

PENERAPAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *CINEMATHERAPY* UNTUK MENINGKATKAN EMPATI SISWA SMA NEGERI 1 MALO

Zeti Novitasari¹, Vesti Dwi Cahyaningrum², Yunita Dwi Setyoningsih³, Hintang Susilo⁴
Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro^{1,2,3,4}

*) Corresponding author, email: Indraningsih87@gmail.com¹, vestidwibk@yahoo.com²,
yunitadwi@unugiri.ac.id³, hintangsilo@gmail.com⁴

ABSTRACT

This study aims to determine the effectiveness of group guidance with cinematherapy techniques to increase students' empathy. The research method used is pre-experimental with a one-group pretest-posttest design. The research subjects were students of class X SMA Negeri 1 Malo for the 2020/2021 academic year. Data were collected through empathy instruments. The data analysis technique used the Wilcoxon test to compare the pre-test and post-test scores. The results of this study indicate that the empathy of class X students of SMA Negeri 1 Malo before being treated with the cinematherapy technique was in the low category with a percentage of 60.36% and after being given treatment with the cinematherapy technique it increased to a high category with an average percentage of 91.08%. The comparison between the results of the percentage of students before and after being given treatment an average of 30.72%. So, it can be concluded that there is a difference between pre-test and post-test, meaning that the group guidance of cinematherapy techniques is effective in increasing empathy for students.

keywords

group guidance,
cinematherapy,
empathy

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas bimbingan kelompok dengan teknik *cinematherapy* untuk meningkatkan empati siswa. Metode penelitian yang digunakan adalah *pre eksperiment* dengan desain *one group pretest-posttest*. Subjek penelitian adalah siswa kelas X SMA Negeri 1 Malo Tahun Ajaran 2020/2021. Data dikumpulkan melalui instrumen empati. Teknik analisis data menggunakan uji *wilcoxon* untuk membandingkan nilai *pre test* dan *post test*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa empati siswa kelas X SMA Negeri 1 Malo sebelum diberikan perlakuan dengan teknik *cinematherapy* berada pada kategori rendah dengan presentase 60,36% dan setelah diberikan perlakuan dengan teknik *cinematherapy* mengalami peningkatan menjadi kategori tinggi dengan presentase rata-rata 91,08%, perbandingan antara hasil presentase siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan rata-rata 30,72%. Maka, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara *pre-test* dan *post-test*, artinya bimbingan kelompok teknik *cinematherapy* efektif dalam meningkatkan empati terhadap siswa.

kata kunci

bimbingan
kelompok, *cinema*
therapy, empati

Cara mengutip: Novitasari, Z., Cahyaningrum, V. D., Setyoningsih, Y. D., & Susilo, H. (2022). Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Cinematherapy Untuk Meningkatkan Empati Siswa SMA Negeri 1 Malo. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 9(2), 177-186. <https://doi.org/10.29407/nor.v9i2.18130>

PENDAHULUAN

Tujuan pendidikan yang tercantum dalam UU RI tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa "Pendidikan bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi manusia yang demokratis serta bertanggung jawab. Namun pada kenyataannya ada banyak remaja pada jenjang sekolah masih jauh dari pada UU RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Seperti rendahnya empati yang ditunjukkan oleh siswa di sekolah, sehingga berdampak pada munculnya sikap agresif kepada orang lain yang dapat merugikan orang lain (Fadhilah, 2007).

Rendahnya empati juga ditunjukkan dari pemberitaan di kanal berita merdeka.com pada Minggu, 10/2/2019 siswa tantang guru karena ditegur saat merokok. Kasus siswa yang melakukan tindakan sewenang-wenang terhadap gurunya viral di media sosial. Siswa tersebut melawan ketika ditegur oleh gurunya saat merokok di kelas, sempat viral di media sosial dan akhirnya siswa tersebut meminta maaf kepada gurunya. Empati merupakan suatu perasaan peduli pada orang lain dan bergerak untuk membantu orang-orang yang mengalami kesulitan, seorang individu mampu merasakan perasaan yang sedang dialami oleh orang lain. Sears, dkk (Asih & Pratiwi, 2010). Sama halnya dengan yang diungkapkan oleh Hurlock (Asih & Pratiwi, 2010) bahwa empati merupakan keahlian individu untuk memahami sesuatu yang dirasakan oleh orang lain dan kemampuan untuk menempatkan dirinya dalam keadaan orang lain.

