

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah kegiatan untuk membantu anggota berkembang secara sosial, pemimpin kelompok memberikan informasi dan mengarahkan jalannya diskusi dan mencapai tujuan yang disepakati bersama. Selain itu, kegiatan ini dapat dianggap sebagai bentuk bantuan kepada individu yang diberikan dalam konteks kelompok. Ini dapat mencakup penyampaian informasi atau aktivitas diskusi yang membahas masalah sosial, pekerjaan, pendidikan, dan pribadi.⁸ Sehingga anggota kelompok dapat berkembang secara sosial dan kognitif, kegiatan bimbingan kelompok dapat dilakukan dengan suasana kelompok di mana pemimpin kelompok memberikan informasi dan memimpin jalannya diskusi membantu satu sama lain dalam mencapai tujuan bersama. Bimbingan kelompok juga dapat didefinisikan sebagai bantuan kepada orang lain dalam konteks atau lingkungan kelompok.

Dalam bimbingan kelompok, individu yang berada di dalamnya memiliki tujuan agar mereka memperoleh pemahaman tentang diri sendiri,

⁸Iswatun Hasanah dkk., *Bimbingan Kelompok: Teori Dan Praktik Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. (Duta Media, 2017).

mampu menerima diri, mengarahkan diri, serta mewujudkan potensi diri secara lebih optimal.⁹

Berdasarkan teori di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang dilaksanakan dalam suasana kelompok dengan memanfaatkan dinamika interaksi antar anggota. Kegiatan ini dipimpin oleh konselor yang memberikan arahan serta materi untuk dibahas bersama serta membantu individu memahami dan mengembangkan diri secara optimal sesuai potensi, bakat, minat, dan nilai yang dimiliki dan membantu dalam mencegah timbulnya masalah serta membantu menemukan solusi atas permasalahan yang berkaitan dengan aspek pendidikan, pribadi, sosial maupun kehidupan sehari-hari, terlebih dalam mengembangkan empati siswa.

2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok memiliki berbagai tujuan yang berkaitan dengan pengembangan individu maupun kelompok secara menyeluruh. Secara umum, layanan ini dirancang untuk membantu siswa meningkatkan keterampilan sosial, terutama dalam hal kemampuan berkomunikasi. Sedangkan secara khusus, dapat membantu siswa yang mengikuti bimbingan kelompok mampu berpikir secara logis serta terampil dalam mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi. Layanan ini juga bertujuan untuk mengembangkan perasaan, gagasan, persepsi, wawasan, dan sikap siswa agar

⁹ Jahju Hartanti, *Bimbingan Kelompok*. (Duta Sablon, 2022).

mereka dapat menunjukkan perilaku yang lebih efektif, khususnya dalam meningkatkan kemampuan komunikasi baik secara verbal maupun nonverbal.¹⁰

Sebagaimana dikemukakan oleh Prayitno bahwa tujuan bimbingan kelompok terbagi menjadi dua kategori, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus.

Secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu individu yang mengalami masalah melalui prosedur kelompok, selain itu tujuan umum bimbingan kelompok dapat mengembangkan pribadi masing-masing anggota kelompok melalui berbagai suasana yang menyenangkan maupun menyedihkan. Sedangkan secara khusus bimbingan kelompok bertujuan untuk melatih individu dapat berani mengemukakan pendapat dihadapan individu lainnya, melatih individu untuk bersikap terbuka dalam kelompok, membina keakraban bersama individu lainnya, melatih individu memiliki tenggang rasa dengan orang lain, melatih individu memperoleh keterampilan sosial, serta membantu individu dalam mengenali dan memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain.

Pada dasarnya, bimbingan kelompok dimaksudkan untuk membantu orang yang menghadapi masalah lewat proses dan dinamika dalam kelompok, serta dapat memperkaya kepribadian tiap anggota melalui berbagai pengalaman

¹⁰ Muhammad Farid Ilhamuddin dkk., "Landasan Teoritis Dan Praktis Dalam Fasilitasi Pengembangan Individu Dan Kelompok," *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6. 1 (2024): 107–115.

di dalam kelompok, baik yang menyenangkan maupun yang kurang menyenangkan.¹¹

Sedangkan menurut pendapat Tohirin, secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam bersosialisasi, khususnya dalam hal komunikasi. Secara lebih khusus, layanan bimbingan kelompok diarahkan untuk mendorong serta mengembangkan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan perilaku yang efektif, terutama dalam meningkatkan keterampilan komunikasi baik secara verbal maupun nonverbal. Serta dapat membantu siswa meningkatkan kepekaan terhadap kebutuhan orang lain, sehingga tumbuh rasa tanggung jawab dalam berperilaku serta kemampuan berempati terhadap orang lain.¹²

Oleh karena itu dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan kelompok ada dua yaitu tujuan umum dan tujuan khusus yang dapat membantu serta mengembangkan kemampuan siswa dalam bersosialisasi maupun dalam menyelesaikan masalah. Serta membantu siswa mengembangkan kemampuan sosial dan komunikasi, baik verbal maupun nonverbal, melalui dinamika kelompok. Selain itu, layanan ini juga mendorong perkembangan pribadi seperti cara berpikir logis, sikap, empati, serta tanggung jawab, sehingga siswa mampu menghadapi masalah secara lebih efektif dan berinteraksi dengan orang lain secara lebih baik.

¹¹ Syifa Nur Fadilah, "Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan," *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3. 2 (2019): 167–78.

¹² Ridho Rismi dkk., "Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Pemahaman Nilai Budaya Siswa," *Jurnal of Counseling*, 3. 1 (2022): 17–21.

