

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Konseling Sebaya

1. Definisi Konseling Sebaya

Konseling sebaya dapat didefinisikan sebagai upaya pemberian bantuan melalui siswa lain atau relawan yang ikut berperan aktif, yang dipilih oleh guru bimbingan dan konseling atau konselor sebagai calon konselor teman sebaya. Konselor sebaya bukan ahli akan tetapi diberikan pelatihan khusus oleh konselor guna membantu dalam pengentasan masalah siswa. Perlu diketahui bahwasannya konselor teman sebaya bukanlah intel yang bertugas mengawasi siswa lain, melainkan sebagai teman baik dan mempunyai keahlian lebih dalam diri.¹

Tyndal dan Gray terkait konseling sebaya merupakan macam tingkah laku dalam membantu secara interpersonal oleh seseorang non professional yang berupaya membantu orang lain.²

Abdullah Pandang menerangkan bahwa program konseling sebaya merupakan pelayanan bimbingan dan konseling antar sesama siswa dalam membantu permasalahan yang dihadapi. Siswa yang diberi peran dalam membantu tersebut disebut konselor sebaya.

Konselor sebaya bekerja dalam berbagai bidang layanan, sesuai penugasan dan pelatihan. Umumnya, konselor sebaya difungsikan dalam berbagai bimbingan, baik bimbingan belajar, pribadi maupun karir.³

Konseling sebaya ialah program layanan yang dilakukan seseorang kepada orang lain, yang telah diberikan latihan oleh konselor. Seseorang tersebut berfungsi sebagai mentor atau tutor untuk orang lain guna membantu permasalahan akademik maupun non

¹ Sri Kadarsih, "Implementasi Peer Counseling" (Bengkulu: Buku Literasiologi, 2020). Hal 12

² Hardi Prasetiawan, "Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online," *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta*, n.d.

³ Abdullah Pandang, "Program Konseling Sebaya Di Sekolah", (Bogor: Graha Cipta Media, 2019). Hal 4

akademik. Selain itu juga berfungsi sebagai mediator dalam membantu konselor dengan memberikan kabar kondisi, perkembangan dan permasalahan yang memerlukan layanan bimbingan dan konseling.⁴

Penjelasan diatas disimpulkan bahwa konseling sebaya merupakan pemberian layanan bantuan yang dilakukan oleh teman sebaya dan telah mendapatkan pelatihan guna membantu permasalahan teman baik akademik maupun non akademik.

2. Fungsi dan Tujuan Konseling Sebaya

Konseling sebaya dianggap dapat efektif karena remaja cenderung lebih suka membicarakan permasalahannya dengan teman sebaya dibanding dengan orang tua, guru maupun pembimbing bahkan masalah yang serius. Jika mereka menceritakan terhadap orang tua atau guru permasalahan yang serius, biasanya karena terpaksa dan pembicaraan permasalahan dengan teman sebaya mengalami hal buntu. Hal itu terjadi karena remaja memiliki keterikatan dan komitmen yang kuat dengan teman sebaya.

Fungsi konselor sebaya yaitu sebagai sumber informasi terkait di luar keluarga, sumber kognitif guna memecahkan masalah dan memperoleh pengetahuan, serta sumber emosional untuk mendapatkan identitas diri dan mengungkap ekspresi.⁵

Secara umum konseling sebaya bertujuan membantu permasalahan orang lain dan memberikan motivasi melalui teman sebaya. Lebih spesifikasi tujuan konseling sebaya diungkapkan oleh Marry Rebecca, sebagai berikut:

- a. Mendayagunakan potensi kaum muda
- b. Sebagai sumber manusia paling berharga
- c. Mempersiapkan pemimpin dimasa depan

⁴ Sukma Erwina, "Peran Guru BK Dalam Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Konseling Sebaya Di Kelas X SMK N 4 Medan," Skripsi Bimbingan Dan Konseling Islam UIN Sumatra Utara Medan, 2020, hal 24.

⁵ Try Ardhi Nugraha Hastu, Tya Wulandari, and Zhalilla Viola Risqa Setiani, "Peer Counseling Untuk Meningkatkan Kesadaran Terhadap Bullying Pada Siswa SMA Sultan Agung 1 Semarang," *Temilnas XI IPPI*, no. September (2019): 678.