Menurut Davis (Deonna, 2007) empati merupakan kumpulan konsep yang berkaitan dengan reaksi orang terhadap perasaan yang dialami orang lain, menggambarkan proses yang dialami oleh pengamat berupa emosi dan kemampuan kognitif, empati harus dimiliki oleh seseorang karena memungkinkan kita untuk memahami dengan perasaan atau pikiran orang lain. Menurut M L Powell (Hariyadi, Wijayanto & Herdiyanto, 2019) Teknologi digunakan oleh para ahli kesehatan mental secara bertahap dan meningkat pada masa sekarang, beberapa diantaranya menggunakan Internet telah efektif dibidang pendidikan jarak jauh yang biasa disebut dengan istilah pembelajaran daring, *cybertherapy*, berbagi informasi materi bimbingan konseling, pengawasan dan pelatihan konselor.

Cinematherapy sangatlah penting bagi konselor dan terapis, berbagai macam film yang dapat digunakan dalam *cinematherapy* untuk membantu permasalahan yang dialami oleh seseorang salah satunya yaitu rendahnya empati. Ada berbagai macam film yang dapat digunakan dalam terapi, yaitu Film review, film kreatif, dan studi kasus. Perkembangan teknis dalam melaksanakan *cinematherapy* adalah beberapa kegiatan yang ditawarkan *cinematherapy* dalam membantu menyelesaikan permasalahan yang dialami seseorang. teknik *cinematherapy* menggunakan film memiliki efek positif pada orang yang telah menonton film tersebut, konsep *cinematherapy* menawarkan pilihan layanan bimbingan mampu membantu mengembangkan kesadaran empati pada diri individu M L Powell (Hariyadi, Wijayanto & Herdiyanto, 2019).

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang mengangkat permasalahan empati, salah satunya adalah penelitian yang dilakukan Aisyah Zakiyah Fadhilah dengan judul

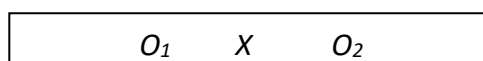
penelitian “Meningkatkan Empati Melalui Teknik *Expressive Writing* Pada Siswa SMP IT” dari penelitian tersebut dapat diketahui bahwa disiplin belajar siswa dapat ditingkatkan dengan metode *Expressive Writing*. Penelitian lain yang Berjudul “Efektivitas Terapi Film Dalam Meningkatkan Empati” yang dilakukan oleh Afif Husniyatur Rosyida juga membahas tentang keefektifan *cinematherapy* dalam meningkatkan perilaku empati siswa SMP, hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *cinematherapy* efektif digunakan untuk meningkatkan perilaku empati siswa.

Penggunaan *cinematherapy* yaitu siswa antusias mengikuti pembelajaran ketika ada media tambahan seperti pemutaran film atau video yang berupa materi, hal ini membuat siswa lebih mudah memahami materi yang disampaikan dan membuat siswa menjadi lebih aktif untuk bertanya terkait materi yang diberikan oleh guru. Film merupakan kategori audio-visual yang menyampaikan tampilan gambar gerak dengan suara, film digunakan untuk merangsang siswa dari indera pengelihatan dan suara digunakan untuk merangsang siswa dari indera pendengaran. Indra pengelihatan dan indera pendengaran diharapkan mampu membuat siswa lebih mudah menangkap informasi yang disajikan. Beberapa ahli juga memiliki pandangan yang sama dengan hal itu, perbedaan hasil belajar melalui indera pengelihatan dan indera pendengaran sangat signifikan. Menurut Baugh (Niva, 2016), 90% hasil belajar siswa diperoleh melalui indera pengelihatan, 5% diperoleh dari indera pendengaran dan 5% lagi melalui indera lainnya. Dilain pihak, Yazici et al. (Niva, 2016) mengungkapkan bahwa pembuatan film dengan tujuan utama sebagai media hiburan, tetapi zaman sekarang film juga dapat dibuat untuk meningkatkan kesehatan perilaku manusia. Berdasarkan penelitian terdahulu maka penulis tertarik untuk mengkaji dan melakukan penelitian bimbingan dan konseling kelompok dengan teknik *Cinematherapy* untuk meningkatkan empati siswa kelas X di SMA Negeri 1 Malo.

