

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan pada dasarnya tidak hanya bertujuan untuk mengamalkan ilmu pengetahuan, tetapi juga membentuk pribadi dan karakter peserta didik agar mampu menjadi manusia yang berakhlak mulia, bertanggung jawab, serta memiliki kepedulian sosial. Lickona (1991) menegaskan bahwa pendidikan karakter merupakan upaya yang dilakukan secara sengaja untuk membantu seseorang memahami, memperhatikan, dan melaksanakan nilai-nilai etika yang esensial. Hal ini berarti pendidikan pada dasarnya adalah proses membentuk individu yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga matang secara emosional dan moral.

Dalam konteks pendidikan di Indonesia, urgensi pendidikan karakter semakin sering muncul sejak adanya program Penguatan Pendidikan Karakter (PPK) oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Program ini menekankan lima nilai utama, yaitu religius, nasionalis, mandiri, gotong royong, dan integritas. Kelima nilai tersebut diharapkan dapat membentuk pribadi siswa yang berkarakter kuat, baik dalam menghadapi tantangan akademik maupun dalam kehidupan bermasyarakat. Dengan demikian, sekolah memiliki tanggung jawab ganda: mengembangkan kemampuan kognitif sekaligus membentuk karakter yang bermoral dan berdaya guna. Namun demikian, dalam praktiknya, pembentukan karakter siswa masih menghadapi berbagai kendala. Fenomena

degradasi karakter sering muncul dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan sekolah, seperti menurunnya rasa hormat terhadap guru, perilaku tidak jujur dalam mengerjakan tugas, hingga meningkatnya kasus kekerasan antarsiswa. Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) beberapa tahun terakhir menunjukkan bahwa kasus perundungan (bullying) di sekolah masih tinggi, dan hal ini mencerminkan lemahnya penghayatan nilai karakter di kalangan siswa. Kondisi ini semakin diperparah oleh pengaruh media digital yang memunculkan budaya instan, individualisme, serta menurunnya sikap empati dan kepedulian sosial.

Karakter siswa pada dasarnya terdiri atas dimensi moral, kognitif, afektif, dan psikomotorik yang saling berkaitan. Salah satu dimensi yang sering terabaikan adalah dimensi sosial-emosional. Pendidikan di sekolah cenderung lebih menekankan aspek akademik, sedangkan penguatan aspek sosial-emosional tidak mendapat porsi yang seimbang. Padahal, perkembangan sosial-emosional merupakan fondasi penting dalam membentuk generasi yang berkarakter. Melalui aspek ini, siswa belajar bagaimana mengendalikan emosi, memahami perasaan orang lain, serta menjalin hubungan sosial yang sehat. Salah satu unsur penting dari karakter sosial-emosional adalah empati.

Empati merupakan salah satu kemampuan dasar yang sangat penting dalam membentuk hubungan sosial yang sehat. Empati didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk memahami perspektif orang lain dan merasakan apa yang dirasakan orang lain seolah-olah dialami oleh dirinya sendiri (Davis, 1980).

Kemampuan ini tidak hanya berhubungan dengan aspek emosional, tetapi juga kognitif karena melibatkan proses memahami keadaan dan reaksi afektif orang lain serta meresponsnya dengan tepat. Seorang individu yang memiliki empati tinggi cenderung lebih mampu menjalin hubungan interpersonal yang positif, mengurangi konflik, serta menunjukkan perilaku prososial dalam kehidupan sehari-hari. Pentingnya empati juga memiliki peran penting dalam berbagai penelitian Bimbingan dan Konseling.

Eisenberg dan Fabes (1990) menjelaskan bahwa rendahnya empati berkorelasi dengan meningkatnya perilaku agresif, konflik interpersonal, serta rendahnya perilaku prososial. Hal ini menunjukkan bahwa empati bukan sekadar reaksi afektif belaka, tetapi merupakan dasar penting dalam membangun interaksi sosial yang harmonis dengan sesama manusia.