- d. Membantu dalam pengembangan kepribadian
- e. Membantu membentuk nilai-nilai kehidupan
- f. Meningkatkan kemampuan remaja melakukan perubahan di masyarakat

Selain fungsi dan tujuan, konseling sebaya juga mempunyai beberapa manfaat. Diantara manfaat tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Seseorang mempunyai kemampuan pendekatan dan membina komunikasi dengan baik dan dapat bermanfaat untuk orang lain.
- b. Mempunyai kemampuan untuk membicarakan permasalahan dan perasaan dengan orang lain.
- c. Mempunyai kemampuan mengembangkan tindakan alternatif ketika menghadapi masalah.⁶

Penjelasan terkait tujuan, fungsi dan manfaat konseling sebaya, pada intinya seseorang atau “konselor sebaya” dapat berkomunikasi dan menjalin hubungan yang baik dengan orang lain terutama teman sebayanya serta mempunyai rasa empati, perhatian dan kepekaan yang lebih terhadap sesama dan dapat membantu memecahkan permasalahan orang lain.

3. Kriteria Konselor Sebaya

Pemilihan calon konselor sebaya penting dilakukan. Pasalnya tidak semua peserta didik memiliki kemampuan dan kepribadian yang menunjang tugas-tugas konselor sebaya. Ada beberapa kriteria yang harus dipertimbangkan dalam pemilihan konselor sebaya sebagaimana berikut:

- a. Motivasi dan minat
 Dalam pemilihan calon konselor sebaya diperlukan individu yang memiliki motivasi dan minat yang tinggi terhadap kepedulian kepada sesama. Sehingga tanpa adanya unsur keterpaksaan mendorong individu tersebut melakukan konseling sebaya dengan sukarela.

⁶ Sukma Erwina, “Peran Guru BK Dalam Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Konseling Sebaya Di Kelas X SMK N 4 Medan.” Skripsi Bimbingan Dan Konseling Islam UIN Sumatra Utara Medan, 2020, Hal 26

- b. Kemampuan akademik
Kemampuan akademik yang lebih tinggi diperlukan individu menjadi konselor sebaya, karena dengan kemampuan akademik yang lebih tidak akan mengganggu terhadap prestasi belajar konselor sebaya.
- c. Sikap dan kualitas individu
Sebagai konselor sebaya diperlukan sikap dan kualitas diri yang baik, selain membantu teman sebaya menyelesaikan permasalahan, sikap dan kualitas diri konselor sebaya juga menjadi contoh dan keteladanan bagi sesama teman sebaya.
- d. Kecakapan dan keterampilan terutama dalam bersosial.
Memiliki hubungan sosial yang baik dan luas sangat diperlukan konselor sebaya, karena dengan hubungan sosial yang baik maka akan lebih mudah konselor sebaya dalam membangun konseling sebaya.⁷

Selain kriteria diatas, menurut Pandang ada beberapa kriteria pribadi yang penting dan harus dimiliki oleh konselor sebaya. Kriteria tersebut adalah:

- a. Mempunyai hubungan sosial yang luas, terutama di lingkungan sekolah dan siswa.
- b. Memiliki pribadi yang ulet, supel, tenang, luwes, rajin dan terbuka.
- c. Mempunyai kepekaan dan perhatian terhadap permasalahan orang.
- d. Mempunyai prestasi akademi yang tinggi, (bukan berarti tinggi sekali akan tetapi bukan juga buruk dalam akademik).
- e. Memiliki intelektual tinggi yaitu: cerdas, kreatif, dan bermotif prestasi tinggi.

Semua kriteria yang disebutkan diatas, tidaklah harus terpenuhi semua oleh konselor sebaya. Mengingat tidak mudah memperoleh individu yang memenuhi semua kriteria diatas. Pilih saja peserta didik dalam suatu

⁷ Pandang, "*Program Konseling Sebaya Di Sekolah*". (Bogor: Graha Cipta Media, 2019) Hal 19.

angkatan, jurusan atau kelas yang mempunyai prioritas mendekati kriteria konselor sebaya diatas.⁸

4. Prosedur Pelaksanaan Konseling Sebaya

Pelaksanaan konseling sebaya, ada beberapa tahapan yang harus dilakukan. Pertama yang harus dilakukan adalah tahap pemilihan calon konselor sebaya, kemudian pelatihan keterampilan, dan yang terakhir langkah-langkah pelaksanaan konseling sebaya.