METODE

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan praeksperiment (*pre-experiment*). Menurut Sugiono, 2017 metode penelitian eksperimen yaitu metode penelitian yang di gunakan untuk mencari perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest posttest design*. Pada desain ini terdapat *pretest* sebelum di beri perlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan dapat di ketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum di beri perlakuan. Dalam rancangan ini digunakan satu kelompok subyek (Sugiyono, 2017). Hal pertama yang dilakukan yaitu melakukan pengukuran terhadap subyek kemudian dilakukan program atau perlakuan tertentu dalam jangka waktu yang telah ditentukan. Setelah pengukuran pertama dilakukan kemudian dilakukan lagi pengukuran yang kedua dengan rancangan:



- O_1 : Pemberian *pretest*
- X : Pemberian perlakuan
- O_2 : Pemberian *post test*.

Populasi dari subjek penelitian kali ini di ambil berdasarkan buku pribadi siswa yang telah di rekap oleh kesiswaan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA Negeri 1 Malo. Penentuan sampel penelitian dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu sebagai berikut : 1. Mendeskripsikan karakteristik subjek, yaitu siswa SMA Negeri 1 Malo kelas X angkatan 2020 dengan klasifikasi memiliki empati pada klasifikasi rendah. 2. Peneliti menentukan subjek, yakni dengan cara (1) peneliti melakukan *pretest* kepada calon subjek, (2) peneliti memberikan intervensi siswa yang memiliki hasil *pretest* pada klasifikasi memiliki empati yang rendah, (3) peneliti melakukan pemilihan dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. populasi yang dapat digunakan sebagai subjek penelitian hanya siswa yang memiliki empati pada klasifikasi yang rendah

HASIL

Tingkat Empati pada Siswa Sebelum Diberikan Treatment melalui Teknik *Cinematherapy*

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini, yaitu untuk mengetahui gambaran mengenai kemampuan empati siswa kelas X sebelum diberikan teknik *cinematherapy*, peneliti melakukan *pre test* (evaluasi awal) kepada siswa kelas X. Hasil *pre test* (evaluasi awal) secara keseluruhan dari skala kemampuan empati siswa sebelum diberikan teknik *cinematherapy*, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Skala Presentase Kemampuan Empati Siswa Sebelum diberikan Teknik *Cinematherapy*

Nama	Jumlah	Persentase	Kategori
D.P	149	59,6%	Rendah
M.A.M	162	60,8%	Rendah
M.A	147	58,8%	Rendah
N.L	150	60%	Rendah
N.W.N	151	60,4%	Rendah
R.A	161	64,4%	Rendah
SO	149	59,6%	Rendah
SU	175	70%	Rendah
T.Y	136	54,4%	Rendah
W	139	55,6%	Rendah
RATA-RATA		60,36%	Rendah

Berdasarkan hasil *pre test* pada tabel 4.2 bahwa terdapat sembilan siswa yang memiliki kategori empati rendah yaitu (D.P : 59,6%), (M.A.M : 60,8%), (M.A : 58,8%), (N.L : 60%), (N.W.N : 60,4%), (R.A : 64,4%), (SO : 59,6%), (T.Y : 54,4%), (W : 55,6%). Selain itu yang termasuk dalam kategori sedang adalah satu siswa (SU : 70%),. Adapun rata-rata presentase pada ke sepuluh siswa adalah 60,36% dan berada pada kategori rendah

Tingkat Empati Setelah Diberikan Treatment Melalui Teknik *Cinematherapy*

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini, yaitu untuk mengetahui gambaran mengenai tingkat perilaku empati siswa kelas X setelah diberikan bimbingan kelompok melalui teknik *Cinematherapy*, peneliti melakukan *post test* (evaluasi hasil) kepada siswa kelas X. Hasil *post test* (evaluasi hasil) secara keseluruhan dari skala kemampuan empati siswa setelah diberikan bimbingan, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Skala Presentase Kemampuan Empati Siswa Setelah diberikan Teknik *Cinematherapy*

Nama	Jumlah	Persentase	Kategori
D.P	231	92,4%	T
M.A.M	219	87,6%	T
M.A	230	92%	T
N.L	223	89,2%	T
N.W.N	224	89,6%	T
R.A	233	93,2%	T
SO	227	90,8%	T
SU	233	93,2%	T
T.Y	225	90%	T
W	232	92,8%	T
RATA-RATA		91,08%	T

