

**PENINGKATAN EMPATI MELALUI PROGRAM BERBASIS
PENGUATAN SUMBERDAYA PSIKOLOGIS PADA SISWI KELAS VII
SMP MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Strata Satu Psikologi**

Dosen Pembimbing : Erika Setyanti K., S.Psi., M. Si.

**Disusun oleh :
ISNA ASTARINI
NIM. 09710086**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2013



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. 519571
YOGYAKARTA 55281 FM-UINSK-PBM-05-07/RO



PENGESAHAN SKRIPSI

Nomor : UIN.02/DSH/PP.00.9///20.9/2013

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul : **PENINGKATAN EMPATI MELALUI PROGRAM
BERBASIS PENGUATAN SUMBERDAYA
PSIKOLOGIS PADA SISWI KELAS VII SMP
MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : Isna Astarini

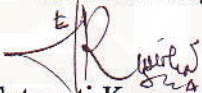
NIM : 0971086

Telah dimunaqosyahkan pada : Jumat, tanggal: 18 Oktober 2013
dengan nilai : 96.33/A


Dan dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga

TIM MUNAQOSYAH :

Ketua Sidang


Erika Setyanti Kusumaputri, M.Si
NIP. 197505142005012004

Penguji I


Nuristighfari Masri Khaerani, M.Si
NIP.19761028 200912 2 001

Penguji II


Zidni Immawan Muslimin, M.Si
NIP. 19680220 200801 1 008

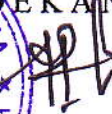
Yogyakarta, 8 November 2013

UIN Sunan Kalijaga

Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

DEKAN




Prof. Dr. Dudung Abdurahman, M.Hum
NIP. 19630306 198903 1 010

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Isna Astarini

NIM : 09710086

Jurusan : Psikologi

Fakultas : Ilmu Sosial dan Humaniora Sunan Kalijaga Yogyakarta

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi saya ini adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri dan bukan plagiasi dari hasil karya orang lain.

Apabila dikemudian hari dalam skripsi saya ini ditemukan plagiasi dari karya orang lain, maka saya bersedia ditindak sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Yogyakarta, 08 Oktober 2013

Yang menyatakan

METERAI
TEMPEL
TGL. 26
0A4DFABF793886
ENAM RIBURUPAH
6000
Isna Astarini
NIM : 09710086

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Persetujuan Skripsi
Saudari Isna Astarini
Lamp : 1 Eksemplar

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Setelah membaca, meneliti dan mengoreksi serta menyarankan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat bahwa skripsi dari saudari:

Nama : Isna Astarini
NIM : 09710086
Jurusan : Psikologi
Judul : Peningkatan Empati Melalui Program Berbasis Penguatan
Sumberdaya Psikologis Pada Siswi Kelas VII SMP
Muhammadiyah 2 Yogyakarta

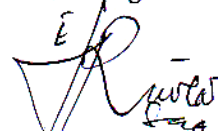
Sudah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata 1 (satu) dalam jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kaijaga Yogyakarta.

Kami mengharap agar skripsi saudara tersebut diatas dapat segera dimunaqosyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Yogyakarta, 9 Oktober 2013

Pembimbing



Erika Setyanti K., M.Si
NIP.19750514 2005 01 2004

MOTTO

“Sebesar apa kita berusaha dan berjuang, sebesar itulah yang akan kita dapatkan.”

“Apapun yang dikasih sama Allah itu yang terbaik, yakinlah semua pasti ada hikmahnya, jadi bersabar dan bersyukur lah insyaAllah nanti akan ditambah nikmatnya.”



HALAMAN PERSEMBAHAN

Untuk kalian,

Bapak dan Ibu

Psychol09y_ UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

dan

Untuk semua orang yang mau berjuang



KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji bagi Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karuniaNya, yang memberikan kesempatan bagi penulis untuk mengalami proses belajar yang tak pernah berhenti. Shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW yang menjadi tuntunan dan teladan bagi para umatnya dalam ibadah dan muammalah.

Proses pengerjaan penelitian skripsi ini cukup panjang dan kadang melelahkan, bahkan sesekali pernah terasa membosankan. Akan tetapi ada banyak pihak yang begitu berperan besar untuk membantu, mendorong serta menjaga semangat penulis sehingga pada akhirnya penulis mampu menyelesaikan penelitian ini. Oleh karena itu, dengan ungkapan syukur penulis mengucapkan terima kasih tak terhingga kepada :

1. Bapak Prof. Dudung Abdurrohman, M. Hum selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
2. Bapak Zidni Immawan M., M.Si selaku Ketua Prodi Psikologi dan dosen penguji skripsi, atas kesediaan waktunya untuk memberikan kritik dan saran yang membangun sehingga menjadikan penelitian ini menjadi lebih baik.
3. Ibu Retno Pandan Arum K., M.Si selaku dosen pembimbing akademik.
4. Ibu Erika Setyanti K., S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu untuk membantu, membimbing serta mendidik penulis dengan kritikan, saran serta tugas-tugas yang diberikan selama mengerjakan skripsi.

5. Ibu Nuristighfari Masri K., M. Si selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun, sehingga penelitian ini menjadi lebih baik.
6. Bapak dan Ibu dosen program studi psikologi dan seluruh karyawan di Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora, atas segala kesempatan, ilmu pengetahuan, dan fasilitas yang diberikan.
7. Ibu Tri Maharjanti, Ibu Lestari Mukti Rahayu, serta Mbak Rafiqah Nur F., selaku WaKa dan guru Bimbingan Konseling dari SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta membimbing selama proses penelitian berlangsung.
8. Para siswi kelas VII B dan VII C SMP Muhammadiyah Yogyakarta yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Terima kasih atas kenangan yang cukup menegangkan dan menyenangkan selama penelitian berlangsung.
9. Bapak Drs. Sugeng Prasojjo dan Ibu Dra. Maratus Solikah, M.Ag. Orang tua yang selalu memberikan dukungan, doa, perhatian dan hidupnya untuk penulis. Meski kadang tak terucapkan atau tak diperlihatkan semua itu, tapi penulis yakin, bahwa inilah cara kalian untuk mendidik kemandirian bagi penulis sejak kecil.
10. Dr. H. Mardjoko Idris, M.A dan Siti Rokhmi Lestari, S.S., M.Pd selaku wali selama penulis tinggal di Yogyakarta. Terima kasih untuk semuanya dan maaf selama ini banyak merepotkan. Tinggal dengan keluarga yang berbeda selama menuntut ilmu di sini, membuat penulis belajar banyak hal tentang keluarga.

11. Mbak Ikhda Esmarasti, Mas Firdaus Ilham Astria serta si kecil Kenzie Sevilla Izz Astria. Terpisah dengan mbak sejak kelas 3 SD membuatku belajar banyak hal. Mas Firda, kakak ipar yang selalu cerewet bertanya kapan aku lulus kuliah. Si kecil Kenzie keponakan pertama yang menggemaskan, serta Lukita Ummahati, adek satu-satunya yang mulai beranjak remaja.
12. Abdul Rozak Baswedan. Penulis belajar banyak dari ibadahnya, kisahnya, perjuangannya dan kehidupannya. Terima kasih untuk semuanya, *it's almost seven year, and we still counting, right?*
13. Athvi Lailia A., Novi Khusnia, Khoirun Nikmah, dkk. *They make my senior high school never die*. Kangen reek.
14. Ainabila Kintaninani, ketika sebuah pertemuan di parkirannya menjadi awal terjadinya banyak cerita. Kurnia Putriyanti, Rahma N. F., Fathimatuzzahra, Nitya G. N., Wira N., Annisa Aulia dan seluruh pejuang *psychology*, *keep fighting, guys*. Terima kasih telah membuat penulis menjadi diri sendiri saat bersama kalian, empat tahun bersama kalian itu mengesankan.
15. Mas Ahmad Roifi N., dan Mas Dwi Wahyu Arif N., yang membantu selama proses penelitian berlangsung.
Kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-satu, terima kasih banyak atas bantuan dan dukungannya, semoga Allah membalas dengan kebaikan yang jauh lebih mulia.

Yogyakarta, 09 Oktober 2013
Penulis

Isna Astarini
09710086

PENINGKATAN EMPATI MELALUI PROGRAM BERBASIS PENGUATAN SUMBERDAYA PSIKOLOGIS PADA SISWI KELAS VII SMP MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA

Isna Astarini

Intisari

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis terhadap peningkatan empati pada siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah quasi experiment dengan memberikan perlakuan berupa Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis sebagai bentuk intervensi pada subyek. Program ini dikembangkan oleh peneliti berdasarkan pada faktor-faktor yang dikemukakan oleh Hoffman dan Suzanne Denham yang dinilai dapat mempengaruhi empati seseorang. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *quota sampling* dengan subyek berjumlah 13 orang siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Subyek mengikuti Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis selama enam sesi yang dilakukan selama tiga hari. Teknik pengumpulan data menggunakan skala empati. Analisis statistik perbedaan nilai *pre-test* dan *post-test* menggunakan teknik *Wilcoxon Signed-Rank Test*. Hasil analisis menunjukkan nilai $p=0,096$ ($p<0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis mampu memberikan pengaruh terhadap empati, akan tetapi pengaruh yang diberikan oleh program tersebut tidak signifikan. Keefektifan program tidak tampak pada hasil analisis di atas. Empati merupakan bentuk kompleks perilaku psikologis yang melibatkan pengamatan, memori, pengetahuan dan alasan yang gabungan dari semua unsur tersebut menghasilkan pengertian pikiran dan perasaan orang lain.

Kata kunci: Empati, Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis, Siswi SMP

THE ESCALATION OF EMPHATY THROUGH THE REINFORCEMENT OF PSYCHOLOGICAL RESOURCES BASIC PROGRAM ON THE SEVENTH GRADE FEMALE STUDENTS AT SMP MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA

Isna Astarini

Abstract

This research aims to find out the influence of the reinforcement of psychological resources basic program toward the escalation of empathy on the seventh grade female students of SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta. The research method used in this research is the quasi experiment by giving particular treatment of the reinforcement of psychological resources basic program as the form of the intervention toward the subject. This program is developed by the writer based on some factors proposed by Hoffman and Suzanne Denham which are appraised for being able to influence someone's empathy. The sample technique used in this research is quota sampling technique with the total subjects of thirteen female students of SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Those subjects join this program for six session which is completed on three days. The witer uses empathy scale as the data collection technique. To analyze the differences between pre-test and post-test, the writer applies Wilcoxon Signed-Rank Test. the result of the analysis shows $p=0,096$ ($p<0,05$) score. It can be drawn that this program is able to give the influence toward empathy, however, the influence given by the program is not significant. The effectiveness of this program is not seen on the result of the analysis. Empathy is a complex form of psychological attitude which involves observation, memory, knowledge and reason. Those substances mix together to produce the understanding of someone's thought and feeling.