- a. Pemilihan calon konselor sebaya berdasarkan pada karakteristik kepribadian yang hangat, suka membantu, dapat diterima orang lain, toleransi terhadap perbedaan nilai, energik, dengan sukarela membantu orang lain, memiliki emosi yang stabil, dan memiliki prestasi belajar yang baik atau minimal rerata, dan yang terpenting mampu menjaga rahasia. Setiap kelas dipilih 3 atau 4 siswa yang sesuai dengan kriteria untuk kemudian mengikuti pelatihan.⁹
- b. Pelatihan calon konselor teman sebaya. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan jumlah remaja yang memiliki kemampuan untuk memberi bantuan. Calon konselor teman sebaya, dibekali keterampilan membangun komunikasi interpersonal dengan baik. Sikap dan keterampilan dasar konseling, seperti kemampuan berempati, kemampuan *attending*, keterampilan bertanya, merangkul pembicaraan, asertifitas, *genuineness*, konfrontasi, dan keterampilan memecahkan masalah.
- c. Pelaksanaan dan pengorganisasian konseling teman sebaya. Interaksi konseling teman sebaya lebih sering dilakukan secara spontan dan informal. Spontan disini berarti interaksi dapat terjadi kapan saja dan dimana saja.¹⁰

⁸ Pandang, "*Program Konseling Sebaya Di Sekolah*". (Bogor: Graha Cipta Media, 2019. Hal 20

⁹ Suwarjo, "Konseling Teman Sebaya Untuk Mengembangkan Reselensi Remaja," FIP Universitas Negeri Yogyakarta, n.d. hal 9

¹⁰ Suwarjo. "Konseling Teman Sebaya Untuk Mengembangkan Reselensi Remaja," FIP Universitas Negeri Yogyakarta, n.d. h. 10

5. Teknik Konseling Sebaya

- a. *Attending*, merupakan sebuah sikap menghampiri klien seperti kontak mata, bahasa tubuh, dan bahasa lisan.
- b. *Emphatizing* sebuah keterampilan konselor untuk memfokuskan perhatian kepada klien dengan maksud supaya klien merasa diterima dan dihargai dengan suasana kondusif sehingga klien mudah mengekspresikan, mengungkapkan pikiran, perasaan atau tingkah lakunya.¹¹
- c. *Summarizing* keterampilan konselor mendapatkan kesimpulan terhadap apa yang telah dikemukakan konseli.
- d. *Questioning* teknik dalam mengarahkan pembicaraan dan memberi kesempatan kepada konseli untuk mengkolaborasi, mengeksplorasi ataupun memberi jawaban dari berbagai kemungkinan sesuai keinginan konseli dan bersifat psikologi konseling.¹²

B. Empati

1. Definisi Empati

Empati berasal dari kata *empathia* yang memiliki makna ikut merasakan, istilah tersebut pada mulanya digunakan para teoritis untuk melakukan subyektif terhadap individu lain. Pada tahun 1920 seorang ahli Amerika, Tichener menegaskan bahwa empati berasal dari peniruan secara fisik terhadap beban orang lain sehingga menimbulkan perasaan dalam diri seseorang.¹³ Secara

¹¹ Sukma Erwina, "Peran Guru BK Dalam Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Konseling Sebaya Di Kelas X SMK N 4 Medan.". Hal 28

¹²Sukma Erwina, "Peran Guru BK Dalam Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Konseling Sebaya Di Kelas X SMK N 4 Medan."Skripsi Bimbingan Dan Konseling Islam UIN Sumatra Utara Medan, 2020. Hal 28-29

¹³ Sukma Erwina, "Peran Guru BK Dalam Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Konseling Sebaya Di Kelas X SMK N 4 Medan". Skripsi Bimbingan Dan Konseling Islam UIN Sumatra Utara Medan, 2020. Hal 15

bahasa, empati yang digunakan oleh psikolog Jerman memiliki kata *emfuhlung* yang berarti “merasa terlibat”.¹⁴

Empati merupakan kemampuan seseorang dapat merasakan posisi pengalaman orang lain dan dapat merenungkan pengalaman tersebut. Seseorang yang dapat merasakan emosi itu, merupakan bentuk dari empati yang tetap terjaga realitas diri. Emosi yang terbangun bukan berarti dapat menghilangkan identitas diri.¹⁵

Empati merupakan bagian dari unsur-unsur kecerdasan *sosial competency* untuk itu, hal tersebut merupakan bagian penting dari kompetensi sosial. Komponen yang berhubungan dengan kompetensi sosial yaitu: empati dasar, penyalarsan, ketepatan emosi, dan pengertian sosial. Empati menjadi landasan seseorang dalam memahami orang lain atau merasakan isyarat emosi nonverbal. Perilaku empati dalam memahami pikiran, perasaan dan maksud orang lain serta definisi sosial guna mengetahui terciptanya hubungan sosial.¹⁶

Empati dapat dimaknai sebagai suatu kemampuan mengenal, memahami, dan merasakan apa yang dirasakan orang lain dengan mengungkapkan secara verbal dan melalui perilaku serta dapat mengkomunikasikan penghayatan tersebut terhadap orang lain.