Berdasarkan hasil *post test* pada tabel 4.3 bahwa semua siswa yang melakukan treatment berada pada kategori tinggi yaitu, (D.P : 92,4%), (M.A.M : 87,6%), (M.A : 92%), (N.L : 89,2%), (N.W.N : 89,6%), (R.A : 93,2%), (SO : 90,8%), (SU : 93,2%), (T.Y : 90%), (W : 92,8%). Adapun rata-rata presentase pada ke sepuluh siswa adalah 91,08% dan berada pada kategori tinggi.

Tingkat Empati Sebelum Dan Sesudah Diberikan Treatment Bimbingan Kelompok Melalui Teknik *Cinematherapy*

Berdasarkan kalkulasi hasil penelitian melalui *pre test* dan *post test* dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4. Skala Perbandingan Prosentase Kemampuan Empati Siswa Sebelum dan Setelah diberikan Teknik *Cinematherapy*

Nama	Pre test	Kategori	Post test	Kategori	Perbandingan
D.P	59,6%	R	92,4%	T	32,8%
M.A.M	60,8%	R	87,6%	T	26,8%
M.A	58,8%	R	92%	T	33,2%
N.L	60%	R	89,2%	T	29,2%
N.W.N	60,4%	R	89,6%	T	29,2%
R.A	64,4%	R	93,2%	T	28,8%
SO	59,6%	R	90,8%	T	31,2%
SU	70%	S	93,2%	T	23,2%
T.Y	54,4%	R	90%	T	35,6%
W	55,6%	R	92,8%	T	37,2%
RATA-RATA	60,36%	R	91,08%	T	30,72%

Berdasarkan tabel 4.4 terlihat perbedaan kemampuan empati siswa sebelum diberikan layanan (*pretest/evaluasi awal*) dan setelah diberikan layanan (*posttest/evaluasi hasil*), di mana hasil *posttest* (evaluasi hasil) mengalami peningkatan dengan rata-rata 30,72%.

Tabel 5. Hasil Uji Wilcoxon

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
post test - pre test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	10 ^b	5.50	55.00
	Ties	0 ^c		
Total		10		

a. post test < pre test

b. post test > pre test

c. post test = pre test

Tabel 6. Test Statistic

	post test - pre test
Z	-2.805 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Interpretasi Uji Wilcoxon

Negative ranks atau selisih negatif antara hasil penerapan teknik *cinematherapy* untuk *pretest* dan *post test* adalah 0, baik itu pada nilai N, *Mean Rank*, maupun *Sum Rank*. Nilai 0 ini menunjukkan tidak adanya penurunan dari *pretest* dan *post test*. *Positive ranks* atau selisih positif antara hasil penerapan teknik *cinematherapy* sebelum *pretest* dan setelah *post test*, terdapat 10 data positif (N) yang artinya ke sepuluh siswa mengalami peningkatan hasil *treatment* dari nilai *pretest* ke nilai *post test*. *Mean ranks* atau rata-rata peningkatan tersebut adalah sebesar 5,50, sedangkan jumlah rangking positif atau sum of rank sebesar 55,00. *Ties* adalah kesamaan nilai *pretest* dan *post test*, disini nilai *Ties* adalah 0, sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada nilai yang sama antara *pretest* dan *post test*. Pengambilan keputusan uji *wilcoxon* berdasarkan *output "test statistic"* diatas diketahui *Asymp. Sig. (2-tailed)* bernilai 0,005. Karena nilai 0,005 lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa "Ha diterima". Artinya ada perbedaan hasil *treatment* untuk *pretest* dan *post test*, sehingga dapat disimpulkan juga bahwa "ada pengaruh penggunaan teknik *cinematherapy* pada siswa kelas X SMAN 1 Malo".

