Afifah, E. N., Astuti, D., Khoidah, I. A., & Masitoh, S. 2024. Pembentukan Empati Siswa Melalui Pengembangan Metode Pembelajaran Aqidah Akhlak di Madrasah Ibtidaiyah. *Social Science Academic*, 2(2), 143-152.
- Akbar, M., Amalia, R., & Fitriah, I. 2018. Hubungan Relijiusitas dengan *Self Awareness* Mahasiswa Program Studi Bimbingan Penyuluhan Islam (Konseling) UAI. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 4(4), 265-270.
- Annisa, R., & Marettih, A. K. 2016. *Empathy Care Training* Untuk Meningkatkan Perilaku Memaafkan Pada Remaja Akhir. *Jurnal Intervensi Psikolog*, 8(2), 285-303.
- Arikunto, S. 2019. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Auliyah, A., & Flurentin, E. 2024. Efektifitas Penggunaan Media Film untuk Meningkatkan Empati Siswa Kelas VII SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(1), 18-26.
- Azwar, B. 2023. Meningkatkan Empati Sosial Dengan *Character Building* Mahasiswa Prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Iain Curup. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan dan Konseling Islami*, 9(1), 71-79.
- Baron, R., & Bryne, D. 2022. *Social Psychology*. England: Pearson Education.
- Budiman, F., & Santosa, M. 2024. Hubungan Antara *Self Awareness* dan Disiplin Rohani Pada Mahasiswa Teologi. *Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen*, 3(1), 193-197.
- Boyatzis, R., & Burckle, M. 2020. *Psychometric Properties of The ECI: Technical Note*. Boston: The Hay/McBer Group.

- Cahyani, N. 2019. Psikodrama Untuk Meningkatkan Empati Siswa di Sekolah Inklusif. *Jurnal of Disability Studies*, 6(2), 268-269.
- Davis, M. 2019. A Multidimensional Approach to Individual Differences in Empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10(1), 85.
- DeVito, J. 2024. *Essentials of Human Communication: The Basic Course*. USA: Pearson.
- Dewi, K., Amelia, R., Mahardi, H., Erlisnawati, & Mustafa, M. 2024. Penerapan Program Jamuzir untuk Membangun Rasa Empati pada Siswa Sekolah Dasar 110 Pekanbaru. *Indonesian Research Journal on Education*, 4(4), 2326–2334.
- Dwijayanti, F., Mardiana, T., & Wahyuni, P. 2022. Pengaruh *Self Awareness* dan Komitmen Organisasional Terhadap Kinerja Guru SMP dengan Variabel Moderasi Pendidikan dan Pelatihan di Kecamatan Prambanan saat Pandemi Covid-19. *Ibatik Journal: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya, Teknologi, Dan Pendidikan*, 2(1), 93-104.
- Eisenberg, N., & Strayer, J. 2018. *Empathy and Its Development*. Cambridge University Press.
- Febriana, N. S., & Muhammad, A. 2023. Pengaruh Empati Terhadap Prososial Pada Anak. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(5), 3571-3579.
- Goleman, D. 2021. *Emotional Intelligence: 25th Anniversary Edition*. London: Bloomsbury Publishing.
- Goleman, D. 1999. *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hafizha, R. 2021. Profil Self-Awareness Remaja. *Journal of Education and Counseling (JECO)*, 2(1), 159-166.
- Hoffman, M. 2000. *Empathy and Moral Development: Implications for Caring and Justice*. Cambridge University Press.
- Kosasih, S. F., Choiri, M. F., Nafilah, H., Pasya, M. R., & Sahputra , D. 2023. Implementasi Lingkungan Sosial Terhadap Pembentukan Perilaku Empati Remaja. *Jurnal Edukasi : Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(1), 74-85.
- Malikah, M. 2023. Kesadaran Diri Proses Pembentukan Karakter Islam. *Al-Ulum*, 13(1), 129-150.