Empati berbeda dengan simpati. Rasa simpati sendiri kerap dijumpai dalam kehidupan sehari-hari yang mempresentasikan perasaan diri kepada orang lain. Letak perbedaan empati dan simpati yaitu jika empati lebih fokus pada perasaan diri kepada kondisi orang lain atau lawan bicaranya dimana sudah ada tindakan dari orang tersebut kepada lawan bicaranya. Sementara simpati lebih menitikberatkan pada perasaan diri sendiri bagi orang lain, sedangkan perasaan orang lain atau lawan bicaranya

¹⁴ Violentina Simamora, “Meningkatkan Sikap Empati Terhadap Teman Sebaya Melalui Teknik Modeling Pada Siswa Kelas Vii d Smp Stella Matutina Salatiga Artikel Tugas Akhir,” 2017.

¹⁵ Ni Made Rahmi Suryawati, “Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Empati Siswa”, (Jurnal UPI Bandung) Hal 205

¹⁶ Ni Made Rahmi Suryawati, “Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Empati Siswa”, (Jurnal UPI Bandung)) Hal 205

tersebut tidak begitu diperhatikan dan tidak melakukan tindakan apapun.¹⁷

Uraian diatas dapat disimpulkan bahwa empati merupakan kemampuan individu dalam memahami dan menghayati perasaan orang lain dengan ungkapan dan perilaku.

2. Indikator Empati

Seseorang dapat dikatakan memiliki rasa empati apabila seseorang tersebut mewujudkan tidak hanya diucapkan secara verbal saja akan tetapi mewujudkan melalui tindakan. Berikut indikator empati:

- a. Menjadi pendengar yang seksama cerita orang lain, tentang bagaimana perasaannya, dan apa yang terjadi pada orang tersebut.
- b. Mengungkapkan secara verbal kata-kata yang menggambarkan perasaan dan keadaan orang tersebut.
- c. Menggunakan kata-kata tersebut untuk mengenal orang lain dan berusaha memahami perasaan dan situasinya.¹⁸

3. Ciri Kemampuan Empati yang Harus Ada:

- a. *Sharing feeling* atau dapat merasakan, maksudnya yaitu mampu merasakan perasaan orang lain dan dapat mengidentifikasi perasaan orang lain.
- b. Dibentuk dari kesadaran diri. Seseorang yang memahami emosi diri, maka dengan mudah membaca emosi orang lain.
- c. Peka terhadap baasa isyarat atau non verbal, karena emosi sering diungkapkan secara non verbal. Hal itu, berarti seseorang mampu membaca ekspresi wajah, gestur tubuh, perilaku orang lain.
- d. Mengambil peran atau *role taking*. Empati akan timbul dengan sendirinya apabila individu menyadari apa yang dirasakannya setiap saat.

¹⁷ T. Mäki et al., "Adrenergiset Reseptorit.," *Duodecim* 105, no. 1 (1989).

¹⁸ T. Mäki et al., "Adrenergiset Reseptorit.," *Duodecim* 105, no. 1 (1989).

- e. Mampu mengontrol emosi tidak larut terhadap masalah orang lain.¹⁹

Tabel 2. 1 Ciri atau Karakteristik Empati

No	Individu dengan empati tinggi	Empati dari sudut kecerdasan emosi
1.	Ikut merasakan	Menjadi pendengar yang baik
2.	Dibentuk dari kesadaran diri	Mampu menerima pemikiran orang lain
3.	Peka terhadap bahasa non verbal	Peka perasaan orang lain
4.	<i>Role taking</i>	-
5.	Kemampuan mengontrol emosi	-

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa tinggi rendahnya tingkat pengalaman subyek dan obyek respon empati, umumnya individu menunjukkan rasa empatinya terhadap seseorang yang memiliki pengalaman sama terhadap dirinya dibandingkan orang yang berbeda pengalaman. Semakin tinggi imajinatif seseorang dalam berfikir, dan sadar akan pengaruh orang terhadap orang lain, serta dapat menilai motif, pengetahuan akan motif dan sikap orang, dan rasa pemahaman sosial, maka dapat dikatan individu tersebut memiliki rasa empati yang tinggi.

