

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Pada masa ini seorang remaja mengalami berbagai perubahan dalam diri baik secara fisik, psikologis, emosional maupun sosial. Perubahan yang dialami terjadi secara psikologi maupun biologis. Secara biologis dengan adanya pertumbuhan dan berkembangnya seks primer maupun seks sekunder. Sedangkan secara psikologis terlihat dari adanya perubahan emosi perasaan, sikap, dan keinginan yang tidak menentu atau labil.¹

Ketidakstabilan emosi pada remaja menjadi penghambat dalam penyesuaian diri dengan lingkungan disekitarnya termasuk terhadap teman sebaya. Kemampuan penyesuaian diri yang baik menjadi syarat utama remaja dalam mencapai mental yang sehat. Remaja yang sehat secara mental maka dapat melalui tugas perkembangannya dengan baik.

Remaja yang dapat melaksanakan perkembangan dengan baik, tidak hanya berpengaruh pada diri sendiri tapi juga akan berpengaruh pada pendidikan, dan cara bersosialisasi dengan lingkungan termasuk adanya rasa empati terhadap teman sebaya. Menumbuhkan rasa empati siswa memang tidak dapat dibentuk secara mudah. Terlebih pada zaman sekarang rasa kepedulian individu terhadap individu lain semakin menipis dan sibuk dengan cintanya terhadap dirinya sendiri. Permasalahan tersebut apabila dibiarkan dapat berdampak pada ketidakseimbangan hubungan dengan individu lain termasuk teman sebaya di sekolah.

Manusia sebagai makhluk sosial sejatinya tidak dapat hidup sendiri dan bergantung terhadap oranglain maka dituntut harus memiliki sikap sosial yang baik. Guru perlu memberikan bekal terhadap anak didiknya tentang bagaimana cara membangun hubungan yang baik terhadap sesama sebagai pondasi hidup bermasyarakat. Perkara yang terjadi dalam

¹ M.Farid dan Khoiril Bariyyah, “*Konsep Diri Adversity Quotient Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja*,” *Persona Jurnal Psikologi Indonesia* 5 (n.d.): 137.

kehidupan sehari-hari bermasyarakat tidak lain karena miskinnya rasa empati yang dimiliki seseorang. Baik permasalahan yang terjadi dalam kehidupan sosial, keluarga maupun dalam dunia pendidikan. Guna memperkaya rasa empati siswa, maka guru perlu menumbuhkan dan mengembangkan rasa empati tersebut.

Pentingnya rasa empati tidak hanya dimiliki oleh peserta didik saja, akan tetapi seorang pendidik terlebih guru bimbingan dan konseling sangat perlu memiliki sikap empati untuk memahami psikologi konseli yang sedang dibantu permasalahannya. Dalam dunia pendidikan, baik bagi pengajar maupun pelajar rasa empati semakin diperlukan guna mencapai keberhasilan proses pembelajaran. Adapun karakteristik pelajar yang sukses, ahli psikologi pendidikan menjelaskan bahwasannya terdapat empat hal yaitu: pengetahuan, mampu menentukan diri sendiri strategis, dan memiliki rasa empatik.²

Menumbuhkan rasa empati siswa terhadap teman sebaya dapat dilatih di sekolah dengan keterlibatan guru terutama guru bimbingan dan konseling. Guru bimbingan dan konseling mempunyai peran yang sangat penting dalam mendampingi tumbuh kembangnya siswa dari berbagai bidang termasuk bidang sosial. Bimbingan dan konseling merupakan kiat proaktif dan tersistematis guna memfasilitasi siswa dalam mencapai tingkat perkembangan yang maksimal, pengembangan perilaku yang efektif, serta adanya peningkatan fungsi atau manfaat seseorang terhadap lingkungannya. Perubahan perilaku yang terjadi pada individu tersebut merupakan proses perkembangan seseorang yaitu adanya proses interaksi yang sehat dan produktif seseorang terhadap lingkungannya.³

Rasa empati merupakan kemampuan seseorang dalam memahami individu lain, seolah-olah ia masuk ke dalam individu tersebut sehingga ia dapat merasakan dan mengalami

² Agung Slamet, “Empati Sebagai Sarana Untuk Memperkokoh Sikap Pro-Sosial Pelajar,” *Statistical Field Theor* 53, no. 9 (2019): .

