

**MENINGKATKAN RASA EMPATI SISWA MELALUI LAYANAN KONSELING KELOMPOK
DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA PADA SISWA KELAS XI IPS 3 SMA 2 KUDUS TAHUN
AJARAN 2014/2015**

Emi Indriasari

SMA Negeri 2 Kudus

e-mail: albertbaptista36@yahoo.co.id

Info Artikel

Sejarah artikel

Diterima Agustus
2016

Disetujui September
2016

Dipublikasikan
September 2016

Kata Kunci:

*layanan konseling
kelompok; empati.*

Keywords:

*Group counseling;
empaty*

Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian Tindakan Kelas (PTK) yaitu penelitian yang dilakukan guru (peneliti) untuk mengatasi permasalahan yang ada di sekolah, antara lain: masih ada siswa yang memiliki rasa empati yang rendah, kurangnya rasa peduli terhadap teman, bergaul sering memilih milih teman, dan saling mengejek kekurangan temannya. Hasil penelitian ini dapat di simpulkan bahwa: (1) mencapai keberhasilan karena antusiasme siswa untuk mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama. Hal ini ditandai dengan keaktifan siswa, perhatian, konsentrasi yang mengalami peningkatan setiap siklusnya. Pada pra siklus diketahui bahwa rasa empati siswa sangat kurang dengan rata-rata 25,4% maka, peneliti berupaya meningkatkan rasa empati melalui siklus I pertemuan pertama dengan hasil 49%, pertemuan kedua 48% ada peningkatan 15% dari pertemuan sebelumnya, pertemuan ketiga mendapat hasil 66% terjadi peningkatan 18%. Pada siklus II mendapatkan hasil 69%, pertemuan kedua 77% dan pertemuan ketiga mendapat hasil 80% terjadi peningkatan 3% termasuk kategori baik hal ini dikarenakan peneliti dan siswa dapat menghidupkan dinamika kelompok dengan baik.

Abstract

This study is a classroom action research (PTK) that is a research done by teacher (researcher) to overcome the existing problems in school, such as, there are some student with low empathy, less care to friends, being choosy to get along with friends, and mecking at the teahnees of other friend. It can be concluded rfrom the process that: (1) success was abtaine because of the students, enthusiasm to join the graup counseling service with sosiodrama tecnique it can be sen from the student, being active, attention, concentration that increase in every cycle. In the pre cycle it can be seen that the student, empathy was very low with the average of 25,4% so that the researcher fried to increase the empathy. Through cycle in the fist meeting with the result 49%, in the second meeting whit the result 48% whicth means there was an ..15% from the previous meeting, in the third meeting with the result 66% , which means they was 18% in cycle II. The result the was 69%, the second meeting 77% and the third meeting is 80%. It increased by 3% which was categorized as "Good". The cause was that the researcher and the student can make the graup dynamics work well.

© 2016 Universitas Muria Kudus

Print ISSN 2460-1187

Online ISSN 2503-281X

PENDAHULUAN

Pertengkaran di sekolah sebenarnya bukan merupakan masalah yang baru di kalangan pelajar. motif pertengkaran adalah sikap saling mengejek antar siswa. Mereka bersikap masa bodoh dengan keadaan teman-teman mereka yang membutuhkan bantuan. Apalagi bagi mereka yang mempunyai strata sosial lebih tinggi. Mereka akan meremehkan teman-teman mereka, bahkan tidak segan mereka mengejeknya. Situasi yang demikian inilah yang dapat mengakibatkan ketidakharmonisan antar pelajar kita sehingga sikap mereka ini disebabkan karena kurangnya rasa empati yang dimiliki oleh sebagian pelajar memiliki angka pertengkaran yang tinggi.