3. Manfaat Bimbingan Kelompok

Menurut pendapat Sukardi, bimbingan kelompok dapat memberikan manfaat penting bagi siswa, dengan memberikan kesempatan bagi siswa untuk menyampaikan pendapat serta mendiskusikan berbagai isu yang terjadi di sekitar mereka serta membentuk siswa memperoleh pemahaman yang objektif, akurat, dan menyeluruh mengenai topik-topik yang sedang dibahas dan dapat mendorong terbentuknya sikap yang baik dalam diri sendiri maupun lingkungan sekitar, terutama yang berkaitan dengan pembahasan dalam kelompok, mengarahkan siswa untuk menyusun rencana tindakan menolak pengaruh negatif dan mendukung hal-hal yang bernilai positif, mendorong siswa untuk melakukan kegiatan nyata secara langsung guna mewujudkan rencana yang lebih kuat.¹³

Sejalan dengan pendapat di atas terdapat beberapa manfaat bimbingan kelompok yaitu, sebagai berikut: 1) meningkatkan pemahaman diri, sehingga individu dapat mengenali potensi, kelebihan, dan kekurangan yang dimiliki, 2) mengembangkan kemampuan bersosialisasi, 3) melatih kemampuan berkomunikasi, 4) membantu memecahkan masalah, 5) menumbuhkan rasa percaya diri, 6) memberikan informasi yang bermanfaat.¹⁴

¹³ Dian Novita Sitompul, "Pengaruh Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Role-Playing Terhadap Perilaku Solidaritas Siswa Dalam Menolong Teman," *EduTech: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 1.1 (2015).

¹⁴ Rici Kardo et al., "Manfaat Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Meningkatkan Komunikasi Dalam Belajar Peserta Didik", *Jurnal Counseling*, 1 (2017): 1–12.

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa manfaat bimbingan kelompok yaitu; dapat memberi siswa kesempatan dalam bersosialisasi, dan membantu siswa dalam memahami diri masing-masing serta memiliki kemampuan dalam berkomunikasi serta dapat menyelesaikan masalah.

4. Asas-asas Bimbingan Kelompok

Adapun asas-asas bimbingan kelompok yaitu: 1) Asas kerahasiaan, selama bimbingan berlangsung semua anggota kelompok wajib menjaga kerahasiaan terkait masalah serta informasi-informasi lainnya, agar bimbingan dapat berkelanjutan dan berjalan dengan baik sesuai dengan harapan bersama, 2) asas Keterbukaan, yakni setiap anggota diperbolehkan untuk menyampaikan pandangan, ide, usulan, serta seluruh perasaan dan pemikiran mereka disampaikan tanpa rasa takut, malu, atau ragu, dan mereka bebas membicarakan berbagai topik seperti diri sendiri, sekolah, pertemanan, keluarga, dan lain-lain. 3) asas kesukarelaan, yang berarti setiap peserta dapat menampilkan diri secara alami tanpa dipaksa mengikuti bimbingan. 4) asas kenormatifan, yaitu semua diskusi dan tindakan dalam kelompok harus sesuai dengan norma-norma serta peraturan yang berlaku.¹⁵

Menurut Prayitno, asas-asas dalam bimbingan kelompok meliputi:

¹⁵ Syifa Nur Fadilah, "Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Membentuk Sikap Jujur Melalui Pembiasaan." *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6. 1 (2019), 78-167.

- a. Asas kerahasiaan, yang menuntut agar selama proses bimbingan anggota kelompok menjaga kerahasiaan masalah atau informasi yang diperoleh.
- b. Asas keterbukaan, yang mengharuskan anggota kelompok bersikap terbuka saat memberikan informasi.
- c. Asas kesukarelaan, yang menekankan bahwa peserta kelompok mengikuti aktivitas secara sukarela.
- d. Asas kekinian, yang menegaskan bahwa semua topik yang dibahas dalam bimbingan kelompok bersifat aktual pada saat itu.¹⁶

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa asas-asas dalam bimbingan kelompok yaitu: kerahasiaan, keterbukaan, kesukarelaan, kekinian. Asas-asas tersebut bertujuan agar kegiatan bimbingan kelompok dapat berlangsung dengan aman, terbuka, sukarela, sesuai dengan kondisi yang sedang dialami anggota, serta tetap berpedoman pada norma dan aturan yang berlaku sehingga tujuan bimbingan dapat tercapai secara efektif.

5. Komponen-komponen Bimbingan Kelompok

Dalam Bimbingan Kelompok ada komponen-komponen yang harus diketahui sehingga bimbingan kelompok dapat berjalan. Komponen Bimbingan kelompok yaitu: (1) pemimpin kelompok, konselor atau guru BK yang dapat memimpin jalannya kegiatan bimbingan, serta bertanggung jawab dalam

¹⁶ Prayitno dkk, *Layanan Bimbingan kelompok dan konseling kelompok*. (Bogor: Ghalia Indonesia, 2017).

merencanakan kegiatan, menemukan topik pembahasan serta mengarahkan dinamika diskusi dan memastikan suasana kelompok tetap kondusif dan sesuai dengan tujuan layanan, (2) anggota kelompok, atau siswa yang dapat mengikuti kegiatan bimbingan kelompok, dan yang menjadi subjek utama dalam proses layanan dan dapat berpartisipasi aktif serta mengemukakan pendapat, pengalaman demi keberhasilan dan kelancaran layanan, (3) dinamika kelompok, di mana interaksi yang terjadi antar kelompok selama proses layanan berlangsung yang mencakup komunikasi, kerja sama, serta membangun hubungan yang baik antar anggota kelompok.¹⁷ Dinamika kelompok adalah unsur vital yang memberi kehidupan pada sebuah kelompok. Dengan kata lain, dinamika tersebut diharapkan dapat memandu seluruh anggota untuk berinteraksi secara interpersonal, sehingga tercipta kelompok yang kondusif.

