

Efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan rasa empati siswa: *literature review*

Norafika Virly¹, Devi Aryani Ega², Abdul Muhid³

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Indonesia

¹ norafikavirly7@gmail.com ² deviews@guru.smp.belajar.id ³ abdulmuhid@uinsby.ac.id

ABSTRACT

Being a student is a special thing that is owned by children to teenagers. The status of being a student requires them to attend school and interact with teachers, school officials, and other students. This causes students to be required to have a good attitude of empathy. Empathy is defined as the individual's way of understanding the emotions and feelings of other individuals as well as the ability to position oneself in the position of others. But unfortunately, in several studies it was found that many students have not been able to empathize with their peers. So, in this study, the aim is whether in group counseling services using the sociodrama method can grow and increase empathy in students. The process in the analysis used in this research, the researcher uses the literature study method by collecting and linking from various sources obtained from scientific journals, as well as books that are relevant to the variables in the research. The results of the literature study showed that in the process of group counseling services using the sociodrama method, it showed that there was good effectiveness in increasing and growing students' empathy.

Keywords : Empathy, Group Counseling Service, Sociodrama

ABSTRAK

Menjadi seorang siswa adalah hal spesial yang dimiliki oleh anak-anak hingga remaja. Status menjadi siswa mengharuskan mereka untuk bersekolah dan berinteraksi dengan guru, petugas sekolah, dan siswa lainnya. Hal ini menyebabkan siswa dituntut untuk memiliki sikap empati yang baik. Empati di definisikan sebagai cara individu agar dapat memahami perihal emosi dan perasaan individu lain dan juga kemampuan supaya memposisikan diri sendiri keposisi orang lain. Namun sayangnya, dalam beberapa penelitian ditemukan bahwa banyak siswa belum mampu berempati pada teman sebayanya. Sehingga dalam penelitian ini memiliki tujuan apakah dalam layanan konseling kelompok memakai metode sosiodrama bisa menumbuhkan dan meningkatkan rasa empati pada siswa. Proses dalam analisis yang digunakan pada penelitian ini, peneliti memakai metode studi literatur dengan cara mengumpulkan dan mengkaitkan dari beragam sumber yang diperoleh jurnal ilmiah, dan juga buku-buku yang relevan dengan variabel pada penelitian. Hasil penelitian studi literatur tersebut terbukti bahwa dalam proses layanan konseling kelompok dengan memakai metode sosiodrama menunjukkan bahwa ada efektivitas yang baik dalam meningkatkan dan menumbuhkan rasa empati siswa.

Kata kunci: Empati, Layanan Konseling Kelompok, Sosiodrama

Pendahuluan

Kata remaja berasal dari bahasa latin *adolensense* memiliki makna tumbuh dan berkembang menuju dewasa. *Adolensence* sendiri memiliki makna sangat luas, dengan terdiri dari tingkat emosional, fisik mental dan juga sosial (Hurlock, 1978) Masa remaja idealnya bisa dikatakan bahwa masa-masa yang tidak memiliki posisi yang jelas dikarenakan masa ini tidak tergolong masa anak dan juga bukan ikut golongan orang dewasa ataupun tua. Pada masa remaja sendiri menampilkan dengan pasti bawasanya sifat-sifat dalam fase peralihan atau fase transisi yang mana masa remaja tersebut belum mendapat status dewasa dan juga tidak lagi di masa anak-anak (Winkel, 2006). Masa remaja ialah fase dalam proses mencari bentuk jati diri dan juga mencoba berusaha agar membentuk sebuah ikatan dan komunikasi yang baru

dilaksanakan terhadap lingkungan yang berada di sekolah (Andriati et al., 2019).

Perilaku yang perlu terpenuhi saat masa remaja adalah tercapainya hubungan yang baik dan maksimal bersama teman sebayanya (Hidayati, 2016). Memiliki hubungan baik bersama dengan teman sebaya, maka remaja tersebut membutuhkan bentuk komunikasi yang baik. Dasar interaksi pada kehidupan manusia adalah berkomunikasi (Kusuma, 2017). Sehingga siswa pun harus mampu melakukan interaksi bersama teman yang ada pada lingkup sekolahnya, sehingga dapat terampil dalam bersosial seperti: dapat bertoleransi terhadap diri sendiri dan juga individu yang lainnya, dapat menerima sebuah kritikan, mampu mendebar pendapat yang disampaikan oleh orang lain, dan juga berperilaku tepat sesuai aturan yang sudah berlaku (Hawkins & Weis, 2017). tetapi pada saat ini keterampilan

dalam berkomunikasi antar sesama kian menurun karena ada penyebab dari berbagai aspek, misalkan seperti berkembangnya teknologi sehingga membuat peserta didik menjadi pribadi yang tidak mepedulikan lingkungannya (Farisi, 2016).