³ Hesti Sindi Nurul Fuatah, *Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Menumbuhkan Rasa Empati Peserta Didik Sma Negeri 1 Gunung Agung Kabupaten Tulang Bawang Barat Tahun Ajaran 2020/2021*, Skripsi, vol. 13, 2021.

perasaan dan pengalaman seseorang tanpa harus kehilangan identitas dirinya.⁴ Rasa empati sangat penting dimiliki oleh seseorang karena dengan memiliki rasa empati dalam diri, akan menumbuhkan rasa kepedulian terhadap orang lain dan lingkungan sekitar. Individu yang memiliki rasa empati yang kurang akan memiliki rasa apatis acuh tak acuh, egois dan berperilaku semaunya sendiri.

Menurut Daniel Goleman dalam Fuatah ada tiga ciri kemampuan empati yang harus dimiliki oleh seseorang:

1. Mendengarkan pembicaraan lawan bicara dengan baik, artinya seseorang tersebut memberikan perhatian dan menjadi pendengar yang baik atas permasalahan yang diungkapkan lawan bicaranya.
2. Mampu menerima sudut pandang oranglain, artinya seseorang tersebut mampu memandang suatu permasalahan dengan sudut pandang individu lain sehingga menumbuhkan rasa toleransi dalam perbedaan.
3. Peka terhadap perasaan individu lain, dapat diartikan bahwa, seseorang mampu membaca perasaan oranglain baik secara verbal maupun non verbal melalui intinasi bicara, mimik muka, gerak-gerik maupun bahasa-bahasa tubuh lainnya.⁵

Berdasarkan hasil pra penelitian yang dilakukan terhadap siswa SMK NU Ma'arif 2 Kudus, menunjukkan rasa empati dan kepedulian terhadap sesama masih kurang terutama terhadap teman sebaya di sekolah. Terlihat dari beberapa siswa yang lebih mementingkan dirinya sendiri daripada kepentingan bersama di kelas. Ketika ada beberapa siswa yang memperlihatkan masih berkata kasar terhadap teman sebayanya maupun gurunya, saling menyindir satu sama lain, apabila ada siswa yang mengalami musibah seperti jatuh maupun kehilangan barang pribadi, sebagian teman justru menertawakan tanpa memberikan pertolongan, ketika membutuhkan bantuan kepada sesama atau yang lebih tua

⁴ Tri Rejeki Andayani et al., "Studi Meta-Analisis: Empati Dan Bullying," *Buletin Psikologi* 20, no. 1–2 (2016): 38,

⁵ Fuatah, *Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Menumbuhkan Rasa Empati Peserta Didik Sma Negeri 1 Gunung Agung Kabupaten Tulang Bawang Barat Tahun Ajaran 2020/2021*. Skripsi, vol. 13, 2021

tanpa menyebut kata “tolong” dan memberikan ekspresi tubuh yang tidak baik seperti melotot, menjauh, tidak menganggap ada dan berpaling jika diajak bicara kepada teman maupun orang lain yang berada di lingkungannya.⁶

Hubungan sosial didasarkan atas keberadaan serta penerimaan yang dilakukan oleh teman sebaya atau bisa dikatakan sahabat. Ketika peserta didik diterima oleh kelompok sebayanya, maka peserta didik dapat merasa berharga dan bahagia.⁷ Ketika peserta didik memiliki hubungan yang baik terhadap teman sebayanya, dapat mengembangkan sikap positif, mengembangkan potensi diri secara optimal, dan dapat menempuh pendidikan dan perkembangan usianya secara efektif. Dengan memiliki hubungan yang sehat terhadap teman sebaya, akan timbul rasa saling peduli dan empati secara mudah.

