

Pelatihan Empati Pada Anak Kelas 2 dan 3 SDN Barusari 02 Kota Semarang

¹⁾Qurnia Fitriyatinur*, ²⁾Menik Tetha Agustina, ³⁾Shofwatun Amaliyah
¹⁾²⁾³⁾Fakultas Psikologi, Universitas Nasional Karangturi, Semarang

Email Corresponding: agustinatatha@gmail.com*

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Pelatihan Empati Ketrampilan Kelas 2 dan 3 Siswa SD	<i>Empati merupakan ketrampilan pada diri individu yang harus ditanamkan sejak dini. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan untuk memberikan pelatihan empati pada anak-anak kelas 2 dan 3 SD Negeri Barusari 02 Kota Semarang. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan sikap empati pada anak sejak dini. Sebanyak 40 partisipan anak-anak kelas 2 dan 3 yang ikut dalam pelatihan ini. Pelatihan ini dilakukan dalam waktu satu hari pada tanggal 10 Maret 2023 pukul 08.00- 12.00. Pelatihan terdiri dari tiga sesi yakni sesi pretest, sesi pelatihan dan sesi posttest. Metode yang digunakan dalam pelatihan adalah mengajak anak berdiskusi tentang pengertian empati dan macam-macam emosi, menunjukkan video-gambar-foto dan membahasnya bersama anak, membaca cerita dan mendorong anak untuk bertanya atau berkomentar, meminta anak untuk menggambar dan berceritera tentang gambarnya, memberi tugas yang harus dikerjakan anak di rumah. Hasil pelatihan menunjukkan adanya perubahan yang signifikan berdasarkan pelatihan yang telah dilakukan. Anak lebih bisa bersikap berempati terhadap lingkungannya.</i>
Keywords: Training Empathy Skills Class 2 and 3 Elementary students	<i>Empathy is a skill in individuals that must be instilled from an early age. This community service is carried out to provide empathy training to children in grades 2 and 3 of SD Negeri Barusari 02 Semarang City. This training aims to increase empathy in children from an early age. A total of 40 participants, children in grades 2 and 3, took part in this training. This training was conducted in one day on March 10, 2023 at 08.00-12.00. The training consists of three sessions, namely the pretest session, training session and posttest session. The method used in the training is inviting children to discuss the meaning of empathy and various emotions, showing videos and pictures and discussing them with the children, reading stories and encouraging children to ask questions or comments, asking children to draw and tell stories about the pictures, giving assignments. what children have to do at home. The training results show a significant change based on the training that has been conducted. Children are more able to empathize with their environment.</i>
This is an open access article under the CC-BY-SA license.	
	

I. PENDAHULUAN

Berkembangnya teknologi yang semakin maju membuat setiap individu menjadi pasif dalam berinteraksi dengan lingkungan karena adanya pengaruh teknologi saat ini. Mereka lebih aktif berinteraksi melalui sosial media tanpa memperdulikan kondisi di sekitar mereka. Di sisi lain berkembangnya teknologi ini dirasa sangat efektif karena dapat meringkas biaya dan waktu dimana bisa mendekatkan yang jauh namun juga bisa menjauhkan yang dekat. Melihat adanya kondisi tersebut membuktikan bahwa manusia sekarang lebih suka hidup sendiri tanpa memperdulikan lingkungan sekitar.

Namun sejatinya manusia merupakan makhluk sosial yang saling membutuhkan satu dengan yang lainnya, namun pengaruh berkembangnya teknologi sering kita jumpai bahwa manusia sekarang kurang peduli dengan lingkungan sekitar dan lebih suka hidup sendiri dengan dunianya sendiri. Hal ini berdampak pada perilaku setiap orang dalam kehidupan mereka. Sumijati dan Suparmi (2022) menjelaskan dampak perilaku manusia ketika mereka menjadi makhluk individu ditunjukkan dengan adanya kekejaman orang terhadap orang lain yang menjadi berita sehari-hari. *Bullying* atau *cyberbullying*, kekerasan orangtua terhadap anak atau anak terhadap orangtua, kekerasan guru terhadap murid atau murid terhadap guru dan berbagai contoh lainnya mudah ditemukan dimana-mana. Lebih lanjut Sumijati dan Suparmi menambahkan Dalam kekejaman tersebut seringkali nyawa manusia menjadi demikian murah sehingga menghilangkan nyawa orang bisa terjadi hanya karena sebab yang sepele. Orang kehilangan belas kasih, dalam berperilaku kurang mempertimbangkan dampaknya bagi orang lain dan tidak peduli terhadap apa yang dialami atau dirasakan oleh orang lain.

