

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Remaja harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan di sekitarnya. Untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi dewasa, remaja harus berbuat banyak penyesuaian baru. Yang terpenting dan yang tersulit adalah penyesuaian diri dengan meningkatnya pengaruh kelompok teman sebaya, perubahan dalam perilaku sosial dan pengelompokan sosial yang baru. Semakin banyak partisipasi sosial, semakin besar kompetensi sosial remaja seperti terlihat dalam kemampuan bergaul, beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Dengan demikian remaja memiliki kepercayaan diri yang diungkapkan melalui sikap yang tenang dan seimbang dalam situasi sosial (Nurhihsan dan Agustin, 2013: 75). Salah satu tugas perkembangan yang harus dimiliki remaja agar mampu berkembang secara sosial ialah memiliki keterampilan sosial, keterampilan sosial tersebut yang meliputi kemampuannya dalam berkomunikasi dengan orang lain, menghargai diri sendiri dan orang lain, mendengarkan pendapat dan keluhan orang lain. Apabila keterampilan sosial dikuasai oleh remaja pada fase tersebut maka ia akan mampu menyesuaikan diri lingkungan sosial. Jika individu ingin mengembangkan penyesuaian dengan lingkungan sosialnya maka ia harus menghargai hak orang lain, mampu menciptakan suatu relasi yang sehat dengan orang lain, mengembangkan persahabatan berperan aktif dalam kegiatan sosial dan menghargai nilai-nilai dari hukum sosial dan tradisi.

Dalam konteks sosial, remaja merupakan makhluk yang saling membutuhkan satu sama lain dalam kehidupan bermasyarakat, ia tidak akan mampu hidup sendiri melainkan saling ketergantungan dan saling berdampingan. Dalam kehidupan bermasyarakat manusia diciptakan dengan berbagai karakter dan watak yang berbeda-beda sehingga seorang individu tidak bisa memaksakan atau meyakinkan pikiran mereka dengan kemauannya sendiri, maka dari itu

empati sangat berperan dalam kehidupan bermasyarakat. Empati dianggap sebagai salah satu cara yang paling efektif dalam usaha memahami, mengenali, dan mengevaluasi orang lain. Melalui empati, individu mampu merasakan kebutuhan, aspirasi, keluhan, kebahagiaan, kecemasan, sakit hati yang dirasakan orang lain (Puspita dan Gungum, 2014). Empati merupakan dimensi pribadi sosial pada remaja, menurut Murro dan Kottman (1995) menegaskan elemen penting dalam aspek pribadi-sosial adalah mengembangkan konsep diri secara positif dan mengembangkan keahlian sosial secara tepat.

Menurut Goleman dalam Astuti (2014) orang dengan kemampuan empati yang tinggi dia mempunyai kemampuan untuk memahami dan mengerti perasaan orang lain sehingga dapat merasakan apa yang dialami oleh orang lain, mampu memahami diri sendiri, sebelum memahami orang lain, sebaliknya seseorang yang tanpa empati ia tidak dapat memahami perasaan orang lain yang akibatnya seseorang yang tidak dapat berempati akan mengalami masalah sosial. Tidak ada rasa empati akan memunculkan kehidupan yang keras, seperti para pembully, pemerkosa psikopat disebabkan kurangnya rasa empati mereka terhadap orang lain.

Seperti halnya kekerasan terhadap peserta didik di sekolah, bullying yang sering terjadi disebabkan rendahnya empati pelaku yang melakukan kekerasan tersebut terhadap korban. Penelitian yang dilakukan oleh Saripah (Kurnia,2014) menunjukkan “karakteristik perilaku bullying adalah memiliki kemampuan empati yang rendah serta tingkat agresivitas yang tinggi”. Anak yang sering menjadi korban bully atau gangguan fisik dan mental dari orang sekitar, akan menghadapi berbagai masalah kesehatan dan persoalan pribadi di masa depan. Studi baru Dieter Wolke menemukan hasil merugikan dari bully antara lain, penyakit serius, sulit bertahan dalam pekerjaan, dan hubungan sosial yang buruk (Pacifica, 2013).