4. Ciri Perilaku Empati

Ada beberapa ciri perilaku yang mencerminkan rasa empati seseorang sebagaimana berikut:

a. Toleransi

Sikap menghargai pendapat, pemahaman, pendirian, keyakinan, kebiasaan, dan kelakuan sebagainya, yang berlawanan dengan pendapat diri sendiri.

b. Kasih Sayang

Kasih sayang digambarkan tidak saling menyakiti, tidak bersenang-senang berdasarkan

¹⁹ Sukma Erwina, "Peran Guru BK Dalam Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Konseling Sebaya Di Kelas X SMK N 4 Medan". Skripsi Bimbingan Dan Konseling Islam UIN Sumatra Utara Medan, 2020. Hal 18

ketidakadilan akan tetapi berdasarkan fakta atau kebenaran.

c. Memahami kebutuhan orang lain

Membantu memenuhi kebutuhan orang lain dapat menyelesaikan masalah tersebut.

d. Menolong

Sikap menolong merupakan sikap yang menguntungkan orang lain.

e. Pengertian

Anak yang pengertian dapat menghibur teman yang sedih, menyimak saat guru atau teman bicara, mendoakan supaya teman cepat sembuh, dan lain sebagainya.

f. Peduli

Anak yang memiliki sikap peduli, maka ia akan menghampiri teman yang sedang kesusahan, menghibur teman yang sedih, dan membantu teman yang membutuhkan pertolongan.

g. Dapat Mengatur Amarah

Mengendalikan emosi dapat dilihat dari bagaimana cara anak tersebut mengekspresikan emosinya secara tepat.²⁰

5. Faktor yang Mempengaruhi Empati

Hoffman menjelaskan ada beberapa faktor seseorang menerima dan memberi empati, sebagaimana berikut:

a. Sosialisasi

Sosialisasi dapat mempengaruhi anak melalui permainan yang menimbulkan emosi membantu berfikir dan memberikan perhatian serta lebih terbuka terhadap kebutuhan orang lain sehingga dapat meningkatkan rasa empatinya.²¹

²⁰ 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*. Hal 26

²¹ Darmiyati Zuchdi, "Empati Dan Keterampilan Sosial," *Jurnal Cakrawala Pendidikan* 1, no. 1 (2003): 53.

b. *Mood dan Feeling*

Jika seseorang dalam keadaan perasaan baik maka dalam berinteraksi dengan orang lain akan lebih baik dan mampu menerima keadaan orang lain.²²

c. *Proses Belajar dan Identifikasi*

Proses belajar anak membutuhkan respon khas, respon khas tersebut akan disesuaikan dengan peraturan orang tua atau pengasuhnya. Dengan kata lain, apa yang telah dipelajari anak di rumah dapat diterapkan pada waktu yang lebih luas dikemudian hari.²³

d. *Situasi atau Tempat*

Seseorang dapat berempati dengan baik dalam situasi tertentu. karena dalam situasi dan tempat yang berbeda dapat memberikan suasana yang berbeda juga. Suasana yang berbeda tersebut dapat meninggi-rendahnya empati seseorang.²⁴

e. *Komunikasi dan Bahasa*

Komunikas dan bahasa berpengaruh pada pengungkapan dan penerimaan terhadap empati. Bahasa dan komunikasi yang baik memunculkan empati baik, sedangkan bahasa dan komunikasi yang buruk mengakibatkan emosi yang kurang baik.²⁵

f. *Pengasuhan*

Anak yang berada di lingkungan dengan empati yang baik dapat menumbuhkan rasa empati dalam dirinya. Anak yang dibesarkan dalam lingkungan *broken home* atau lingkungan yang penuh cacian dan makian mempengaruhi tumbuhnya rasa empati yang buruk. Begitu sebaliknya, jika anak dibesarkan dalam lingkungan yang baik, maka dapat

²² Darmiyati Zuchdi, "Empati Dan Keterampilan Sosial," *Jurnal Cakrawala Pendidikan* 1, no. 1 (2003): 53.

²³ Darmiyati Zuchdi, "*Empati Dan Keterampilan Sosial*," *Jurnal Cakrawala Pendidikan* 1, no. 1 (2003): 54.

²⁴ Darmiyati Zuchdi, "*Empati Dan Keterampilan Sosial*," *Jurnal Cakrawala Pendidikan* 1, no. 1 (2003): 54.

²⁵ Darmiyati Zuchdi, "*Empati Dan Keterampilan Sosial*," *Jurnal Cakrawala Pendidikan* 1, no. 1 (2003): 55.

menumbuhkan rasa empati yang baik pula dalam diri anak.²⁶

Menurut Taufik, ada beberapa hal yang mempengaruhi empati seseorang antara lain:

a. Gender

Dalam penelitian, menunjukkan bahwa perempuan memiliki tingkat keakuratan empati lebih tinggi dibandingkan laki-laki dalam kondisi tertentu. Akan tetapi pada kelompok laki-laki sebaya dengan melakukan kegiatan bersama seperti olahraga, cenderung memiliki interaksi yang lebih besar dan terbiasa berinteraksi dengan teman-teman yang memiliki nilai dan keyakinan berbeda dari diri mereka sendiri.

