

MEMBANGUN RASA EMPATI MELALUI TEKNIK SOSIODRAMA PADA SISWA SMP & SMA

**Muhammad Fajar Sidik Jamaludin Putra¹, Muhammad Daffa²,
Stefanus Fati Zakhullu³**

¹fajar.shidiq656@gmail.com, ²mdaffa.bk18@gmail.com, ³stefanusefan87@gmail.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling
IKIP Siliwangi

Abstrak

Empati adalah kemampuan untuk membayangkan apa yang mungkin dirasakan atau dipikirkan oleh orang lain dan juga kemampuan untuk merasakan kemampuan orang lain. Tujuan Penelitian ini adalah meningkatkan rasa empati siswa melalui layanan bimbingan dan konseling teknik sosiodrama. Metode penelitiannya dengan menganalisis beberapa jurnal yang sudah ada agar mendapatkan beberapa metode yang bisa dipakai Guru BK ketika mengajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik sosiodrama secara statistik dapat secara efektif membangun rasa empati pada siswa dengan jenjang dunia pendidikan SMP dan SMA berdasarkan dari beberapa penelitian yang di ungkapkan sebelumnya.

Kata Kunci: Sosiodrama, Empati

PENDAHULUAN

Kasus pengejekan atau pelecehan hingga berujung pada perkelahian merupakan hal yang sudah sangat tidak asing terjadi pada kehidupan kita saat ini, baik usia muda hingga dewasa kasus pengejekan atau pelecehan secara *verbal* maupun *non-verbal* kian hari kian merajalela, kasus tersebut yang di akhiri dengan berujung perkelahian di ungkapkan timbul karena pada dasarnya 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 (Indriasari, 2016). Dengan adanya rasa memiliki kelebihan terhadap dirinya di bandingkan dengan orang lain atau dengan memiliki kadar narsistik yang berlebihan dapat menjadi dampak negatif yang sangat merugikan bagi orang lain.

Bukan hanya berdasar pada faktor yang di ungkap sebelumnya, bahkan dengan didukung oleh adanya salah satu dampak negatif dari penggunaan media sosial yang kurang baik, menjadikan kasus pengejekkan atau pelecehan tersebut menjadi lebih parah lagi, atau di bandingkan ketika belum adanya media sosial. Ketika media sosial bagi remaja tidak di batasi serta di tidak di awasi penggunaannya oleh orang tua ataupun wali yang dapat mengarahkannya, remaja akan menjadi terbawa arus negatif yang terjadi di media sosial, karena tentunya dengan kebiasaan serta *euforia* yang terkandung dalam media sosial membuat remaja yang kurang memiliki pemahaman terhadap permasalahan tersebut turut ikut serta berdasarkan apa yang di kiranya menjadi *trend* dan menarik, bahkan karena yang melakukan pelecehan ataupun pengejekkan tersebut memiliki *followers* yang cukup banyak, ia mengira bahwa sah-sah saja untuk ikut serta melakukan menghakimi korban tersebut. Padahal terkadang tentunya yang memiliki banyak pengikut itu belum tentu memberikan contoh yang baik serta benar, dan yang tidak memiliki banyak pengikut belum tentu merupakan orang yang layak untuk di rendahkan dan salah.

Banyak terjadi kasus pelecehan atau pengejekkan pada dunia pendidikan yang berujung pada dampak-dampak yang sangat menghambat seseorang untuk mengaktualisasikan dirinya pada ranah pendidikan, serta sudah banyak terjadi pula kasus pengejekkan serta pelecehan yang di lakukan pada ranah media sosial lalu berujung pada perkelahian di dunia nyata, karena dengan di ejek ataupun di lecehkan korban menjadi depresi berat dan memiliki traumatis mendalam sehingga ia enggan untuk datang ke sekolah, melakukan aktivitas-aktivitas selayaknya pada usianya, lalu dampak depresi dan traumatis yang di bawa dari kasus tersebut menjadikan korban tidak dapat mengembangkan kemampuan yang ia miliki bahkan dapat hingga berujung pada kasus bunuh diri akibat sudah tidak kuasa menahan pelecehan atau ejekan yang di terima oleh pihak korban.