Sejalan dengan itu berikut komponen bimbingan kelompok:

a. Suasana kelompok

Untuk menilai apakah kehidupan sosial dalam suatu kelompok berjalan dengan baik atau kurang baik, terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan yaitu: a) terjalinya hubungan yang dinamis antar anggota kelompok, b) adanya tujuan yang sama yang ingin dicapai bersama, c) kesesuaian antar jumlah anggota kelompok dengan jenis kegiatan yang

¹⁷ Baiq Srikandi, "Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di Kelas XII-Iis-1 SMA Negeri 1 Pujut," *Jurnal Paedagogy*, 7. 2 (2020), 78–89.

dilakukan oleh kelompok tersebut, d) kemampuan kelompok untuk bertindak secara mandiri.

b. Anggota Kelompok

Keanggotaan merupakan unsur yang sangat penting dalam keberlangsungan sebuah kelompok. Tanpa adanya anggota, kelompok tidak mungkin terbentuk. Aktivitas dan kehidupan kelompok pada umumnya sangat bergantung pada peran para anggotanya. Tujuan kelompok tidak akan tercapai tanpa partisipasi aktif dari setiap anggota kelompok.

c. Pemimpin kelompok

Pemimpin kelompok adalah individu yang bertugas menciptakan suasana yang memungkinkan anggota kelompok belajar dalam menyelesaikan masalahnya sendiri. Peran pemimpin dalam layanan bimbingan kelompok yaitu: a) memberikan bantuan, arahan, atau intervensi secara langsung dalam kegiatan kelompok, b) memperhatikan dan memahami perkembangan perasaan para anggota kelompok selama kegiatan berlangsung, c) mengarahkan anggota terkait jalannya proses kegiatan kelompok, d) memberikan umpan balik terhadap berbagai hal yang muncul dalam kelompok, baik yang berkaitan dengan isi maupun proses kegiatan, e) mengatur jalannya kegiatan kelompok, menegakkan aturan, menjadi penengah dalam konflik, serta mendorong terciptanya kerja sama dan rasa kebersamaan, f) menjaga kerahasiaan seluruh aktivitas dan

kajadian yang berlangsung di dalam kelompok sebagai bagian dari tanggung jawabnya.¹⁸

Berdasarkan teori di atas maka dapat disimpulkan bahwa komponen dalam bimbingan kelompok meliputi pemimpin kelompok, anggota kelompok, dan dinamika kelompok atau suasana kelompok. Pemimpin kelompok berperan mengarahkan jalannya kegiatan dan menjaga suasana tetap kondusif, anggota kelompok berpartisipasi aktif dalam proses bimbingan, sedangkan dinamika atau suasana kelompok menjadi unsur penting yang menghidupkan interaksi, kerja sama, dan hubungan interpersonal antaranggota sehingga tujuan bimbingan kelompok dapat tercapai dengan baik.

6. Tahapan Bimbingan Kelompok

Menurut Gladding dan Rusmana bahwa terdapat empat tahapan dalam bimbingan kelompok yaitu:

- a. Tahap awal (*The beginning stage*): 1) penyampaian tujuan yaitu menjelaskan sasaran bimbingan serta hasil yang ingin dicapai oleh kelompok dalam pelatihan. 2) pembentukan kelompok, yaitu proses mengorganisasikan anggota ke dalam kelompok bimbingan. 3) konsolidasi, yaitu tahap di mana konselor memberi kesempatan kepada anggota untuk menegaskan kembali pemahaman dan kesiapan mereka terhadap tugas-tugas dalam kegiatan bimbingan.

¹⁸ Meilia Sari Dewi, "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kejujuran Siswa di SMK Negeri 1 Luwu Utara" (2019), 21-213.

- b. Tahap transisi (*The transition stage*): 1) *storming*, yaitu fase ketika pemimpin kelompok menangani konflik internal yang muncul akibat kurangnya pemahaman anggota terhadap kegiatan atau dinamika keanggotaan. 2) *norming*, yaitu fase ketika pemimpin memberikan arahan, melakukan penataan ulang kelompok, membagi tugas, membuat kesepakatan, serta menjelaskan kembali aktivitas yang akan dilakukan.
- c. Tahap kerja/Inti (*The working stage*): 1) eksperimentasi, yaitu pelaksanaan kegiatan bimbingan sesuai dengan rencana, metode, dan teknik yang telah disusun. 2) identifikasi, yaitu refleksi awal dengan mengenali pola respons dan pemahaman anggota terhadap materi atau stimulus yang diberikan. 3) analisis, yaitu refleksi lanjutan dengan mengajak anggota menelaah makna dan kaitannya dengan penyelesaian masalah. 4) generalisasi, yaitu refleksi akhir dengan membantu anggota merancang perubahan perilaku yang akan diterapkan pada kegiatan bimbingan selanjutnya.
- d. Tahap penutup: 1) Refleksi umum. Pemimpin kelompok mengajak anggota kelompok untuk melakukan review atau mengingat lagi proses bimbingan yang telah dilakukan; 2) Tindak lanjut. Pimpinan kelompok

memberi penguatan kepada anggota kelompok untuk merealisasikan rencana-rencana perbaikan.¹⁹

Adapun pendapat lain, tahap-tahap dalam bimbingan kelompok yaitu:

a. Tahap Pembentukan

Tahap ini adalah proses pengenalan, dimana individu mulai terlibat atau memasuki kehidupan sebuah kelompok. Di fase ini, biasanya anggota saling mengenalkan diri dan mengungkapkan tujuan atau harapan yang ingin dicapai oleh masing-masing anggota kelompok.

b. Tahap Peralihan

Tahap ini merupakan jembatan antara tahap pertama dan ketiga. Adapun yang dilaksanakan yaitu: 1) menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, 2) menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya, 3) membahas suasana yang terjadi, 4) meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota,

c. Tahap kegiatan

Tahap ini adalah inti dari aktivitas kelompok, sehingga ada banyak aspek yang menjadi pendukungnya, dan setiap aspek tersebut perlu diperhatikan dengan cermat oleh pemimpin kelompok. Pada tahap ini ada beberapa kegiatan yang dilakukan yaitu: 1) menentukan isu atau topik yang

¹⁹ Rismi dkk., "Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Pemahaman Nilai Budaya Siswa." *Jurnal of counseling*, 3. 1 (2022), 17-21.

akan dibahas terlebih dahulu, 2) anggota melakukan pembahasan mengenai setiap topik secara mendalam dan menyeluruh, 3) aktivitas penunjang, kegiatan tersebut dilakukan dengan tujuan agar dapat terungkanya masalah atau topik yang disarankan, dipikirkan dan dialami oleh anggota kelompok.

d. Tahap pengakhiran

Pada tahap penutup, fokus utamanya bukanlah pada frekuensi peretemuan yang dilakukan, melainkan pada pencapaian yang telah diraih oleh kelompok tersebut. Beberapa tindakan yang dilakukan pada fase ini meliputi: 1) pemimpin kelompok menyatakan bahwa aktivitas akan segera berakhir, 2) pemimpin dan anggota kelompok berbagi pengalaman serta hasil dari kegiatan, 3) mendiskusikan rencana pertemuan selanjutnya, 4) menyampaikan pesan dan harapan.²⁰

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang saling berkaitan, yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan (transisi), tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Setiap tahap memiliki fungsi yang berbeda, mulai dari proses pengenalan dan penyesuaian anggota, persiapan menuju kegiatan inti, pelaksanaan pembahasan masalah dalam kelompok, hingga penutupan serta evaluasi hasil kegiatan yang telah dicapai.