Selain itu sebuah penelitian yang dilakukan oleh Salmivalli dkk (Lodge, 2014 : 3) mengatakan bahwa anak-anak yang melakukan perilaku bullying fokus akan dirinya sendiri, sangat kompetitif, suka memamerkan dirinya dan memiliki perilaku agresif. Penelitian lain yang dilakukan oleh Baumeister dkk juga

mengatakan bahwa anak-anak yang melakukan bullying dikarenakan kurangnya rasa empati terhadap orang lain dan mementingkan diri sendiri dalam hubungan interpersonal mereka.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Badriyah (2013: 88) tentang pengaruh empati dan *self control* terhadap perilaku agresif, menyatakan bahwa penelitian ini menemukan beberapa aspek lain yang berpengaruh negatif terhadap agresivitas remaja, namun tidak signifikan, yaitu *fantasy*, *empathic concern* dan jenis kelamin. Artinya, semakin tinggi seseorang membayangkan (*fantasy*), dan berusaha untuk lebih bersimpati (*empathic concern*) terhadap orang lain, maka semakin rendah agresivitasnya. Hal ini didukung oleh penelitian Miller & Eisenberg, dan Lovett dan Sheffield yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara empati terhadap agresi dan anti sosial yang berarah negatif.

Empati menjadi salah satu faktor resiko sekaligus solusi atas perilaku bullying di sekolah. Hasil penelitian Gini, Albiero, Benelli, dan Altoè (2007:467) menunjukkan perilaku bullying berhubungan dengan rendahnya tingkat empati pada pelaku bullying berjenis kelamin laki-laki. Hasil yang lebih spesifik ditunjukkan oleh penelitian Jolliffe dan Farrington (2011:59). Jolliffe dan Farrington menemukan bahwa pelaku bullying berjenis kelamin laki-laki memiliki tingkat empati yang rendah pada aspek kognitif dan afeksi. Sedangkan pada pelaku bullying yang berjenis kelamin perempuan memiliki tingkat empati yang rendah pada aspek afeksi. Hasil kedua penelitian menunjukkan bahwa empati yang rendah dapat mendorong munculnya perilaku bullying.

Dalam hasil penelitiannya, Gini, Albiero, Benelli, dan Altoè (2007:473) menyatakan empati dapat pula menjadi salah satu alternatif cara untuk mengurangi perilaku bullying di sekolah dengan jalan meningkatkan empati pada pelaku maupun penonton peristiwa bullying.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap peserta didik kelas X SMK Mitra Batik melalui observasi dan wawancara dengan guru BK bahwa peserta didik ketika guru di kelas sedang mengajar banyak yang asik dengan

kesibukannya, ada yang mengobrol dengan temannya yang lain sambil bermain gadget, ada juga peserta didik ketika osis sedang sosialisasi ke setiap kelas mereka menertawakan dan mengolok-olok yang sedang berbicara di depan. Dari temuan penelitian yang dilakukan di SMK Mitra Batik bahwa tingkat empati pada kelas X tahun ajaran 2019/2020 dengan kategori tinggi terdapat 27 siswa, kategori sedang terdapat 109 siswa dan kategori rendah terdapat 26 siswa.