Keywords: empathy, the reinforcement of psychological resource basic program, female students of junior high school.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
KEASLIAN PENELITIAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAKSI PENELITIAN	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan Penelitian.....	12
D. Manfaat Penelitian	12
E. Keaslian Penelitian	13
BAB II. LANDASAN TEORI.....	19
A. Empati	19
1. Pengertian Empati	19
2. Aspek-aspek Empati.....	21
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Empati.....	25
4. Proses Pembentukan Empati	29
5. Langkah-langkah Membangun Empati	32
6. Perkembangan Empati	33
B. Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis	37
1. Pengertian Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis...	37

2. Penyusunan Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis..	38
3. Unsur dalam Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis.	41
4. Langkah-langkah Pelaksanaan Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis	43
C. Pengaruh Program Berbasis Penguatan Sumber Daya Psikologis Terhadap Empati	45
D. Hipotesis Penelitian.....	52
BAB III. METODE PENELITIAN	53
A. Identifikasi Variabel.....	53
B. Definisi Operasional.....	53
C. Populasi dan Sampel.....	58
D. Rancangan Eksperimen	60
E. Metode Pengumpulan Data	62
F. Validitas dan Reliabilitas	63
G. Teknik Analisis Data	65
BAB IV. LAPORAN PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	67
A. Prosedur Penelitian	67
1. Orientasi Kancan	67
2. Proses Perizinan	72
3. <i>Training For Trainer</i>	73
4. Ujicoba Alat Ukur	73
B. Pelaksanaan Penelitian	80
C. Deskripsi Data Penelitian	89
D. Analisis Data dan Hasil	91
E. Pembahasan	93
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	108
A. Kesimpulan	108
B. Saran	108
DAFTAR PUSTAKA	112
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Skema Pemrosesan Informasi <i>Bottom Up</i> dan <i>Top Down</i>	31
---	----



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Sesi dan Tujuan Program Berbasis Penguatan Sumber Daya Psikologis	44
Tabel 2. Dinamika pengaruh Program Berbasis Penguatan Sumber Daya Psikologis terhadap empati	51
Tabel 3. Materi Program Berbasis Penguatan Sumber Daya Psikologis	55
Tabel 4. Desain Eksperimen.....	60
Tabel 5. Jadwal Pelaksanaan Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis	61
Tabel 6. Blue Print Skala Empati	63
Tabel 7. Daftar Aitem yang Gugur	74
Tabel 8. Blue Print Setelah Ujicoba (<i>tryout</i>)	75
Tabel 9. Koefisien Reliabilitas Alpha	76
Tabel 10. Hasil <i>Manipulation Check</i> 1.....	77
Tabel 11. Hasil <i>Manipulation Check</i> 2	78
Tabel 12. Hasil <i>Manipulation Check</i> 3	79
Tabel 13. Jadwal Awal Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis ...	81
Tabel 14. Deskripsi Statistik Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	90
Tabel 15. Kategorisasi Skor Empati	91
Tabel 16. Deskripsi Data	92
Tabel 17. Hasil Analisis <i>Wilcoxon Signed-Rank Test</i>	92
Tabel 18. Perbedaan Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	93

LAMPIRAN

Lampiran I : Surat Perizinan

- a. Surat Perizinan Seketaris Daerah Daerah Istimewa Yogyakarta
- b. Surat Izin Pengambilan Data Dikdasmen PDM Yogyakarta
- c. Surat Izin Penelitian SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta
- d. Surat Bukti Penelitian SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta

Lampiran II : Try Out

- a. Hasil Profesional Judgement
- b. Booklate Skala Empati
- c. Print Out Tabulasi Data Try Out Aitem Empati
- d. Hasil Analisis Uji Reliabilitas Skala Empati

Lampiran III : Pengambilan Data

- a. Booklate Skala Empati
- b. Print Out Tabulasi Data Aitem Skala Empati
- c. Hasil Deskriptif Statistik
- d. Hasil Analisis Uji Hipotesis
- e. Berita Acara Pelaksanaan Penelitian

Lampiran IV : Modul

- a. Modul
- b. *Informed Consent*
- c. Berita Acara FGD
- d. *Manipulation Check*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada 13 Oktober 2011 sore, pukul 5.30 waktu setempat, sebuah kecelakaan terjadi di *the Guangfo Hardware Market*, Huangqi, Foshan, China. Sebuah van menabrak balita perempuan berusia 2 tahun, yang diketahui bernama Yue yue, dan kemudian meninggalkannya. Tidak ada penduduk yang menolongnya dan tak berselang lama ada mobil yang lain menabraknya lagi. Selama rentang waktu 7 menit, ada total 17 orang yang lewat begitu saja tanpa mengulurkan tangan untuk membantu atau menelpon polisi, sampai orang ke 19, seorang wanita tua pencari sampah (pemulung) menemukannya dan mengangkat balita yang telah lemas tak berdaya itu ke dalam lengannya, kemudian secara cepat meletakkannya kembali ke tanah. Wanita tua pencari sampah (pemulung) itu kemudian mencari bantuan, dan ibu balita tersebut, yang berada di sekitarnya, dengan cepat berlari kemudian membawanya ke rumah sakit (Chinasmack, 2011).

Peristiwa serupa sempat terjadi di Indonesia, tepatnya pada hari Rabu, 28 November 2012, sebuah kecelakaan terjadi di perempatan Jalan Dupak-Jalan Demak, Surabaya, Jawa Timur. Kecelakaan ini dialami oleh Ririn Wulandari, siswi SMAN 8 Surabaya. Sepeda motor yang dikendarai Ririn menabrak truk sampah milik Dinas Kebersihan Pemerintah Kota Surabaya yang menyelonong lampu merah. Seharusnya Ririn masih bisa diselamatkan karena meskipun mengalami pendarahan, dia masih bernapas setelah kecelakaan itu. Selama dua

jam Ririn tergeletak di lokasi kecelakaan tanpa ada yang menolong. Padahal lokasi kecelakaan itu terjadi, tepat berada di depan pos polisi, tetapi tidak satu pun polisi terlihat di situ. Warga yang berada di lokasi itu pun tidak berani mengevakuasi Ririn dengan alasan tidak ada polisi. Tidak berapa lama polisi tiba. Namun, Ririn tidak langsung segera dievakuasi alasannya karena belum ada ambulans. Akhirnya Ririn dievakuasi setelah ada ambulans puskesmas yang kebetulan lewat di lokasi dan dicegat oleh warga sekitar. Sopir ambulans itu awalnya tidak mau, tapi warga memaksa dan memberikan jaminan. Dia sempat dibawa ke Rumah Sakit PHC, tetapi ditolak, hingga akhirnya dirujuk ke Rumah Sakit Dr Soetomo. Sayang, nyawa Ririn tak tertolong (Kompas, 2012).

Beberapa peristiwa tersebut sungguh sangat disayangkan. Betapa tidak, meskipun melihat korban kecelakaan, akan tetapi orang-orang yang mengetahui kejadian tersebut tidak langsung melakukan pertolongan pertama bagi korban. Pada peristiwa pertama, bahkan sang korban sampai dua kali tertabrak oleh kendaraan roda empat. Banyak hal yang diperkirakan menjadi penyebab terjadinya kasus-kasus di atas. Salah satunya adalah karakter pribadi seseorang yang tidak adekuat. Padahal berdasarkan penelitian di Harvard University Amerika Serikat (InfocomCareer, 2010), ditemukan bahwa ternyata kesuksesan seseorang tidak ditentukan oleh faktor pengetahuan dan teknis belaka (*hard skill*) akan tetapi lebih oleh faktor kemampuan pengelola diri dan orang lain (*soft skill*). Penelitian ini mengungkapkan bahwa kesuksesan karena *hard skill* sebesar 20% dan 80% karena *soft skill*.

Dewasa ini mulai marak muncul program pendidikan karakter. Menurut Berkowitz (2007) pendidikan karakter bertujuan untuk meningkatkan perkembangan pelajar. Sehingga hasil program pendidikan karakter adalah sekumpulan karakteristik psikologis yang memungkinkan dan mendorong mereka untuk terus tumbuh menjadi agen moral. Beberapa hasil dari pendidikan karakter antara lain nilai moral (sikap prososial, motif), kompetensi penalaran sosio-moral (*perspective-taking*, penalaran moral), kompetensi moral emosional (empati, simpati), *prosocial self-system* (identitas moral, nurani), kompetensi perilaku (kemampuan untuk mengutarakan ketidaksetujuan dengan cara yang tepat, kemampuan memecahkan masalah), sistem pengetahuan diri dan perhatian terhadap issue etis dan sekumpulan karakter yang mendukung motif prososial dan kecenderungan terhadap bangsa (tekun, keberanian).

Pada beberapa kasus yang terjadi di atas, orang-orang yang menyaksikan korban kecelakaan tersebut diduga tidak mempunyai rasa empati dalam diri mereka, yang menurut para ahli merupakan salah satu sifat yang dapat mencegah terjadinya suatu kekerasan atau tindakan yang tidak manusiawi (Borba, 2008). Empati merupakan salah satu kemampuan untuk memahami dan merasakan perasaan orang lain (Borba, 2008). Gerdes dan Segal (2009) menyatakan bahwa empati merupakan kemampuan untuk membayangkan apa yang orang lain rasakan dan pikirkan. Sedangkan menurut Decety & Jackson (2004) kemampuan dasar untuk memahami emosi dan perasaan orang lain, baik menyaksikan sendiri situasi orang lain, melihat dari foto atau gambar, membaca berita atau hanya sekedar membayangkannya merupakan pengalaman dari empati. Goleman (2003)

menambahkan bahwa kemampuan untuk mengindra perasaan seseorang sebelum mereka mengatakan merupakan inti dari empati.

Pada dasarnya empati muncul secara alami sejak masih bayi, namun belum ada jaminan yang pasti bahwa kemampuan empati ini akan terus berkembang dengan baik (Borba, 2008). Hal ini senada dengan hasil penelitian Maite Garaigordobil (2009) yang menyatakan bahwa kapasitas empati tidak meningkat antara usia 10 – 14 tahun. Goleman (2003) menambahkan bahwa pengalaman empati yang dimulai sejak masih bayi menjadi dasar untuk pembelajaran tentang kerja sama dan sebagai salah satu syarat agar nantinya dapat diterima dengan baik dalam permainan maupun keanggotaan sebuah kelompok. Oleh karena itu, meskipun anak terlahir dengan potensi empati, pada perkembangannya empati tetap harus dilatih karena jika tidak, potensi empati ini tidak akan berkembang dengan baik.