Dari analisa yang dilakukan oleh peneliti, *handphone* memiliki dampak yang berbahaya yang menjadikan peserta didik kurang mepedulikan kondisi orang yang ada di sekitarnya dikarenakan terlalu sibuk dan asyik bermain *handphone* tersebut, pada penelitian pun menunjukan bahwa *gedget* berpengaruh kepada peserta didik, individu menjadi kecanduan dan tergolong tinggi sehingga berdampak pada tingkat empati yang rendah (Mulinda et al., 2019) (Haomasan & Nofharina, 2018). Dampak dari rendahnya siswa untuk empati, menjadikan siswa lupa terhadap beberapa aspek yang diperlukan dalam hidup, misalnya melupakan hubungan yang baik terhadap teman sebaya yang berada di lingkungannya, melakukan aktivitas sosial yang ada pada lingkungan dan juga tidak bisa saling menghargai sesama siswa yang ada pada lingkungan sekolah tersebut, contohnya : membully, menghina teman-temannya, melecehkan siswa lain, agresi dan peserta didik lebih cenderung membentuk pribadi yang tidak peduli dengan lingkungan sekitar terbilang individualis (Yulianawanti & Adiyanti, n.d.). Permasalahan itu lebih dikuatkan dengan hasil pengamatan yang sedang dilakukan oleh peneliti dari berbagai sekolah sehingga menunjukkan sikap egoisme yang tinggi. Problematika diperlihatkan yang mana sikap siswa pada saat teman siswa yang lain hendak mengerjakan tugas dari guru dan meminjam alat tulis, tapi siswa yang memiliki alat tulis tersebut tidak bersedia meminjami, padahal temannya sedang membutuhkan alat tulis tersebut.

Ketika sikap anak didik diabaikan dan tidak diperhatikan maka lambat laun akan mempunyai sikap ketidak pedulian (apatis). Dalam hal ini menjadikan peserta didik kesusahan untuk beradaptasi dengan lingkungan di sekitarnya dan juga berdampak pada sulitnya peserta didik menjalani interaksi sosial yang berada pada lingkungan sekolah tersebut (Kos et al., 2017). Ketika sikap peserta didik akan diabaikan begitu saja maka berdampak pada perilaku apatis, sehingga siswa sulit beradaptasi dan membuat siswa kesusahan dalam menjalin hubungan sosial pada orang-orang yang berada di sekolah tersebut (Kos et al., 2017). Empati adalah perilaku menempatkan diri pada situasi yang

dialami oleh orang lain sehingga individu berupaya memposisikan dirinya dalam situasi dan kondisi yang dialami orang lain (Davis, 2018). Keterampilan dalam merasakan empati sangat dibutuhkan untuk siswa, dalam empati sendiri tergolong menjadi beberapa bagian yaitu lembut hati, anak yang baik dan memikirkan perasaan seseorang (Cuff et al., 2016). Siswa yang memiliki empati yang baik kepada orang lain ditandai dengan perilaku yang sopan, bijaksana, murah hati dan juga bertindak sesuai kelembutan hati dan pengetahuan.

Remaja atau Siswa memiliki tugas sulit diantaranya adalah menjalin komunikasi dan harmonisasi dalam berteman dan juga kepada orang yang berada di sekitarnya ataupun proses menyesuaikan diri kepada lingkungannya. Remaja harusnya dapat menyesuaikan dirinya kepada lingkungan sekitar, teman-temannya, kepada lawan gander, orang yang lebih tua yang berada pada lingkungan sekolah tempat siswa tersebut belajar (Mulinda et al., 2019). Perkembangan sosial pun di dilihat karakteristiknya dari kemampuan mengerti bahwa setiap manusia itu berbeda dari sifatnya, keinginannya perasaan ataupun penilaian yang lain. Tindakan sekolah untuk siswa dengan cara bimbingan konseling yang menuntun siswa untuk memahami minat dan bakat beserta apa saja potensi yang ada pada dirinya (Taufik, 2012). Dalam sekolah, bimbingan konseling sangat diperlukan agar siswa dapat berkembang secara mandiri dalam berbagai bimbingan, diantaranya adalah bimbingan personal, learning, bersosial, dan juga pendampingan untuk karir dengan berbagai proses kegiatan pendampingan, sehingga proses pendidikan mampu sesuai dengan yang diharapkan dengan bantuan diadaikannya proses bimbingan dan konseling (Andriati et al., 2019).

Bimbingan dan konseling konseling ialah proses dimana pemberian bentuk pertolonganyang dilaksanakan oleh para ahli dibidang bimbingan konseling kepada individu, misalnya kepada anak, pada remaja bahkan kepada orang dewasa dengan tujuan individu yang mendapat bimbingan bisa meningkatkan poytensiyang ada pada diri sehingga dapat mandiri, dengan menoptimalkan kemampuan seseorang dan juga fasilitas yang tersedia supaya bisa berkembang berlandaskan norma dan aturanyang sudah berlaku (Prayitno dan Erman, 2016). Menurut Winkel (2009) konseling merupakan proses inti dalam bimbingan dalam upaya membantu klien secara *face to face* yang memiliki tujuan supaya klien dapat mandiri atas semua permasalahan khusus. Dari berbagai

pengertian mengenai bimbingan dan konseling dari berbagai tokoh diatas, dapat diartikan bahwa bimbingan dan konseling ialah suatu proses kegiatan dalam bentuk bantuan yang dilakukan oleh seseorang yang memiliki keahlian dalam bidang konseling yang ditujukan kepada klien atau seseorang dengan secara langsung atau terbilang dengan cara tatap muka, bimbingan dan konseling bisa dilakukan dengan individu ataupun berkelompok dengan cara memberikan wawasan tambahan garar berupaya menyelesaikan dan mengatasi sebuah masalah yangs dang menimpa klien, dengan proses yang intens dan tersistematis dengan harapan permasalahan tersebut dapat teratasi secara maksimal. Bimbingan dan konseling memiliki beberapa layanan, salah satunya ialah layanan bimbingan dalam skala lebih satu orang dari atau berkelompok (Andriati et al., 2019).