- Mentari, A., Yumanda, D., Putri, D. S., & Rohman. 2024. Kecerdasan Interpersonal Dalam Membentuk *Civic Engagement* Warga Negara Muda. *Jurnal Kewarganegaraan*, 8(1), 490-496.
- Ningtyas, D., & Risina, D. 2018. Peningkatan *Self Awareness* Anak Usia Dini Melalui Media Video Mitigasi Bencana Gunung Meletus. *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 4(2), 113-124.
- Nugraha, D., Apriliya, S., & Veronicha, R. 2017. Kemampuan Empati Anak Usia Dini. *Jurnal PAUD Agapedia*, 1(1), 30-39.
- Nurdiana, R., Abidin, M., & Fauzi, A. 2023. Pengaruh *Self Awareness* Terhadap Prestasi Belajar Bahasa Arab Santri Pondok Pesantren ModernMuhammadiyah Boarding School Purwokerto Tahun Ajaran 2022/2023. *TarbiyahMU*, 3(1), 25-31.
- Nurmalisa, Y., & Adha, M. M. 2016. Peran Lembaga Sosial Terhadap Pembinaan Moral Remaja di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan*, 1(1), 64-71.
- Olivia, S., Helma, H., & Zulfikar, Z. 2022. Rancangan Program Pengembangan Mengenal Emosi Diri (*Self Awareness*) Berbasi Teknologi Informasi Sebagai Salah Satu Upaya Penerapan Revolusi Industri 4.0 (Studi Pada Peserta Didik di Kelas XI IPS 2 SMA Negeri 2 Pulau Punjung). *Mudabir Journal Research and Education Studies*, 2(1), 22-29.
- Pitoewas, B. 2018. Pengaruh Lingkungan Sosial dan Sikap Remaja Terhadap Perubahan Tata Nilai. *JPK: Jurnal Pancasila dan Kewarganegaraan*, 3(1), 8-18.
- Putri, M. T., & Ferry, D. 2024. Analisis Hubungan Antara *Self-Awareness* Dengan Hasil Belajar Siswa Pada Mata. *Biodik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*, 10(01), 54-66.
- Rismi, R., Suhaili, N., Marjohan, M., Afdal, A., & Ifdil, I. 2022. Bimbingan Kelompok dalam Pemahaman Nilai Empati untuk Meningkatkan Sikap Prosozial Siswa. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(1), 14-19.
- Rogers, C. 2022. *A Way of Being*. New York: The New York Review.
- Rohman, Suntoro, I., Adha, M., & Yanzi, H. 2020. Pengaruh Budaya Sekolah Terhadap Aplikasi Nilai-Nilai Karakter Bangsa. *Bhineka Tunggal Ika: Kajian Teori dan Praktik PKn*, 7(2), 152-160.
- Saadah, Y. N., Supriatna, M., Sunarya, Y., & Fahriza, I. 2023. Konstruksi Program Bimbingan Pribadi-Sosial Dalam Meningkatkan. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 468-483.

- Safaria, T. 2015. *Interpersonal Intelligence: Metode Pengembangan Kecerdasan Interpersonal Anak*. Yogyakarta: Amara Books.
- Salam, N., Rifai, A., & Ali, H. 2021. Faktor Penerapan Disiplin Kerja: Kesadaran Diri, Motivasi, Lingkungan (Suatu Kajian Studi Literatur Manajemen Pendidikan dan Ilmu Sosial). *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 2(2), 487-508.
- Santi, A. W., Andrianie, S., & Ariyanto, R. D. 2022. Pengembangan Skala Karakter Empati Siswa Kelas XI SMA. *Jurnal Nusantara of Research*, 9(1), 39-50.
- Setiawati, D. 2016. Implementasi Pendidikan Karakter Pada Peserta Didik di SD Negeri Sinduadi 2. *Basic Education*, 5(8), 756-767.
- Soemarno, S. 2020. *Penyemaian Jati Diri*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Solso, L., Maclin, H., & Maclin , K. (2018). *Psikologi Kognitif*. Jakarta: Erlangga.
- Sugiarto, S., & Suhaili, N. 2022. Pentingnya *Self Awareness* Siswa Dalam Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok di Sekolah. *JPT: Jurnal Pendidikan Tematik*, 3(3), 100-105.
- Sugiyono. 2022. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujarweni, v. Wiratna. 2012. *Metodologi penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Syafitri, S. 2020. Menumbuhkan Empati dan Perilaku Prososial Terhadap Anak Usia Dini Dalam Menanggapi Pelajaran Isu Dunia Nyata. *Jurnal Visi Ilmu Pendidikan*, 12(2), 140-147.
- Tarwiyyah, H. L. 2022. Pengaruh Religiusitas Dalam Membangun *Self-Awareness* Para Remaja: Literature Riview. *Jurnal Psimawa: Diskursus Ilmu Psikologi & Pendidikan*, 5(2), 79-85.
- Uno, H. 2023. *Orientasi baru dalam psikologi pembelajaran*. Bumi Aksara.
- Wahyuningsih, Y., & Oktavia, A. Model Resolusi Konflik Berbantuan Wayang Sukuraga untuk Meningkatkan Empati Siwa Pada Pembelajaran IPS. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 8(4), 1646-1654.
- Wibowo. 2012. *Manajemen Kinerja Edisi Ketiga*. Jakarta: PT. Raja Grafindo.

- Wulandari, S., Setyowani, N., & Mugiarso, H. 2022. Upaya Meningkatkan Empati Dalam Berinteraksi Sosial Melalui Dinamika Kelompok Pendekatan Experiential Learning. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 1(2), 40-46.
- Zahra, S. L. 2022. Kondisi *Self Awareness* Pada Anak Korban Bullying. *JECED: Journal of Early Childhood Education and Development*, 4(1), 77-87.