Selanjutnya, Decety dan Cowell (2018) menegaskan bahwa rendahnya empati pada remaja dapat menghambat perkembangan moral, menurunkan rasa peduli, dan meningkatkan kecenderungan perilaku menyimpang. Dengan kata lain, empati berperan langsung terhadap kualitas perkembangan sosial dan moral individu, terutama pada masa remaja yang merupakan periode transisi penting menuju kedewasaan.

Fenomena rendahnya empati tidak hanya terjadi di tingkat individu, tetapi juga menjadi perhatian masyarakat luas. Di berbagai negara, sebuah penelitian menemukan tren menurunnya empati pada generasi muda akibat perubahan pola interaksi sosial. Sebuah studi yang dilakukan di Amerika Serikat menunjukkan bahwa remaja saat ini lebih rentan terhadap perilaku perundungan daring

(Cyberbullying) dan semakin kurang peka terhadap kondisi emosional orang lain dibandingkan generasi sebelumnya (American Psychological Association, 2021). Hal ini mengindikasikan adanya *empathy gap* yang semakin berdampak besar di kalangan remaja masa kini.

Dalam konteks pendidikan nasional, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2020) mengindikasikan empati sebagai bagian penting dalam Profil Pelajar Pancasila. Empati termasuk dalam aspek gotong royong yang meliputi kepedulian, toleransi, serta kemampuan bekerja sama dengan orang lain. Melalui penguatan nilai empati, diharapkan siswa mampu menjadi generasi yang tidak hanya cerdas secara akademik, tetapi juga berkarakter kuat dalam hal sosial dan emosional.

Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan adanya perbedaan antara aspek empati yang diharapkan dengan situasi dan kondisi yang terjadi di sekolah. Berbagai laporan pendidikan menegaskan bahwa kasus pelanggaran tata tertib siswa seringkali dipengaruhi oleh rendahnya empati. Misalnya, survei yang dilakukan oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI, 2023) menunjukkan bahwa 41% kasus pelanggaran di sekolah berkaitan dengan perilaku yang menunjukkan kurangnya empati, seperti ejekan, perundungan, intoleransi, dan diskriminasi terhadap teman sebaya. Data ini memperkuat gambaran bahwa meskipun empati dijadikan sebagai salah satu nilai fundamental dalam pendidikan karakter nasional, implementasinya masih belum maksimal. Kondisi ini menjadi tantangan besar bagi sekolah, khususnya guru

bimbingan dan konseling, untuk mencari strategi efektif dalam meningkatkan empati siswa.

Fenomena rendahnya empati juga ditemukan dalam sebuah sekolah yang dijadikan tempat penelitian, peneliti melakukan penelitian di SMKN 1 Trowulan. Berdasarkan hasil observasi awal, peneliti menemukan bahwa siswa kelas XI menunjukkan perilaku yang mencerminkan rendahnya empati, seperti sikap egois dalam penerimaan pendapat orang lain, kesulitan komunikasi, hingga kurangnya sikap menghargai dalam interaksi sosial.

Bahkan, hasil pengukuran awal dengan skala empati yang dikembangkan Davis (1980) menunjukkan bahwa rata-rata skor empati siswa berada pada kategori rendah. Kondisi ini berdampak pada hubungan antar siswa yang kurang harmonis, meningkatnya potensi konflik, serta menurunnya kualitas iklim belajar di sekolah.

Menurut teori perkembangan kognitif yang dikemukakan Jean Piaget dalam Richard (2022), remaja usia 14–16 tahun telah berada pada tahap berfikir secara tertata, di mana mereka mulai mampu berpikir secara luas dan masuk akal (logis). Namun, perkembangan sosial-emosional mereka masih sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar, termasuk teman sebaya, guru, dan keluarga. Apabila lingkungan tidak menumbuhkan sikap empatik, maka remaja cenderung terhambat dalam perkembangan sosialnya. Oleh karena itu, dukungan berupa intervensi konseling menjadi sangat penting untuk membantu remaja meningkatkan empati, sehingga mereka dapat berkembang dengan efektif baik dalam aspek akademik maupun sosial-emosional. Selain faktor perkembangan,