Bimbingan dan konseling kelompok adalah bentuk layanan bimbingan dan konseling berbentuk pertolongan yang berupaya untuk upaya menyelesaikan problematika dengan proses gerakan suatu kelompok dan memiliki output problem yang menimpa seseorang dapat terselesaikan secara bersama-sama ataupun juga dapat memiliki kemanfaatan pada suatu kelompok tersebut. Sitti (2009) mengemukakan bahwa bimbingan dan konseling kelompok adalah suatu upaya memberikan pertolongan terhadap individu yang memiliki permasalahan. Bimbingan kelompok juga menjadi tempat untuk proses menempa perilaku, keahlian juga kematangan sosial untuk saling berempati. Rangkaian acara yang dilaksanakan oleh kelompok dengan dilakukan lebih dari satu orang yang menggunakan proses dinamika berkelompok dengan bentuk saling asertif, respon, masukan-masukan lain, ketua kelompoknya memberikan informasi-informasi agar mampu bermanfaat sehingga mampu membawa individu-individu dalam capaian perkembangannya secara maksimal. Problem mengenai empati memang sangat penting agar segera diatasi karena pada hakikatnya manusia adalah makhluk sosial agar saling mengeti juga memahami idnividu satu dengan yang lainnya (Andriati et al., 2019).

Empati disebut ketika proses identifikasi terhadap individu muncul sampai batasan tertentu dalam setiap proses percakapan, bahkan empati adalah landasan dalam kepedulian antar sesama (Enjang, 2009). Dengan kepedulian tersebut manusia mampu menanamkan rasa menyayangi antar individu (Indriasari, 2016). Manusia melakukan kegiatan-kegiatan dalam upaya agar

bisa paham apa yang di pikirkan dan apa yang dirasakan oleh individu yang lain untuk mencoba ikut serta apa yang sedang orang lain rasakan, tetapi orang yang berkaitan dengan hal itu tetap bisa mengontrol dirinya (Taufik, 2012). Terlepas dari kegiatan dalam upaya menempatkan diri pada orang lain tersebut, maka seseorangpun mampu mempertimbangkan kontrol diri, agar individu mampu dengan sadra melakukan empati dengan baik dan tidak terjebak pada perasaan yang dirasakan oleh orang lain, akan tetapi paham dan memposisikan diri yang dirasakan oleh orang lain (Andriati et al., 2019).

Metode

Dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kualitatif *systematic review*. Pada metode penelitian ini dilaksanakan dengan proses mengumpulkan karya ilmiah dengan unsur-unsur yang memiliki relevansi pembahasan mengenai empati pada siswa (Ashford et al., 2010). Dalam proses dan tahapan ini, penulis mengumpulkan literatur ilmiah dengan dibantu oleh *pubmed*, *media neliti*, *mason publishing*, *sage*, dan *research gate*. Peneliti menggunakan *keyword* diantaranya adalah “empati siswa” “*group counseling*” “konseling kelompok” “teknik sosiodrama” “meningkatkan empati”. Langkah selanjutnya yaitu dengan melakukan *selection & judgement* agar mendapatkan literatur yang relevan dengan apa yang diharapkan oleh peneliti.

Empati

Tokoh psikologi pada bidang perkembangan menekankan terdapat dua bentuk dalam empati, diantaranya ialah – respon emosi terhadap individu lain, idealnya enam tahun pertama akan tumbuh pada masa anak-anak, - respon kognitif yang menjadi penentu sampai mana anak saat dewasa dapat memandang suatu sudut pandang individu yang (Shapiro, 2003). Sedangkan Roger (dalam Taufik, 2012) memberikan opsi dua konsepsi. *Pertama* ia mengatakan bahwa empati ialah memandang cara berfikir internal individu lain dengan cara yang tepat. *Kedua* dengan cara seolah-olah masuk dalam diri individu dan merasakan apa yang dialami seoerti halnya yang dirasakan dan juga apa yang dialami oleh individu lainnya, akan tetapi tidak melupakan jatidiri pada seseorang tersebut. Pada konteks lain empati didefinisikan oleh Ten Boom (2008) yakni keterampilan mengambil bagian, mengalami dan juga merasakan apa yang dirasakan oleh batin orang lain

Secara harfiah empati memiliki arti dari “*einfulung*” saat digunakan tokoh-tokoh psikolog

dari Jerman, yang bermakna “merasakan ke dalam” (Eikeland et al., 2014). Kata empati sendiri dari kata Yunani “*phatos*”, memiliki arti rasa yang kuat dan dalam yang mendekati penderitaan lalu diberikan awal “*in*”. Empati juga sejajar dengan simpati (Ariska et al., 2019). Akan tetapi keduanya memiliki perbedaan. Jika simpati memiliki arti “merasakan bersama”, jika empati memiliki acuan dimana proses identifikasi secara dalam kearah kepribadian individu, sehingga individu yang memiliki rasa empati untuk sementara melupakan jati dirinya (Indriasari, 2016).