²⁰ *Ibid.*, 15-18.

Landasan Alkitabiah Bimbingan Kelompok:

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok memiliki dasar yang kuat dalam nilai-nilai kekristenan. Alkitab mengajarkan bahwa manusia dipanggil untuk hidup dalam persekutuan, saling membangun, saling menasihati, dan saling menolong agar mengalami pertumbuhan yang utuh. Prinsip-prinsip tersebut sejalan dengan tujuan layanan bimbingan kelompok yang memafaatkan dinamika kelompok untuk membantu individu berkembang secara pribadi maupun sosial.

Dalam Ibrani 10:24-25 tertulis: *“Dan marilah kita saling memperhatikan supaya kita saling mendorong dalam kasih dan dalam pekerjaan baik. Janganlah kita menjauhkan diri dari pertemuan-pertemuan ibadah kita, seperti dibiasakan oleh beberapa orang, tetapi marilah kita saling menasihati, dan semakin giat melakukannya menjelang hari Tuhan yang mendekat”* Ayat ini menunjukkan pentingnya kebersamaan dalam suatu kelompok sebagai sarana untuk saling memperhatikan, memberi dorongan, dan membangun karakter yang baik. Prinsip tersebut sejalan dengan layanan bimbingan kelompok yang menekankan interaksi positif antaranggota untuk mencapai perkembangan diri.

Selain itu, dalam Amsal 27:17 dikatakan: *“Besi menajamkan besi, orang menajamkan sesamanya.”* Firman ini menggambarkan bahwa setiap individu dapat bertumbuh melalui interaksi dengan orang lain. Dalam konteks bimbingan kelompok, setiap anggota memiliki kesempatan untuk saling belajar, memberi masukan, berbagi pengalaman, dan menjadi teladan bagi anggota lainnya

sehingga terjadi perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. Dalam Galatia 6:2 berbunyi: "*Bertolong-tolonglah menanggung bebanmu! Demikianlah kamu memenuhi hukum Kristus.*" Ayat ini mengajarkan bahwa setiap orang percaya dipanggil untuk peduli terhadap sesama. Nilai tersebut sangat relevan dengan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, karena melalui proses diskusi, berbagi pengalaman, dan saling mendukung, peserta belajar mengembangkan empati, kepedulian, dan tanggung jawab sosial terhadap orang lain.

Berdasarkan landasan Alkitab tersebut, dapat dipahami bahwa layanan bimbingan kelompok bukan hanya memiliki dasar secara ilmiah dalam ilmu bimbingan dan konseling, tetapi juga memiliki dasar teologis yang menekankan pentingnya hidup dalam persekutuan, saling membangun, saling menolong, dan mengembangkan kasih kepada sesama. Oleh karena itu, pelaksanaan bimbingan kelompok menjadi salah satu bentuk pelayanan yang selaras dengan nilai-nilai Kristiani dalam membentuk karakter peserta didik.

B. Teknik *Modeling*

1. Pengertian Teknik *Modeling*

Menurut Albert Bandura, teknik *modeling* dalam konseling merupakan teknik yang memanfaatkan proses belajar melalui pengamatan terhadap seorang model, sehingga terjadi perubahan perilaku sebagai hasil dari peniruan.²¹ Sementara, itu Nelson menjelaskan bahwa *modeling* adalah teknik untuk

²¹ Sartika dkk., "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Modeling* Terhadap Pengembangan Empati Siswa SMA Negeri 1 Deli Tua Tahun Ajaran 2024/2025."

mengubah perilaku dengan cara mengamati perilaku yang ditampilkan oleh model.²² Kemudian menurut Pery dan Furukawa, *modeling* sebagai proses belajar melalui observasi, di mana perilaku individu atau kelompok yang berperan sebagai model menjadi stimulus bagi munculnya gagasan, sikap, maupun perilaku baru pada orang yang mengamati model tersebut.²³

Modeling merupakan proses ketika konseli belajar melalui pengamatan terhadap perilaku orang lain. Teknik ini termasuk salah satu bagian dari pendekatan behavioristik yang berlandaskan pada teori belajar sosial. Selain itu, *modeling* juga kerap disebut sebagai teknik peniruan, identifikasi, atau pembelajaran observasional.²⁴

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa teknik *modeling* merupakan teknik yang membantu siswa dalam proses belajar dalam mengubah perilaku mereka melalui peniruan atau pengamatan dan dari hasil pengamatan tersebut seseorang dapat memperoleh perubahan.

2. Tujuan Teknik *Modeling*

Teknik *modeling* bertujuan untuk mempelajari perilaku baru mengamati proses pengamatan terhadap seorang model serta mempelajari keterampilan

²² *Ibid.*, 549.

²³ Nursalim Mochamad dkk., *Teknik-Teknik Konseling Yang Efektif*. (Jakarta:PT Bumi Aksara, 2024).