Empati diungkapkan bahwa identifikasi kepada seseorang muncul sampai batas-batas tertentu dalam setiap percakapan, bahkan empati merupakan proses mendasar dalam cinta (Enjang, 2009:179., dalam Indriasari, 2016). Sehingga sudah seharusnya menjaga dan mengindahkan pola empati dalam berhubungan sosial terhadap teman sebaya maupun terhadap orang lain pada sosial media. Namun, empati merupakan suatu aktivitas untuk memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain, serta apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh yang bersangkutan terhadap kondisi yang dialami orang lain, tanpa kehilangan kontrol dirinya (Andriati, Atika, & Yuditio, 2019). Sehingga kita tetap harus secara sadar menjaga pikiran kita

tetap terbuka dan tidak menjadi berjalan menjadi satu arah. Pada dasarnya empati adalah salah satu usaha seseorang untuk melakukan evaluasi diri sekaligus mengembangkan kontrol diri yang positif. Kemampuan melihat diri orang lain baik perasaan, pikiran maupun perilakunya merupakan bagian dari bagaimana orang itu akan merefleksikan keadaan tersebut dalam dirinya. Jika kita telah mempunyai kemampuan ini maka kita telah dapat mengembangkan kemampuan evaluasi diri yang baik dan akhirnya kita dapat melakukan kontrol diri yang baik artinya kita akan senantiasa berhati-hati dalam melakukan perbuatan atau memahami lingkungan sekitar kita (Lina, Purnomo, 2019).

Berdasarkan dari permasalahan yang terjadi di atas apabila rendahnya keterampilan berempati jika tidak segera ditangani dapat berdampak sangat besar (Brewer & Kerslake, 2015., dalam Latifah, 2019). Upaya untuk meningkatkan empati siswa yang sudah dilakukan selama ini masih bersifat instruksional semata, yang pada hakikatnya hanya memerhatikan aspek kognitif siswa saja (Haryati dkk., 2017., dalam Latifah, 2019). Hal tersebut dapat diartikan bahwa selama ini guru BK hanya mengajarkan empati melalui ceramah di kelas (Latifah, 2019). Namun, ada juga penelitian yang menunjukkan bahwa sinema dapat digunakan untuk meningkatkan empati (Auliyah & Flurentin, 2016; Cahyaningrum dkk., 2018., dalam Latifah, 2019). Bermain peran akan memberikan pengalaman kepada siswa untuk merasakan langsung apa karakter atau peristiwa yang selama ini hanya bisa dilihatnya. Bermain peran dapat menjadi pembelajaran dalam bentuk sosiodrama (Dinar & Juanda, 2010., dalam Lina, Purnomo, 2019). Sosiodrama juga suatu cara dalam bimbingan yang memberikan kesempatan pada siswa untuk mendramatisasikan sikap, tingkah laku, atau penghayatan seseorang seperti yang dilakukan dalam hubungan sosial setiap hari di masyarakat (Ahmad & Supriyono, 2004., dalam Lina, Purnomo, 2019). Salah satu tujuan dari sosiodrama adalah agar siswa dapat menghayati dan menghargai perasaan orang lain. Sosiodrama yang diperankan di depan kelas diharapkan mampu menumbuhkan sikap siswa untuk menghargai dan berempati terhadap masalah yang dimiliki oleh orang lain (Lina, Purnomo, 2019).

Teknik sosiodrama digunakan karena memiliki manfaat untuk pengembangan kemampuan berekspresi sehingga peserta didik dapat menghayati berbagai bentuk perasaan, juga menggali daya khayal (imajinasi) dan kreativitas peserta didik. Selain itu, bermain peran dalam pembelajaran merupakan usaha untuk memecahkan masalah melalui peragaan, serta langkah-langkah identifikasi masalah, analisis, pemeranan dan diskusi. Melalui peran, peserta didik berinteraksi dengan orang lain yang juga membawakan peran tertentu sesuai dengan tema yang dipilih. Selama pembelajaran berlangsung, setiap pemeranan dapat melatih sikap empati,

simpati, rasa benci, marah, senang dan peran lainnya (Adriantoni, 2016: 292., dalam Arifah, 2019). Diharapkan akhirnya mereka memiliki sikap dan keterampilan yang diperlukan dalam meningkatkan etika pergaulan. Teknik sosiodrama juga dinilai dapat meningkatkan etika pergaulan. Maka dari itu disini peneliti merasa perlu melakukan penerapan teknik sosiodrama tersebut guna membangun rasa empati bagi siswa pada jenjang pendidikan SMP dan SMA.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deksriptif. Kualitatif deskriptif merupakan jenis enelitian yang menggambarkan atau mendeskripsikan tentang hal-hal yang akan dikaji. Dalam penelitian ini akan menganalisis beberapa jurnal yang sudah ada dan relevan dengan judul yang akan dibahas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian Arifah (2019) yang berjudul Efektifitas Teknik Sosiodrama Dalam Meningkatkan Etika Pergaulan Pada Peserta Didik Kelas XI DI SMA N 1 Kota Mungkid , menyatakan hasil yang ditunjukkan dengan nilai rata-rata skor kategori etika pergaulan pada pretest adalah 105,25 dan pada saat posttest menjadi 113,13. Hasil pretest untuk delapan siswa dari kategori rendah menjadi kategori sedang. Hal tersebut jika treatment ditambah lebih dari dua kali hasil dari kategori rendah menjadi kategori tinggi. Pada hasil pretest dan posttest pada kelompok kontrol mengalami peningkatan sebagian dan sebagian tidak memiliki peningkatan. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil perhitungan dengan menggunakan uji wilcoxon, yaitu nilai Sig. P-value $0,072 > 0,05$, yang artinya tidak ada perberdaan hasil pretest dan posttest pada kelompok konrtol.