Dengan adanya penekanan empati menyatakan dengan kemampuan mendalami suatu perasaan individu lain tersebut tidak menjadikan kita hanyut dalam perasaan, tetapi kita bisa paham yang dirasakan orang lain entah perasaan positif ataupun perasaan negatif yang mana seakan-akan tidak merasakan emosi itu sendiri (Andriati et al., 2019). Keterampilan dalam berempati akan menjadi bentuk kunci dalam keberhasilan individu untuk bersosialisasi dan menyesuaikan diri pada lingkungan. Kemampuan berempati dapat mengajak kita dan peka dalam masalah-masalah dengan lebih baik dan menjadikan objektivitas dalam proses menyelesaikan suatu masalah (Lina, 2019). Banyak bentuk alternatif yang dapat memungkinkan dalam proses berempati dengan individu yang lain dalam menyelesaikan suatu problematika yang dihadapi. Individu akan kesulitan dalam memahami permasalahan individu lain apabila tanpa adanya rasa empati dan akan kesulitan memasuki perasaan dan memahami kondisi yang dialami individu lainnya (Indriasari, 2016).

Empati sendiri adalah bentuk perilaku memahami perihal apa saja yang dirasakan dan juga apa yang diinginkan individu lainnya, juga apa yang dirasakan dan dipikirkan atas kondisi seseorang, tetapi masih tetap bisa mengontrol dirinya (Nurdin et al., 2019). Diluar konteks untuk memahami individu yang lain tersebut, hakikatnya manusia dapat memperhatikan dan bisa mengontrol diri. Sehingga seseorang yang mampu melakukan tindakan empati tanpa hanyut dalam situasi yang dirasakan individu lainnya, tetapi hanya paham terhadap apa yang sedang dirasakan oleh individu lainnya (Taufik, 2012). Ada aspek-aspek dalam berempati seperti kognisi, afeksi dan juga komunikasi (Andriati et al., 2019).

Aspek kognisi adalah bentuk aspek untuk memunculkan proses memahami terkait perasaan individu yang lainnya. Pemaparan tersebut bisa membuktikan yakni dari aspek kognisi berupa

perwujudan yang berasal dari *multipldimensions*, seperti halnya keterampilan individu memperjelas perilaku, keterampilan dalam menyamakan dan membedakan antara kondisi emosional diri sendiri dengan kondisi orang lain (Nurdin et al., 2019). Kemampuan kognitif yang kurang akan berdampak pada melesetnya tingkat pemahaman kepada individu yang lainnya (*incongruence*). Perasaan empati juga sebagai aspek yang afektif suatu kondisi menyamakan pengalaman emosional kepada individu yang lainnya, empati yang afektif adalah suatu bentuk keadaan emosional pada individu yang merasakan pengalaman-pengalaman bersama orang lain (Ariska et al., 2019). Empati juga suatu bentuk aspek komunikasi adalah tindakan dimana bentuk pengungkapan rasa empati ketika dilakukan oleh individu (Andriati et al., 2019).

2. Layanan Konseling Kelompok

Konseling dengan kelompok merupakan bentuk proses terapeutik yang mana dalam proses konseling dipandu secara langsung oleh konselor profesional dan proses tersebut melibatkan lebih dari satu orang (Gultekin et al., 2011). Fauziah M. S, dkk (2014) menyatakan bahwa konseling kelompok memang efektif dalam menangani pencegahan, adaptasi, perkembangan, penyembuhan, mengobati, dan juga proses pemulihan terutama bagi remaja. Bisa terbilang salah satu cara efektif dalam metode untuk mengatasi problematika yang mengarah pada psikologis remaja. Zarei, E (2010) mendefinisikan bawasanya konseling kelompok efektif pada banyak problem yang terlihat. Selain itu juga Corey (2018) menyatakan bahwa tahapan pendekatan kelompok dapat memenuhi hampir semua kebutuhan (Yusop et al., 2020).

Tingkat efektif dalam tahapan konseling kelompok bisa tercapai apabila pada anggota kelompok mendapatkan manfaat dari bentuk umpan balik dan gambaran-gambaran dari anggota kelompok yang lain serta dari pimpinan kelompok tersebut. Individu tidak akan mampu hidup sendiri ketika dalam proses hidupnya, sehingga peran konseling kelompok menjadikan fokus dalam berinteraksi tujuan membantu berkomunikasi dengan individu yang lain (Ulfa, 2019). Hal tersebut dianggap pokok utama dalam tahapan tingkat Efektivitas konseling kelompok. Konseling kelompok juga dapat membantu mendorong interaksi diri sendiri dengan orang lain sehingga dapat meningkatkan keterampilan interpersonal (Alawiyah et al., 2019). Efektivitas kelompok bisa dikaitkan dengan tujuan apa saja

yang ada pada pengalaman kelompok tersebut (Yusop et al., 2020).

Ada beberapa tujuan khusus dalam konseling kelompok, yaitu untuk percaya terhadap diri sendiri dan juga kepada orang lain, bisa meningkatkan penerimaan diri, harga diri, percaya diri, lebih peka terhadap kebutuhan perasaan orang lain dan juga memperjelas apa yang dibutuhkan diri sendiri, menilai dan memutuskan apa yang pantas untuk modifikasinya (Corey, 2018). Ketika setiap pimpinan kelompok dalam tahapan konseling kelompok memiliki ciri khas dalam kepemimpinan dan menggunakan cara tertentu agar bisa membantu sesi konseling kelompok bisa mencapai tujuan yang diinginkan. Tujuan secara utuh dari tujuan tersebut untuk mengeksplorasi tingkat efektivitas konseling kelompok tersebut (Koseki & Berghammer, 1992). Tujuan utama dalam penelitian ini yakni untuk mengidentifikasi faktor apa saja yang memiliki kontribusi penuh dalam konseling kelompok yang menentukan teori yang tepat dan banyak digunakan oleh konselor dalam tahapan konseling kelompok tersebut (Dereli & Aypay, 2012).