²⁴ Gunawan Made Sonny dkk., *Konseling Behavioristic Dengan Perspektif Kearifan Lokal*. (Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia, 2021).

yang dimilikinya.²⁵ Tujuan penerapan teknik *modeling* disesuaikan dengan kebutuhan dan permasalahan yang dialami konseli, seperti membantu memperoleh perilaku sosial yang lebih sesuai. Melalui teknik ini, konseli dapat belajar menampilkan perilaku yang diharapkan secara mandiri tanpa harus melalui proses coba-coba. Selain itu, teknik *modeling* juga bertujuan membantu konseli dalam merespon situasi-situasi baru, melatih konsistensi dalam menampilkan respons yang sebelumnya terhambat, serta mengurangi munculnya perilaku yang kurang tepat.²⁶

Menurut Bandura terdapat beberapa tujuan teknik *modeling* yaitu: 1) pengembangan keterampilan (*development of new skill*), yang berfungsi untuk membantu seseorang dalam mendapatkan respons atau keterampilan baru melalui pengamatan terhadap seorang model, lalu menerapkan perilaku tersebut dengan cara mengkombinasikannya dengan perilaku yang sudah dimiliki sebelumnya, 2) memfasilitasi perilaku yang sudah ada (*facilitation of preexisting of behavior*), yang bertujuan untuk membantu mengurangi atau menghilangkan ketakutan pada seseorang setelah ia menyaksikan model yang menunjukkan perilaku tertentu, 3) perubahan hambatan dalam mengekspresikan diri (*changes in inhibition about self expression*), yang bertujuan untuk mendorong individu agar

²⁵ Husnadatul Qoimah dkk., "Efektivitas Teknik *Modeling* Untuk Meningkatkan Empati Siswa Kelas VIII Madrasah Tsanawiyah," *Jurnal Administrasi Pendidikan Dan Pendidikan Konseling*, 6. 2 (2025): 114–22.

²⁶ Darmawan Muhamad Azis., *Pengantar Psikologi Abnormal*. (Anak Hebat Indonesia, 2023).

dapat menunjukkan respon tertentu setelah melihat perilaku yang diperlihatkan oleh seorang model.²⁷

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa tujuan dari teknik *modeling* yaitu membantu konseli dalam memahami serta mempelajari perilaku baru melalui pengamatan dan mengembangkan perilaku yang dimilikinya sendiri, memfasilitasi perilaku yang sudah ada, serta memndorong seseorang dalam memberi respon terhadap perilaku yang dilihatnya.

3. Jenis-jenis Teknik *Modeling*

Menurut Komalasari, terdapat beberapa jenis teknik *modeling* diantaranya: 1) *modeling* nyata, yaitu model yang dapat dijumpai siswa secara langsung dalam kehidupan sehari-hari. Melalui *modeling* ini, siswa dapat mengamati bahkan berinteraksi langsung dengan model tersebut. 2) *modeling* simbolik, yaitu model yang disajikan melalui simbol-simbol. Model ini biasanya tersedia dalam bentuk media tertulis atau audiovisual seperti gambar, video, film, maupun rekaman audio. 3) *modeling* ganda, yaitu teknik yang menggabungkan dua jenis model sekaligus, yakni model nyata dan model simbolik. Yang pelaksanaannya dilakukan secara berkelompok.²⁸

Menurut Bimanyu dan Manrihu terdapat jenis-jenis *modeling* yaitu: 1) *Modeling* langsung, yaitu ketika seseorang dijadikan contoh secara langsung

²⁷ Suandani dkk., "Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Dan Asertif Terhadap Self-Adjusment. *Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, 3. 2 (2018): 50.

²⁸ Luh Eka Repita., "Implementasi Teknik *Modeling* Untuk Meminimalisasi Perilaku Bermasalah Oppositional Defiannt Pada Anak Kelompok B," *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4. 22 (2017).

sebagai model perilaku. 2) *modeling* diri sendiri, yaitu individu menjadikan dirinya sebagai model melalui proses pengaturan diri. Dalam hal ini seseorang mengamati perilakunya sendiri selama belajar serta memberi penghargaan atau hukuman kepada dirinya berdasarkan keberhasilan atau kegagalan perilaku tersebut, 3) *modeling* partisipan, yang dilakukan melalui demonstrasi oleh model, latihan yang dibimbing, serta pengalaman keberhasilan yang dialami orang lain, 4) *modeling* tersembunyi, yaitu dengan meminta individu membayangkan seorang model yang melakukan suatu perilaku berdasarkan intruksi tertentu, 5) *modeling* simbolis, yaitu proses penokohan yang disampaikan melalui simbol atau media seperti film dan audio visual. 6) *modeling* kognitif, yaitu ketika konselor menunjukkan atau menjelaskan apa yang biasanya dikatakan seseorang kepada dirinya sendiri saat melakukan suatu tugas dan perilaku tertentu.²⁹

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa teknik *modeling* memiliki berbagai jenis yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran atau konseling. Menurut Komalasari, *modeling* terdiri dari *modeling* nyata, *modeling* simbolik, dan *modeling* ganda. Sementara itu, Bimanyu dan Manrihu membagikannya menjadi beberapa bentuk seperti *modeling* langsung, *modeling* diri sendiri, *modeling* partisipasi, *modeling* tersembunyi, *modeling* simbolis, dan *modeling* kognitif. Secara umum, semua jenis *modeling* tersebut bertujuan membantu individu mempelajari dan meniru perilaku yang

²⁹ Nanin Rahmatyana, "Teknik *Modeling* Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Perencanaan Karier Siswa SMA," *Jurnal Fokus*, 3. 2 (2020): 61–71.

diharapkan melalui pengamatan terhadap model, baik secara langsung, melalui media maupu melalui proses kognitif.

4. Langkah-Langkah Teknik *Modeling*

Langkah-langkah dalam teknik *modeling* yaitu:

- a. Menentukan jenis penokohan/model yang akan digunakan, seperti *life model*, *symbolic model*, atau *multiple model*.
- b. Dalam penggunaan *life model*, memilih tokoh yang akrab atau sebaya dengan konseli, yang memiliki kemiripan dalam usia, latar belakang ekonomi, serta penampilan fisik
- c. Jika memungkinkan, gunakan lebih dari satu model agar proses layanan lebih efektif.
- d. Tingkat kerumitan perilaku yang ditampilkan model harus disesuaikan dengan kemampuan dan tahap perkembangan perilaku konseli.
- e. Padukan teknik *modeling* dengan aturan, intruksi, latihan perilaku, serta pemberian penguatan.
- f. Ketika konseli memperhatikan penampilan atau perilaku model, berikan penguatan secara alami.
- g. Jika memungkinkan, rancangan pelatihan agar konseli dapat menirukan perilaku model dengan tepat sehingga memperoleh penguatan alami. Jika tidak memungkinkan, siapkan rencana untuk memberikan penguatan untuk setiap peniruan perilaku yang benar.