b. Faktor Kognitif

Keakuratan empati dipengaruhi dari kecerdasan verbal. Dimana individu yang memiliki kecerdasan verbal lebih akan mudah berempati secara akurat dibandingkan individu yang memiliki kecerdasan verbal yang rendah.

c. Faktor Sosial

Semakin banyak dan intensif seseorang melakukan sosialisasi maka akan semakin terarah kepekaannya terhadap emosi orang lain.

d. Status Sosial Ekonomi

Orang yang memiliki status sosial ekonomi rendah, lebih sensitive terhadap gaya individu lain yang mengakibatkan mereka cenderung dapat memahami emosi target empati.

e. Hubungan Dekat

Hubungan dekat atau *close relation* mengakibatkan akurasi empati dengan kualitas hubungan sangat kompleks.²⁷

Dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi tumbuhnya rasa empati seseorang berasal

²⁶ Darmiyati Zuchdi, "Empati Dan Keterampilan Sosial," Jurnal Cakrawala Pendidikan 1, no. 1 (2003): 55.

²⁷ Roudlotun Ni'mah, "Perilaku Altruistik," Journal of Chemical Information and Modeling 6 (2017): 106.

dari faktor internal dan faktor eksternal. Dimana faktor internal tersebut berasal dari dalam diri sendiri yaitu cara menyikapi dan menghadapi orang lain. Sedangkan faktor eksternal berasal dari luar diri individu seperti sosialisasi, bahasa dan komunikasi dengan lingkungan.

6. Empati dalam Sudut Pandang Islam

Kepedulian terhadap sesama sangat dianjurkan dalam agama, termasuk memiliki rasa empati. Sebagaimana yang telah diperintahkan Allah SWT dalam kalam-Nya. Seperti hal yang telah dijelaskan diatas, bahwa empati merupakan kemampuan diri dalam memahami keadaan perasaan, emosi dan pikiran orang lain tanpa melibatkan pikiran dan perasaan sendiri.

Aspek-aspek empati dalam prespektif Islam sebagaimana berikut:

a. Aspek Menolong yang Terkandung dalam Surat Ali-Imran ayat 160:

إِنْ يَنْصُرْكُمُ اللَّهُ فَلَا غَالِبَ لَكُمْ وَإِنْ يَخْذُلْكُمْ فَمَنْ ذَا الَّذِي يَنْصُرْكُمْ مِنْ بَعْدِهِ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ١٦٠

Artinya: Jika Allah menolong kamu, maka tak adalah orang yang dapat mengalahkan kamu; jika Allah membiarkan kamu (tidak memberi pertolongan), maka siapakah gerangan yang dapat menolong kamu (selain) dari Allah sesudah itu? Karena itu hendaklah kepada Allah saja orang-orang mukmin bertawakkal.

b. Aspek bagi Umat Islam untuk dapat Merasakan Penderitaan Orang lain Tertuang dalam Surat Ali-Imran ayat 185

كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَإِنَّمَا تُوَفَّوْنَ أَجْرَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَمَنْ زُحِرَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْعُرُورِ ١٨٥

Artinya: Tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. Dan sesungguhnya pada hari kiamat sajalah

disempurnakan pahalamu. Barangsiapa dijauhkan dari neraka dan dimasukkan ke dalam surga, maka sungguh ia telah beruntung. Kehidupan dunia itu tidak lain hanyalah kesenangan yang memperdayakan.

Demikian anjuran Islam kepada umatnya supaya mempunyai rasa kepedulian terhadap sesama dan dapat merasakan kesusahan orang lain serta bersedia saling tolong menolong.

C. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu berfungsi sebagai panduan penulis dalam mencari informasi untuk mengembangkan penelitian. Adapun penelitian terdahulu yang sejalan dengan judul skripsi ini diantaranya:

1. Penelitian dengan judul “Peran Guru BK dalam Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Konseling Sebaya di Kelas X SMA Negeri 4 Medan” karya Sukma Erwina memiliki tujuan mendeskripsikan perilaku siswa dalam menumbuhkan rasa empati, meningkatkan rasa empati siswa, hambatan dan upaya penanggulangan guru BK dalam meningkatkan rasa empati melalui konseling sebaya di SMK Negeri 4 Medan. Metode penelitian yang digunakan merupakan metode penelitian kualitatif. Hasil penelitian diperoleh bahwa perilaku siswa dalam menumbuhkan rasa empati siswa belum diterapkan secara baik terlihat dari sulitnya Ketika disuruh mengambil tempat sampah, peran guru BK dalam meningkatkan rasa empati siswa melalui konseling sebaya yaitu dengan menjadi contoh atau teladan untuk memberi arahan kepada siswa tentang rasa empati tentang konseling sebaya. Hambatan yang dialami guru BK yaitu: tidak ada keterbukaan antara anak dan orangtua, kepada guru BK serta ketidakegangan dalam saling menolong. Ketika teman membutuhkan pertolongan tidak banyak teman sebaya yang belum bisa membantu. Ketidak adanya kejujuran antara guru BK dan siswa sehingga guru BK tidak dapat memberi empati kepada siswa.