Empati diungkapkan bahwa identifikasi kepada seseorang muncul sampai batas-batas tertentu dalam setiap percakapan, bahkan empati merupakan proses mendasar dalam cinta (Enjang, 2009:179). Dengan kepedulian itulah setiap manusia dapat menanamkan rasa saling menyayangi dengan sesama. Kenyamanan dan ketentraman itu tampaknya masih sangat jauh dari kondisi yang kini tengah dialami oleh para siswa kelas XI IPS 3 SMA 2 Kudus bahwa siswa belum mempunyai rasa empati yang baik. Indikasi ini peneliti melihat dari keseharian mereka dalam pergaulan yang ada di dalam kelas maupun di luar kelas. Siswa selalu memilih-milih teman bergaul, siswa yang pandai juga tidak bersedia untuk berbagi ilmu dengan teman mereka yang membutuhkan, kurang adanya komunikasi yang baik, saling membanggakan dirinya sendiri. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya perselisihan di kelas karena kurangnya rasa empati dalam diri mereka. Berdasarkan pengakuan dari siswa banyak para siswa yang acuh tak acuh dengan teman yang satu dengan yang lainnya, bahkan mereka saling mengejek dengan bahasa yang menyinggung perasaan. Dari sikap inilah tingginya perselisihan di kelas karena kurangnya rasa empati antar siswa.

Dari permasalahan diatas peneliti merasa perlu untuk meningkatkan rasa empati siswa agar dapat menciptakan suasana kelas yang harmonis melalui layanan bimbingan dan konseling dengan teknik sosiodrama. Salah satu layanan dalam

bimbingan dan konseling yang dianggap tepat adalah layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik sosiodrama cukup efektif karena dalam konseling kelompok mereka akan membahas permasalahan yang sedang dialami oleh teman mereka. Dalam layanan konseling kelompok, pemimpin kelompok dapat mengintervensi anggota kelompok melalui pendekatan-pendekatan konseling guna memecahkan masalah klien. Dengan Penerapan teknik sosiodrama dirasa efektif karena efek dari pelaksanaan teknik ini dapat berkesan dengan kuat dan tahan lama, sangat menarik bagi siswa, melatih kreativitas siswa, serta membantu siswa untuk lebih menghayati peristiwa yang berlangsung dengan mudah.

PEMBAHASAN

Pengertian Empati

Empati merupakan arti dari kata "*einfulung*" yang dipakai oleh para psikolog Jerman. Secara harfiah ia berarti "merasakan ke dalam". Empati berasal dari kata Yunani "*phatos*", yang berarti perasaan yang mendalam dan kuat yang mendekati penderitaan dan kemudian diberi awalan "in". Kata ini parallel dengan kata "simpati". Tetapi antara keduanya terdapat perbedaan. Bila simpati berarti "merasakan bersama" maka empati mengacu pada keadaan identifikasi kepribadian yang lebih mendalam kepada seseorang, sehingga seseorang yang berempati sesaat melupakan atau kehilangan dirinya sendiri.

Dengan demikian penekanan empati tersebut menyatakan bahwa kemampuan menyelami perasaan orang lain tersebut tidak membuat kita tenggelam dan larut dalam situasi perasaannya tetapi kita mampu memahami perasaan negatif atau positif seolah-olah emosi itu kita alami sendiri (resonansi perasaan). Kemampuan berempati akan mampu menjadi kunci dalam keberhasilan bergaul dan bersosialisasi di masyarakat.

Kemampuan empati akan mendorong kita mampu melihat permasalahan dengan lebih jernih dan menempatkan objektivitas dalam memecahkan masalah. Banyak alternatif yang memungkinkan dapat diambil

manakala kita dapat berempati dengan orang lain dalam menghadapi masalah. Tanpa adanya empati sulit rasanya kita tahu apa yang sedang dihadapi seseorang karena kita tidak dapat memasuki perasaannya dan memahami kondisi yang sedang dialami.

Ciri-ciri Orang yang Berempati

Orang yang memiliki kehangatan terhadap orang lain;

- 1) Bertutur kata lembut dengan orang lain;
- 2) Memiliki sikap peduli terhadap sesama dan lingkungan sekitarnya;
- 3) Memiliki perasaan iba dan belas kasihan terhadap orang lain.

Sementara menurut Goleman (2003 : 31) menjelaskan bahwa ciri-ciri orang yang memiliki rasa empati adalah sebagai berikut :

- 1) Mampu menerima sudut pandang orang lain;
- 2) Memiliki kepekaan perasaan terhadap orang lain;
- 3) Mampu mendengarkan orang lain.