- h. Apabila perilaku yang diajarkan cukup kompleks, lakukan *modeling* secara bertahap, dimulai dari perilaku yang paling sederhana hingga yang lebih sulit.
- i. Skenario *modeling* perlu disusun secara realistis agar mudah dipahami dan diterapkan oleh konseli.
- j. Lakukan pemodelan dengan menampilkan tokoh yang memperagakan sikap yang semula menimbulkan rasa takut pada konseli, namun disampaikan dengan ramah, penuh perhatian, Bahasa lembut, dan perilaku yang menyenangkan bagi konseli.³⁰

Menurut Komalasari langkah-langkah *modeling* yaitu:

- 1) Pada *modeling* langsung, pilih model yang dekat dengan konseli, seperti teman sebaya yang memiliki kesamaan usia, latar belakang ekonomi, maupun penampilan fisik.
- 2) Apabila memungkinkan, gunakan lebih dari satu model agar proses pembelajaran lebih efektif.
- 3) Perilaku yang dicontohkan oleh model harus disesuaikan dengan kemampuan konseli agar mudah dipahami dan ditiru.
- 4) Teknik *modeling* sebaiknya dikombinasikan dengan pemberian petunjuk, aturan, serta penguatan.

³⁰ Hajjah, "Efektivitas Teknik *Modeling* Untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Online Siswadi Mts", 4. 2 (2022): 1–16.

- 5) Ketika konseli memperhatikan perilaku model, berikan penguatan secara wajar atau alami
- 6) Jika memungkinkan, rancangan latihan yang memungkinkan konseli meniru perilaku model dengan tepat sehingga memperoleh penguatan secara alami.
- 7) Jika perilaku yang diajarkan cukup kompleks, proses *modeling* dilakukan secara bertahap, dimulai dari perilaku yang paling sederhana hingga yang lebih sulit.
- 8) Skenario *modeling* sebaiknya dibuat secara realistis agar mudah dipahami dan diterapkan oleh konseli
- 9) Dalam proses *modeling*, model perlu menunjukkan sikap positif, penuh perhatian, menggunakan bahasa yang lembut, serta menampilkan perilaku yang menarik bagi konseli.³¹

Berdasarkan langkah-langkah di atas maka dapat disimpulkan bahwa dalam teknik *modeling* dapat dilakukan dengan memilih model sesuai dengan karakteristik konseli, menyesuaikan perilaku yang dicontohkan dengan kemampuan konseli, serta menggunakan satu atau lebih model agar proses belajar lebih efektif. Proses *modeling* juga perlu dipadukan dengan petunjuk, latihan, dan pemberian penguatan, serta dilakukan secara bertahap dan perilaku yang sederhana hingga yang lebih kompleks. Selain itu, model harus

³¹ *Ibid.*, 50.

menampilkan perilaku yang positif dan realistis agar mudah dipahami dan ditiru oleh konseli.

5. Kelebihan dan Kelemahan Teknik *Modeling*

Dalam pelaksanaan teknik *modeling* ini terdapat kelebihan dan kelemahan yaitu sebagai berikut: Kelebihan; 1) melalui teknik ini, konseli dapat mempelajari perilaku serta cara menyelesaikan masalah dengan mengamati contoh yang diberikan, 2) teknik ini tidak menuntut penggunaan alat khusus dalam penerapannya, 3) proses bimbingan menjadi lebih efektif dan efisien karena dilakukan melalui observasi, bukan semata-mata coba-coba, 4) teknik ini relatif mudah dipahami dan diterapkan dalam praktik konseling, 5) konseli dapat memahami materi secara lebih mendalam sehingga mampu mengimplementasikannya dalam kehidupan nyata, 6) konseli terdorong untuk melatih kebiasaan berperilaku baik pada siswa atau konseli, 7) teknik ini membantu melatih kebiasaan berperilaku baik pada siswa, 8) keterampilan yang dipelajari cenderung konsisten dengan perilaku yang diperlihatkan oleh model, 9) konselor dapat secara langsung berperan sebagai teladan, baik sebagai model nyata maupun model simbolik.³²

Kelemahan; 1) kurang efektif diterapkan pada individu yang memiliki tingkat kreativitas rendah atau kurang responsive terhadap pembelajaran observasional, 2) konseli berpotensi merasa jenuh jika teknik ini digunakan

³² Andi Matappa, "Efektifitas Teknik *Modeling* Simbolis Untuk Meningkatkan Motivasi Berprestasi Siswa Smp Negeri 2 Minasatene" 1 (2017): 55–64.

secara monoton, 3) tidak selalu mudah menemukan model yang relevan, tepat, dan memiliki kredibilitas tinggi, 4) keberhasilan teknik ini sangat dipengaruhi oleh bagaimana konseli memandang dan menerima model tersebut, 5) perubahan perilaku sulit tercapai apabila model yang ditampilkan tidak mampu mempresentasikan perilaku yang diharapkan secara jelas dan meyakinkan.³³

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa teknik *modeling* memiliki kelebihan yaitu membantu konseli mempelajari perilaku dan cara menyelesaikan masalah melalui pengamatan terhadap contoh yang diberikan. Teknik ini relatif mudah diterapkan, tidak memerlukan alat khusus, serta dapat membuat proses bimbingan lebih efektif dan membantu konseli menerapkan perilaku positif dalam kehidupan sehari-hari. Namun, teknik ini juga memiliki kelemahan, seperti kemungkinan menimbulkan kejenuhan, sulitnya menemukan model yang tepat, serta keberhasilannya sangat bergantung pada bagaimana konseli memandang dan menerima model yang ditampilkan.