Berdasarkan hasil perhitungan statistik menggunakan uji Wilcoxon yang di lakukan oleh Arifah (2019), disimpulkan bahwa peneliti dan hasil dari rekomendasi guru BK kelas XI. Pemilihan subjek tersebut dikarenakan kelas XI sudah dapat beradaptasi dengan baik di sekolah. Terlebih lagi tanggungan kelas XI lebih ringan dari pada kelas XII yang harus menyiapkan Ujian Nasional. Berdasarkan hasil data penelitian membuktikan bahwa teknik sosiodrama efektif terhadap peningkatan etika pergaulan pada peserta didik. Pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan kategori skor dari rendah menjadi kategori sedang dan kelompok kontrol memiliki peningkatan namun tetap ada sebagian berada pada kategori rendah. Hal ini ditunjukkan dengan hasil *pretest* dan *posttest* setelah diuji menggunakan uji

wilcoxon memiliki nilai Sig. P-value $0,012 < 0,05$ yang artinya ada perbedaan antara hasil pretest dan post-test dari kelompok eksperimen. Perubahan nilai tersebut terjadi karena siswa memahami materi sekaligus mempraktekkan langsung dengan melalui teknik sosiodrama (bermain peran) yang pokok masalahnya terkait dengan hubungan sosial.

Berdasarkan penelitian Membangun Empati Siswa Melalui Sosiodrama Pada Materi Konflik Sosial Kelas VIII C SMP LAB UM oleh Soraya Mei Lina, Agus Purnomo (2019), kegiatan siklus I yang sudah dilakukan siswa kelas VIII C didapatkan sikap empati yang muncul pada beberapa siswa masih dirasa kurang dapat dilihat dari hasil pengisian angket. Dengan melihat hal tersebut maka masih perlu dilakukan siklus II guna untuk melihat peningkatan yang terjadi setelah tindakan di siklus I. Pada siklus I Guru memberikan materi tentang konflik sosial dengan metode sosiodrama dan ceramah, kemudian pada siklus II Guru menyampaikan materi konflik sosial dengan beberapa variasi dari model pembelajaran yaitu sosiodrama yang kemudian siswa mempraktikkan secara langsung bergantian dengan temannya.

Dengan penampilan yang dilakukan oleh kelompok yang maju untuk menampilkan hasil diskusi mereka akan terlihat bagaimana bentuk empati. siswa ketika temannya sedang berada di depan kelas, peneliti sebagai dibantu dengan observer untuk mengamati ekspresi siswa dengan melihat dan memerankan drama. Pada siklus I siswa diminta Guru untuk membuat sosiodrama dan ceramah tanpa melakukan penampilan secara langsung. Dari kegiatan tersebut masih banyak terlihat kelompok yang kurang ikut memberikan perannya dalam pembuatan sosiodrama. Setelah itu guru meminta siswa untuk membacakan hasil diskusi pembuatan sosiodrama. Dari hasil pengamatan yang kemudian dikonfirmasi ke siswa melalui wawancara, didapatkan bahwa jika hanya membuat naskah drama dan membayangkan bagaimana yang terjadi tidak memberikan gambaran emosi yang ada.