Mengingat pentingnya kemampuan empati dalam hubungan kemanusiaan maka banyak penelitian tentang cara meningkatkan empati dengan beberapa metode seperti penelitian yang dilakukan oleh Leny Latifah dkk (2016) tentang upaya meningkatkan empati melalui penggunaan teknik sinema terapi dan hasil dari penelitian ini adalah penggunaan sinema terapi ini bermanfaat untuk menstimulasi pikiran yang memungkinkan siswa dapat menyilangkan gagasan-gagasan sehingga kesadarannya menjadi meningkat, dapat memperluas pandangan siswa tentang perbedaan kondisi manusia dan membuat siswa menghargai perbedaan perasaan orang lain terhadap berbagai macam hal sehingga menumbuhkan empati dalam dirinya yaitu kemampuan untuk memahami perasaan orang lain. Sedangkan bagi konselor, penggunaan sinema terapi dapat dijadikan sebagai variasi teknik yang bermanfaat dalam memberikan bimbingan untuk meningkatkan empati siswa SMP. Selain penelitian yang dilakukan di sekolah menengah pertama, adapun penelitian mengenai empati yang dilakukan pada siswa kelas X SMK penelitian ini dilakukan oleh Ulviatun (2016) tentang upaya peningkatan empati melalui teknik *photovoice*. Teknik *photovoice* ini bertujuan agar orang bisa merekam dan merefleksikan segala aktivitasnya, selain itu orang mendapatkan wawasan karena orang tidak hanya mengambil foto namun juga mendiskusikannya dalam situasi kelompok.

Upaya meningkatkan empati sebagai kompetensi landasan perilaku etis di sekolah, maka diperlukan layanan bimbingan dan konseling yang terintegrasi dengan kurikulum sekolah. Bimbingan dan konseling merupakan usaha membantu peserta didik agar dapat memahami dirinya, baik potensi maupun kelemahan-kelemahannya. Menurut Yusuf dan Nurihsan (2011:14), tujuan

bimbingan dan konseling yang terkait dengan aspek pribadi-sosial peserta didik, yaitu memiliki sikap positif atau respek terhadap diri sendiri dan orang lain, bersikap respek terhadap orang lain, menghormati atau menghargai orang lain, tidak melecehkan martabat atau harga dirinya, memiliki kemampuan berinteraksi sosial, yang diwujudkan dalam bentuk hubungan persahabatan, persaudaraan, atau silaturahmi dengan sesama manusia.

Oleh karena itu upaya intervensi untuk meningkatkan empati peserta didik dapat dilakukan menggunakan teknik atau cara yang sesuai dengan tugas perkembangan dan kebutuhan siswa. Seperti yang di jelaskan oleh Kartadinata, dkk. (2002:46) mengatakan “program bimbingan dan konseling di sekolah akan berlangsung secara efektif apabila didasarkan pada kebutuhan nyata dan kondisi objektif perkembangan peserta didik”.

Intervensi yang dilakukan untuk meningkatkan empati salah satunya melalui konseling, seperti penelitian yang dilakukan oleh Indriasari (2016) tentang meningkatkan rasa empati siswa melalui layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Kudus, dengan hasil 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.

Adapula penelitian yang dilakukan oleh Abdusshomad (2015) tentang upaya peningkatan empati melalui layanan konseling kelompok psikodrama yang dilakukan pada siswa kelas XI SMK N 1 Kudus, hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik psikodrama ini

dapat meningkatkan sikap empati terhadap permasalahan orang lain pada siswa kelas XI AK 2 SMK N 1 Kudus tahun ajaran 2014/2015. Ini terbukti dengan hasil yang diperoleh dari hasil observasi oleh kolabolator terhadap peneliti dalam melaksanakan layanan konseling kelompok, hasil observasi peneliti terhadap aktivitas siswa saat mengikuti layanan konseling kelompok, dan indikator peningkatan sikap empati terhadap permasalahan orang lain dari prasiklus ke siklus I dan siklus II.

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Pane (2018) tentang meningkatkan rasa empati siswa kelas viii menggunakan pendekatan psikoanalisa melalui layanan konseling individual. Dengan Hasil siklus I terjadi peningkatan sebesar 49%-74%, siklus II terjadi perkembangan dan peningkatan yaitu pertemuan III sebesar 60%-74% dan pertemuan ke IV sebesar 75%-80%. Dengan layanan konseling individual menggunakan pendekatan psikoanalisa yang diberikan, siswa mulai mampu meningkatkan rasa empati pada diri, merubah sikap yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain, serta dapat bersosialisasi baik dengan teman sebaya.