Menurut Borba (2009) selama beberapa tahun terakhir faktor lingkungan dalam menumbuhkan empati mulai berkurang dan tergantikan dengan hal-hal yang negatif. Selain itu, ada beberapa faktor lain yang juga berpengaruh bagi terjadinya krisis perkembangan empati, antara lain, ketidakhadiran orang tua secara emosional, tidak terlibatnya ayah dalam pengasuhan, kekerasan di media (televisi, film, musik, video, permainan dan internet), anggapan bahwa tabu untuk mengungkapkan perasaan pada anak laki-laki sehingga kebanyakan perilaku *maladaptive* dilakukan oleh anak laki-laki, dan kekerasan yang dialami pada usia balita.

Seperti yang telah diketahui, bahwa setiap fase perkembangan pada dasarnya selalu berhubungan erat dengan fase perkembangan yang mendahului atau setelahnya. Sobur (2003) menyatakan bahwa perkembangan setiap anak pada dasarnya tidak hanya dipengaruhi oleh faktor pembawaan sejak lahir, tapi juga karena pengaruh dari lingkungan. Hal ini membuat apa yang seseorang peroleh pada saat masih usia anak-anak secara tidak langsung akan mempengaruhi perkembangan setelahnya. John Locke (dalam Sobur, 2008) juga menyatakan pentingnya pengaruh pengalaman dan lingkungan hidup terhadap perkembangan seseorang. Apabila seorang anak sudah mengalami krisis empati akibat faktor-faktor yang sudah dijelaskan sebelumnya, maka bukan tidak mungkin krisis itu akan terus berkembang sampai mereka remaja dan kemudian dewasa.

Ketika memasuki masa remaja, seseorang akan mengalami masa transisi dari anak-anak menuju ke masa dewasa. Pada masa transisi yang biasa dikenal dengan masa krisis dan kebingungan ini, anak mulai mengalami berbagai masalah emosi yang tidak menentu dan dorongan impuls yang meledak-ledak (Sobur, 2008). Hal ini karena mulai memasuki usia remaja, antara 11 – 15 tahun, anak mengalami pertumbuhan disemua aspek, baik secara fisik, kognitif dan juga sosial. Sebagian anak yang mulai memasuki usia remaja mengalami kesulitan dalam menangani begitu banyak perubahan tersebut yang terjadi pada satu waktu (Papalia, Old, & Feldman, 2008). Perubahan-perubahan tersebut dapat menimbulkan kemungkinan munculnya berbagai masalah perkembangan yang tidak bisa dihindari para remaja.

Transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah pun bisa memicu permasalahan yang berkaitan dengan perkembangan bagi anak. Transisi ini merupakan sebuah pengalaman yang normatif, namun cenderung menimbulkan *stress* karena terjadi secara simultan dengan banyak perubahan yang lain, baik dalam diri individu, dalam keluarga maupun di sekolah (Santrock, 2007). Hal ini pula yang terlihat pada sebagian pelajar SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Berdasarkan hasil beberapa kali observasi terlihat bahwa terdapat siswa yang mengalami masalah berkaitan dengan empati.

Hal ini terlihat pada observasi pertama tanggal 10 April 2013 bertempat di halaman depan SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta saat pulang sekolah. Mayoritas siswa menunggu dijemput oleh keluarganya lebih banyak beraktifitas dengan *smartphone* yang dibawa, bahkan ada beberapa siswa yang mengoperasikan dua *smartphone* sekaligus. Padahal mereka menunggu berjajar di luar sekolah, akan tetapi tidak banyak interaksi yang terjadi antara para siswa tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa siswa kurang bisa menjalin hubungan dengan orang lain yang merupakan salah satu indikator dari aspek kesadaran diri (*self awareness*) dari empati.

Pada observasi kedua tanggal 11 April 2013, antara pukul 08.15 – 11.10 WIB terlihat bahwa ada beberapa siswa yang izin untuk meninggalkan sekolah lebih awal. Seorang siswi yang terlihat pucat berjalan sendirian menuju ruang piket sambil memegang daerah perutnya. Siswi tersebut terlihat sedang meminta izin pada petugas piket untuk diperbolehkan pulang terlebih dahulu. Beberapa saat kemudian, ada sekelompok siswi yang juga mengantarkan salah seorang dari

mereka menuju ruang piket. Sekelompok siswi ini mengantarkan salah satu temannya meminta izin untuk pulang sekolah lebih dulu. Terdapat perbedaan yang sangat mencolok pada kedua peristiwa di atas. Siswi pertama yang dari ekspresi dan gesture tubuhnya yang terlihat sedang sakit mengurus surat izin pulang sendirian tanpa ditemani atau diwakili temannya. Berbeda dengan siswi kedua yang diantar beberapa temannya untuk mengurus surat izin meski terlihat cukup sehat. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada siswa yang kurang mampu untuk merespon orang lain secara tepat setelah mengamati keadaan orang lain. Padahal kemampuan ini merupakan salah satu indikator dari berbagi afeksi (*affective sharing*) dari empati.

Observasi ketiga tanggal 12 April 2013 dilaksanakan pada pukul 12.45 WIB. Pada observasi kali ini terlihat beberapa kali siswa laki-laki menunjukkan kekurangmampuan untuk merasakan perasaan orang lain serta kurangnya kemampuan untuk mengatur emosinya yang keduanya merupakan indikator dari aspek pengambilan keputusan (*perspective taking*) dan regulasi emosi (*emotion regulation*) dari empati. Hal ini terlihat pada saat ada seorang siswa laki-laki masuk ke kelompok kecil yang terdiri dari beberapa siswi perempuan, siswa tersebut terlihat memegang kepala salah seorang siswi, dan menendang pelan ke arah belakang badan siswi tersebut saat sekelompok siswi itu berdiri. Tak lama berselang, sekelompok siswa laki-laki beberapa kali menyalakan lalu mematikan lampu koridor sekolah, sebelum masuk ke ruang UKS tanpa melepas alas kaki. Hal ini membuat guru UKS yang juga bertugas sebagai bagian humas SMP

Muhammadiyah 2 berulang kali menyapu UKS sebelum mempersilakan peneliti masuk.

Beberapa hasil observasi di atas menunjukkan bahwa kurangnya empati dapat memicu kecenderungan untuk berperilaku anti sosial, agresi secara fisik maupun verbal, melihat orang lain sama rata, kekerasan interpersonal dan tidak bisa mengontrol emosi. Padahal hasil penelitian Krevans & Gibbs (1996) menyatakan bahwa usia 11 – 15 tahun atau saat memasuki tingkat sekolah keenam anak seharusnya sudah mulai mencapai kapasitas kematangan empati. Akan tetapi, hal tersebut belum nampak pada perilaku yang ditunjukkan beberapa siswa SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta pada saat observasi berlangsung. Hal ini lah yang menjadi pertimbangan untuk memberikan suatu intervensi atau perlakuan yang bertujuan meningkatkan empati siswi SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta.

SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta di pilih karena sekolah ini merupakan salah satu sekolah favorit yang berada di Yogyakarta dengan latar belakang keluarga siswa yang mayoritas berasal dari keluarga sosio ekonomi menengah ke atas. Hal ini terlihat saat observasi ketika jam pulang sekolah, banyak siswa dijemput seperti *drive-thruway*. Jadi, siswa berdiri di pinggir jalan, ketika mobil jemputannya datang dan berhenti sebentar, siswa masuk mobil lalu pergi. Mobil penjemput lain pun mengantri di belakang. Selain itu, pada saat pelaksanaan FGD pada tanggal 30 Juli 2013, beberapa guru Bimbingan Konseling mengatakan bahwa semua siswanya berasal dari kalangan keluarga dengan latar belakang ekonomi menengah ke atas. Berdasarkan pada hasil penelitian Lietz, Gerdes, Sun, Geiger, Wagaman, & Segal (2011) menunjukkan bahwa sikap empati mempunyai

perbedaan yang signifikan ditinjau dari kondisi sosio ekonomi keluarga. Keluarga yang berasal dari sosio ekonomi menengah ke bawah mempunyai sikap empati lebih tinggi daripada yang berasal dari keluarga dengan sosio ekonomi menengah ke atas.

Siswi perempuan dipilih berdasarkan hasil beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa perempuan mempunyai tingkat empati lebih tinggi daripada laki-laki (Strayer & Roberts, 2004; Garaigordobil, 2009; Cundiff, Nadler, & Swan, 2009; Lietz, Gerdes, Sun, Geiger, Wagaman, & Segal, 2011). Pemilihan jenis kelamin perempuan dengan asumsi bahwa perempuan, berdasarkan hasil penelitian di atas, mengindikasikan kecenderungan untuk bersikap empati lebih tinggi daripada laki-laki, sehingga ketika ada siswi perempuan mempunyai empati yang rendah, ketika diberi perlakuan diasumsikan perlakuan tersebut akan memberikan dampak atau pengaruh positif. Selain itu, homogenisasi subjek merupakan salah satu cara untuk meningkatkan validitas internal dalam suatu perlakuan.

Menurut Piaget (dalam Papalia, Old, & Feldman, 2008), pada usia remaja perkembangan kognitif anak sudah mencapai tahap Operasional Formal, dimana remaja mulai mengembangkan pola berpikir abstrak yang juga mempunyai implikasi secara emosional. Pada tahap perkembangan kognitif ini memungkinkan remaja untuk dapat berpikir dalam kerangka apa yang mungkin akan terjadi, bukan hanya yang terjadi. Papalia, Old, & Feldman (2008) juga menambahkan bahwa pada masa ini, remaja menjadi lebih terampil dalam penyerapan perspektif sosial, mulai mampu untuk memahami sudut pandang orang lain, serta level

pengetahuan dan kemampuan berbicara menjadi seimbang dengan kedua hal tersebut.

Ada beberapa cara untuk meningkatkan empati seseorang, seperti misalnya melakukan kegiatan pelayanan sosial bagi masyarakat yang kurang mampu selama minimal 20 jam (Ryan & Grotian-Ryan, 2012). Kegiatan pelayanan sosial ini terbukti mampu meningkatkan empati, akan tetapi kelemahan dari kegiatan ini adalah rentang waktu pelaksanaan yang cukup lama. Selain itu, mempertontonkan rekaman video juga terbukti mampu meningkatkan empati seseorang (Cohen, Schulz & Weiss, 2012). Meskipun demikian, terdapat pula kelemahan pada cara ini, yakni bisa menjadi tidak representatif pada pengalaman spontan yang mungkin bisa terjadi pada kehidupan sehari-hari, karena cara ini diberikan dalam kondisi laboratorium yang terkontrol yang fokusnya hanya terjadi saat itu saja.

Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis ini merupakan salah satu bentuk interpretasi dari proses belajar dan identifikasi yang oleh Hoffman (dalam Goleman, 1999) dianggap sebagai salah satu faktor yang mampu mempengaruhi seseorang dalam menerima dan memberi empati. Program ini didasarkan pada pengenalan dan penguatan kemampuan atau kekuatan personal yang sudah ada, pengembangan keterampilan dan Sumberdaya psikologis tambahan. Program ini bertujuan untuk membangun ketahanan diri berbasis kekuatan bagi remaja yang berusia 11 – 15 tahun, serta memfasilitasi perkembangan keterampilan interpersonal secara positif pada remaja. Program ini

juga melibatkan kemampuan untuk berkomunikasi dan menggunakan bahasa yang dapat mempengaruhi seseorang dalam mengungkapkan dan menerima empati.

Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis merupakan program yang disusun sendiri oleh peneliti sehingga dapat disesuaikan dengan situasi dan kondisi yang ada di lapangan. Program ini terdiri atas kegiatan kelompok yang bersifat eksperiensial dan positif menciptakan kesempatan untuk mempraktekkan keterampilan yang diajarkan, mengevaluasi dan memperkuat keterampilan peserta. Selain itu, proses kelompok juga dianggap penting karena dianggap dapat menyampaikan substansi isi program secara efektif dengan adanya kehangatan, otonomi, dukungan dan kesempatan untuk berhubungan secara individual (Sochet, Hoge, & Wurfl, 2009, dalam Geldard, 2012). Oleh karena itu dalam penyusunan skripsi ini penulis tertarik untuk meneliti tentang "Peningkatan Empati Melalui Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis Pada Siswi Kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta."

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas maka rumusan masalah penelitian ini, dapat dirumuskan dalam pertanyaan: "Apakah Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis dapat meningkatkan empati siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta?"

C. Tujuan Penelitian

Melalui penelitian ini tujuan yang ingin dicapai oleh penulis adalah, untuk mengetahui pengaruh Program Berbasis Penguatan Sumberdaya terhadap empati pada siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Apabila penelitian ini terbukti bahwa penggunaan Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis berpengaruh terhadap peningkatan empati, maka Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis dapat digunakan sebagai metode alternatif dalam melatih siswa agar memiliki empati yang tinggi.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti diharapkan nantinya dapat memberikan manfaat kepada pembaca ataupun pihak yang terkait, yaitu :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan manfaat pada kajian keilmuan dan pengembangan Psikologi dalam bidang Sosial, Pendidikan dan Klinis yang terkait dengan pengaruh Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis untuk meningkatkan kemampuan empati siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah pertimbangan bagi orang tua, sekolah dan masyarakat untuk menentukan kegiatan atau program yang bermanfaat bagi peningkatan empati siswi dan berbagai keterampilan positif yang terdapat di dalamnya. Selain itu bagi siswi peserta penelitian,

kegiatan ini juga bermanfaat untuk memberikan keterampilan tambahan yang berguna bagi mereka ketika berinteraksi dengan lingkungan yang lebih luas.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang empati sudah banyak dilakukannya sebelumnya. Beberapa penelitian-penelitian tersebut di antaranya, penelitian yang dilakukan oleh Julia Krevans dan John Gibss (1996) dengan judul “*Parents’ Use of Inductive Discipline: Relations to Children’s Empathy and Prosocial Behavior.*” Penelitian ini menggunakan teori empati yang dikemukakan oleh Martin Hoffman dan dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif melalui pemberian skala yang mengambil sampel pada 78 anak usia 138 – 172 bulan, atau 11,5 – 14,3 tahun tingkat enam dan tujuh, serta orang tua dan guru pada 10 sekolah dasar dan menengah di Northeast Ohio. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa orang tua yang menggunakan induksi sebagai lawan dari *power-assertive discipline* berhubungan dengan perilaku prososial pada anak. Anak dengan orang tua yang menggunakan metode induksi akan lebih empati dan lebih prososial. Hasil lebih lanjut menyatakan bahwa empati anak ditemukan menengahi hubungan antara disiplin orang tua dan perilaku prososial anak.

Janet Strayer dan William Robert (2004) juga meneliti tentang empati dengan judul “*Empathy and Observed Anger and Aggression in Five-Years-Old.*” Peneliti menggunakan metode eksperimen dengan mengobservasi langsung 24 anak usia 5 tahun yang dibagi secara acak untuk bermain bersama selama 1 jam dalam 3 kali sesi. Empati dinilai dengan menggunakan *the Empathy Continuum*

dari Strayer. Hasil yang diperoleh adalah bahwa empati berhubungan negative dengan agresi dan marah, namun sebaliknya, empati berhubungan positif dengan perilaku prososial.

Saleh Umniyah (2008) juga meneliti empati dalam tesisnya yang berjudul “Pengaruh Pelatihan *Mindfulness* Terhadap Peningkatan Empati Perawat”. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen randomized pretest-posttest control group design. Instrumen pengukuran menggunakan skala empati, observasi, wawancara dan *sharing*. Hasilnya menunjukkan bahwa pelatihan *mindfulness* dapat meningkatkan empati perawat.

Penelitian dari Nicole L. Cundiff, Joel T. Nadler dan Alicia Swan (2009) yang berjudul “*The Influence of Cultural Empathy and Gender on Perceptions of Diversity Program*” mengambil 294 mahasiswa Midwestern University sebagai sampel. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif melalui survey yang berdasarkan pada evaluasi beragam pelatihan dengan menggunakan beberapa skala. Skala empati yang digunakan adalah *the Scale of Ethno cultural Empathy* dari Wang dkk. Hasil hubungan yang signifikan diperoleh dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa perempuan dengan empati yang tinggi terhadap budaya atau etnis mempunyai intensitas perilaku yang tinggi untuk menghadiri dan mempunyai persepsi yang positif terhadap berbagai macam program.

Pada tahun yang sama, Maite Garaigordobil (2009) dari Universidad del País Vasco, España juga meneliti tentang empati dengan judul “*A Comparative Analysis of Empathy in Childhood and Adolescence: Gender Differences and Associated Socio-emotional Variables.*” Penelitian ini menggunakan metode

kuantitatif korelasional antara empati dengan berbagai variabel sosio emosional dengan menggunakan 12 jenis instrumen skala. Skala empati yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Empathy Questionnaire* dari Mehrabian & Epstein. Penelitian ini mengambil 313 sampel yang berusia antara 10 – 14 tahun. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa perempuan mempunyai skor yang lebih tinggi pada empati, perilaku prososial, perilaku asertif dan kemampuan kognitif untuk menganalisis emosi negative. Sementara itu, laki-laki menunjukkan kecenderungan untuk lebih agresif saat berinteraksi dengan teman sebayanya.

Penelitian dari departemen Psikologi University of Toronto yang dilakukan oleh Jennifer N. Gutsell dan Michael Inzlicht (2010) dengan judul “*Empathy Constrained: Prejudice Predicts Reduces Mental Simulation of Actions During Observation of Outgroups*” menggunakan metode penelitian eksperimen dengan memberikan video sebagai perlakuan dan subjek dipakaikan *electroencephalographic oscillations* sebagai penunjuk dari *perception-action-coupling* pada 30 partisipan yang berasal dari ras kulit putih mahasiswa University of Toronto Scarborough. Hasilnya, para partisipan menunjukkan aktivitas yang berlebihan pada *motor cortex* ketika berbuat dan ketika mengamati aktifitas ingroup, tapi tidak bereaksi ketika mengamati aktifitas outgroup, hal ini menunjukkan efek yang besar dari prasangka dan ketidaksukaan terhadap kelompok lain.

Penelitian dengan judul “Perilaku Prososial Ditinjau dari Empati dan Kematangan Empati” dilakukan oleh G. Y. Asih dan Margaretha M. S. Pratiwi (2010) dari Universitas Muria Kudus. Penelitian ini menggunakan metode

kuantitatif dengan menyebarkan skala perilaku prososial, empati dan kematangan emosi pada 49 subyek yang kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik regresi dan t-test. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif antara empati dan kematangan emosi terhadap perilaku prososial, serta tidak ada perbedaan perilaku sosial antara laki-laki dan perempuan.

Cynthia A. Lietz, Karen E. Gerdes, Fei Sun, Jennifer M. Geiger, M. Alex Wagaman dan Elizabeth A. Segal (2011) meneliti tentang keabsahan versi revisi dari alat ukur *Empathy Assessment Index* (EAI) yang berdasarkan pada teori empati perspektif sosial neurosains dari Decety & Jackson serta teori empati dari Gerdes dan Segal dalam sebuah proyek yang berjudul “*The Empathy Assessment Index (EAI): A Confirmatory Factor Analysis of a Multidimensional Model of Empathy.*” 50 item dari 5 komponen skala EAI diuji kembali dengan menggunakan analisis faktor dan sampel yang digunakan terdiri dari 773 mahasiswa dan anggota komunitas. Hasilnya 17 item dinyatakan paling baik dengan beberapa hasil tambahan, antara lain tidak ada perbedaan antara mahasiswa dan non mahasiswa, pada komponen kesadaran diri terhadap orang lain perempuan mempunyai skor lebih tinggi, dan terdapat perbedaan pada ras atau etnis pada ras Afrika Amerika dan Latin yang lebih tinggi daripada ras Kaukasia di komponen sikap empati. Selain itu, pada komponen sikap empati, responden yang berasal dari keluarga menengah ke bawah mempunyai skor lebih tinggi daripada responden yang berasal dari keluarga menengah ke atas. Secara keseluruhan, perempuan mempunyai skor empati lebih tinggi daripada laki-laki.

Penelitian tentang empati berikutnya oleh Shiri Cohen, Marc S. Schulz, Emily Weiss dan Robert J. Waldinger (2012) dengan judul “*Eye of the Beholder: The Individual and Dyadic Contributions of Empathic Accuracy and Perceived Empathic Effort to Relationship Satisfaction*” yang melibatkan 156 pasangan dengan hubungan yang serius. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan memberikan perlakuan berupa wawancara terpisah yang direkam kemudian rekaman diperlihatkan pada pasangannya. Teori yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan pada teori ketepatan empati yang dikemukakan Ickes & Simpson. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa persepsi terhadap usaha untuk berempati terhadap pasangan berhubungan kuat dengan kepuasan hubungan terhadap laki-laki dan perempuan daripada ketepatan dalam berempati. Laki-laki merasa puas terhadap hubungan mereka saat mereka bisa membaca emosi positif pasangannya dengan tepat, sedangkan perempuan merasa puas ketika mereka laki-laki atau pasangan dapat membaca emosi negative perempuan dengan tepat. Sementara itu, kemampuan perempuan dalam membaca emosi negatif dari pasangan laki-lakinya secara positif berhubungan dengan kepuasan baik terhadap laki-laki maupun perempuan.