Layanan Konseling Kelompok

Menurut Harrison (dalam Kurnanto 2013 : 7) konseling kelompok adalah "konseling yang terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor". Dalam prosesnya, konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah, seperti kemampuan dalam membangun hubungan dan komunikasi, pengembangan rasa empati, dan keterampilan-keterampilan dalam mengatasi masalah.

Menurut Smith (dalam Mashudi 2013 : 248) konseling kelompok adalah "layanan yang membantu peserta didik dalam pembahasan dan pengentasan masalah pribadi melalui dinamika kelompok". Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah layanan dalam bimbingan dan konseling yang membahas permasalahan yang dialami anggotanya dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Tujuan Konseling Kelompok

Menurut Winkel (dalam Kurnanto 2013:10-11) konseling kelompok dilakukan dengan berbagai tujuan, yaitu :

1. Menemukan dirinya sendiri. Berdasarkan pemahaman diri itu dia lebih rela.
2. Para anggota kelompok mengembangkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas pada fase perkembangan mereka.
3. Para anggota kelompok memperoleh kemampuan pengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontra antar pribadi di dalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari di luar kehidupan kelompoknya.
4. Para anggota kelompok menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akan lebih membuat mereka lebih sensitif juga terhadap kebutuhan-kebutuhan dan perasaan-perasaan sendiri.
5. Masing-masing anggota kelompok menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.
6. Para anggota kelompok lebih berani melangkah maju dan menerima resiko yang wajar dalam bertindak, daripada tinggal diam dan tidak berbuat apa-apa.
7. Para anggota kelompok lebih menyadari dan menghayati makna kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan akan diterima orang lain.
8. Masing-masing anggota kelompok semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya sendiri kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain. Dengan demikian dia tidak merasa terisolir, atau seolah-olah hanya dialah yang mengalami ini dan itu.
9. Para anggota kelompok belajar berkomunikasi dengan anggota-anggota yang lain secara terbuka, dengan saling

menghargai dan menaruh perhatian. Pengalaman bahwa komunikasi demikian dimungkinkan akan membawa dampak positif dalam kehidupan dengan orang-orang yang dekat dikemudian hari.

Menurut pendapat Prayitno (2012 : 152) tujuan konseling kelompok adalah sebagai berikut:

1. Berkembangnya perasaan, pikiran, wawancara dan sikap terarah kepada tingkah laku yang bertanggung jawab, khususnya dalam bersosialisasi/komunikasi.
2. Terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah tersebut bagi individu-individu lain peserta layanan konseling kelompok.

Dari beberapa tujuan di atas peneliti dapat menyimpulkan tujuan konseling kelompok yaitu membantu siswa di dalam proses sosialisasi, membantu siswa di dalam peningkatan sensitivitas, membantu siswa di dalam proses pemahaman diri. Membantu siswa di dalam meningkatkan keterampilan interpersonal, membantu siswa di dalam memperoleh pemahaman yang luas terhadap faktor-faktor sosial yang mempengaruhi perkembangan kepribadiannya, membantu siswa di dalam memperoleh pandangan yang luas tentang dirinya dalam hubungannya dengan orang lain, membantu siswa di dalam mengendorkan ketegangan dan atau frustrasi, kecemasan, perasaan berdosa dan sebagainya, membantu siswa agar dapat memperoleh penerimaan yang obyektif tentang pikiran-pikirannya, perasaan serta motif-motifnya, membantu individu untuk mendiskusikan masalah pribadinya dan memecahkannya dengan caranya sendiri, dan membantu siswa di dalam memperkecil kegagalannya, memperbaiki kebiasaan dan memperbaiki tingkah laku.

Fungsi Konseling Kelompok

Konseling kelompok bersifat pencegahan dan penyembuhan. Konseling kelompok bersifat pencegahan, dalam arti bahwa individu yang dibantu mempunyai

kemampuan normal atau berfungsi secara wajar di masyarakat, tetapi memiliki beberapa kelemahan dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain. Sedangkan konseling kelompok bersifat penyembuhan dalam pengertian membantu individu untuk dapat keluar dari persoalan yang dialaminya dengan cara memberikan kesempatan, dorongan, juga pengarahan kepada individu untuk mengubah sikap dan perilakunya agar selaras dengan lingkungannya. Ini artinya, bahwa penyembuhan yang dimaksud disini adalah penyembuhan bukan persepsi pada individu yang sakit, karena pada prinsipnya, objek konseling adalah individu yang normal, bukan individu yang sakit secara psikologis.