Pendekatan layanan konseling sebaya diharapkan mampu menumbuhkan rasa empati siswa terhadap sesama terkhusus teman sebayanya. Dengan melakukan konseling sebaya, maka seseorang dapat merasakan dan memahami kondisi diri orang lain sehingga dapat berinisiatif lebih peduli terhadap sesama. Penerapan layanan konseling sebaya dapat berjalan efektif untuk menumbuhkan dan meningkatkan rasa empati siswa terhadap temannya melalui kedekatan yang terjalin dan komunikasi yang efektif. Kontribusi guru bimbingan dan konseling sangat penting dalam mencapai optimalisasi program layanan konseling sebaya guna menumbuhkan rasa empati siswa.

Usaha guru BK SMK NU Ma'arif 2 Kudus sebagai Upaya menumbuhkan rasa empati siswa, maka dibuatlah program layanan konseling sebaya. Untuk itu, berdasarkan fenomena pra penelitian yang dilakukan dan hasil wawancara dengan guru BK, peneliti mengkaji permasalahan yang berjudul “Layanan Konseling Sebaya Untuk Menumbuhkan Rasa Empati Siswa SMK NU Ma'arif 2 Kudus”.

⁶ Observasi penulis tanggal 22 Oktober 2022

⁷ Ni Made Rahmi Suryawati, “Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Empati Siswa”, (Jurnal UPI Bandung) Hal 206

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini, difokuskan pada layanan konseling sebaya untuk menumbuhkan rasa empati siswa di SMK NU Ma'arif 2 Kudus. Adapun lebih spesifikasi yang dimaksudkan disini adalah kurangnya rasa empati dalam diri siswa, rendahnya rasa kepedulian terhadap sesama teman, dan penerapan layanan konseling sebaya, hingga faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaan layanan tersebut.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini dapat difokuskan pada:

1. Bagaimana pelaksanaan layanan konseling sebaya untuk menumbuhkan rasa empati siswa SMK NU Ma'arif 2 Kudus?
2. Apa saja faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaan layanan konseling sebaya untuk menumbuhkan rasa empati siswa SMK NU Ma'arif 2 Kudus?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pelaksanaan layanan konseling sebaya dalam menumbuhkan rasa empati siswa di SMK NU Ma'arif 2 Kudus.
2. Untuk mengetahui apa saja faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan layanan konseling sebaya untuk menumbuhkan rasa empati siswa SMK NU Ma'arif 2 Kudus.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis.

1. Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan dalam bidang keilmuan bimbingan dan konseling terlebih dalam penanganan krisis rasa empati siswa terhadap teman sebaya melalui layanan konseling sebaya.

2. Praktis
 - a. Bagi Peserta Didik
Diharapkan peserta didik dapat mengetahui tentang pentingnya rasa empati dan dapat mengaplikasikan dalam kehidupan.
 - b. Bagi Pendidik
Dapat memberikan ajaran dan arahan kepada siswa supaya dapat berempati terhadap sesama.
 - c. Bagi Sekolah
Diharapkan dengan adanya penelitian ini, dapat meningkatkan kualitas peserta didik terutama dalam hal berempati terhadap sesama.

F. Sistematika Penulisan

Bab I: Bab ini merupakan bagian pendahuluan, yang terdiri dari latar belakang masalah, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II: Pada bagian ini berupa landasan teori, penelitian terdahulu dan kerangka berfikir. Landasan teori yang digunakan sebagai penunjang dan analisa terkait pelaksanaan layanan konseling sebaya untuk menumbuhkan rasa empati siswa, serta faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaan.

Bab III: Peneliti menguraikan terkait metode penelitian yang terdiri dari jenis dan pendekatan penelitian, *setting* penelitian, subyek penelitian, sumber data penelitian, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

Bab IV: Bab ini berisi tentang hasil penelitian dan pembahasan. Pemaparan tentang objek penelitian, deskripsi penelitian, dan analisa data penelitian yang berisi tentang layanan konseling sebaya untuk menumbuhkan rasa empati siswa SMK NU Ma'arif 2 Kudus.

Bab V: Bab penutup, pada bagian ini penulis menuliskan tentang kesimpulan, saran, dan kalimat penutup serta melengkapi dengan daftar pustaka dan lampiran-lampiran sebagai pelengkap dalam penelitian.