Dalam proses konseling kelompok tersebut, anggota tidak menuntut kesempurnaan, melainkan penerimaan diri. Individu juga mengembangkan identitas diri dan pengetahuan diri secara khusus. Anggota kelompok mencoba mempercayai diri sendiri dan juga mempercayai orang lain, rasa takut pada anggota akan berkurang dan mencoba belajar mendekatkan diri kepada orang yang ingin didekati (Muslimatun & Makmurtomo, 2019). Anggota kelompok akan membuat keputusan untuk diri sendiri yang bersangkutan dengan diri sendiri mengenai standarisasi hidupnya dari pada memenuhi harapan-harapan yang didapat dari orang lain, anggota kelompok menyadari apa saja keputusan yang dibuat, dan membuat suatu keputusan yang bijaksan. Anggota kelompok pun akan lebih peka dengan kebutuhan diri sendiri dan kebutuhan orang lain, mereka juga lebih peka dan mencari bentuk metode agar bisa memahami dan juga menyelesaikan masalah pribadi (Yusop et al., 2020).

Pada hakikatnya interaksi sosial memang sangat penting dalam kehidupan bermasyarakat, apalagi saat di masa-masa remaja sangat tepat untuk mengingatkan dan menanamkan pentingnya kesadaran sosial. Oleh sebab itu, dibutuhkan suatu solusi yang baik dan efektif. Pada saat siswa belajar memecahkan masalahnya yang sedang dihadapi, konseling memang langkah untuk proses

pembelajaran bantuan yang sangat esensial (Corey, 2013). Dalam tahap usaha pendampingan dalam pengembangan kemampuan individu untuk memecahkan suatu masalah dalam skala kelompok atau bersama yang diarahkan oleh konselor, yang bisa disebut konseling kelompok. Konsep dalam konseling kelompok adalah mendorong siswa dan memanfaatkan potensi positif yang dimiliki, memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan untuk tujuan perubahan positif pada individu (Subandi et al., 2020). Beberapa problematika yang diangkat dalam proses konseling kelompok adalah menumbuhkan kemampuan komunikasi, pengembangan pada diri, dan juga keterampilan dalam menyelesaikan suatu hambatan yang dihadapi individu (Chen & Rybak, 2017).

3. Teknik Sosiodrama

Ditinjau dari bahasa sosiodrama berasal dari kata *sosi* dan *drama*, *sosi* yang memiliki makna sosial dan *drama* memiliki makna keadaan seseorang atau peristiwa yang sedang dialami oleh seseorang dilihat dari sifat dan perilakunya, hubungan dengan individu sendiri juga dengan individu yang lainnya. Winkel (1993) juga berpendapat bahwa sosiodrama adalah dramatisasi dari banyaknya problematika yang muncul dari interaksi kepada individu lainnya dan juga permasalahan yang muncul dari interaksi sosial. Metode pada *sosiodrama* adalah bentuk cara mengajar yang memperlihatkan kepada siswa perihal problem-problem, dengan cara menunjukan kepada siswa perihal bimbingan sosial tersebut didramatisir oleh siswa yang didampingi secara langsung oleh guru (Winkel, 2006). Bisa disebut juga teknik sosiodrama lebih cocok untuk diterapkan untuk mencapai sebuah tujuan yang arahnya ke siswa (Indriasari, 2016).

Apabila tingkat empati rendah dan tidak secepatnya diberikan perlakuan maka mengakibatkan problem yang serius (Brewer & Kerslake, 2015., dalam Latifah, 2019). Usaha agar empati siswa dapat meningkat sampai saat ini hanya dilaksanakan sebatas intruksional saja, hal ini hanya cenderung melihat aspek kognitif saja pada siswa (Haryati dkk, 2017., dalam Latifah, 2019). Perihal ini bisa dikatakan bahwasanya guru bimbingan dan konseling hanya sebatas memberikan edukasi mengenai empati dalam bentuk berceramah saat di kelas (Latifah, 2019). Tetapi juga terdapat riset yang menunjukan bahawa metode *cinema* bisa meningkatkan empati pada individu (Latifah, 2019). Dalam hal ini bermain peran dapat memberikan pengalaman yang bagus untuk siswa agar bisa merasakan

secara langsung apa peristiwa dan bagaimana karakter yang dulu sebatas dilihat saja.

Bermain dalam peran mampu dijadikan sebuah tahapan belajar dalam bentuk *sociodrama* (Dinar & Juanda, 2010., dalam Lina, 2019). Sosiodrama adalah bentuk metode untuk bimbingan dan konseling untuk memberi peluang kepada peserta didik supaya memerankan suatu perilaku, tindakan, atau imajinasi individu seperti halnya saat diaplikasikan pada bentuk interaksi sosial pada hari-hari yang sebenarnya kepada orang-orang di lingkungannya (Ahmad & Supriyono, 2004., Lina, 2019). Sosiodrama juga memiliki tujuan, salah satunya ialah agar siswa mampu menghargai dan menghayati apa yang dirasakan oleh orang lain. Sosiodrama yang diperankan dikelas harapannya kedepan dapat meningkatkan perilaku peserta didik agar bisa menghargai dan memiliki empati yang menimpa individu lainnya (Lina, 2019). Metode sosiodrama digunakan karena sangat bermanfaat pada pengembangan kemampuan spesifik sehingga siswa dapat menghayati berbagai bentuk perasaan, menggali bahan imajinasi dan juga bentuk kreatifitas siswa.

