



Pengembangan Empati Sosial Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Metode Sociodrama Pada Siswa Kelas VIII SMP DI UPT SPF SMP N 1 Patumbak

Azur Aini Harahap¹, Ika Sandra Dewi², Nurlaili³, Rezky Maiya⁴

^{1,2,3,4}Pendidikan Profesi Guru, Universitas Muslim Nusantara Al-Washliyah, Indonesia

Email: azurainiharahap07@gmail.com¹, ikasandradewi@umnaw.ac.id²,
nurlaili@umnaw.ac.id³, rezkymaiya1415262@gmail.com⁴

ABSTRAK

Empati sosial merupakan keterampilan penting dalam membentuk hubungan interpersonal yang sehat pada masa remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan empati sosial siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan metode sociodrama. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang dilaksanakan pada siswa kelas VIII SMP. Subjek penelitian terdiri dari tujuh siswa yang dipilih berdasarkan hasil observasi dan rekomendasi guru BK. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan bimbingan kelompok dengan metode sociodrama dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam memahami dan merespons perasaan orang lain, mendengarkan dengan perhatian, serta menunjukkan sikap peduli terhadap teman. Peran aktif siswa dalam memainkan karakter peran dalam sociodrama terbukti mendorong mereka untuk mengambil perspektif orang lain dan menumbuhkan kesadaran sosial. Dengan demikian, metode sociodrama efektif digunakan dalam layanan bimbingan kelompok untuk mengembangkan empati sosial siswa SMP.

Kata Kunci: Empati sosial, Bimbingan Kelompok, Sociodrama, Siswa SMP

ABSTRACT

Social empathy is an important skill in forming healthy interpersonal relationships in adolescence. This study aims to develop students' social empathy through group guidance services with the sociodrama method. The study used a descriptive qualitative approach implemented on grade VIII junior high school students. The subjects of the study consisted of seven students selected based on the results of observations and recommendations from guidance and counseling teachers. Data were collected through observation and interviews.

The results of the study indicate that group guidance activities with the sociodrama method can improve students' abilities in understanding and responding to other people's feelings, listening attentively, and showing caring attitudes towards friends. The active role of students in playing character roles in sociodrama has been shown to encourage them to take the perspective of others and foster social awareness. Thus, the sociodrama method is effectively used in group guidance services to develop social empathy for junior high school students.

Keywords: Social empathy, Group Guidance, Sociodrama, Junior High School Students

PENDAHULUAN

Empati sosial merupakan kemampuan individu untuk memahami dan merasakan kondisi emosional orang lain serta meresponnya secara tepat dalam konteks sosial. Empati sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengidentifikasi apa yang sedang dipikirkan atau dirasakan oleh orang lain dalam rangka untuk merespon pikiran dan perasaan mereka dengan sikap yang tepat (Howe, 2015; Baron Cohen, 2011). Bagi peserta didik SMP yang sedang berada pada masa remaja awal, kemampuan ini sangat penting dalam menjalin hubungan sosial yang sehat, menumbuhkan sikap toleransi, dan mencegah konflik interpersonal. Namun fenomena yang terjadi di lingkungan sekolah, seperti ejekan, perundungan dan rendahnya kepedulian terhadap teman yang mengalami masalah, menunjukkan bahwa empati sosial masih belum berkembang secara optimal pada sebagian siswa. Individu yang memiliki empati tinggi biasanya dermawan, disenangi dalam pergaulan, mudah menyesuaikan diri dan percaya diri (Baron, 2002).

Dalam konteks pendidikan, layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam membina perkembangan sosial emosional siswa. Salah satu layanan yang relevan untuk mengembangkan empati sosial adalah bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok memberikan ruang bagi siswa untuk berbagi pengalaman, berdiskusi, dan belajar dari situasi sosial nyata dalam suasana yang terbimbing.

Metode sosiodrama dalam bimbingan kelompok merupakan pendekatan yang efektif untuk membangun empati sosial, karena siswa diajak untuk memerankan situasi sosial tertentu dan memahami peran orang lain secara langsung. Dengan memainkan peran dan melihat dari perspektif yang berbeda, siswa dapat mengembangkan kepekaan terhadap perasaan dan pikiran orang lain. Selain itu, diskusi reflektif setelah sosiodrama membantu siswa menginternalisasi nilai-nilai empati dan meningkatkan keterampilan interpersonal siswa.