Dari beberapa intervensi dalam meningkatkan empati melalui konseling dengan pendekatan yang berbeda-beda, terdapat beberapa pendekatan konseling diantaranya konseling CBT teknik konseling ini merupakan konseling yang tidak hanya menekankan pada perubahan pemahaman konseli dari sisi kognitif namun memberikan konseling pada perilaku ke arah yang lebih baik, konseling REBT yang memiliki tujuan utama yaitu untuk mengajarkan klien agar dapat memisahkan evaluasi perilakunya dari esensi perilakunya sendiri dan dapat menerima dirinya sendiri walaupun memiliki kekurangan, konseling SFBT konseling ini menekankan pada kekuatan dan resiliensi orang dengan berfokus pada pengecualian untuk masalah mereka dan konsep solusi yang mereka temukan. Dalam penelitian ini intervensi konseling menggunakan pendekatan SFBT atau konseling singkat berorientasi solusi.

Menurut Sugara (2019:3) konseling singkat berorientasi solusi adalah pendekatan yang berorientasi pada masa depan, yang berorientasi tujuan,

konseling ini sebuah pendekatan yang memberikan kemungkinan orang untuk membangun perubahan dalam kehidupan mereka dalam jangka pendek.

Konseling singkat berorientasi solusi pada penelitian ini dilakukan secara kelompok. Pada dasarnya secara umum tidak ada yang berbeda antara prosedur individual dan kelompok. Menurut Sklare (Sugara, 2019:183) menjelaskan bahwa dalam pendekatan konseling singkat berorientasi solusi dalam kelompok memiliki konsep yang sama dengan sesi individual. Dalam sesi individual klien dibawa terlebih dahulu ke dalam kondisi pengecualian terhadap masalahnya sebagai dasar untuk menemukan solusi dari masalahnya, hal ini juga berlaku dalam setting kelompok yang membedakan adalah jumlah klien tidak satu tapi beberapa orang yang memiliki permasalahan yang sama.

Konseling singkat berorientasi solusi, dalam penelitian ini konseling dilakukan melalui sebuah media, menurut Heriyana dan Yulia (2017: 12) penggunaan media dalam pelayanan konseling dapat mempertinggi proses konseling siswa dalam menerima materi layanan yang pada gilirannya diharapkan dapat mengentaskan masalah siswa. Penggunaan media pada saat terjadinya proses konseling baik dalam konseling individual, kelompok dan klasikal diharapkan dapat mempertinggi minat dan perhatian siswa dalam mengikuti proses pemberian layanan konseling yang sedang berlangsung. Efektifitas penggunaan media terhadap proses pelayanan konseling tersebut terjadi karena dalam proses penggunaannya siswa dilibatkan tidak hanya dalam benak ataupun mentalnya saja akan tetapi dapat memperhatikan dan menyaksikan secara langsung informasi yang disampaikan dalam proses pemberian layanan tersebut.

Dalam konseling singkat berorientasi solusi pun terdapat inovasi dalam pelaksanaannya yaitu melalui media, ada beberapa contoh media yang pernah digunakan dalam konseling singkat berorientasi solusi sebagaimana yang dijelaskan oleh Sugara (2019:205) yaitu konseling singkat berorientasi solusi menggunakan boneka, ini dilakukan ketika konselor bekerja dalam menangani kasus anak. Menurut Nims (Sugara, 2019:205) menjelaskan bahwa penggunaan boneka agar memudahkan dalam pelaksanaan konseling dengan anak-anak,

banyak anak kecil merasa sulit mendiskusikan masalah mereka tapi merasa lebih mudah untuk menunjukkan apa yang tidak dapat mereka bicarakan. Selanjutnya integrasi bermain pasir (*sandtray*) dalam konseling singkat berorientasi solusi, terapi bermain pasir ini diakui sebagai alat terapi yang efektif dalam membantu masalah trauma dan kedukaan. Model integrasi terapi bermain pasir yang berorientasi pada pendekatan konseling singkat berorientasi solusi mengasumsikan bahwa anak yang mengalami trauma memiliki daya psikologis yang dapat ditingkatkan sehingga dengan potensi yang dimilikinya dia mampu menghilangkan trauma yang dialaminya.