Proses pembelajaran dengan cara bermain peran adalah upaya untuk memecahkan problematika dengan tahapan meragakan, dengan tahapan-tahapan mengidentifikasi permasalahan, menganalisa dan juga proses pemeranan ataupun diskusi (Muslimatun & Makmurtomo, 2019). Dengan peran, siswa dapat berinteraksi dengan individu lain yang sama-sama membawa peran tertentu yang sesuai tema yang ditentukan siswa tersebut. Pada saat pembelajaran berlangsung siswa yang memiliki peran dapat melatih empati, simpati, rasa benci, senang, marah dan lain sebagainya (Arifah, 2019). Harapannya pada output kedepan siswa dapat mempunyai sikap dan ketermapilan yang dirapkan dan juga meningkatkan ketermapilan dalam bersosial. Sehingga peneliti merasa perlu melaksanakan dan menerapkan metode sosiodrama tersebut agar bisa membangun rasa empati pada siswa (Putra et al., 2018).

Sosiodrama sendiri adalah ilmu dan seni yang berfokus pada akar dan esensi dengan korelasi pada konflik antar kelompok, sehingga cara mengubahnya dengan sangat diperlukan Marineau (2013) sosiodrama sendiri adalah cara pencegahan dan pengobatan. Blatner (2009) mengemukakan bahwa kelompok tertentu dan terorganisir adalah ternyata didapat dari peran sosial dan tingkat budaya masyarakat yang baik, sehingga hal ini membuat sosiodrama menjadi metode dan

menjadi dasar, yakni menjadi metode atau teknik yang didasari dan bertujuan untuk mengkatarsis problematika sosial yang terjadi pada interaksi kelompok yang memiliki sifat pribadi atau bersama, dengan cara memainkan peran pendekatan teater atau drama. Eckloff (2006) berasumsi bahwa sosiodrama memiliki tujuan dan memberikan kesempatan kepada tiap anggota untuk mendalami peran sehingga mampu memahami kepekaan dan nalar terhadap suatu masalah sosial agar bisa 1). Memperkuat daam memahami sosial; 2). Memperbanyak pengetahuan bentuk partisipasi klien; 3). Meningkatkan hubungan sosial dan mengkatalisasi berperan sebagai banyak orang dengan cara mengucapkan apa yang dirasakan konseli tentang diri sendiri atau orang lain (Alawiyah et al., 2019).

4. Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Rasa Empati Siswa SMP

Definisi empati sendiri adalah cara mengetahui atau merasakan pengalaman-pengalaman nilai emosional individu lain, sebuah cara yang menjadi tujuan interaksi terhadap manusia (Cooper, 2011). Empati sendiri sangat berhubungan dengan kognitif, persepsi dan juga prose komunikasi pada individu (Eikeland et al., 2014), karakteristik individu dan juga hubungan interpersonal (Fitness & Curtis, 2005), emosional, behavioral, dan juga moralitas (Hojat, 2007). Hoffman (2000) dan Jolliffe dan Farrington (2006) berasumsi bahwa empati pada dasarnya sangat penting dikarenakan dapat meningkatkan kemampuan individu dalam mengembangkan rasa, norma dan sumber moralitasnya (Goleman, 1995). Empati pun memiliki korelasi empiris dengan berbagai behavioral, misalnya rasa tanggung jawab, pertremanan, perdamaian, memiliki rasa hormat, jujur, toleransi, dan memiliki banyak nilai-nilai kemanusiaan (Dereli & Aypay, 2012).

Ditinjau dari cara pandang budaya, bentuk yang umum dari pertolongan perilaku moral (Matsumoto, 2000). Pendidikan saat ini memang berfokus pada perkembangan empati peserta didik. Memang sangat penting untuk meningkatkan rasa empati peserta didik agar dapat meningkatkan kepatuhan mereka terhadap nilai dan norma selama peserta didik berada pada sekolah mereka (Aslanargun et al., 2014). Empati adalah pijakan dari perilaku moral, masyarakat berharap untuk orang tua dan muda, salah satu aspek yang paling penting dalam mengembangkan empati yaitu pemodalan norma secara langsung,

sebab mempengaruhi tingkat pemahaman siswa sendiri terhadap value moralitas tersebut (Koseki & Berghammer, 1992).

Cara menaikkan tingkat empati individu dengan cara memberikan strategi bimbingan kelompok, senada dengan pendapat Kementerian dan Kebudayaan dalam bentuk paduan untuk pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di sekolah (Pramudita, 2017), bimbingan kelompok merupakan bentuk usaha membantu 2-10 peserta didik yang bergabung dalam kelompok dengan upaya konseli dapat melakukan proses pencegahan permasalahan, mengembvngkan potensi-potensi dalam hidup dan memelihara nilai-nilai. Ada juga bimbingan kelompok menggunakan cara sosidrama. Nur Salim dan Suradi (Hamid, 2018), berpendapat bahwa metode yang paling sering digunakan yakni sosidrama untuk digunakan sebagai metode kelompok, dengan cara masing-masing bermain peran sesuai dengan situasi sosial yang dialami, yang mana dapat menyelesaikan suatu masalah didalamnya, hal ini senada dengan Roestiyah (Ulfa, 2019) yang berpendapat bahwa sosidrama juga memberikan kesempatan kelompok supaya dapat mengkaji value dan mempelajari sikap dan membentuk kreatifitas pada individu.