Hal ini membuktikan bahwa manusia sekarang kurang memiliki rasa empati terhadap sesama. Padahal rasa empati sangat diperlukan dalam kehidupan bersosial. Taufik (2012) menjelaskan bahwa empati adalah suatu aktivitas untuk memahami apa yang dirasakan dan dipikirkan oleh orang lain sesuai dengan kondisi yang dialaminya tanpa menghilangkan kontrol diri dari yang bersangkutan. Orang yang kurang memiliki empati biasanya dirinya tidak akan peduli dengan lingkungan sekitar. Feldman (2011) menambahkan bahwa empati merupakan ketrampilan kognisi sosial dan bukan merupakan suatu kemampuan bawaan melainkan dipelajari dari lingkungan. Empati memang merupakan kemampuan yang didasari oleh kemampuan kognitif, tetapi merupakan keterampilan yang dipelajari dan menjadi bagian dari keterampilan sosial.

Penguasaan keterampilan empati juga menjadi salah satu unsur berkembangnya sikap atau perilaku prososial pada individu. Perilaku prososial tersebut meliputi berbagi, kerjasama, menyumbang, menolong, jujur, kedermawanan, dan mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain (Eisenberg & Mussen, 2006). Mengingat bahwa empati merupakan kemampuan yang dibutuhkan dalam interaksi sosial, maka penting untuk mengajarkan empati sejak usia kanak-kanak.

SDN Barusari 02 merupakan sekolah negeri yang berada di Jl Hos Cokroaminoto No 14 Kota Semarang. Sekolah ini berada di pusat Kota Semarang. Berdasarkan pengamatan sehari-hari dan informasi dari orangtua yang anaknya bersekolah di SDN Barusari 02 ini ditemukan sejumlah fakta tentang kebiasaan anak-anak yang mencerminkan kurangnya empati. Misalnya anak-anak sering bermain gadget tanpa disadari tumbuh menjadi pribadi yang kurang peduli dengan lingkungannya. Salah satu orang tua anak kelas 3 mengeluhkan bahwa anaknya sering bermain gadget dan marah ketika orang tua meminta tolong untuk membantu dalam hal membersihkan rumah.

Hasil observasi di luar jam sekolah juga diperlihatkan ketika guru sedang membersihkan ruang kelas di dapati beberapa anak yang asik bermain gadget di depan kelas tanpa menghiraukan guru yang sedang kerepotan membersihkan ruang kelas setelah selesai sekolah. Hal-hal tersebut di atas mendorong tim untuk memberikan pelatihan empati kepada anak-anak di SDN Barusari 02. Tim kemudian membuat proposal lalu datang ke SDN Barusari 02, bercerita kepada Kepala Sekolah dan menyampaikan keinginan untuk memberikan pelatihan empati kepada siswa SD tersebut. Kepala Sekolah menyambut baik ide ini dan menyampaikan bahwa di sekolah juga banyak anak-anak yang mempunyai sikap tidak empatik. Setelah berdiskusi dengan Kepala Sekolah maka ditetapkan murid kelas 2 dan 3 yang akan diberi pelatihan.

Harapannya setelah diberikan pelatihan menunjukkan adanya perubahan yang signifikan pada anak-anak SD tersebut. Seperti yang disampaikan oleh Ariansyah dkk (2018) yang mengatakan bahwa setelah diberi pelatihan empati maka dalam diri anak akan berkembang kepedulian, kasih sayang dan kelembutan pada orang lain. Untuk mengukur efektivitas pelatihan digunakan Skala Empati yang disusun berdasarkan

dimensi empati, yaitu dimensi kognisi, afeksi, dan perilaku seperti yang dikemukakan oleh Van Berkhout dan Malaoff (2015). Skala Empati terdiri dari sepuluh aitem dengan dua pilihan jawaban, yaitu “Ya” dan “Tidak”. Skala Empati diisi oleh anak sebelum sesi pelatihan dimulai (*pre-test*) dan setelah sesi pelatihan berakhir (*post-test*). Efektivitas pelatihan akan ditentukan berdasarkan perbedaan antara skor *pre-test* dan *post-test* serta pengamatan terhadap perilaku anak.