Dengan memperhatikan definisi konseling kelompok sebagaimana telah disebutkan di atas, fungsi layanan konseling kelompok mempunyai dua fungsi, yaitu fungsi layanan kuratif; yaitu layanan yang diarahkan untuk mengatasi persoalan yang dialami individu, serta fungsi layanan preventif; yaitu layanan konseling yang diarahkan untuk mencegah terjadinya persoalan pada para individu.

Asas-asas yang digunakan dalam konseling kelompok

Menurut Prayitno (2012 : 162-163) terdapat asas-asas yang digunakan dalam layanan konseling kelompok, yaitu sebagai berikut :

1. Asas kerahasiaan
Segala sesuatu yang dibahas dan muncul dalam kegiatan kelompok hendaknya menjadi rahasia kelompok yang hanya boleh diketahui anggota kelompok dan tidak disebarluaskan keluar kelompok.
2. Asas kesukarelaan
Kesukarelaan anggota kelompok dimulai sejak awal pembentukan kelompok oleh pemimpin kelompok. Kesukarelaan terus menerus dibina melalui upaya pemimpin kelompok mengembangkan syarat-syarat kelompok yang efektif dan penstrukturan tentang layanan konseling kelompok.
3. Asas keterbukaan

Anggota kelompok secara aktif dan terbuka menampilkan diri tanpa rasa takut, malu ataupun ragu.

4. Asas kekinian
Asas kekinian memberikan isi aktual dalam pembahasan yang dilakukan, anggota kelompok diminta mengemukakan hal-hal yang terjadi dan berlaku sekarang ini.
5. Asas kenormatifan
Asas kenormatifan dipraktikkan berkenaan dengan cara-cara berkomunikasi dan tata krama dalam kegiatan kelompok, dan dalam mengenai isi bahasan.

Tahap-tahap dalam konseling kelompok

Menurut Raharjo (2013 : 136) tahap konseling kelompok dibagi menjadi 4 tahap, yaitu :

1. Tahap pembentukan, pembentukan kelompok merupakan tahap awal yang sangat berpengaruh dalam proses konseling kelompok selanjutnya.
2. Tahap peralihan, adalah terbebaskannya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya, makin mantapnya suasana kelompok dan kebersamaan, makin mantapnya minat untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok.
3. Tahap kegiatan, bertujuan membahas suatu masalahnya atau topik yang relevan dengan kehidupan anggota secara mendalam dan tuntas.
4. Tahap penutup, merupakan penilaian dan tindak lanjut, adanya tujuan terungkapnya kesan-kesan anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan, terungkapnya hasil kegiatan kelompok yang telah dicapai yang dikemukakan secara mendalam dan tuntas, terumuskan rencana kegiatan lebih lanjut, tetap dirasakannya hubungan kelompok dan rasa kebersamaan meskipun kegiatan diakhiri.

Pengertian Sosiodrama

Sosiodrama berasal dari kata sosio yang artinya masyarakat, dan drama yang artinya keadaan orang atau peristiwa yang

dialami orang, sifat dan tingkah lakunya, hubungan seseorang, hubungan seseorang dengan orang lain dan sebagainya.

Menurut Winkel (1993) sosiodrama merupakan dramatisasi dari berbagai persoalan yang dapat timbul dalam pergaulan dengan orang-orang lain, termasuk konflik yang sering dialami dalam pergaulan sosial. bahwa metode sosiodrama merupakan metode mengajar dengan cara mempertunjukkan kepada siswa tentang masalah-masalah, caranya dengan mempertunjukkan kepada siswa masalah bimbingan hubungan sosial tersebut didramatisir oleh siswa dibawah pimpinan guru.