PEMBAHASAN

Kemampuan empati adalah perasaan yang muncul ketika melihat kejadian yang dialami oleh orang lain, dengan adanya tindakan untuk membantu orang tersebut. Menurut Davis 1983, "empati merupakan sekumpulan konsep yang berkaitan dengan reaksi orang terhadap perasaan yang dialami orang lain. Secara garis besarnya adalah meliputi proses yang dialami oleh pengamat dalam bentuk afektif dan kemampuan kognitif." Empati harus dimiliki oleh seseorang karena memungkinkan kita untuk dapat menyesuaikan diri dengan yang dirasakan orang lain ataupun dengan yang difikirkan oleh orang lain, sehingga muncul perilaku menolong. Dengan kata lain, hanya siswa yang memiliki kemampuan empati tinggi yang dapat memunculkan perilaku gotong royong yang merupakan budaya orang Indonesia yang sekarang sudah semakin pudar.

Gambaran kemampuan empati siswa sebelum diberikan perlakuan (*treatment*) berupa *cinematherapy* melalui bimbingan kelompok (*pre test/evaluasi awal*) diketahui bahwa dari jumlah 18 siswa terdapat 1 siswa dalam kategori sedang dan 9 siswa dalam kategori rendah. Dari hasil perhitungan *pre test* (evaluasi awal) tersebut, maka dapat diperoleh hasil bahwa rata-rata kemampuan empati siswa sebelum diberikan *treatment* dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa aspek-aspek kemampuan empati siswa yang meliputi *Fantasy*, *Perspective taking*, *Emphatic concern*, *Personal distress* sebagai indikator kemampuan empati telah dimiliki siswa, akan tetapi siswa masih kurang. Hal ini dapat diketahui dari adanya gejala yang terjadi pada siswa, yaitu siswa masih acuh dengan teman yang membutuhkan bantuan, siswa tidak peduli dengan adanya orang yang membutuhkan bantuan, siswa mengejek temannya, siswa mengganggu temannya ketika proses pembelajaran dan siswa cenderung tidak mendengarkan guru yang sedang memberikan penjelasan. Hasil *pre test* (evaluasi awal) rata-rata kemampuan empati siswa kelas X SMAN 1 Malo termasuk dalam kategori rendah, sehingga perlu dilakukan penelitian karena kemampuan empati siswa sebelum diberikan layanan *cinematherapy* masih rendah. Walaupun dalam kategori rendah, sebenarnya siswa telah memiliki kemampuan empati, akan tetapi belum semua kemampuan dikuasai. Hal ini ditunjukkan dari kemampuan siswa yang sopan ketika menemui orang yang lebih tua. Sifat kepribadian yang relevansi dalam empati lainnya seperti bersikap sopan kepada teman, guru, bahkan orang yang baru ditemuinya sudah dimiliki oleh siswa. Namun, terkadang siswa masih kurang menghargai ketika ada orang lain berbicara. Siswa cenderung untuk ramai atau mengobrol. Akan tetapi, ketika diberikan *treatment cinematherapy*, terdapat siswa yang bertanya untuk memperoleh informasi karena masih kurangnya pemahaman siswa terkait hal tersebut. Siswa masih kurang memahami mengenai hal-hal yang mempengaruhi kemampuan empati. Oleh karena itu, kemampuan empati siswa masih perlu ditingkatkan.

Berdasarkan aspek-aspek kemampuan empati, maka untuk meningkatkan kemampuan empati siswa peneliti memberikan perlakuan (*treatment*) berupa layanan bimbingan kelompok melalui teknik *cinematherapy*. Pemberian teknik *cinematherapy* sebagai salah satu komponen dalam program bimbingan, yang sekaligus menjadi salah satu tolak ukur keberhasilan penelitian. Komponen ini mencakup aneka usaha peneliti menggunakan film sebagai media untuk membekali siswa dengan pengetahuan tentang empati untuk masa depannya. Pelaksanaan layanan untuk meningkatkan kemampuan empati siswa dilakukan sebanyak delapan kali pertemuan, pertemuan dilakukan satu kali dalam satu minggu dan diberikan selama 45 menit. Pelaksanaan bimbingan karir diberikan dengan metode penayangan film, ceramah, tanya jawab, dan penugasan. Hal ini dilakukan agar lebih mengetahui pemahaman siswa mengenai materi yang telah disampaikan. Setelah diberikan perlakuan (*treatment*) layanan bimbingan kelompok melalui teknik *cinematherapy*, siswa selanjutnya melaksanakan *post test* (evaluasi hasil). Tujuan dari pemberian *post test* (evaluasi hasil) adalah untuk mengetahui tingkat keberhasilan pelaksanaan perlakuan dan peningkatan kemampuan empati siswa. Gambaran kemampuan empati siswa setelah diberikan layanan dapat diketahui bahwa 1 siswa yang memiliki kategori sedang dan 9 siswa yang memiliki kategori rendah setelah diberikan *post test* mengalami perubahan ke dalam kategori tinggi. Dengan demikian,