Dari penjelasan sebelumnya bahwa terdapat inovasi dalam pelaksanaan konseling singkat berorientasi solusi dengan menggunakan beberapa media, dalam penelitian ini media yang digunakan ialah salah satu jenis media dari *board game*, *board game* adalah sebuah permainan yang dilakukan di atas papan. Permainan ini dimainkan lebih dari satu orang dalam satu tempat dan papan yang sama. *Board Game* adalah suatu permainan non-elektronik yang memakai board atau karton tebal (papan) sebagai aspek utamanya, di samping aspek lainnya seperti kartu, token, uang kertas, dan lain sebagainya (Jordi, 2017). *Board Game* memiliki manfaat dan peran dalam kehidupan sosial diantaranya, mempunyai peraturan permainan, adanya interaksi sosial, terdapat edukasi di dalamnya, adanya simulasi kehidupan dan jejaring generasi (Limantara, dkk : 2009).

Alasan *board game* dijadikan media konseling ialah, Jordi (2017:4) menjelaskan bahwa *board game* dipilih sebagai media utama permainan edukatif karna *board game* memiliki beberapa kelebihan yang tidak ada pada jenis game lainnya seperti aturan pada permainan yang membuat anak belajar menaati aturan yang ada dan belajar kedisiplinan, memicu interaksi sosial antar pemain, melatih anak bagaimana menjalani kehidupan bermasyarakat, dan lain sebagainya. Maka dalam penelitian ini penggunaan *board game* sebagai media pelaksanaan konseling singkat berorientasi solusi.

B. Identifikasi Masalah

Fenomena perilaku empati di remaja merupakan hal yang perlu ditingkatkan, karena remaja yang memiliki empati tinggi dia mempunyai kemampuan untuk memahami dan mengerti perasaan orang lain sehingga dapat merasakan apa yang dialami oleh orang lain, mampu memahami diri sendiri, sebelum memahami orang lain, maka dari itu seseorang yang memiliki empati akan mampu bersosialisasi dengan baik di lingkungannya. Sebaliknya seseorang yang tanpa empati ia tidak dapat memahami perasaan orang lain yang akibatnya seseorang yang tidak dapat berempati akan mengalami masalah sosial.

Akan tetapi melihat fenomena yang terjadi di SMK Mitra Batik masih banyak yang kurang berempati kepada temannya ataupun gurunya seperti ketika guru di kelas sedang mengajar banyak yang asik dengan kesibukannya, ada yang mengobrol dengan temannya yang lain sambil bermain gadget, ada juga peserta didik ketika osis sedang sosialisasi ke setiap kelas mereka menertawakan dan mengolok-olok yang sedang berbicara di depan.

Berdasarkan hal tersebut maka perlu adanya peningkatan empati. Salah satu upaya intervensi yang dilakukan yang diharapkan dapat meningkatkan empati adalah melalui layanan konseling singkat berorientasi solusi dengan menggunakan media boardgame.

C. Rumusan Masalah Penelitian

1. Bagaimana profil tingkat empati pada siswa kelas X tahun ajaran 2018/2019 di SMK Mitra Batik Tasikmalaya?
2. Bagaimana rancangan *board game* ular tangga dalam konseling singkat berorientasi solusi untuk meningkatkan empati siswa kelas X tahun ajaran 2019/2020 di SMK Mitra Batik Tasikmalaya?
3. Bagaimana efektivitas penggunaan *board game* ular tangga dalam konseling singkat berorientasi solusi untuk meningkatkan empati siswa kelas X tahun ajaran 2019/2020 di SMK Mitra Batik Tasikmalaya?