Berdasarkan hasil *need assesment* pada studi awal pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan angket kebutuhan siswa di UPT SPF SMP Negeri 1 Patumbak diperoleh hasil dimana pengembangan empati menjadi salah satu tujuan yang ingin dicapai melalui layanan bimbingan kelompok. Jadi berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji bagaimana pengembangan empati sosial dapat dilakukan melalui layanan bimbingan kelompok dengan metode sosiodrama pada siswa kelas VIII UPT SPF SMP Negeri 1 Patumbak.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti menganggap pentingnya pengembangan empati sosial melalui model bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama. Dari rumusan masalah yaitu bagaimana pengembangan empati sosial melalui bimbingan kelompok dengan metode sosiodrama pada siswa kelas VII SMP dengan tujuan untuk mendeskripsikan proses pengembangan empati sosial melalui bimbingan kelompok dengan metode/teknik sosiodrama pada siswa kelas VIII SMP, maka manfaat penelitian ini yaitu untuk : 1) pengembangan empati sosial melalui metode sosiodrama, 2) sebagai referensi dalam memilih metode yang tepat untuk membina empati sosial siswa, 3) memberikan pengalaman pembelajaran sosial yang bermakna untuk meningkatkan empati terhadap sesama. 4) mendukung terciptanya lingkungan sosial yang lebih harmonis dan inklusif.

Kajian Pustaka Empati Sosial

Empati sosial merupakan kemampuan individu dalam memahami dan merasakan kondisi emosional orang lain serta memberikan respons secara tepat dalam konteks sosial. Menurut Decety & Cowell (2015), empati tidak hanya mencakup kemampuan merasakan emosi orang lain, tetapi juga memahami perspektif mereka secara kognitif dalam situasi sosial yang kompleks. Empati sosial melibatkan keterampilan untuk menyesuaikan diri dengan norma dan emosi sosial secara sadar.

Empati sangat penting dikembangkan sejak masa remaja, karena pada masa ini terjadi perubahan signifikan dalam interaksi sosial dan pembentukan identitas diri (Santrock, 2018). Empati sosial dapat dikenali melalui indikator seperti mampu mendengarkan orang lain, menunjukkan kepedulian, merespon secara emosional, dan memahami situasi orang lain dari sudut pandang mereka (Zaki, 2019).

Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang diberikan secara kelompok dengan tujuan membantu siswa mengembangkan pemahaman dan keterampilan dalam aspek pribadi, sosial, belajar maupun karier. Menurut Gibson & Mitchell (2016), bimbingan kelompok memungkinkan peserta untuk saling berbagi pengalaman, berinteraksi secara dinamis, dan memperoleh pemahaman diri maupun sosial secara lebih dalam. Adapun tahapan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok mencakup :1) pembentukan kelompok, 2) peralihan, 3) kegiatan inti, dan 4) penutupan atau evaluasi (Corey, et al., 2018). Layanan ini dapat digunakan untuk meningkatkan empati melalui diskusi dan kegiatan yang menumbuhkan kesadaran terhadap perasaan orang lain.

Metode Sociodrama dalam Bimbingan Kelompok

Sociodrama adalah metode belajar sosial yang menempatkan peserta dalam suatu peran untuk memahami situasi tertentu dari perspektif orang lain. menurut Dayakisni & Hudaniah (2019), sociodrama membantu individu mengembangkan empati, meningkatkan kesadaran sosial, dan keterampilan menyelesaikan konflik melalui simulasi kehidupan nyata. Dalam konteks bimbingan kelompok, metode ini efektif karena memberikan pengalaman langsung dalam memahami konflik sosial, merespon secara emosional, dan melakukan refleksi bersama. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian Nisa dan Prihantini (2021) yang menunjukkan bahwa penggunaan sociodrama dalam layanan BK mampu meningkatkan empati dan kerja sama antarsiswa.

Penelitian Terdahulu

Penelitian oleh Utami & Fauzan (2020) menemukan bahwa bimbingan kelompok dengan metode sociodrama berpengaruh positif terhadap peningkatan empati sosial siswa SMP. Penelitian lain oleh Lestari dan Wahyuni (2022) juga membuktikan bahwa siswa lebih mudah memahami perasaan orang lain setelah terlibat dalam kegiatan sociodrama. Karena pengalaman langsung bermain peran memicu refleksi emosional yang mendalam.