Data menunjukkan bahwa nilai angket paling tinggi hanya mencapai 8 dengan jumlah siswa 15. Hasil ini kemudian menjadi pertimbangan pada siklus berikutnya untuk memberikan kesempatan kepada siswa memainkan peran yang sudah dibuat dalam naskah di pertemuan sebelumnya. Pada siklus II siswa diminta Guru untuk membuat sosiodrama tampil secara langsung. Dari kegiatan tersebut banyak terlihat kelompok lebih antusias memberikan perannya dalam pembuatan sosiodrama. Setelah itu guru meminta siswa untuk memerankan naskah yang sudah disusun. Dari hasil pengamatan siswa yang bermain drama lebih antusias dan memerankannya secara totalitas bahkan ada yang sampai terbawa emosi. Meski begitu ini

adalah tanda yang baik bahwa siswa merasakan empati dan emosi dalam sosiodrama yang dirancang dalam pembelajaran konflik sosial. Setelah melakukan sosiodrama siswa kemudian diminta kembali mengisi angket yang sudah disediakan dan beberapa siswa diwawancarai untuk mendapatkan data yang lebih valid. Dari hasil menunjukkan empati yang terbangun pada siswa setelah melakukan sosiodrama lebih beragam dari siklus sebelumnya.

Pada pembahasan Meningkatkan Sikap Empati Siswa SMP Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama oleh Andriati, Atika, & Yuditio (2019). berdasarkan Tabel 1, dapat diinterpretasikan sebagai berikut: (1) Aspek kognitif mendapat perolehan skor aktual 294 dari skor ideal 480 dengan persentase 61,25% dalam kategori “sedang”. Dengan demikian, dapat diinterpretasikan bahwa siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya, belum bisa memahami perasaan orang lain dan belum menimbulkan sikap empati yang tinggi; (2) Aspek afektif mendapat perolehan skor aktual 109 dari skor ideal 192 dengan presentase 56,80% dalam kategori “sedang”. Demikian dapat diinterpretasikan bahwa siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya, belum bisa menyelaraskan pengalaman emosional kepada orang lain dan belum menimbulkan sikap empati yang tinggi; (3) Aspek komunikatif mendapat perolehan skor aktual 28 dari skor ideal 48 dengan presentase 58,30% dalam kategori “sedang”.

Demikian dapat diinterpretasikan bahwa siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya, belum bisa mengekspresikan perasaan-perasaan empati dan belum menimbulkan sikap empati yang tinggi. Proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dalam meningkatkan sikap empati meliputi tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan penutup. Data skala psikologis yang diambil dari subjek penelitian sebelum dan setelah dilaksanakannya tindakan penelitian dengan teknik sosiodrama pada siklus I dan siklus II.

Berdasarkan Tabel 2, terlihat perbandingan sikap empati siswa sebelum dan sesudah dilakukannya tindakan sosiodrama, baik di siklus I maupun di siklus II terus mengalami peningkatan disetiap aspeknya, dengan rincian sebagai berikut: (1) Aspek kognitif sebelum tindakan diperoleh persentase 61,25% dengan kategori “sedang”, setelah dilaksanakan tindakan siklus I meningkat menjadi 64,30% namun masih termasuk kategori “sedang” dan setelah dilaksanakan siklus II meningkat menjadi 73,75% dengan kategori “tinggi”; (2) Aspek afektif sebelum tindakan diperoleh presentase 56,80% dengan kategori “sedang”, setelah dilaksanakan tindakan siklus I meningkat menjadi 65,60% termasuk kategori “sedang” dan

setelah dilaksanakan siklus II semakin meningkat menjadi 73,40% dengan kategori “tinggi”; dan (3) Aspek komunikatif sebelum tindakan diperoleh presentase 58,30% dengan kategori “sedang”, setelah dilaksanakan tindakan siklus I meningkat menjadi 64,60% namun masih termasuk kategori “sedang” dan setelah dilaksanakan siklus II meningkat menjadi 72,90% dengan kategori “tinggi”.

Dari uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa teknik sosiodrama dapat meningkatkan sikap empati siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya dengan kategori “tinggi”, sehingga teknik sosiodrama dapat dijadikan panduan guru bimbingan dan konseling untuk mengatasi permasalahan peserta didik di SMP Negeri 1 Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya khususnya dan di sekolah-sekolah lain pada umumnya. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama merupakan salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang bertujuan untuk membantu peserta didik meningkatkan sikap empati pada dirinya dengan cara melakukan drama, sehingga peserta didik menjadi siswa yang mampu mengontrol diri, memahami orang lain, peka terhadap sekitar dan peduli terhadap orang lain.

Lalu penelitian Muthiah, A Safira (2019) mengenai Peran Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Empati Siswa (Studi Kasus pada Tingkat Satuan Pendidikan Sekolah Menengah Atas di Kota Pekalongan) Dalam mengumpulkan data, disuguhkan beberapa pertanyaan seperti pengalaman konseling kelompok, skala efektivitas konseling kelompok dalam meningkatkan empati siswa, peningkatan empati, serta efek setelah proses konseling kelompok. Hasil dari penelitian dirangkum dalam bentuk tabel yaitu tabel 1, tabel 2, tabel 3, dan tabel 4. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah lima orang siswa SMA di Kota Pekalongan yang saat ini duduk di kelas XII. Hipotesis dari penelitian ini adalah konseling kelompok dapat meningkatkan empati siswa.