C. Empati

1. Pengertian Empati

Empati merupakan kemampuan individu untuk merasakan, memahami, dan menyelami perasaan, pikiran, pengalaman, serta keadaan mental dan emosional orang lain. Dalam kurun waktu satu tahun terakhir, tingkat empati

³³ *Ibid.*, 55-64.

pada siswa cenderung menurun atau semakin memudar.³⁴ Orang yang memiliki empati mampu memahami pikiran dan perasaan orang lain, sekaligus menyadari bagaimana orang tersebut memaknai kondisi yang dialaminya, tanpa membuat diri sendiri terbawa hingga kehilangan kendali.³⁵

Menurut Carl Rogers empati merupakan proses ketika seseorang membayangkan dirinya berada pada posisi orang lain, sehingga dapat merasakan dan mengalami apa yang dirasakan orang tersebut, namun tetap mempertahankan jati dirinya tanpa larut sepenuhnya.³⁶ Orang yang memiliki empati dapat memberi respon yang tepat terhadap orang lain secara spontan sesuai dengan perasaan orang lain, dimana kita merasakan apa yang dirasakan orang tersebut. Sementara itu Daniel juga berpendapat bahwa orang yang memiliki empati mampu untuk menempatkan diri sendiri di posisi orang lain dan turut merasakan apa yang orang itu sedang rasakan.³⁷

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa empati merupakan kemampuan dalam memahami, merasakan perasaan orang lain, dan mampu memposisikan diri pada apa yang dialami seseorang tanpa kehilangan jati pada diri sendiri. Empati memungkinkan individu memberikan respon yang tepat terhadap perasaan orang lain. Namun, saat-saat ini tingkat empati siswa

³⁴ Indreswari Henny dkk., *"Bunga Rampai Penguatan Empati Konselor"*. Malang: Media Nusa Creative, 2024.

³⁵ Novi Andriati dkk., "Meningkatkan Sikap Empati Siswa SMP Melalui Layanan Bimbingan Keompok Dengan Teknik Sosiodrama," *Jurnal Pendidikan*, 17. 1 (2019): 68–79.

³⁶ Ayu dkk., "Penerapan Model Konseling Behavioral Teknik *Modeling* Untuk Mengembangkan Sikap Empati Siswa Kelas Xc Upw Smkn 1 Singaraja" *Jurnal Bimbingan Konseling*, 2,1 (2020), 1-10.

³⁷Henny Indreswari., *Penguatan Empati Konselor*. (Malang: Media Nusa Creative, 2024).

cenderung menurun, sehingga perlu adanya upaya untuk mengembangkannya kembali.

2. Ciri-ciri Empati

Ciri-ciri Empati yaitu: 1) siswa bisa membangun hubungan yang harmonis dengan teman-temannya, 2) adanya pengaruh timbal balik antarindividu, 3) mampu memahami kondisi dan perasaan orang lain, 4) menunjukkan sikap saling menghormati, serta 5) dapat saling memahami dan menerima perbedaan maupun keterbatasan yang dimiliki teman.³⁸

Menurut Borba, ciri-ciri empati yaitu kemampuan untuk bersikap toleran, menunjukkan kasih sayang, memahami kebutuhan orang lain, serta memiliki kemampuan membantu mereka yang sedang mengalami kesulitan, memiliki kepedulian yang tinggi terhadap sesama, dan mampu mengendalikan rasa marah dengan baik.³⁹

Dari pendapat di atas tentang ciri empati maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri empati yaitu memiliki kemampuan dalam membangun hubungan dengan orang lain, menunjukkan sikap peduli antar sesama serta dapat menerima perbedaan satu sama lain. Serta adanya kepedulian dan keinginan membantu sesama. Sehingga individu yang berempati juga mampu bersikap toleran, penuh kasih sayang, dan dapat mengendalikan emosi, terutama rasa marah, dalam berinteraksi dengan orang lain.

³⁸ Andriati dkk., "Meningkatkan Sikap Empati Siswa SMP Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama." *Jurnal Pendidikan*, 17. 1 (2019), 68-79.

³⁹ Nurul Atieka, "Implementasi Kemampuan Empati Dan Interaksi Sosial DI Kelas Inklusi SMP Negeri 5 Metro" *Jurnal Lentera Pendidikan*, 3. 1 (2018): 87-98.

3. Aspek Empati

Menurut Taufik terdapat beberapa aspek dalam empati yaitu:

- a. Aspek kognitif adalah dimensi yang memungkinkan seseorang memahami perasaan orang lain melalui proses berpikir. Aspek ini mencakup berbagai kemampuan, seperti menjelaskan perilaku orang lain, mengingat informasi intelektual, dan verbal tentang mereka, serta membedakan atau menyesuaikan kondisi emosional diri sendiri dengan kondisi emosional orang lain. Jika kemampuan kognitif seseorang kurang memadai, maka ia berpotensi salah memahami keadaan orang lain.
- b. Aspek afektif merupakan aspek yang berkaitan dengan kemampuan untuk menyelaraskan pengalaman emosional dengan orang lain. Empati afektif terjadi ketika seseorang merasakan emosi yang sama dengan emosi yang sedang dialami orang lain, sehingga muncul perasaan seakan-akan mengalami hal tersebut bersama.
- c. Aspek komunikasi merujuk pada perilaku nyata yang menunjukkan atau mengekspresikan perasaan empati kepada orang lain.⁴⁰

Menurut Davis terdapat empati aspek empati yaitu:

1. *Perspective taking*, yaitu kemampuan individu untuk menempatkan dirinya pada posisi orang lain sehingga dapat memahami pikiran dan perasaan orang tersebut. Kemampuan ini penting secara psikologis

⁴⁰ *Ibid.*, 71.

maupun sosial karena dapat membantu menjaga kaharmonisan dalam interaksi antar individu.

2. *Fantasy*, yaitu kemampuan seseorang untuk membayangkan dirinya berada dalam situasi atau perasaan tokoh dalam cerita, film, atau drama yang dibaca atau ditonton. Melalui kemampuan ini, individu dapat merasakan pengalaman emosional yang dialami oleh tokoh tersebut.
3. *Empathic concern*, yaitu perasaan yang berorientasi kepada orang lain berupa simpati, kepedulian, dan perhatian terhadap kesulitan atau penderitaan yang dialami orang lain.
4. *Personal distress* yaitu reaksi emosional yang muncul pada diri seseorang ketika melihat penderitaan orang lain, seperti perasaan terkejut, takut, cemas, sangat prihatin, serta rasa tidak berdaya.⁴¹

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa empati memiliki beberapa aspek yang dapat menggambarkan kemampuan seseorang dalam memahami dan merasakan keadaan orang lain. Menurut Tuafik, empati meliputi aspek kognitif, efektif, dan komunikasi yang berkaitan dengan kemampuan memahami perasaan orang lain, merasakan emosi yang sama, serta mengekspresikan empati melalui perilaku. Sementara itu, menurut Davis empati terdiri dari empati aspek yaitu *perspective taking*, *fantasy*, *empathic concern*, dan *personal distress* yang mencerminkan kemampuan memahami sudut pandang

⁴¹ Meydian Effendy and Endang Sri Indrawati, "Hubungan Antara Empati Dengan Perilaku Agresif Pada Suporter Sepakbola Panser Biru Banyumanik Semarang," *Jurnal Empati*, 7. 3 (2018): 140–50.

orang lain, membayangkan pengalaman emosional orang lain, menunjukkan kepedulian, serta reaksi emosional terhadap penderitaan orang lain.