Penelitian tentang empati selanjutnya oleh Kyle Ryan dan Sheri Grotirian-Ryan (2012) dengan judul “*Linking Empathy to Character Via a Service Learning Endeavor*.” Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen dengan memberikan perlakuan berupa kegiatan langsung membantu orang-orang yang kurang mampu di rumah singgah yang melibatkan 10 orang siswa Phi Beta Lambda yang diberi tugas untuk melakukan kegiatan pelayanan sosial sebagai

asisten dapur dan di jalan selama 6 – 8 jam pelayanan. Dasar teori empati yang digunakan adalah teori multidimensional empati. Hasil yang diperoleh menyatakan bahwa pengalaman langsung dalam melayani orang yang kurang beruntung mampu mengubah proses berfikir, mampu menunjukkan perubahan kognisi serta mampu untuk berfikir dalam hubungan dengan empati.

Beberapa uraian tentang hasil penelitian di atas, dapat diketahui bahwa penelitian yang menggunakan empati sebagai variable telah banyak dilakukan. Meski demikian, penelitian dengan judul “Pengaruh Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis Terhadap Empati Pada Siswi Kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta” belum pernah dilakukan sebelumnya. Hal inilah yang membuat penelitian ini mempunyai perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang pernah ada.

Letak perbedaannya antara lain pada metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode quasi eksperimen. Perlakuan berupa “*Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis*” diberikan untuk mempengaruhi empati pada subjek. Perbedaan yang lain terletak pada alat ukur yang digunakan untuk mengetahui apakah ada perubahan yang terjadi sebelum pemberian perlakuan dengan setelah pemberian perlakuan dalam penelitian kali ini menggunakan skala dibuat sendiri oleh peneliti yang berlandaskan pada teori sosial neurosains Decety. Selain itu, subjek penelitian serta lokasi dilaksanakannya penelitian pun berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya, dimana penelitian kali ini mengambil lokasi penelitian di SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta dengan siswi kelas VII sebagai subjeknya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis statistik yang dilakukan, Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis kurang efektif untuk meningkatkan empati pada siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta. Meskipun demikian, berdasarkan skor mentah *post-test* yang diperoleh, terdapat perbedaan antara skor *pre-test* dengan skor *post-test*. Mayoritas subyek mendapatkan skor empati lebih tinggi setelah mengikuti program ini. Walaupun memang ada beberapa subyek yang tidak mengalami perubahan skor dari *pre-test* ke *post-test* bahkan ada yang mengalami penurunan skor pada saat *post-test*.

B. Saran

1. Kepada Orangtua

Borba (2008) menyatakan bahwa empati merupakan dasar dari kecerdasan moral. Empati juga berperan dalam meningkatkan sifat-sifat yang berhubungan dengan kemanusiaan, adab dan moralitas. Beberapa hasil penelitian menemukan bahwa ketika seseorang mempunyai empati yang tinggi, ia akan cenderung lebih asertif dan mampu untuk menganalisis emosi negatif, serta cenderung akan lebih mampu untuk bersikap prososial (Krevans & Gibbs, 1996; Strayer & Robert, 2004 dan Garaigordobil, 2009). Seseorang dengan empati yang baik akan lebih mudah untuk menunjukkan

sikap toleransi dan kasih sayang, memahami kebutuhan orang lain serta muncul keinginan untuk bisa membantu orang lain.

Sehubungan dengan pentingnya empati bagi kehidupan pribadi dan sosial, orang tua hendaknya memberikan contoh keteladanan pada anak tentang bagaimana berperilaku secara empati dan mengarahkan mereka agar dapat mengekspresikan emosinya dengan cara-cara yang diterima secara umum. Sebagaimana kita ketahui bahwa salah satu cara anak belajar adalah dengan cara meniru atau *modelling*. Orangtua merupakan *role model* yang terdekat dengan anak. Selain itu, orangtua dapat menggunakan metode belajar yang menyenangkan saat melatih empati pada anak agar anak tidak merasa bosan, misalnya dengan menggunakan permainan tebak perasaan atau kartu emosi.

2. Kepada Pihak Sekolah

Empati merupakan salah satu dasar dari kecerdasan moral seseorang. Anak menghabiskan paling banyak waktunya untuk berada di sekolah. Oleh karena itu, sekolah perlu memfasilitasi tumbuh kembang anak baik secara kognitif, afektif maupun motorik dengan merancang dan memberikan waktu bagi siswa untuk mengikuti kegiatan-kegiatan positif yang mampu mengakomodasi tumbuh kembangnya potensi positif, termasuk empati pada anak dan remaja. Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis memang belum terbukti secara efektif mampu meningkatkan kemampuan empati pada remaja. Akan tetapi, program kegiatan serupa bisa dikembangkan dan disempurnakan lagi sistemnya

sehingga mampu digunakan sebagai salah satu alternatif kegiatan yang positif bagi siswa-siswi.

3. Kepada Peneliti Selanjutnya

Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis merupakan program yang dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan pada teori empati yang telah ada. Program ini memang belum terbukti mampu meningkatkan kapasitas empati seseorang karena pada pelaksanaannya masih ditemukan banyak kekurangan baik dari segi persiapan program, pengkondisian peserta serta pengontrolan *extraneous variable*. Meskipun demikian, program ini telah mampu meningkatkan skor mentah pada skala *post-test*, sehingga meskipun belum terbukti efektif, program ini mampu menunjukkan adanya perbedaan sebelum pemberian perlakuan dengan setelah pemberian perlakuan. Oleh karena itu, bagi yang ingin mengkaji lebih jauh tentang empati atau tentang program ini, ada beberapa saran yang bisa peneliti berikan, antara lain:

- a. Lakukan orientasi atau observasi awal pada subyek yang mengikuti pelatihan. Hal ini sangat perlu dilakukan untuk mengenal karakter subyek yang mengikuti program kegiatan ini. Ketika peneliti sudah mengetahui bagaimana karakter subyek yang mengikuti kegiatan ini, maka peneliti mempunyai alternatif lain saat terjadi sesuatu hal yang tidak diinginkan yang terkait dengan subyek penelitian, misalnya saat subyek penelitian yang terlalu ramai sendiri saat diberikan materi secara klasikal, maka akan lebih baik jika materi disampaikan

secara *per group*, sehingga tidak dibutuhkan waktu yang terlalu lama untuk memikirkan penyelesaian masalahnya.

- b. Persiapkan sebaik mungkin modul dan *rundown* program kegiatan. Modul yang ditulis dan dijelaskan secara detail akan mempermudah jalannya alur program. Selain itu *rundown* atau susunan program kegiatan juga perlu dijelaskan dan ditegakkan, sehingga tidak terjadi kesalahan estimasi waktu yang dibutuhkan selama program berlangsung apabila terjadi sesuatu yang tidak diinginkan.
- c. Pastikan petunjuk pengerjaan pada lembar kerja atau *worksheet* bisa dipahami dengan baik oleh para subyek, sehingga subyek mampu merespon dengan baik dan tepat sesuai dengan apa yang ingin peneliti ungkap melalui lembar kerja tersebut.
- d. Pemilihan sampel yang digunakan bisa dengan memilih subyek melalui skor *pretest* sehingga subyek yang mengikuti program ini memang benar-benar mempunyai kemampuan empati yang rendah, selain itu bisa juga dengan menggunakan kelompok sampel yang heterogen dari dua jenis kelamin.

Daftar Pustaka

- Asih, G.Y. & Pratiwi, M. M. S. (2010). Perilaku Prosocial Ditinjau dari Empati dan Kematangan Empati. *Jurnal Psikologi Universitas Muria Kudus*, Vol. 1, No.1, 33-42.
- Azwar, S. (2009). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. (2010). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Berkowitz, M. W. & Bier, M. C. (2007). What Works in Character Education. *Journal of Research in Character Education*, Vol. 5, No. 1, 29-48.
- Borba, M. (2008). *Building Moral Intelligence: The Seven Essential Virtues That Teach Kids to Do the Right Thing*. Alih Bahasa: Lina Jusuf. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- ChinaSmack. 2 Year Old Chinese Girl Ran Over by Van Ignored by 18 Bystanders. Diunduh dari <http://www.chinasmack.com/2011/videos/2-year-old-chinese-girl-ran-over-by-van-ignored-by-18-bystanders.html> pada tanggal 25 Maret 2013.
- Cohen, S., Schulz, M. S., Weiss, W., & Waldinger, R. J. (2012). Eye of Beholder: The Individual and Dyadic Contributions of Empathic Accuracy and Perceived Empathic Effort to Relationship Satisfaction. *Journal of Family Psychology*, Vol. 26, No. 2.
- Covey, S. R. (1997). *7 Kebiasaan Manusia yang Sangat Efektif*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Cundiff, N. L., Nadler, J. T., & Swan, A. (2009). The Influence of Cultural Empathy and Gender on Perception of Diversity Program. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, Vol. 16, No. 1, 97-110.
- Decety, J. & Jackson, P. L. (2004). The Functional Architecture of Human Empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, Vol. 3 No. 2, 71-100.
- Decety, J. & Lamm, C. (2006). Human Empathy Through The Lens of Social Neuroscience. *The Scientific World Journal*, 6, 1146-1163. DOI: 10.1100/tsw.2006.221.
- Decety, J. & Moriguchi, Y. (2007). The Empathic Brain and Its Dysfunction in Psychiatric Populations: Implications for Intervention Across Different Clinical Conditions. *BioPsychoSocial Medicine*, 1:22. DOI: 10.1186/1751-0759-1-22.