menurunnya empati pada remaja juga tidak terlepas dari pengaruh perkembangan teknologi. Sherry Turkle (2015) menjelaskan bahwa ketergantungan berlebihan pada media sosial membuat individu kurang mampu memahami emosi orang lain secara langsung. Fenomena ini dikenal dengan istilah *alone together*, di mana seseorang terlihat terkoneksi secara digital melalui media sosial, tetapi sebenarnya semakin tertutup secara emosional. Kondisi ini membuat remaja kesulitan membangun hubungan tatap muka.

Penelitian *American Psychological Association* (2021) juga mengonfirmasi hal serupa, yakni meningkatnya *empathy gap* pada remaja akibat tingginya paparan media sosial, yang sering memicu perilaku negatif seperti *cyberbullying* dan berkurangnya kepedulian sosial. Dengan melihat keseluruhan masalah rendahnya empati, maka perlakuan melalui layanan bimbingan dan konseling menjadi salah satu solusi yang tepat. Layanan konseling memungkinkan siswa untuk mendapatkan bimbingan dalam memahami diri, orang lain, serta meningkatkan keterampilan sosial-emosionalnya.

Salah satu pendekatan konseling yang dianggap efektif dalam hal ini adalah konseling Gestalt. Konseling Gestalt dikembangkan oleh Frederick S. Perls dan menekankan pada kesadaran penuh (*awareness*) individu terhadap pikiran, perasaan, dan perilaku saat ini (Perls, 1969). Pendekatan ini melihat individu secara utuh sebagai keselarasan pikiran, emosi, dan tindakan yang saling berhubungan. Salah satu teknik dalam konseling Gestalt adalah teknik kursi kosong (*Empty Chair Technique*). Teknik ini memungkinkan konseli untuk berinteraksi dengan “Imajinasinya” yang ditempatkan pada kursi kosong,

sehingga konseli dapat mengekspresikan pikiran dan perasaan yang selama ini terpendam atau belum tersampaikan. Melalui proses ini, konseli dapat memahami konflik internal maupun eksternal, memandang situasi dari perspektif atau pandangan yang berbeda, serta meningkatkan kesadaran emosional. Perls (1969) menegaskan bahwa teknik kursi kosong membantu individu untuk lebih peka atau *aware* terhadap perasaan orang lain, sehingga dapat menumbuhkan empati dalam interaksi sosialnya.

Sejumlah penelitian mendukung efektivitas teknik kursi kosong dalam meningkatkan empati. Penelitian Aldina (2018) menunjukkan bahwa penerapan teknik kursi kosong secara signifikan meningkatkan kemampuan siswa dalam memahami reaksi afektif orang lain. Hal ini dibuktikan dengan meningkatnya skor empati siswa setelah mengikuti sesi konseling.

Penelitian serupa dilakukan oleh Wardhani (2018) yang menemukan bahwa teknik kursi kosong membantu mengurangi perilaku agresif siswa sekaligus memperbaiki kualitas komunikasi interpersonal. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa teknik kursi kosong dapat untuk digunakan sebagai salah satu perlakuan konseling dalam meningkatkan empati siswa.

Namun demikian, penelitian yang secara khusus menelaah efektivitas konseling Gestalt dengan teknik kursi kosong untuk meningkatkan empati siswa di tingkat SMK masih terbatas. Mayoritas penelitian sebelumnya lebih banyak dilakukan pada jenjang sekolah menengah pertama atau pada konteks permasalahan emosional yang berbeda. Padahal, siswa SMK menghadapi tantangan sosial yang unik, seperti persaingan akademik, tuntutan keterampilan