Kerangka Pikir

Empati sosial merupakan aspek penting dalam kehidupan sosial peserta didik dan dapat dikembangkan melalui layanan bimbingan kelompok. Metode sociodrama sebagai

bagian dari teknik pembelajaran sosial dapat meningkatkan empati dengan memberikan kesempatan kepada siswa untuk memahami berbagai perspektif dalam kehidupan sosial. Oleh karena itu, melalui layanan bimbingan kelompok yang terstruktur dan penggunaan metode sosiodrama, siswa kelas VIII diharapkan dapat meningkatkan kemampuan empati sosial mereka secara signifikan.

METODE PENELITIAN

Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, yang bertujuan untuk mendeskripsikan secara mendalam proses pengembangan empati sosial siswa melalui bimbingan kelompok dengan metode sosiodrama. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memahami makna dari pengalaman peserta secara langsung dalam konteks sosial dan pendidikan (Creswell & Poth, 2018). Subjek penelitian adalah siswa kelas VIII UPF SPF SMP N 1 Patumbak yang menunjukkan perilaku sosial kurang empati berdasarkan hasil identifikasi awal dari guru BK. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive dengan jumlah peserta 5-10 orang, sesuai dengan standar efektivitas bimbingan kelompok (Corey et al., 2018). Penelitian dilakukan di UPT SPF SMP N 1 Patumbak, pada semester genap tahun ajaran 2024/2025. Kegiatan bimbingan kelompok dengan metode sosiodrama dilaksanakan di ruang BK yang representatif dan mendukung proses interaksi sosial peserta.

Data dianalisis dengan pendekatan Miles, Huberman, & Saldana (2018) dengan reduksi data dimana seleksi dan penyederhanaan data berdasarkan fokus penelitian, selanjutnya penyajian data untuk menyusun informasi ke dalam bentuk naratif dan tematik. Selanjutnya penarikan kesimpulan dilakukan untuk membuat interpretasi makna berdasarkan data dan melakukan validasi melalui triangulasi.

Keabsahan data dijaga melalui teknik triangulasi sumber dan metode, member checking, dan diskusi sejawat, agar hasil penelitian dapat dipertanggungjawabkan secara akademik dan objektif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Umum Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di UPT SPF SMP N 1 Patumbak pada semester genap tahun ajaran 2024/2025. Kegiatan difokuskan pada layanan bimbingan kelompok yang menggunakan metode sosiodrama dengan tujuan meningkatkan empati sosial siswa kelas VIII. Peserta kegiatan berjumlah 7 siswa yang sebelumnya telah diidentifikasi memiliki kesulitan dalam berempati berdasarkan masukan dari guru BK dan hasil observasi awal.

Kegiatan berlangsung selama 4 kali pertemuan dengan durasi 40 menit setiap sesi. Setiap sesi mencakup tahap pembukaan, pelaksanaan sosiodrama, diskusi reflektif dan penutupan. Topik yang diangkat dalam sosiodrama meliputi situasi konflik dalam pertemanan, perbedaan pendapat, dan respon terhadap teman yang mengalami kesulitan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perubahan Perilaku Empati Siswa

Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan, terjadi peningkatan pada beberapa indikator empati sosial, yaitu:

- a. Kemampuan mendengarkan dan memahami perasaan orang lain
Pada sesi awal, sebagian siswa terlihat kurang fokus dan enggan menyimak cerita temannya. Namun, pada sesi ketiga dan keempat, siswa mulai menunjukkan perhatian saat temannya berbicara, memberikan respons nonverbal positif seperti mengangguk dan tersenyum.
- b. Kesiediaan dalam membantu teman dalam kesulitan
Siswa mulai menunjukkan inisiatif untuk menyemangati dan menawarkan bantuan secara verbal dalam simulasi maupun kehidupan sehari-hari di kelas.
- c. Kemampuan mengambil perspektif/sudut pandang orang lain
Melalui peran yang dimainkan dalam sosiodrama, siswa dapat lebih memahami bagaimana orang lain merasakan sesuatu dalam konflik sosial.

Contoh nyata ditunjukkan oleh siswa berinisial A yang pada sesi pertama enggan berbicara, namun pada sesi keempat mampu mengekspresikan perasaan dari sudut pandang orang lain dan menyampaikan pemahaman terhadap peran temannya.

Adapun sebagian besar siswa menyatakan bahwa mereka menjadi lebih sadar akan perasaan orang lain. Siswa mengaku bahwa dengan memainkan peran sebagai "teman yang disakiti" atau "teman yang mengalami masalah", mereka bisa merasakan apa yang biasanya tidak mereka pikirkan. "*Saya jadi ngerti ternyata perasaan orang bisa berbeda, apalagi kalau kita nggak perhatian*". Ungkap siswa berinisial R.