Persamaan dalam penelitian sama-sama membahas tentang layanan konseling sebaya untuk menumbuhkan

rasa empati siswa, kemudian metode penelitian yang sama dan lokasi penelitian yang sama-sama di SMK. Perbedaan dalam penelitian tersebut penulis lebih fokus pada peran guru sedangkan pada penelitian ini lebih tertuju pada pelaksanaan konseling sebaya, konselor sebaya, siswa dan upaya dalam menumbuhkan rasa empati siswa.²⁸

2. Penelitian karya Hesti Sindi Nurul Fuatah dalam judul “Upaya Guru Bimbingan dan Konseling dalam Menumbuhkan Rasa Empati Peserta Didik SMA Negeri 1 Gunung Agung Kabupaten Tulang Bawang Barat Tahun Ajaran 2020/2021. Tujuan penelitian mengetahui upaya guru BK dalam menumbuhkan empati siswa, mengetahui layanan yang digunakan, mengetahui perubahan perilaku setelah melakukan layanan konseling. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif. Hasil penelitian menerangkan tentang upaya guru BK menumbuhkan rasa empati dengan layanan konseling individual yang memiliki rasa empati rendah.

Persamaan dalam penelitian yaitu menggunakan metode yang sama, yaitu metode penelitian kualitatif. Sama-sama fokus pada upaya menumbuhkan rasa empati siswa. Perbedaan dalam penelitian terletak pada teknik konseling yang digunakan, apabila skripsi tersebut menggunakan teknik layanan konseling individual, sedangkan pada penelitian ini, penulis menggunakan layanan konseling sebaya.²⁹

3. Penelitian karya Ni Made Rahmi Suryawati yang berjudul “Konseling Teman Sebaya Untuk Meningkatkan Empati Siswa”. Memiliki tujuan meningkatkan empati siswa melalui konseling teman sebaya. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Hasil penelitian didapatkan bahwa menunjukkan adanya peningkatan empati siswa pasca melakukan konseling sebaya. Siswa menyadari perlunya melakukan komunikasi efektif untuk mempermudah dalam

²⁸ Sukma Erwina, “Peran Guru BK dalam Meningkatkan Rasa Empati Siswa Melalui Konseling Sebaya di Kelas X SMK N 4 Medan” (Skripsi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sumatra Utara Medan, tahun 2020).

²⁹ 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*.

bersosialisasi dengan teman sebayanya. Siswa menyadari pentingnya memahami perasaan dan kondisi teman. Pentingnya berkomunikasi secara verbal maupun non verbal.

Persamaan dalam penelitian yaitu sama-sama menggunakan layanan konseling sebaya dalam masalah empati siswa. Perbedaan terletak pada metode penelitian yang digunakan, dimana pada penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kuantitatif sedangkan dalam penelitian ini penulis menggunakan metode kualitatif. Penelitian tersebut tidak melibatkan guru BK karena dilakukan di laboratorium UPI Bandung, berbeda dengan penelitian yang dilakukan penulis melibatkan guru BK dan dilakukan di SMK NU Ma'arif 2 Kudus.³⁰

4. Penelitian karya Violentina Simamora yang berjudul “Meningkatkan Sikap Empati Terhadap Teman Sebaya Melalui Teknik Modeling pada Siswa Kelas VII D SMP Stella Matutina Salatiga”. Penelitian bertujuan untuk mengetahui signifikansi teknik modeling dalam meningkatkan sikap empati siswa kelas VII D SMP Stella Matutina Salatiga. Metode dalam penelitian adalah kuantitatif. Hasil penelitian diperoleh adanya signifikansi peningkatan antara kelompok eksperimen pretest dengan kelompok eksperimen posttest dan didapatkan nilai $0,002 < 0,05$ sehingga ada peningkatan yang signifikan kelompok yang diberikan *treatment* dengan sebelum melakukan *treatment*. Sehingga disimpulkan bahwa teknik modeling dapat meningkatkan sikap empati secara signifikan terhadap teman sebaya di kelas VII D SMP Stella Matutina Salatiga.