Data pada tabel 1 menunjukkan bahwa tidak semua responden mempunyai pengalaman dengan konseling kelompok. Responden mengonfirmasi bahwa alasan belum pernah berkonseling kelompok karena alasan jam guru bimbingan dan konseling tidak banyak. Sehingga, tidak memiliki waktu yang cukup. Melalui tabel 2, responden disuguhkan empat skala efektivitas. Tidak efektif, cukup efektif, efektif, dan sangat efektif. Dua dari tiga responden yang pernah mengikuti konseling kelompok mengungkapkan bahwa konseling kelompok sangat efektif dalam meningkatkan empati siswa. Sementara satu lainnya menjawab efektif. Responden diminta mengungkapkan meningkat atau tidaknya empati setelah sesi konseling kelompok. Setelah pertanyaan efektivitas, responden diberi pertanyaan mengenai

empati setelah sesi konseling kelompok. Ketiga responden mengungkapkan terjadi peningkatan empati setelah sesi konseling kelompok berlangsung, seperti yang tertera pada tabel 3. Responden diberi pertanyaan mengenai efek setelah mengikuti konseling kelompok. Pertanyaan ini berkaitan dengan rasa empati yang meningkat setelah sesi konseling. Responden 2 mengaku lebih mengenal dan menjadi lebih akrab dengan teman-temannya setelah sesi konseling kelompok. Responden 3 menyatakan memiliki perasaan lega karena pada sesi konseling dapat mengungkapkan keluh kesah yang sudah lama di pendam. Setelah dikonfirmasi, responden 3 memiliki problem dengan salah satu anggota kelompok konseling tersebut. Responden 5 menjadi lebih terbuka dan saling memahami satu sama lain setelah sesi konseling kelompok.

Jadi berdasarkan dari beberapa penelitian yang di ungkapkan sebelumnya teknik sociodrama secara statistik dapat secara efektif membangun rasa empati pada siswa dengan jenjang dunia pendidikan SMP dan SMA.

SIMPULAN

Berdarkan beberapa penelitian diatas teknik sociodrama efektif dalam meningkatkan rasa empati siswa pendidikan SMP dan SMA. Teknik sociodrama bukan hanya dapat membangun rasa empati saja. Teknik ini dapat membangun rasa menghargai antar sesama manusia, mengontrol diri, dan memahami lingkungan agar bisa menyesuaikan diri.

REFERENSI

- Andriati, Atika, & Yuditio. (2019). *Meningkatkan Sikap Empati Siswa SMP Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama*. IKIP PGRI Pontianak: Edukasi: Jurnal Pendidikan, Vol. 17, No. 1, Juni 2019 ISSN 1829-8702.
- Arifah, N Istiyani. (2019). *Efektifitas Teknik Sociodrama Dalam Meningkatkan Etika Pergaulan Pada Peserta Didik Kelas XI DI SMA N 1 Kota Mungkid*. Universitas Negeri Yogyakarta: Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Volume. 5 Nomer 7, Juli 2019.
- Indriasari, E. (2016). *Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Pada Siswa Kelas XI IPS 3 SMA 2 Kudus Tahun Ajaran 2014/2015*. Universitas Muria Kudus: Jurnal Konseling GUSJIGANG Vol. 2, No. 2, 2016 ISSN 2460-1187.

- Latifah, L. (2019). *Keefektifan Teknik Drama Segitiga Karpman untuk Meningkatkan Keterampilan Empati Siswa Sekolah Menengah Pertama*. Universitas Kanjuruhan Malang: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, 4(1), 2019, 30-36, ISSN 2548-4311.
- Lina, Purnomo. (2019). *Membangun Empati Siswa Melalui Sosiodrama Pada Materi Konflik Sosial Kelas VIII C SMP LAB UM*. Universitas Negeri Malang: JTP2IPS (2019) volume 4 hal 7-14, No.1, 2019, ISSN 2503-5307.
- Muthiah, A Safira. (2019). *Peran Konseling Kelompok dalam Meningkatkan Empati Siswa (Studi Kasus pada Tingkat Satuan Pendidikan Sekolah Menengah Atas di Kota Pekalongan)*. Universitas Sebelas Maret: OSF Preprints. Doi:10.31219/osf.io/8mqnb.