Guru BK juga menyampaikan bahwa setelah kegiatan, beberapa siswa mulai menunjukkan perilaku lebih peduli dan terbuka terhadap teman sekelas yang berbeda latar belakang atau pendapat.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan metode sosiodrama efektif dalam mengembangkan empati sosial siswa SMP. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Nisa & Prihantini (2021) yang menyatakan bahwa sosiodrama mendorong siswa untuk berpikir dan merasakan dari sudut pandang orang lain, sehingga meningkatkan respons empatik.

Melalui metode sosiodrama, siswa tidak hanya memahami empati secara teoritis, tetapi juga mempraktikannya secara langsung dalam simulasi sosial yang menyerupai kehidupan nyata. Ini mendukung pernyataan Zaki (2019) bahwa pengalaman emosional langsung merupakan komponen penting dalam pengembangan empati.

Pendekatan bimbingan kelompok memberikan ruang aman bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan dan belajar dari pengalaman teman sebaya. Corey et al (2018) menyatakan bahwa dinamika kelompok yang positif dapat memperkuat hubungan interpersonal dan mendorong perubahan perilaku secara alami.

Dengan demikian bimbingan kelompok dengan metode sosiodrama terbukti sebagai pendekatan yang tepat untuk menumbuhkan kesadaran sosial dan keterampilan empati pada remaja, terutama dalam lingkungan sekolah yang menjadi ruang utama interaksi sosial mereka.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui pendekatan kualitatif deskriptif, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan metode sosiodrama mampu mengembangkan empati sosial pada siswa kelas VIII SMP. Hal ini terlihat dari peningkatan kemampuan siswa dalam :

1. Mendengarkan dan memahami perasaan orang lain secara lebih aktif.
2. Mengambil perspektif orang lain melalui peran yang dimainkan dalam sosiodrama.
3. Menunjukkan sikap peduli dan membantu teman dalam situasi sosial.
4. Memberikan tanggapan yang sesuai terhadap perasaan dan masalah teman.

Metode sosiodrama memungkinkan siswa mengalami secara langsung berbagai situasi sosial melalui simulasi yang dilakukan, sehingga mereka lebih mampu memahami dinamika perasaan dan pikiran orang lain. Selain itu, dinamika kelompok yang positif selama kegiatan turut memperkuat kemampuan empatik siswa.

Saran

Berdasarkan temuan penelitian, beberapa saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Guru BK, disarankan untuk lebih sering memanfaatkan metode sosiodrama dalam layanan bimbingan kelompok, khususnya untuk mengembangkan keterampilan sosial dan empati siswa.
2. Bagi Sekolah, perlu mendukung pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok dengan menyediakan waktu, ruang, dan fasilitas yang memadai, serta mendorong partisipasi aktif siswa.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian ini ke dalam bentuk eksperimen agar pengaruh metode sosiodrama terhadap empati sosial dapat diukur secara lebih kuantitatif, atau menjangkau lebih banyak peserta untuk mendapatkan data yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Corey, G., Corey, M. S., & Corey, C. (2018). *Groups: Process and Practice* (10th ed.). Cengage Learning.
- Cresswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (4th ed). SAGE Publications.
- Dayakisni, T., & Hudaniah. (2019). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Decety, J., & Cowell, J. M. (2015). *Empathy, Justice, and moral behavior*. *AJOB Neuroscience*, 6(3), 3-14.
- Gibson, R. L., & Mitchell, M. H. (2016). *Introduction to Counseling and Guidance* (7th ed.) Pearson.
- Lestari, S., & Wahyuni, R. (2022). *Peningkatan Empati Sosial Melalui Teknik Sosiodrama pada Siswa SMP*. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 10(1), 45-54.
- Nisa, R. H., & Prihantini, E. D. (2021). *Sosiodrama untuk Meningkatkan Empati dan Kerja Sama dalam Bimbingan Kelompok*. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 8(2), 102-111.
- Oktaviani, D., & Susilowati, R. (2017). *Pengembangan Empati Sosial Siswa Melalui Kegaitan Simulasi dalam Layanan BK*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 101-110.

- Utami, N., & Fauzan, R. (2020). *Efektivitas Sosiodrama dalam Meningkatkan Empati Siswa. Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 120-128.
- Yusuf, S. (2016). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. PT Remaja Rosdakarya.
- Zaki, J. (2019). *The War For Kindness: Building Empathy in a Fractured World*. Crown Publishing.