D. Tujuan

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana efektivitas penggunaan *board game* ular tangga berbasis konseling singkat berorientasi solusi untuk meningkatkan empati pada siswa kelas X di SMK Mitra Batik Kota Tasikmalaya, selain tujuan umum juga terdapat tujuan khusus pada penelitian ini diantaranya adalah :

1. Mengetahui sejauh mana gambaran profil empati pada siswa kelas X tahun ajaran 2019/2020 di SMK Mitra Batik Tasikmalaya.
2. Untuk mengetahui rancangan *board game* ular tangga berbasis konseling singkat berorientasi solusi untuk meningkatkan empati pada siswa kelas X tahun ajaran 2019/2020 di SMK Mitra Batik Tasikmalaya.
3. Mengetahui efektivitas penggunaan *board game* ular tangga berbasis konseling singkat berorientasi solusi untuk meningkatkan empati pada siswa kelas X tahun ajaran 2019/2020 di SMK Mitra Batik Tasikmalaya.

E. Manfaat

Penelitian ini memberikan manfaat bagi pengembangan keilmuan pelaksanaan bimbingan konseling khususnya di sekolah. Secara teoritis manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Memberikan wawasan keilmuan tentang penggunaan *board game* ular tangga dalam konseling singkat berorientasi solusi untuk meningkatkan empati pada siswa SMA sederajat.
2. Memberikan khazanah baru tentang penggunaan media untuk meningkatkan empati yang berupa *board game*.

Selain manfaat teoritis bagi pengembangan keilmuan adapun mamfaat praktis yang dapat diperoleh bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah adalah sebagai berikut :

1. Memberikan gambaran bagaimana profil empati pada tingkat remaja khususnya siswa SMA sederajat.

2. Penggunaan *Board game* ular tangga dalam membantu proses pemberian pelayanan konseling bagi siswa disekolah oleh praktisi bk.

Manfaat bagi siswa di sekolah adalah Mengurangi perilaku bullying, antisosial, kekerasan yang terjadi di sekolah dan memberikan edukasi tentang pentingnya memiliki rasa empati terhadap orang lain.

F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam proposal penelitian ini terdapat tiga bab, yang di dalam nya mengkaji tentang pendahuluan, kajian teori, metode penelitian, hasil penelitian dan pembahasan serta kesimpulan dan rekomendasi. Berikut uraian-uraian dari setiap bab :

BAB I Pendahuluan :

Didalamnya menjelaskan latar belakang masalah, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan, mamfaat dan sistematika penulisan.

BAB II Penggunaan Media *Board Game* Ular Tangga Konseling Singkat Berorientasi Solusi Untuk Meningkatkan Empati:

Didalam nya menjelaskan konsep empati, konsep konseling singkat berorientasi solusi dan penggunaan media *board game* ular tangga dalam konseling singkat berorientasi solusi untuk meningkatkan empati

BAB III Metode Penelitian :

didalamnya menjelaskan pendekatan atau metode penelitian yang dipilih, rancangan lokasi dan subjek penelitian, uji coba instrument penelitian melalui uji validitas dan reliabilitas instrument, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

BAB IV Hasil dan Pembahasan :

Didalamnya menjelaskan tentang hasil penelitian mengenai profil gambaran umum empati, gambaran umum berdasarkan aspek dan indikator, laporan pelaksanaan konseling, efektivitas layanan konseling, pembahasan dan batasan penelitian.

BAB V Penutup :

Didalamnya terdapat kesimpulan mengenai penelitian ini dan rekomendasi untuk praktisi bimbingan dan konseling di sekolah serta untuk peneliti selanjutnya.



UMTAS