Persamaan dalam penelitian sama-sama membahas permasalahan sikap empati terhadap teman sebaya. Perbedaan terletak pada metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dan model layanan yang digunakan.³¹

³⁰ Ni Made Rahmi Suryawati, “Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Empati Siswa”, (Jurnal UPI Bandung)

³¹ Violentina Simamora, “Meningkatkan Sikap Empati Terhadap Teman Sebaya Melalui Teknik Modeling Pada Siswa Kelas Vii d Smp Stella Matutina Salatiga Artikel Tugas Akhir,” 2017.

5. Penelitian yang berjudul “Pelaksanaan Koseling Sebaya sebagai Upaya Membangun Rasa Empati Siswa Kelas VIII di SMPN 2 Panji Situbondo” karya Masitha Puspasari. Penelitian bertujuan mengetahui monitoring guru BK dalam pelaksanaan konseling sebaya dan mengetahui pelaksanaan konseling sebaya dalam membangun rasa empati siswa kelas VIII di SMPN 2 Panji Situbondo. Metode dalam penelitian menggunakan metode kualitatif. Hasil yang diperoleh adalah monitoring guru BK terhadap pelaksanaan konseling sebaya yaitu memberikan materi, melakukan pelatihan dan mengevaluasi pelaksanaan proses konseling sebaya. Pelaksanaan konseling sebaya dilakukan secara spontan dan tidak ada unsur paksaan. Dimana konselor mendengarkan dan menganalisa masalah konseli, kemudian konselor mulai dapat memahami dan merasakan apa yang dirasakan konseli, kemudian membiasakan konseli bersikap konstruktif terhadap permasalahannya. Terakhir, tentang keadaan konseli, manfaat konseling sebaya, serta perubahan perilaku konseli setelah melakukan konseling sebaya.

Persamaan dalam penelitian terletak pada metode penelitian yang sama yaitu metode penelitian kualitatif. Kemudian fokus penelitian yang sama yaitu sama-sama fokus terhadap permasalahan empati siswa serta penggunaan model konseling yang sama. Perbedaan terletak pada subjek dan objek penelitian dimana dalam penelitian tersebut ditujukan kepada siswa SMP kelas VIII sedangkan pada penelitian yang dilakukan penulis ini.³²

D. Kerangka Berfikir

Layanan konseling sebaya merupakan salah satu program bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh konselor teman sebaya. Layanan konseling sebaya memiliki tujuan untuk membantu permasalahan yang sedang dialami orang lain, memberikan dukungan dan motivasi. Melalui

³² Mashitha Puspasari, “Pelaksanaan Konseling Sebaya Sebagai Upaya Membangun Rasa Empati Siswa Kelas VIII Di SMPN 2 Panji Situbondo,” Skripsi UIN KH Achmad Siddiq Jember, 2022.

konseling sebaya seseorang dapat mengetahui dan memahami keadaan, perasaan dan psikologi orang lain, sehingga individu tersebut diharapkan dapat menumbuhkan rasa empati.

Empati merupakan kemampuan seseorang dalam memahami dan menghayati perasaan orang lain melalui ungkapan dan perilaku. Dengan berempati seseorang dapat mempunyai hubungan interpersonal yang baik dengan orang, meningkatkan kemampuan dalam berkomunikasi, dan membuat seseorang bahagia. Apabila individu memiliki rasa empati yang rendah maka individu tersebut akan mengalami kesulitan dalam hubungan bersosial, sulit berempati dengan orang lain, dan sulit dalam bekerja sama. Dengan banyaknya siswa di SMK NU Ma'arif 2 Kudus, yang masih mementingkan kepentingan diri sendiri dan cenderung bersikap apatis terhadap orang lain, terlihat dari beberapa siswa yang 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 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 dengan demikian guru bimbingan dan konseling berupaya untuk menumbuhkan rasa empati siswa melalui program layanan konseling sebaya.

Proses layanan konseling sebaya dimulai dengan memilih calon konselor sebaya yang sesuai dengan kriteria konselor sebaya, kemudian calon terpilih diberikan pelatihan khusus tentang konseling sebaya, untuk selanjutnya proses konseling sebaya dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja. Melalui layanan konseling sebaya diharapkan dapat menumbuhkan rasa empati siswa terhadap teman sebayanya. Sehingga siswa tidak mementingkan kepentingan pribadi, tidak memilih-milih teman dan mampu membangun hubungan sosial yang baik.

Kerangka berfikir dalam penelitian ini tentang layanan konseling sebaya untuk menumbuhkan rasa empati siswa di

SMK NU Ma'arif 2 Kudus, digambarkan dalam satu alur pemikiran yang terkonsep seperti gambar tabel dibawah ini.

Gambar 2. 1
Kerangka Berfikir