Berdasarkan hasil dari *literatur review* yang dilakukan oleh peneliti mendapat hasil dengan layanan konseling kelompok menggunakan metode *sociodrama* terbukti efektif untuk menambah rasa empati terhadap siswa (Putra et al., 2018). Hasil yang telah dipaparkan sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Muslimatun & Makmurtomo (2019) layanan dengan konseling kelompok yang memakai metode *sociodrama* sangat memang efektif untuk menambah tingkat empati pada peserta didik. Sepertihalnya yang terlihat bentuk empati pada peserta didik yang berubah menjadi baik pada saat selesai mendapatkan sebuah perlakuan konseling, peserta didik yang sudah mendapatkan perlakuan ternyata lebih berani mengemukakan pendapat siswa lebih asertif dan bisa menerima pendapat dari individu lainnya yang notabnya berbeda dengannya, siswa juga meningkatkan problem solving dengan berasama-sama (Muslimatun & Makmurtomo, 2019). Penelitian yang sama yang dilakukan oleh Andriati, Atika, & Yuditio (2019) yang mendapatkan hasil metode sosidrama bisa menambah perilaku empati pserta didik kelas VIII di SMPN 1 sungai raya kubu raya dengan mendapatkan hasil “Tinggi”. Maka metode bimbingan kelompok dengan metode *sociodrama* dapat digunakan oleh guru BK untuk mengatasi

problem di SMP Negeri 1 SungaiRayaKabupatenKubuRaya dan sekolah-sekolah lain pada umumnya. Bentuk layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan metode *sociodrama* pun dijadikan bentuk proses layanan bimbingan dan konseling yang memiliki tujuan agar siswa dapat menumbuhkan rasa empati pada diri sendiri dengan metode melakukan prosesidrama, maka peserta didik pun dapat mengontr ol dirinya, memahami individu yang lain, memiliki kepekaan sosial yang baik dan peduli terhadap orang yang ada di lingkungnya

Simpulan

Berdasarkan hasil penjabaran peneliti di atas, terbukti bawasanya penelitian-penelitian yang sudah di bahas dan dikaji secara mendalam mendapatkan hasil metode sosiodrama sangat efektf dalam roses meningkatkan empati pada siswa di bangku SMP dan SMA. Metode *sociodrama* pun bukan hanya membangun empati saja, metode ini juga bisa meningkatkan rasa menghargai antar individu lainnya, mampu mengontrol diri, dan juga memahami lingkungan supaya dapat menyesuaikan diri pada masyarakat.

DAFTAR RUJUKAN

- Alawiyah, I. T. A., Taufiq, A., & Hafina, A. (2019). The Effectiveness of Sociodrama to Improve Students Anger Management Skills. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 2 (2), 56–65.
- Andriati, N., Atika, A., & Yuditio, P. R. (2019). Meningkatkan Sikap Empati Siswa SMP Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama. *Jurnal Pendidikan*, 17 (1), 68–79.
- Arifah, N. I. (2019). Efektivitas Teknik Sosiodrama dalam Meningkatkan Etika Pergaulan pada Peserta Didik Kelas XI di SMA N 1 Kota Mungkid. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5 (7).
- Ariska, R., Bariyyah, K., & Sari, E. K. W. (2019). Teknik Bibliokonseling Sebagai Treatment untuk Meningkatkan Empati Siswa. *Psychocentrum Review*, 1 (2), 79–84.
- Ashford, S., Edmunds, J., & French, P. D. (2010). What is the Best Self-Efficacy to Promote Life Style and Recreational Physical Activity? A Systematic Review with Meta-analysis. *British Journal Psychology*, 15.

Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Rasa Empati Siswa: Literature Review