- Garaigordobil, M. (2009). A Comparative Analysis of Empathy in Childhood and Adolescence: Gender Differences and Associated Socio-emotional Variables. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, Vol. 9, No. 2, 217-235.
- Geldard, K. (2012). *Practical Interventions for Young People at Risk*. Alih Bahasa: Helly P. S, MA & Dra. Sri Mulyantini S. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gerdes, K. E. & Segal, E. A. (2009). A Social Work Model of Empathy. *Advance in Social Work*, Vol. 10, No. 2, 114-127.
- Goleman, D. (1999). *Emotional Intelligence: Why It Can Mutter More Than IQ*. Alih Bahasa: T. Hermaya. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2003). *Working with Emotional Intelligence*. Alih Bahasa: Alex Tri K. W. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2007). *Social Intelligence: The New Science of Human Relationship*. Alih Bahasa: Hariono S. Imam. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Gutsell, J. N. & Inzlicht, M. (2010). Empathy Constrained: Prejudice Predict Reduce Mental Simulation of Actions During Observation of Outgroup. *Journal of Experimental Psychology*.
- Hadi, S. (1996). *Statistik 2*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Ickes, W. (1997). *Emphatic Accuracy*. New York: Guilford.
- Infocom Career. (2010). Pentingnya Softskill. Diunduh dari <http://www.infocomcareer.com/?fuseaction=home.viewarticle&id=6> pada tanggal 25 Maret 2013
- Kompas. Terlantas di depan Pos Polisi, Korban Kecelakaan Tewas. Diunduh dari <http://regional.kompas.com/read/2012/11/29/07340884/Telantar.di.Depan.Pos.Polisi.Korban.Kecelakaan.Tewas> pada tanggal 25 Maret 2013.
- Krevans, J. & Gibss, J. C. (1996). Parents' Use of Inductive Discipline: Relations to Children's Empathy and Prosocial Behavior. *Child Development*, 67, 3263-3277.
- Latipun. (2010). *Psikologi Eksperimen*. Malang: UMM Press.
- Latipun. (2010). *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press

- Lietz, C. A., Gerdes, K. E., Sun, F., Geiger, J. M., Wagaman, M. A., & Segal, E. A. (2011). The Empathy Assessment Index (EAI): A Confirmatory Factor Analysis of a Multidimensional Model of Empathy. *Journal of the Society for Social Work and Research*, Vol. 2, Issue 2, 104-124. DOI: 10.5243/jsswr.2011.6
- Myers, A. & Hansen, C. (2002). *Experimental Psychology Fifth Edition*. USA: Wadsworth.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human Development, ninth edition*. Alih Bahasa: A. K. Anwar. Jakarta: Kencana.
- Pink, D. H. (2007). *A Whole New Mind*. Alih Bahasa: Rusli. Yogyakarta: Think.
- Queensland University of Technology. Resourceful Adolescent Program. Diunduh dari <http://www.rap.qut.edu.au/> pada 23 Maret 2013
- Ryan, K. & Grotian-Ryan, S. (2012). Linking Empathy to Character Via a Service Learning Endeavor. *Journal of Civic Commitment*, Vol. 18.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence, sixth edition*. Alih Bahasa: Shinto B. Adelar & Sherly Saragih. Jakarta: Erlangga
- Santrock, J. W. (2007). *Adolescence, eleventh edition*. Alih Bahasa: Benedictine Widyasinta. Jakarta: Erlangga.
- Segal, J. (1997). *Melejitkan Kepekaan Emosional: Cara baru-Praktis untuk Mendayagunakan Potensi Insting dan Kekuatan Emosi Anda*. Bandung: Kaifa.
- Sobur, A. (2003). *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Stickle, F. E. (2007). *Annual Editions, Adolescent Psychology, Fifth Edition*. USA: McGraw-Hill.
- Strayer, J. & Roberts, W. (2004). Empathy and Observed Anger and Aggression in Five-Years-Old. *Social Development*, Vol. 13, No.1.
- Suryabrata, S. (2010). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rajawali Press.
- Umniyah, S. (2008). Pengaruh Pelatihan Mindfulness Terhadap Peningkatan Empati Perawat. *Tesis*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada
- Zastrow, C. (1979). *Talk To Yourself : Using The Power Of Self -talk*. USA: Prentice-Hall, Inc.



MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH
PIMPINAN MUHAMMADIYAH KOTA YOGYAKARTA

SMP MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA

TERAKREDITASI : A No. 22.01/BAP/TU/XI/2008 TANGGAL 22 NOVEMBER 2008

Alamat : Jl. Kapas II / No. 7 A Telp. (0274) 514807 – 564136 Kecamatan : Umbulharjo Yogyakarta 55166

Website : www.smpmuh2-yogya.sch.id Email : Informasi_mucil@yahoo.id

SURAT KETERANGAN

Berdasarkan surat :

No : UIN.2 / TU-SH / PP.00.9 / 0365 / 2013
Tanggal : 8 April 2013
Hal : Preli Permohonan Ijin Penelitian Awal (preliminary)
Instansi / Kantor : Fakultas Ilmu Sosial & Humaniora, UIN Sunan Kalijaga
Nama Praktikan : Isna Astarini
NIM : 09710086
Nama Kegiatan : penelitian awal etnografi * peningkatan empati melalui program penguatan sumber daya psikologi pada siswa kelas VII SMP Muh 2 Yogyakarta
Bentuk Kegiatan : - observasi dan wawancara
- ambil data berupa pelatihan program penguatan sumber daya psikologis.

Kami kepala sekolah SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta

Nama : Hj. Nilawati Isdwiantari, S.Pd

NIP : 19620530 198403 2 002

Menerangka Praktikan tersebut di atas ~~diijinkan~~ / ~~tidak diijinkan~~ melaksanakan kegiatan di SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta

Demikian surat keterangan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 11 April 2013

Kepala Sekolah,



Hj. Nilawati Isdwiantari, S.Pd

NIP: 19620530 198403 2 002



MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA YOGYAKARTA

Jalan Sultan Agung 14, Telepon (0274)375917, Faks. (0274) 411947, Yogyakarta 55151
e-mail: dikdasmenpdm_yk@yahoo.com

IZIN PENELITIAN/SKRIPSI/OBSERVASI

No. : 513/REK/III.4/F/2013

Setelah membaca surat dari : **Fakultas Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta**

No. : UIN.02/TU.SH/TL.00/0608/2013

Tgl.: 13 Juni 2013

Perihal : Surat Izin Penelitian

dan berdasar Putusan Sidang Majelis Dikdasmen PDM Kota Yogyakarta, hari **Kamis** tanggal **11 Sya'ban 1434 H**, bertepatan tanggal **20 Juni 2013** yang salah satu agenda sidangnya membahas pemberian izin penelitian/praktek kerja/observasi, maka dengan ini kami memberikan izin kepada:

Nama Terang : **ISNA ASTARINI**

NIM. **9710086**

Pekerjaan : Mahasiswa pada **prodi Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga**
alamat **Jl. Marsda Adisucipto Yogyakarta**

Pembimbing : -

untuk melakukan observasi/penelitian/pengumpulan data dalam rangka menyusun Skripsi :

Judul : **PENINGKATAN EMPATI MELALUI PROGRAM BERBASIS PENGUATAN SUMBERDAYA PSIKOLOGIS PADA SISWI KELAS VII SMP MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA.**

Lokasi : **SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta**

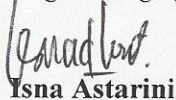
dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Menyerahkan tembusan surat ini kepada pejabat yang dituju.
2. Wajib menjaga tata tertib dan menaati ketentuan-ketentuan yang berlaku di sekolah/setempat.
3. Wajib memberi laporan hasil penelitian/praktek kerja/observasi kepada Majelis Pendidikan Dasar dan Menengah Pimpinan Daerah Muhammadiyah Kota Yogyakarta.
4. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Persyarikatan dan hanya diperlukan untuk keperluan ilmiah.
5. Surat izin ini dapat diajukan kembali untuk mendapat perpanjangan bila di-perlukan.
6. Surat izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu bila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan tersebut di atas.

MASA BERLAKU 2 (DUA) BULAN :

21-6-2013 sampai dengan 21-08-2013

Tanda tangan Pemegang Izin,


Isna Astarini

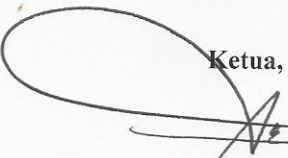
Yogyakarta, 22 Juni 2013

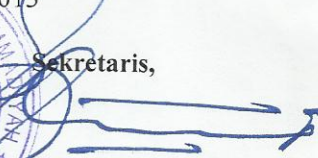
Ketua,

Sekretaris,

Tembusan:

1. PDM Kota Yogyakarta.
2. Dekan FISH UIN SUKA
3. Kepala SMP Muh. 2 Yk.


Drs. H. ARIS THOBIRIN, M.Si
NBM. 670.217


DIMAS ARIO SUMILIH, S.Pd.
NBM. 951.119





PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIAT DAERAH

Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)
YOGYAKARTA 55213

SURAT KETERANGAN / IJIN

070/5115/V/6/2013

Membaca Surat : Kabag.TU Fak.Ilmu Sosial&Humaniora UIN Nomor : UIN.02/TU.SH/TL.00/0608/2013
Tanggal : 13 Juni 2013 Perihal : Ijin Penelitian

- Mengingat :
1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
 2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 33 Tahun 2007, tentang Pedoman penyelenggaraan Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Departemen Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
 3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah.
 4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

DIIJINKAN untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama : ISNA ASTARINI NIP/NIM : 09710086
Alamat : JL MARSDA ADISUCIPTO, YOGYAKARTA
Judul : PENINGKATAN EMPATI MELALUI PROGRAM BERBASIS PENGUTAN SUMBER DAYA PSIKOLOGIS PADA SISWI KELAS VII SMP MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA
Lokasi : SMP MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA Kota/Kab. KOTA YOGYAKARTA
Waktu : 17 Juni 2013 s/d 17 September 2013

Dengan Ketentuan

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan *) dari Pemerintah Daerah DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan soft copy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda DIY dalam compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website adbang.jogjaprov.go.id dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib mentaati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website adbang.jogjaprov.go.id;
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta

Pada tanggal 17 Juni 2013

A.n Sekretaris Daerah

Asisten Perekonomian dan Pembangunan

Ub.

Kepala Biro Administrasi Pembangunan



Hendar Susilowati, SH

NIP. 19580120 198503 2 003

Tembusan :

1. Yth. Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta (sebagai laporan);
2. Walikota Yogyakarta cq. Dinas Perizinan
3. Ka. Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga DIY
4. Kabag. Tata Usaha Fak. Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
5. Yang Bersangkutan



MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH
PIMPINAN MUHAMMADIYAH KOTA YOGYAKARTA

SMP MUHAMMADIYAH 2 YOGYAKARTA

TERAKREDITASI: A No. 22.01/ BAP/ TU/ XI/ 2008 TANGGAL 22 NOVEMBER 2008
Alamat: Jl. Kapas II/ No. 7A Umbulharjo Yogyakarta 55166 Telp. (0274) 514807 – 564136
Website: www.smpmuh2-yogya.sch.id Email: informasi_mucil@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Kami kepala sekolah SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta

Nama : Hj. Nilawati Isdwiantari, S.Pd

NIP : 19620530 198403 2 002

menerangkan bahwa:

Nama : Isna Astarini

NIM : 09710086

telah melaksanakan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul
“Peningkatan Empati Melalui Program Berbasis Penguatan Sumberdaya Psikologis Pada
Siswi Kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta” pada tanggal 21 Juni 2013 – 31
Agustus 2013.