dapat diperoleh rata-rata kemampuan perencanaan karir siswa setelah diberikan layanan berada dalam kategori tinggi, sehingga terjadi peningkatan dari kategori rendah menjadi kategori tinggi. Hal ini terlihat selama proses pengamatan yang dilakukan ketika siswa mengikuti layanan bahwa siswa mulai berani mengeluarkan pendapat, siswa mampu menyelesaikan tugas yang diberikan, siswa mampu menghargai orang lain yang sedang berbicara, serta siswa mulai memiliki ketertarikan untuk mengetahui informasi tentang perilaku empati

Berdasarkan hasil analisis persentase gambaran kemampuan empati siswa sebelum diberikan layanan (*pre test/evaluasi awal*) termasuk dalam kategori rendah. Namun setelah mendapatkan perlakuan (*treatment*) berupa bimbingan kelompok melalui teknik *cinematherapy* (*post test/evaluasi hasil*) mengalami peningkatan sehingga termasuk dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa ada perbedaan kemampuan empati siswa sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan konseling. Kemampuan empati siswa setelah diberikan perlakuan (*treatment*) menjadi lebih tinggi dibandingkan sebelum diberikan perlakuan (*treatment*). Dengan kata lain, setelah diberikan layanan bimbingan konseling (*post test/evaluasi hasil*), secara keseluruhan siswa memiliki kemampuan empati yang baik. Kemampuan empati individu perlu ditingkatkan karena dengan empati, individu memperoleh pengetahuan dan pemahaman akan diri sendiri, pengetahuan dan pemahaman hidup sosial, serta penggunaan penalaran yang benar antara diri sendiri dengan orang lain, sehingga seseorang dapat memahami bahwa manusia adalah makhluk sosial yang saling membutuhkan antara satu orang dengan yang lainnya. Melansir laman Greater Good Berkeley Education (dalam Prawira, 2014), terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan pentingnya memiliki rasa empati :

1. Dari hasil penelitian yang dilakukan Daniel Batson dan Nancy Eisenberg terlihat bahwa orang-orang yang memiliki rasa empati cukup tinggi, lebih besar kemungkinannya untuk membantu orang lain meski harus menyingkirkan kepentingan diri sendiri.
2. Rasa empati mampu mengurangi prasangka buruk dan rasisme.
3. Penulis efek strategi untuk mengembangkan dan mengekspresikan empati dalam satu hubungan, Christine Carter, mengatakan, rasa empati mampu membuat hubungan pernikahan dalam keadaan baik-baik saja. Penelitian yang dilakukan Christine menunjukkan, mampu memahami emosi pasangan akan memperdalam keintiman dan meningkatkan kepuasan dalam berhubungan.
4. Empati mengurangi perilaku intimidasi, itulah hasil dari penelitian yang dilakukan Mary Gordon terhadap rasa empati.
5. Dari hasil penelitian yang dilakukan Samuel dan Pearl Oliner menemukan bahwa orang yang memiliki rasa empati akan menyelamatkan nyawa orang lain dari satu pertikaian. Tindakan ini menunjukkan bahwa rasa empati mampu meningkatkan perilaku heroik.
6. Empati sangat baik bagi kehidupan karyawan di kantor. Sebab, seorang pemimpin yang sering menunjukkan rasa empati, memiliki banyak karyawan yang jarang sakit, dan dilaporkan memiliki rasa bahagia yang lebih besar.
7. Memiliki rasa empati baik bagi kesehatan, karena dari hasil satu penelitian yang dilakukan terhadap seorang dokter, ditemukan fakta bahwa seorang dokter yang memiliki rasa empati terhadap pasiennya, memiliki banyak pasien yang menikmati kesehatannya yang lebih baik.

Berdasarkan hasil pengamatan, menunjukkan adanya perkembangan kemampuan empati siswa selama pelaksanaan layanan bimbingan kelompok melalui teknik *cinematherapy* yang sesuai dengan indikator kemampuan empati.