vokasional, serta fenomena pergaulan remaja yang kompleks. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki urgensi tinggi untuk dilaksanakan agar dapat memberikan kontribusi nyata dalam peningkatan empati siswa SMK.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa rendahnya empati siswa merupakan permasalahan serius yang berdampak pada kualitas hubungan sosial, perkembangan moral, serta pencapaian tujuan pendidikan karakter. Sementara itu, konseling Gestalt dengan teknik kursi kosong terbukti berpotensi efektif untuk meningkatkan empati siswa. Dengan demikian, penelitian ini penting dilakukan untuk menguji efektivitas konseling Gestalt dengan teknik kursi kosong dalam meningkatkan empati siswa kelas XI SMKN 1 Trowulan, melalui desain penelitian eksperimen one group pre-test post-test. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi signifikan dalam akademisi dan pengembangan pendekatan konseling berbasis empati yang terukur dan terstruktur.

B. Rumusan Masalah

Apakah Konseling Gestalt dengan Teknik Kursi Kosong efektif dalam meningkatkan Empati siswa kelas XI di SMKN 1 Trowulan?

C. Tujuan Penelitian

Menguji efektivitas Konseling Gestalt dengan Teknik Kursi Kosong efektif dalam meningkatkan Empati siswa kelas XI di SMKN 1 Trowulan.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah keilmuan dalam bidang bimbingan dan konseling, khususnya terkait penerapan konseling Gestalt dengan teknik kursi kosong untuk meningkatkan empati siswa. Penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Konselor Sekolah: Memberikan alternatif teknik intervensi untuk meningkatkan empati siswa yang dapat diterapkan dalam layanan konseling di sekolah.
- b. Bagi Siswa: Membantu siswa meningkatkan kemampuan empati, sehingga mereka dapat berinteraksi lebih baik dalam lingkungan sosial.
- c. Bagi Sekolah: Meningkatkan kualitas pendidikan karakter dengan menyediakan layanan konseling berbasis empati.

E. Asumsi Penelitian

1. Konseling Gestalt dengan teknik kursi kosong dapat meningkatkan kesadaran emosional individu. Menurut Perls (1969), *“Teknik ini membantu individu memproses emosi yang terpendam dan memahami perspektif orang lain secara mendalam.”*
2. Tingkat empati siswa dapat diukur secara objektif melalui instrumen *pre-test* dan *post-test*, sesuai dengan pendekatan kuantitatif eksperimental. Hal ini didukung oleh pendapat Creswell (2012), yang menyatakan bahwa *“Desain eksperimen memungkinkan peneliti mengidentifikasi perubahan yang disebabkan oleh intervensi.”*
3. Siswa pada tahap perkembangan remaja (usia 14–16 tahun) memiliki potensi besar untuk meningkatkan empati melalui intervensi yang sesuai, karena perkembangan sosial-emosional mereka sedang berlangsung (Jean Piaget) dalam Richard (2022).

F. Definisi operasional

1. Empati

Kemampuan siswa untuk memahami dan merasakan emosi orang lain yang diukur melalui instrumen empati berbasis skala Likert. Komponen empati meliputi kemampuan *perspective-taking*, *empathic concern*, *personal distress* and *fantasy*. (Davis, 1980).

2. Konseling Gestalt

Pendekatan konseling yang menekankan kesadaran penuh terhadap pikiran, perasaan, dan tindakan individu di masa kini. Teknik kursi kosong digunakan

sebagai metode untuk membantu siswa memahami perspektif berbeda dan meningkatkan kesadaran emosional mereka (Perls, 1969).

3. Teknik Kursi Kosong

Sebuah metode dalam konseling Gestalt yang melibatkan simulasi peran melalui dialog antara individu dengan “kursi kosong” yang merepresentasikan individu lain, emosi, atau konflik tertentu (Perls, 1969).

G. Desain One Group Pretest - Posttest

Desain pra-eksperimen di mana satu kelompok subjek diukur kemampuannya (pretest), kemudian diberikan suatu perlakuan (treatment), dan terakhir diukur kembali kemampuannya (posttest) menggunakan instrumen yang sama. tujuannya untuk mengetahui efek atau pengaruh dari perlakuan tersebut dengan membandingkan hasil pretest dan posttest (Creswell, 2012).