II. MASALAH

Masalah dalam program pengabdian kepada masyarakat ini adalah membantu guru terutama para guru SDN Barusari 02 untuk meningkatkan empati pada ana-anak. Hal ini dikarenakan anak-anak jaman sekarang sudah terkontaminasi dengan adanya gadget sehingga kurang bisa berempati dengan lingkungannya.



Gambar 1. SDN Barusari 02



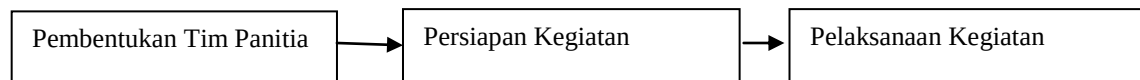
Gambar 2. Proses Kegiatan Pelatihan Empati



Gambar 3. Dokumentasi Dengan WaKa Sekolah dan Guru SDN Barusari 02

III. METODE

Pengabdian kepada masyarakat yang kami lakukan adalah memberikan pelatihan kepada anak-anak terutama anak-anak kelas 2 dan 3 dengan jumlah responden 40, dengan topik membangun empati pada anak. Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada tanggal 10 Maret 2023 pukul 08.00-12.00 WIB di SDN Barusari 02 Kota Semarang. Adapun beberapa tahapan yang dilakukan dalam antara lain terlampir pada bagan dibawah ini:



Bagan 1. Tahapan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Pada tahap 1, Pembentukan tim panitia

Dosen selaku narasumber akan memilih dua mahasiswa atas nama Amanda Puspita Sari dan Ivana Dwi Susanto untuk membantu dalam kepanitiaan dengan pembagian tugas yaitu sebagai moderator dan sebagai dokumentasi dalam acara pelatihan empati pada anak SD kelas 2 dan 3. Tim bekerjasama dalam mengarahkan partisipan, memberikan pendampingan terhadap partisipan dari di mulainya acara hingga penutupan acara pelatihan selesai.

Pada tahap 2, Persiapan Kegiatan

Persiapan kegiatan pelatihan diawali dengan sesi diskusi dengan Kepala Sekolah berkaitan dengan pelaksanaan kegiatan dan rencana kegiatan yang akan dilakukan atau susunan rundown acara. Persiapan kegiatan ini juga dilakukan dengan mengundang beberapa orang tua murid untuk dilakukan *informed concent* bagi orang tua untuk mengizinkan anaknya mengikuti pelatihan. Selain itu dalam persiapan kegiatan tim pelatihan mempersiapkan modul dan skala yang akan digunakan dalam pelatihan empati yang akan diberikan kepada anak-anak SDN Barusari 02 Kota Semarang.

Pada tahap 3, Pelaksanaan Kegiatan

Tahap pelaksanaan kegiatan berlangsung sesuai dengan rundown kegiatan yang telah dipersiapkan. Pelatihan empati pada anak-anak SD kelas 2 dan 3 dilaksanakan sesuai dengan modul yang telah dibuat oleh tim pengabdian kepada masyarakat. Para anak-anak tersebut mendapatkan pretest dan posttest dari skala adaptasi yang telah disiapkan oleh tim pengabdian kepada masyarakat guna mengukur tingkat empati pada anak-anak tersebut. Pelaksanaan pelatihan empati pada anak-anak ini berlangsung dalam satu hari yakni pada tanggal 10 maret 2023 pukul 08.00-12.00 WIB. Pemberian pelatihan empati ini bertujuan untuk meningkatkan empati pada anak-anak SD terutama di era berkembangnya digital saat ini.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. HASIL

Berdasarkan data awal siswa kelas 2 dan 3 harusnya berjumlah 60 siswa namun hanya ada 40 siswa yang diijinkan oleh orang tua dalam mengikuti pelatihan meningkatkan empati pada anak-anak SD. Pelatihan diawali dengan pemberian pretest pada 40 siswa yang hadir dalam pelatihan. Pelatihan berjalan dengan baik dan lancar karena 40 siswa tersebut antusias dalam mengikuti setiap sesi yang diberikan oleh tim pengabdian kepada masyarakat yakni sesi pretest, sesi pelatihan dan sesi posttest. Secara keseluruhan usia anak-anak ini berkisar antara 8 dan 9 tahun. Gambaran rinci demografi kelompok sasaran ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel.1 Tabel 1. Data Demografi Responden