Perkembangan tersebut diantaranya adalah siswa menunjukkan sifat-sifat kepribadian yang relevansi terhadap partisipasi dalam empati, seperti siswa bersikap sopan, siswa mampu menyelesaikan tugas tepat waktu, siswa mampu menghargai orang lain. Selain itu, siswa juga menolong ketika ada temannya yang membutuhkan bantuan. Siswa juga aktif bertanya tentang kejadian-kejadian empati yang pernah ditemuinya. Dengan demikian, menunjukkan adanya kesesuaian antara hasil pengamatan dengan hasil analisis data secara statistik yang menunjukkan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok melalui teknik *cinematherapy* dapat meningkatkan kemampuan empati siswa kelas X SMAN 1 Malo. Berdasarkan uraian tersebut dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan kemampuan empati pada semua indikator.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari penelitian ini diketahui bahwa terdapat perbedaan kemampuan empati siswa sebelum dan setelah diberikan teknik *cinematherapy*. Sehingga lebih lanjut dapat disimpulkan bahwa kemampuan empati siswa kelas X SMAN 1 Malo dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *cinematherapy*.

Adapun saran dari penelitian ini yang pertama adalah, Guru BK dapat menggunakan Teknik dan pendekatan yang sama untuk meningkatkan empati siswa. Untuk pemegang kebijakan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai salah satu referensi dan rekomendasi untuk dapat membuat kebijakan yang relevan. Untuk peneliti selanjutnya dapat mengkaji dan meneliti dalam berbagai setting yang lainya maupun menggunakannya untuk meningkatkan konstruk psikologi lainya, dan yang tak kalah penting dapat menggunakannya sebagai dasar penelitian selanjutnya menggunakan pendekatan dan metodologi penelitian yang lainya.

DAFTAR RUJUKAN

- Asih, G. Y., & Pratiwi, M. M. S. (2010). Perilaku Prosocial Ditinjau Dari Empati Dan Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi Universitas Muria Kudus*, 1(1), 33–42. <http://eprints.umk.ac.id/268/1/33-42.PDF>
- Davis, M. H., Hull, J. G., Young, R. D., & Warren, G. G. (1987). Emotional Reactions to Dramatic Film Stimuli: The Influence of Cognitive and Emotional Empathy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1), 126–133. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.1.126>
- Deonna, J. A. (2007). The structure of empathy. *Journal of Moral Philosophy*, 4(1), 99–116. <https://doi.org/10.1177/1740468107077385>
- Fadhilah Aisyah Zakiyah. (2007). *MENINGKATKAN EMPATI MELALUI TEKNIK EXPRESSIVE WRITING PADA IMPROVEMENT OF EMPATHY THROUGH EXPRESSIVE WRITING ON STUDENT JUNIOR*. 160–174.
- Hariyadi, S., Wijayanti, P., & Herdiyanto, R. H. A. (2019). Hambatan Cinema Therapy Sebagai Layanan Konseling di Sekolah. *Briliant: Jurnal Riset Dan Konseptual*, 4(3), 266. <https://doi.org/10.28926/briliant.v4i3.324>

- merdeka.com. (2019). *Kronologi Lengkap Kasus Siswa Tantang Guru Honorer Karena Ditegur Saat Merokok*. <https://www.merdeka.com/peristiwa/kronologi-lengkap-kasus-siswa-tantang-guru-honorer-karena-ditegur-saat-merokok.html> diakses pada tanggal 25 februari 2021
- Niva, H. (2016). Multilake River System Operation Rules. *Psikologi Pendidikan & Konseling*, 2(HY9), 41–48. <https://doi.org/10.1061/jyceaj.0003734>
- Normanita, R. W., Kurniawan, K., & Nusantoro, E. (2018). Meningkatkan Interaksi Sosial dengan Teman Sebaya Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Cinematherapy*. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(3), 1–7.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta. Sutanto, Tri. 2015. “Efektivitas Teknik Modeling untuk Meningkatkan Empati Mahasiswa Prodi BK Universitas Ahmad Dahlan”. *Jurnal Psikologi dan Konseling*. Vol. 1 Nomor 1, 188-198
- Sun&Hui. 2011. Building social support for adolescents with suicidal ideation: implication for school guidance and counseling. *British Journal of Guidance And Counseling*. 35(3), 299 – 316.