Tujuan Sosiodrama

Dapat dikatakan bahwa teknik sosiodrama lebih tepat digunakan untuk mencapai tujuan yang mengarah pada :

- a) Aspek afektif motorik dibandingkan pada aspek kognitif, terkait dengan kehidupan hubungan sosial. Sehubungan dengan itu maka materi yang disampaikan melalui teknik sosiodrama bukan materi yang bersifat konsep-konsep yang harus dimengerti dan dipahami, tetapi berupa fakta, nilai, mungkin juga konflik-konflik yang terjadi di lingkungan kehidupannya.
- b) Melalui permainan sosiodrama, konseli diajak untuk mengenali, merasakan suatu situasi tertentu sehingga mereka dapat menemukan sikap dan tindakan yang tepat seandainya menghadapi situasi yang sama. Diharapkan akhirnya mereka memiliki sikap dan ketrampilan yang diperlukan dalam mengadakan penyesuaian social dengan bermain peran

Pembahasan Siklus II

Pada siklus II peneliti melakukan perbaikan layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama Hal ini ditunjukkan dengan data perolehan observasi indikator keberhasilan Rasa empati siswa meningkat lagi Ini berarti rasa empati siswa sudah tergolong baik oleh karena itu, peneliti memutuskan bahwa penelitian tindakan Bimbingan dan Konseling pada siklus II dipandang sudah cukup berhasil

karena hasil observasi individu maupun kelompok dengan kategori baik sehingga Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Sociodrama Dapat Meningkatkan Rasa Empati Siswa Kelas XI SMA 2 Kudus tahun ajaran 2014/2015", diterima karena telah teruji kebenarannya.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan penilaian segera yang dilakukan peneliti terhadap siswa dapat diketahui bahwa siswa belum dapat sepenuhnya mengikuti konseling kelompok dengan teknik sociodrama yang diterapkan oleh peneliti. Siswa memang terlihat antusias dan percaya diri, tetapi respon tindakan yang mereka perankan belum memperlihatkan solusi dari permasalahan yang dibahas. Hal yang demikian terjadi karena kurangnya jelasnya pengarahan dari peneliti mengenai tujuan dari pelaksanaan teknik sociodrama dalam konseling kelompok itu sendiri. Namun, dari setiap pertemuan ada sedikit peningkatan mengenai pemahaman siswa terkait tujuan tersebut. Berdasarkan penelitian ini, ternyata penggunaan bahasa dalam pelaksanaan layanan sangat mempengaruhi keefektifan layanan tersebut. Penggunaan bahasa yang sederhana akan lebih mudah dipahami oleh peserta layanan sehingga layanan yang diberikan akan berjalan dengan efektif. Namun, dalam menggunakan bahasa harus diperhatikan pula sasaran dari layanan tersebut. Dengan demikian, aspek penilaian dalam konseling kelompok masih perlu ditingkatkan pada siklus II.

Berdasarkan hasil yang dicapai pada penelitian siklus I belum mencapai indikator keberhasilan. Oleh karena itu, peneliti

melakukan tindakan selanjutnya dengan menerapkan rencana perbaikan seperti hal di atas pada siklus II sebagai upaya perbaikan dari siklus I.

Saran

1. Konselor seyogyanya lebih mendekati diri kepada siswa dengan cara lebih sering untuk melakukan kunjungan rumah sehingga lebih mengetahui kebutuhan siswa dan faktor-faktor yang melatar belaknginya.
2. Konselor seyogyanya lebih inovatif dan variatif dalam menggunakan teknik-teknik konseling agar siswa lebih tertarik dengan layanan yang diterapkan.
3. Konselor diharapkan melakukan pengawasan terhadap siswa baik ketika di dalam maupun di luar kelas untuk mengontrol tingkah laku mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Dhieni, N. dan L. Fridani. 2007. *Metode Pengembangan Bahasa: Hakikat Perkembangan Bahasa Anak*. Semarang: IKIP Veteran
- Enjang. 2009. *Komunikasi Konseling*. Bandung: Nuansa.
- Prayitno. 2012. *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: Universitas Negeri Padang
- Winkel dan Hastuti, Sri. 2005 *Bimbingan dan Konseling di institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi
- Raharjo, S. dan Gudnanto. 2010. *Pemahaman Individu*. Teknik Non Tes. Kudus : Nora Media

GUSJIGANG
JURNAL KONSELING