Aspek	Kategori	Jumlah	Persentase %
Jenis Kelamin	Laki-Laki	15	37,5%
	Perempuan	25	62,5 %
Pendidikan Ibu	SD	5	12,5 %

Pendidikan Ayah	SMP	10	25%
	SMA	20	50%
	S1	3	7,5%
	Missing	2	5%
	SD	3	7,5%
Pekerjaan Ibu	SMP	11	27,5%
	SMA	18	45%
	S1	5	12,5%
	Missing	3	7,5%
	Bekerja	28	70%
Pekerjaan Ayah	Tidak Bekerja	12	30%
	Bekerja	37	92,5%
	Tidak Bekerja	3	7,5%

Efektivitas pelatihan dilihat berdasarkan perbedaan antara rerata skor *pretest* dengan rerata skor *post-test*. Hasil analisis data dengan menggunakan uji beda menunjukkan bahwa adanya perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest* dengan $p= 0.000$ ($p < 0.01$). artinya bahwa adanya pelatihan empati yang diberikan oleh anak-anak menyadarkan mereka akan pentingnya rasa berempati terhadap sesama. Dengan demikian secara kuantitatif pelatihan ini sangat bermanfaat bagi anak-anak dan efektif untuk meningkatkan ketrampilan berempati sejak dini.

Secara kualitatif, dari interaksi dan pengamatan selama sesi-sesi pelatihan nampak sebagian anak menikmati proses dan tekun mengikuti pelatihan. Sehingga pelatihan yang diberikan oleh tim pengabdian kepada masyarakat membawa perubahan sikap empati pada anak-anak kelas 2 dan 3. Hal ini ditunjukkan oleh perilaku siswa pada akhir sesi yang membantu tim pengabdian kepada masyarakat dalam merapikan ruangan yang telah digunakan untuk pelatihan.

2. PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data dengan menggunakan uji beda diketahui bahwa terdapat peningkatan kemampuan empati pada anak-anak setelah mengikuti pelatihan yang diadakan oleh tim pengabdian kepada masyarakat. Hasil analisis data menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest* dengan $p= 0.000$ ($p < 0.01$). Melihat adanya perbedaan yang signifikan menunjukkan bahwa tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini telah tercapai, dimana adanya peningkatan ketrampilan berempati pada anak-anak SD N Barusari 02.

Hal-hal yang mendukung tercapainya pengabdian kepada masyarakat ini adalah sikap antusias para siswa dalam mengikuti setiap sesi yang sudah tertera dalam rundown acara pelatihan. Kegiatan yang dilakukan dalam pelatihan ini selain memberikan materi tentang empati pada siswa, tim pengabdian kepada masyarakat juga memberikan kesempatan pada siswa untuk melakukan *role play* dalam berempati di lingkungan sekolah. Hal ini seperti yang dilakukan oleh Zen dkk (2020) dimana mereka juga menggunakan metode *role playing* dalam melatih empati, bahkan ketika subjeknya adalah anak SMP. Izzah dan Gusniarti (2019) juga menambahkan bahwa pelatihan empati pada anak juga dapat menekan tingkat bullying yang terjadi di lingkungan sekolah.

Melihat kondisi tersebut membuktikan bahwa secara kuantitatif maupun kualitatif pemberian pelatihan empati ini sangat bermanfaat dalam meningkatkan sikap empati pada siswa sejak dini. Menurut sholihah (dalam Sholeha & Widyastuti, 2021) ada beberapa manfaat berempati dalam kehidupan ,diantaranya: berperan penting dalam kehidupan sosial dan berinteraksi dalam bermasyarakat, aspek peduli terhadap orang lain, solidaritas terhadap orang lain, dapat mendorong kesadaran terhadap perasaan ,kebutuhan, kepentingan orang lain, aspek penuh pengertian anak dapat memahami orang lain dengan adanya empati membuat seseorang memberikan pelayanan kepada yang membutuhkan, dengan aspek tenggang rasa dapat mengatasi keragaman yang ada, mampu bekerjasama dengan aturan yang telah dibuat oleh masyarakat, dengan begitu sikap empati sangat berperan penting dalam kehidupan sosial dan berinteraksi dalam bermasyarakat.