Demikian surat keterangan ini kami buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 02 September 2013

Kepala Sekolah,



Hj. Nilawati Isdwiantari, S.Pd
NIP: 19620530 198403 2 002

Sangatreffju
sangatsehai

SKALA EMPATI

Adaptasi dari The Empathy Assessment Index (Jean Decety)

No.	Aspek	Indikator	F / UF	Aitem	Respon	Penilaian / Komentar
1.	Affective Sharing	Merespon orang lain dengan meniru apa yang diamati pada orang tersebut	UF	Ketika melihat orang lain yang menangis, saya merasa biasa saja ^{saya merasa seperti?}	SS/S/N/TS/STS	
			F	Melihat seseorang menari membuat saya ingin menggerakkan kaki saya	SS/S/N/TS/STS	
			F	Ketika saya melihat seorang teman yang menangis, saya merasa ingin ikut menangis ^{mulai bercakap?}	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Saya kesulitan merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, meskipun saya mengenal dia dengan baik	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Ketika saya bersama dengan ^{teman} orang yang sedang sedih, saya merasa itu adalah hal yang biasa terjadi pada semua orang	SS/S/N/TS/STS	
			F	Melihat film yang ceritanya menyenangkan membuat saya merasa senang dan terhibur	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Ketika bersama dengan ^{teman} orang lain yang sedang senang ^{senang} , saya merasa itu hal yang biasa terjadi	SS/S/N/TS/STS	

reffju
pada
Sperti
Respon
pelaif

			F	Ketika teman terdekat sedang merasa cemas menghadapi suatu hal, saya seperti merasakan kecemasan yang dialaminya	SS/S/N/TS/STS	
			F	Ketika seorang teman sedang sedih, saya tiba-tiba merasa kesedihan yang sama	SS/S/N/TS/STS	Lampiran Sawan dgn yg di sepan.
			UF	Hanya dengan mendengarkan suara tawa orang lain yang tidak saya kenal saja belum mampu membuat saya ikut tersenyum	SS/S/N/TS/STS	?
2.	Self Awareness	- Mengenali emosi dirinya	UF	Saya kurang mampu menjelaskan emosi apa yang sedang saya rasakan dengan mengetahui bagaimana keadaan tubuh saya secara tepat	SS/S/N/TS/STS	
			F	Saya menyadari segala sesuatu yang sedang saya pikirkan	SS/S/N/TS/STS	?
			UF	Saya tidak menyadari bagaimana saya merasakan suatu situasi sampai situasi tersebut usai	SS/S/N/TS/STS	?
			F	Ketika saya peduli dengan orang lain begitu dalam, saya merasa emosi yang mereka rasakan adalah emosi yang saya rasakan sendiri	SS/S/N/TS/STS	

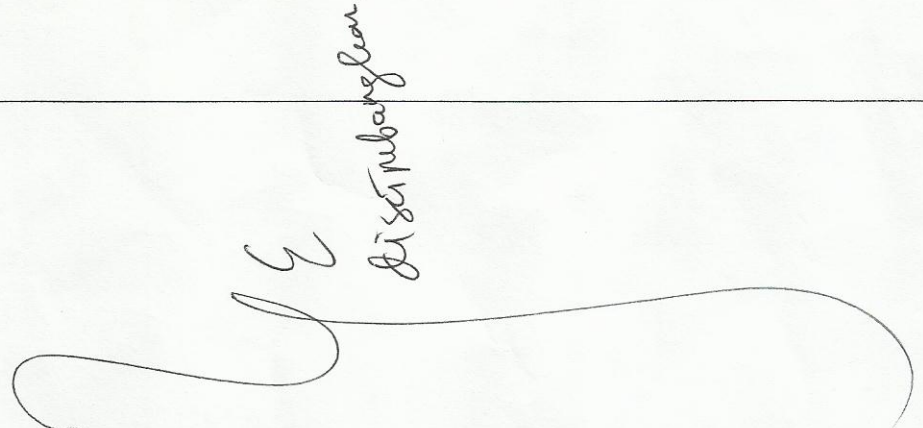
			F	Saya mempunyai sebuah reaksi fisik (seperti gemetar, menangis atau mati rasa) ketika mengalami kegagalan	SS/S/N/TS/STS	
	- Mampu berhubungan dengan orang lain	F	F	Saya dapat menjelaskan pada orang lain bagaimana perasaan saya ^{mergeru mampu mengahar mengahar}	SS/S/N/TS/STS	
		UF	UF	Saya kurang bisa menyadari bagaimana ^{bagaimana} pikiran orang lain terhadap diri saya	SS/S/N/TS/STS	
	- Mampu membedakan perasaan dirinya sendiri atau perasaan orang lain	F	F	Saya dapat membedakan perasaan teman saya dengan perasaan saya sendiri ^{Saat teman bercerita mengenai perasaan saya}	SS/S/N/TS/STS	
		UF	UF	Saya kurang mampu memberitahukan perbedaan perasaan orang lain dan apa yang saya rasakan - Saat teman bercerita mengenai perasaan saya	SS/S/N/TS/STS	
3.	Perspective Taking		UF	Saya kurang mampu membayangkan bagaimana rasanya menjadi orang lain, karena saya pikir setiap orang pasti berbeda	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Saya kesulitan membayangkan seperti apa rasanya menjadi orang yang serba kekurangan	SS/S/N/TS/STS	
			F	Saya dapat menggambarkan seperti apa karakter yang tertulis dalam sebuah buku atau novel	SS/S/N/TS/STS	
	- Menjaga kesadaran tentang keadaan pikiran diri sendiri	F	F	Saya terbiasa melihat sesuatu dari dua sudut pandang yang berbeda	SS/S/N/TS/STS	

→ pilih satu

→

		F	Saya bisa setuju atau tidak setuju dengan pendapat atau pikiran orang lain	SS/S/N/TS/STS	
		UF	Mudah bagi saya untuk melihat pandangan orang lain	SS/S/N/TS/STS	
		F	Saya dapat mempertimbangkan secara bersama-sama pendapat saya dan pendapat orang lain. - <i>Saya bisa memberikan saran/or-lain, saya mampu mempertahankan pendapatnya.</i>	SS/S/N/TS/STS	
		UF	Saya kurang mampu terbuka dalam mendengarkan pendapat orang lain tentang suatu hal	SS/S/N/TS/STS	<i>Sangat bagi saya mendengarkan pendapat or-lain.</i>
		F	Saya mempertimbangkan pendapat orang lain ketika mengambil keputusan saat diskusi kelompok	SS/S/N/TS/STS	
4. Emotion Regulation	Mampu mengubah / mengatur pengalaman emosinya	UF	Ketika sesuatu yang menggembirakan terjadi, saya menjadi sangat gembira dan merasa lepas kontrol	SS/S/N/TS/STS	<i>Saya mengungkapkan kegelisahan tanpa mempertahankan diri.</i>
	<i>mampu / mengembalikan perasaan diri sendiri</i>	F	Ketika seseorang menghina atau menyering saya, saya tidak akan membiarkan hal tersebut mempengaruhi diri saya	SS/S/N/TS/STS	<i>Saya bisa saja.</i>
		F	Ketika seorang teman sedang sedih, hal itu akan mempengaruhi diri saya, namun tidak sampai mengganggu kualitas hidup saya	SS/S/N/TS/STS	

Penambahan 1 indikator

		UF	Saya mempunyai kemarahan yang meledak-ledak	SS/S/N/TS/STS	
		F	Ketika saya gagal atau tidak senang, saya dapat mengatasinya dengan cepat	SS/S/N/TS/STS	
		UF	Saya dapat berlebihan menanggapi kecemasan orang lain	SS/S/N/TS/STS	
		UF	Ketika saya mengalami kegagalan, saya membutuhkan waktu yang lama untuk melupakannya	SS/S/N/TS/STS	
		UF	Teman saya memandang saya sebagai seseorang yang <i>moody</i> / suka murung	SS/S/N/TS/STS	
		F	Persamaan emosional menggambarkan diri saya dengan baik	SS/S/N/TS/STS	
		F	Saya mempunyai perjalanan emosi yang luas	SS/S/N/TS/STS	
		F	Saya melihat perasaan orang lain tanpa merasa berlebihan terhadap mereka	SS/S/N/TS/STS	
		UF	Saya sibuk terhadap sesuatu tanpa berpikir terlebih dahulu	SS/S/N/TS/STS	

SKALA EMPATI

No.	Aspek	Indikator	F / UF	Aitem	Respon	Penilaian / Komentar
1.	Berbagi afeksi (Affective Sharing)	Merespon orang lain dengan meniru apa yang diamati pada orang tersebut	UF	Ketika melihat orang lain yang menangis, saya malah tertawa	SS/S/N/TS/STS	
			F	Melihat seseorang menari membuat saya ingin menggerakkan kaki saya <i>ada gerakan yg lebih umum.</i>	SS/S/N/TS/STS	
			F	Ketika saya melihat seorang teman yang menangis, mata saya mulai berkaca-kaca	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Ketika bersama dengan teman yang sedang marah, saya merasa tubuh saya mengeluarkan keringat dingin	SS/S/N/TS/STS	
2.	Kesadaran Diri (Self Awareness)	- Mengenali keadaan emosi dirinya	UF	Saya kurang mampu menjelaskan emosi apa yang sedang saya rasakan	SS/S/N/TS/STS	
			F	Ketika orang lain bertanya tentang emosi apa yang saya rasakan, saya mampu menjawabnya dengan cepat	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Saya merasa emosi yang orang lain rasakan adalah emosi saya sendiri	SS/S/N/TS/STS	
			F	Saya mempunyai sebuah reaksi fisik (seperti gemetar, menangis atau mati rasa) ketika mengalami kegagalan	SS/S/N/TS/STS	

		- Mampu berhubungan dengan orang lain	F	Saya dapat menjelaskan pada orang lain mengenai perasaan saya	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Saya kurang mampu menerima bagaimana penilaian orang lain terhadap diri saya	SS/S/N/TS/STS	
			F	^{menyampaikan} Saya perasa ^{menyampaikan} hati ketika orang lain menegur saya	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Saya akan menghindari teman yang pernah mengecewakan saya	SS/S/N/TS/STS	
		- Mampu membedakan perasaan dirinya sendiri atau perasaan orang lain	F	Saat teman bercerita mengenai perasaannya, saya mampu membedakannya dengan apa yang saya rasakan	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Saat teman bercerita mengenai perasaannya, saya merasakan perasaan yang sama dengannya.	SS/S/N/TS/STS	
			F	Meski sedang kecewa karena suatu hal, saya tetap menemani teman yang sedang sedih	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Ketika bersama teman yang sedang marah, tiba-tiba saya merasa ikut marah	SS/S/N/TS/STS	

3.	Pengambil an persepsi (Perspective eTaking)	<p>Menghanyut</p> <p>- Mampu menerima perasaan orang lain</p>	UF	<p>Saya kurang mampu menerima ^{memahami} menyatakan bagaimana rasanya menjadi orang lain, karena saya pikir setiap orang pasti berbeda</p> <p>Saya kesulitan membayangkan seperti apa rasanya menjadi orang yang serba kekurangan apa yg akan dialami org yg kekurangan</p> <p>Saya dapat menggambarkan seperti apa karakter yang tertulis dalam sebuah buku atau novel sesuai maksud pengarang</p> <p>Ketika mendengarkan sebuah lagu, saya mampu merasakan maksud lirik lagu tersebut memahami apa yg diutarakan pengarang</p> <p>Ketika merasa kecewa dengan seseorang, saya mencoba untuk menenangkan diri</p> <p>Saya bisa setuju ^{tidak} setuju dengan pendapat atau pikiran orang lain yg berbeda dgn saya</p> <p>Saya marah ketika orang lain mencoba untuk menilai diri saya</p> <p>Saya kesulitan memilih kata yang tepat untuk menggambarkan diri saya</p>	<p>SS/S/N/TS/STS</p> <p>SS/S/N/TS/STS</p> <p>SS/S/N/TS/STS</p> <p>SS/S/N/TS/STS</p> <p>SS/S/N/TS/STS</p> <p>SS/S/N/TS/STS</p> <p>SS/S/N/TS/STS</p> <p>SS/S/N/TS/STS</p>
----	--	--	----	--	---

Saya kesulitan mengutarakan pendapat yg berbeda dgn org lain.