4. Faktor yang Mempengaruhi Empati

Menurut Goleman, terdapat faktor yang mempengaruhi empati secara psikologis maupun sosiologi. Berikut faktor yang mempengaruhi empati: 1) sosialisasi, merupakan faktor utama yang berperan dalam membentuk empati. Perkembangan teknologi modern, seperti smartphone, dapat mengubah pola hidup dan cara individu berinteraksi sosial. Ketergantungan pada smartphone berpotensi membuat seseorang menjadi kurang peduli terhadap lingkungan sosial di sekitarnya. 2) perkembangan kognitif, empati berkembang seiring dengan kematangan kognitif individu. Kemampuan kognitif yang semakin baik memungkinkan seseorang memahami suatu situasi dari berbagai sudut pandang, baik dari perspektif dirinya sendiri maupun dari sudut pandang orang lain. 3) komunikasi, keterampilan komunikasi yang efektif juga mempengaruhi tingkat empati seseorang. Perbedaan bahasa atau ketidakmampuan dalam memahami pesan yang disampaikan dapat menjadi hambatan dalam membangun empati.⁴²

Sementara itu menurut Taufik, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan empati pada seseorang, yaitu: a) kebutuhan individu, b) jenis kelamin, c) tingkat kematangan psikis yang dipengaruhi oleh tingkat kematangan individu dan d) proses sosialisasi. Selain itu, terdapat faktor

⁴² Goleman, Daniel. *Emotional Intelligence*. (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2019).

lain yang juga mempengaruhi empati di antaranya: 1) empati memiliki dasar genetik atau dapat diwariskan dari orang tua kepada anak, 2) kemampuan empati seseorang dipengaruhi oleh respon yang muncul dalam berbagai situasi, pengalaman yang dialami, serta tanggapan empati yang diberikan oleh lingkungan.⁴³

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa empati dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berasal dari aspek psikologis, sosial, maupun biologis. Faktor-faktor tersebut meliputi proses sosialisasi, perkembangan kognitif, kemampuan komunikasi, kebutuhan individu, jenis kelamin, serta tingkat kematangan psikis. Selain itu, empati juga dapat dipengaruhi oleh faktor genetik yang diwariskan dari orang tua serta pengalaman hidup, situasi yang dihadapi, dan respon empati yang diberikan oleh lingkungan. Dengan demikian, perkembangan empati pada seseorang terbentuk melalui interaksi antar faktor internal dalam diri individu dan faktor eksternal dari lingkungan sosialnya.

5. Cara Mengembangkan Empati

Empati dapat dikembangkan melalui berbagai strategi pembelajaran dan pengalaman sosial yang memungkinkan individu memahami perasaan serta sudut pandang orang lain. Dalam konteks pendidikan, pengembangan empati sangat penting untuk membentuk hubungan sosial yang sehat antar siswa.

⁴³ Asti Haryati and Mungin Eddy Wibowo, "Jurnal Bimbingan Konseling Model Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Empati Siswa SMP," *Jurnal Bimbingan Konseling*, 6. 1 (2017), 28–33.

Menurut Barotuttaqiyah dan Muniroh, empati dapat dikembangkan melalui berbagai cara seperti diskusi refleksi, simulasi atau permainan peran, pembelajaran berbasis proyek, kegiatan kolaboratif, serta aktivitas sosial yang memberikan pengalaman langsung kepada siswa untuk memahami perasaan orang lain.⁴⁴

Selain itu, kegiatan pembelajaran yang melibatkan cerita atau pengalaman orang lain juga dapat membantu meningkatkan empati siswa. Program membaca cerita inspiratif yang dikaitkan dengan pendekatan *Sosial Emotional Learning (SEL)* mampu membantu siswa memahami emosi, mengembangkan kesadaran sosial, serta meningkatkan kemampuan merasakan kondisi orang lain. Serta dapat dikembangkan melalui pembelajaran yang melibatkan interaksi sosial secara langsung, seperti diskusi kelompok, kerja sama dalam kelompok, serta kegiatan pembelajaran yang mendorong siswa untuk saling memahami satu sama lain.⁴⁵

Terdapat juga beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengembangkan empati, seperti mengikuti pelatihan atau latihan bermain peran, melakukan kegiatan menulis reflektif, serta berpartisipasi dalam aktivitas kerelewaan. Melalui pengalaman tersebut, seseorang dapat memperoleh

⁴⁴ Siti Mumun Muniroh, "Pengembangan Karakter Empati Siswa Madrasah Ibtidaiyah Melalui (Strategi Pembelajaran)," *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 3 .1 (2025): 334–342.

⁴⁵ Doni M Abdul Gani and Husnan Abdul Malik, "Implementasi Program Membaca Cerita Inspiratif Untuk Meningkatkan Empati Siswa Melalui Pendekatan Sel," *Jurnal Siliwangi*, 11. 2 (2025): 11–17.

pengalaman langsung yang membantu meningkatkan pemahaman terhadap orang lain dalam berbagai situasi dan kondisi.⁴⁶

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa empati dapat dikembangkan melalui berbagai cara seperti pembelajaran kolaboratif, diskusi reflektif, bermain peran, kegiatan sosial, pembelajaran dalam kelas, serta penggunaan cerita atau pengalaman inspiratif. Melalui berbagai pengalaman tersebut siswa dapat belajar memahami perasaan orang lain dan menunjukkan sikap peduli terhadap sesama.

⁴⁶ Edy Fatmasari dkk., *Konselor Sebaya Berintegritas: Buku Ajar Penguatan Karakter dan Empati*. (Malang: Kramatara JS, 2024).