Zahro (2017) mengatakan bahwa pelatihan empati dianggap sebagai upaya tepat untuk menumbuhkan rasa empati pada diri seseorang dan pelatihan empati akan memberikan keefektifan untuk mengatasi perilaku

agresif jika dilakukan sejak dini. Pelatihan empati dapat dilakukan pada masa awal kanak-kanak karena masa anak-anak merupakan masa dimana anak membutuhkan banyak stimulasi dan latihan untuk menjalani proses sosialisasi yang baik pada tahap perkembangan selanjutnya. Lebih lanjut Zahro menjelaskan bahwa ada hubungan antara besarnya empati dengan kecenderungan menolong. Hubungan antara empati dengan perilaku menolong secara konsisten ditemukan pada semua kelompok umur.

V. KESIMPULAN

Kesimpulan dari pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan oleh Dosen dan Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Nasional Karangturi di SD Negeri Barusari 02 adalah bahwa kegiatan pelatihan yang diberikan pada anak-anak SD kelas 2 dan 3 yang ada di SD Negeri Barusari 02 tentang peningkatan ketampilan berempati pada anak memiliki dampak positif. Anak-anak lebih memahami bagaimana cara berempati dengan lingkungan sekitar. Melihat adanya perubahan pemahaman dan sikap yang terjadi pada anak-anak tersebut membuktikan bahwa kegiatan pelatihan ini berjalan dengan lancar.

Untuk kegiatan selanjutnya yang akan dilakukan oleh tim pengabdian kepada masyarakat lainnya maka disarankan untuk melakukan hal berikut agar pelatihan menjadi sesuatu yang bermakna dan mendapatkan hasil yang memuaskan, adapun sarannya adalah:

- 1) Menambah sesi pelatihan sehingga siswa menjadi lebih paham dengan adanya pelatihan empati tersebut.
- 2) Menggunakan metode pelatihan empati yang menyajikan realita secara lebih konkrit, seperti *roleplaying* dan *exposure*.
- 3) Menyesuaikan materi pelatihan sesuai dengan kelompok sasaran.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Universitas Nasional Karangturi yang telah memfasilitasi kami untuk melakukan kegiatan tri dharma perguruan tinggi khususnya dalam hal pengabdian kepada masyarakat. Terimakasih juga kepada SD N Barusari 02 Semarang yang telah menerima kami untuk melakukan kegiatan pelatihan tentang peningkatan ketrampilan empati pada anak, serta memberikan ruang dan waktu dalam menyelenggarakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Arniansyah, Nadhila, N., Permatasari, R.W., Milani, T dan Putri, Y.W.A. (2018). Pelatihan Empati dan Perilaku Prosocial pada Anak Usia 6-12 Tahun di RPTRA Anggrek Bintaro. *Jurnal Muara ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*. Vol 2(1). 432-439.
- Eisenberg & Mussen, dalam Dayakisni, T & Hudaniah. (2006). Psikologi Sosial. Malang: UMM Press
- Feldman, R.S. (2011). *Development Across the Life Span*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Izzah, L., & Gusniarti, S. U. (2019). Pelatihan Empati Untuk Menurunkan Perilaku Bullying Pada Pelaku Bullying di Sekolah Dasar. *Jurnal Intervensi Psikologi*. Vol, 11. No. 2.
- Sumijati, S., dan Suparmi. (2022). Pelatihan Empati Pada Anak Kelas V SD Antonius 02 Banyumanik Kota Semarang. *Patria: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. Vol 4, No.1.
- Sholeha, E., & Widyastuti, A. (2021). Membangun dan Melatih Karakter Disiplin dan Rasa Empati Pada Anak Usia Dini di TKIT YAPIDH. *Jurnal Pendidikan Tambusai*. Vol 5, No. 2.
- Taufik. (2012). *Empati: Pendekatan Psikologi Sosial*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Van Berkhou, E.T dan Malouff, J.M. (2015). The Efficacy of Empathy Training: A Meta Analysis of Randomized Controlled Trial. *Journal of Counseling Psychology*. Diakses dari <http://dx.doi.org/10.1037/cou0000093>
- Zahro, I. F. (2017). Pengaruh Pelatihan Empati Melalui Kartu Ekspresi Emosi Terhadap Perilaku Menolong Dan Perilaku Agresif Pada Anak Prasekolah. *JCE*. Vol, 1. No.1.
- Zen, E.F., Muslihati, Hidayaturrehman, D., dan Multisari, W. (2020). Pelatihan

Perilaku Respek, Empati dan Asertif Melalui Metode *Role Play* untuk Mencegah *Bullying* di Sekolah Menengah Pertama. *Abdimas Pedagogi Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*. Vol 3, No. 1, 2020, hlm.40—47