- Aslanargun, E., Kilic, A., & Bozkurt, S. (2014). Parental expectation and religious education in state school in Turkey: The case of Imam Hatip high school. *International Journal of Instruction*, 7, 135–150.
- Chen, M., & Rybak, C. (2017). Group Leadership Skills: Interpersonal Process in Group Counseling and Therapy. SAGE Publications.
- Cooper, B. (2011). *Empathy in Education (Engagement, Values, and Achievement)*. Coontinum.
- Corey, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. PT Refika Aditama.
- Corey, G. (2018). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Cengage Learning.
- Cuff, B. M. P., Brown, S. J., Taylor, L., & Howat, D. J. (2016). Empathy: A Review of the Concept. *Emotion Review*, 8 (2), 144–153.
- Davis, M. H. (2018). *Empathy: A Social Psychological Approach*. Routledge.
- Dereli, E., & Aypay, A. (2012). The prediction of empathetic tendency and characteristic trait of collaboration on humane values in secondary education students and the examining to those characteristics. *Journal Educational Sciences: Theory & Practice*, 12, 1262–1270.
- Eikeland, H. L., Orenes, K., Finset, A., & Pedersen, R. (2014). The Physician's Role and Empathy a Qualitative Study of Third Year Medical Students. *BMC Medical Education*, 14, 1–8.
- Enjang. (2009). *Komunikasi Konseling*. Nuansa.
- Farisi, M. I. (2016). Developing the 21st-Century Social Studies Skills Through Technology Integration. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 17 (1), 16–30.
- Fitness, J., & Curtis, M. (2005). Emotional intelligence and the trait meta-mood scale: Relationship with empathy, attributional complexity, self-control, and responses to interpersonal conflict. *Journal of Applied Psychology: Social Section*, 1, 50–62.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Bloomsbury Publishing Plc.
- Gultekin, F., Erkan, Z., & Tuzunturk, S. (2011). The Effect of Group Counseling Practices on Trust Building Among Counseling Trainees: From the Perspective of Social Network Analysis. *Social and Behavioral Sciences*, 15, 2415–2420.
- Hamid, I. (2018). Penerapan Teknik Sosiodrama dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa SMK Negeri 8 Makassar. *Jurnal Mimbar Kesejahteraan Sosial*, 1.
- Haomasan, P., & Nofharina, N. (2018). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Pola Komunikasi Interpersonal Siswa SMP Negeri 50 Bandung. *Jurnal Komunikasi*, 12 (1), 1–7.
- Hawkins, J. D., & Weis, J. G. (2017). The Social Development Model: An Integrated Approach to Delinquency Prevention. *Routledge*.
- Hidayati, N. W. (2016). Hubungan Harga Diri dan Konformitas Teman Sebaya dengan Kenakalan Remaja. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 1 (2).
- Hojat, M. (2007). *Empathy in Patient Care: Antecedents, Development, Measurement, and Outcomes*. Springer.
- Hurlock, E. B. (1978). *Perkembangan Anak*. Erlangga.
- Indriasari, E. (2016). Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Sosiodrama pada Siswa Kelas XI IPS 3 SMA 2 Kudus Tahun Ajaran 2014/2015. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, 2 (2), 190–195.
- Kos, C., Klaasen, N. G., Marsman, J. B. C., Opmeer, E. M., Kneegting, H., Aleman, A., & Van Tol, M. J. (2017). Neural Basis of Self-Initiative in Relation to Apathy in a Student Sample. *Scientific Reports*, 7 (1), 3264.
- Koseki, B., & Berghammer, R. (1992). The role of empathy in the motivational structure of school children. *Personality and Individual Differences*, 13, 191–203.
- Kusuma, R. S. (2017). Komunikasi Antar Pribadi Sebagai Solusi Konflik Pada Hubungan Remaja dan Orang Tua di SMK Batik 2 Surakarta. *Warta LPM*, 20 (1).
- Latifah, L. (2019). Keefektifan Teknik Drama Segitiga Karpman untuk Meningkatkan Keterampilan Empati Siswa Sekolah Menengan Pertama. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 4 (1), 30–36.
- Lina, P. (2019). Membangun Empati Siswa Melalui Sosiodrama Pada Materi Konflik Sosial Kelas VIII C SMP LAB UM. *Universitas Negeri Malang: JTP2IPS*, 4 (1), 7–14.

Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Rasa Empati Siswa: Literature Review

- Matsumoto, D. (2000). *People: Psychology From Cultural Perspective*. Wadsworth.
- Mulinda, R., Afiati, E., & Conia, P. D. D. (2019). Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama untuk Meningkatkan Empati Siswa. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 5 (2), 31–41.
- Muslimatun, A., & Makmurtomo, A. (2019). The Effect of the Group Counseling Service with Sociodrama's Technique Toward Students Empathy Class X SMA N 9 of Bengkulu City. *Triadik*, 18 (2), 56–72.
- Nurdin, M. N., Yusmansyah, & Andriyanto, R. E. (2019). Upaya Meningkatkan Empati dengan Menggunakan Bimbingan Kelompok pada Siswa. *Jurnal FKIP Unila*.
- Pramudita, B. (2017). Development of Self Empowerment Career Design (SECD) Booklet for 10th Grade Fashion Students in SMK Daruttaqwa Gresik. *Universitas Negeri Surabaya Journal*, 7.
- Prayitno, & Erman, A. (2016). *Konseling Profesional yang Berhasil*. Raja Grafindo Persada.
- Putra, M. F. S. J., Daffa, M., & Zakhullu, S. F. (2018). Membangun Rasa Empati Melalui Teknik Sociodrama pada Siswa SMP & SMA. *Fokus*, 1 (6), 240–248.
- Shapiro, L. E. (2003). *Mengajarkan Emotiona Intelligence pada Anak*. Gramedia Pustaka Utama.
- Sitti. (2009). *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Refika Aditama.
- Subandi, S., Hasanah, I. F., Dewi, L. L., & Jannah, S. R. (2020). Implementation of Group Counseling and Role-Playing: The Investigation of Students Social Interaction Improvement. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 3 (1).
- Taufik. (2012). *Empati Pendekatan Psikologi Sosial*. Rineka Cipta.
- Ulfa, N. I. (2019). The Effectiveness of Sociodrama Techniques Group Settings to Improve the Prosocial Attitude of SMA Adabiah 2 Padang Students. *Jurnal Neo Konseling*, 7.
- Winkel, W. S. (2006). *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. Gramedia.
- Yulianawanti, R., & Adiyanti, M. G. (n.d.). Cyberbullying in Relation to Empathy and Friendship Quality. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning (IJCBL)*, 8 (4), 26–41.
- Yusop, Y. M., Zainudin, Z. N., Ahmad, N. A., Othman, W. N. W., Surat, S., & Fung, W. S. (2020). The Effectiveness of Group Counselling: A Systematic Review. *Journal of Critical Reviews*, 7 (13), 513–518.