		- Mampu memahami pikiran orang lain	F	Saat saya diberi saran oleh orang lain, saya mampu mempertimbangkannya	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Sulit bagi saya untuk mendengarkan nasihat orang lain	SS/S/N/TS/STS	
			F	Saya mempertimbangkan pendapat orang lain ketika mengambil keputusan saat diskusi kelompok	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Ketika saya yakin tentang suatu, saya merasa tidak perlu mendengarkan pendapat orang lain	SS/S/N/TS/STS	
4.	Regulasi Emosi (Emotion Regulation)	Mampu mengubah / mengatur pengalaman emosinya	UF	Saya mengekspresikan kegembiraan tanpa memperhatikan situasi di sekitar saya.	SS/S/N/TS/STS	
			F	Ketika gagal dalam suatu ^{konflik} pertandaan, saya mampu mengatasi perasaan kecewa dengan mudah	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Ketika saya mengalami kegagalan, saya membutuhkan waktu yang lama untuk melupakannya	SS/S/N/TS/STS	
			F	Ketika seorang teman sedang sedih, hal itu akan memengaruhi diri saya , namun tidak sampai mengganggu aktivitas saya	SS/S/N/TS/STS	<i>Alfa</i>

		- Mampu memahami pikiran orang lain	F	Saat saya diberi saran oleh orang lain, saya mampu mempertimbangkannya	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Sulit bagi saya untuk mendengarkan nasihat orang lain	SS/S/N/TS/STS	
			F	Saya mempertimbangkan pendapat orang lain ketika mengambil keputusan saat diskusi kelompok	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Ketika saya yakin tentang suatu, saya merasa tidak perlu mendengarkan pendapat orang lain	SS/S/N/TS/STS	
4.	Regulasi Emosi (Emotion Regulation)	Mampu mengubah / mengatur emosinya	UF	Saya mengekspresikan kegelisahan tanpa memperhatikan situasi di sekitar saya.	SS/S/N/TS/STS	
			F	Ketika gagal dalam suatu ^{kompetensi} perilaku ^{kegiatan} , saya mampu mengatasi perasaan kecewa dengan mudah	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Ketika saya mengalami kegagalan, saya membutuhkan waktu yang lama untuk melupakannya	SS/S/N/TS/STS	
			F	Ketika seorang teman sedang sedih, hal itu akan memengaruhi diri saya, namun tidak sampai mengganggu aktivitas saya	SS/S/N/TS/STS	

SKALA EMPATI

No.	Aspek	Indikator	F / UF	Aitem	Respon	Penilaian / Komentar
1.	Berbagi afeksi (<i>Affective Sharing</i>)	Merespon orang lain dengan meniru apa yang diamati pada orang tersebut	UF	Ketika melihat orang lain yang menangis, saya malah tertawa	SS/S/N/TS/STS	aitem kurang netral
			F	Melihat seseorang menari membuat saya ingin <u>menggerakkan kaki</u> saya	SS/S/N/TS/STS	kurang jelas / ambigu
			F	Ketika saya melihat seorang teman yang menangis, mata saya mulai berkaca-kaca	SS/S/N/TS/STS	Good
			UF	Ketika bersama dengan teman yang sedang marah, saya merasa tubuh saya mengeluarkan keringat dingin	SS/S/N/TS/STS	Good
2.	Kesadaran Diri (<i>Self Awareness</i>)	- Mengenali keadaan emosi dirinya	UF	Saya kurang mampu menjelaskan emosi apa yang sedang saya rasakan	SS/S/N/TS/STS	sebaliknya kata berkebalikan dg indikator
			F	Ketika orang lain bertanya tentang emosi apa yang saya rasakan, saya mampu menjawabnya dengan cepat	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Saya merasa emosi yang orang lain rasakan adalah emosi saya sendiri	SS/S/N/TS/STS	
			F	Saya mempunyai sebuah reaksi fisik (seperti gemetar, menangis atau mati rasa) ketika mengalami kegagalan	SS/S/N/TS/STS	Good

		- Mampu berhubungan dengan orang lain	F	Saya dapat menjelaskan pada orang lain mengenai perasaan saya	SS/S/N/TS/STS	apa begini berhubungan dengan orang lain ?
			UF	Saya kurang mampu menerima bagaimana penilaian orang lain terhadap diri saya	SS/S/N/TS/STS	
			F	Saya merasa besar hati ketika orang lain menegur saya	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Saya akan menghindari teman yang pernah mengecewakan saya	SS/S/N/TS/STS	
		- Mampu membedakan perasaan dirinya sendiri atau perasaan orang lain	F	Saat teman bercerita mengenai perasaannya, saya mampu membedakannya dengan apa yang saya rasakan	SS/S/N/TS/STS	Kalimat seperti indikator bisa seperti emosi ? cuma/tidak
			UF	Saat teman bercerita mengenai perasaannya, saya merasakan yang sama dengannya	SS/S/N/TS/STS	
			F	Meski sedang kecewa karena suatu hal, saya tetap menemani teman yang sedang sedih	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Ketika bersama teman yang sedang marah, tiba-tiba saya merasa ikut marah	SS/S/N/TS/STS	Good

3.	Pengambilan persepsi (<i>Perspective Taking</i>)	- Mampu memikirkan perasaan orang lain	UF	Saya kurang mampu membayangkan bagaimana rasanya menjadi orang lain, karena saya pikir setiap orang pasti berbeda	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Saya kesulitan membayangkan seperti apa rasanya menjadi orang yang serba kekurangan	SS/S/N/TS/STS	
			F	Saya dapat menggambarkan seperti apa karakter yang tertulis dalam sebuah buku atau novel	SS/S/N/TS/STS	Good
			F	Ketika mendengarkan sebuah lagu, saya mampu merasakan maksud lirik lagu tersebut	SS/S/N/TS/STS	Naiknya penulisnya → teras Good
		- Mampu menyadari keadaan diri sendiri	F	Ketika merasa kecewa dengan seseorang, saya mencoba untuk menenangkan diri	SS/S/N/TS/STS	
			F	Saya bisa setuju atau tidak setuju dengan pendapat atau pikiran orang lain	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Saya marah ketika orang lain mencoba untuk menilai diri saya	SS/S/N/TS/STS	Good
			UF	Saya kesulitan memilih kata yang tepat untuk menggambarkan diri saya	SS/S/N/TS/STS	

		- Mampu memahami pikiran orang lain	F	Saat saya diberi saran oleh orang lain, saya mampu mempertimbangkannya	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Sulit bagi saya untuk mendengarkan nasehat orang lain	SS/S/N/TS/STS	
			F	Saya mempertimbangkan pendapat orang lain ketika mengambil keputusan saat diskusi kelompok	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Ketika saya yakin tentang suatu, saya merasa tidak perlu mendengarkan pendapat orang lain	SS/S/N/TS/STS	
4.	Regulasi Emosi (<i>Emotion Regulation</i>)	Mampu mengubah / mengatur emosinya	UF	Saya mengekspresikan kegeniraaan tanpa memperhatikan situasi di sekitar saya.	SS/S/N/TS/STS	
			F	Ketika gagal dalam suatu pertandingan, saya mampu mengatasi perasaan kecewa dengan mudah	SS/S/N/TS/STS	
			UF	Ketika saya mengalami kegagalan, saya membutuhkan waktu yang lama untuk melupakannya	SS/S/N/TS/STS	
			F	Ketika seorang teman sedang sedih, hal itu akan memengaruhi diri saya, namun tidak sampai mengganggu aktivitas saya	SS/S/N/TS/STS	



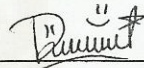
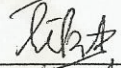
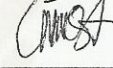
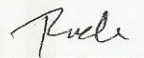

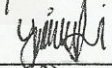
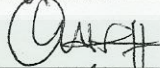
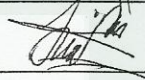

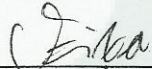

BERITA ACARA

Pada hari : Senin

Tanggal : 19 Agustus 2013

Pukul : 10.00 WIB – 15.00 WIB

Materi : Program Berbasis Penguatan Sumber Daya Psikologis

No.	PELAKSANA	TANDA TANGAN
1.	Firani Nahrani Aziza <i>KB</i>	
2.	An Nisaa' Nour Komala Dewi <i>KB</i>	
3.	Dwi Nur Hidayati <i>KB</i>	
4.	Nurulika azzahra Larasati <i>C</i>	
5.	Indahsari Indahsari Larasati <i>C</i>	
6.	Fernanda NurLatifah <i>C</i>	
7.	Agiesta S.P Lesmana <i>C</i>	
8.	Julinda Puspita S <i>C</i>	
9.	Orya Wijaya <i>C</i>	
10.	Tania bunga H. <i>C</i>	
11.	Nur.ammad tenri 6 <i>C</i>	
12.	Naafita Kariima <i>C</i>	
13.	Dzikrina Wolbunnuzuli <i>C</i>	
14.		
15.		

Mahasiswa Peneliti



Isna Astarini



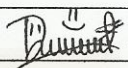





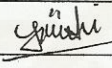
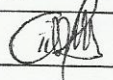


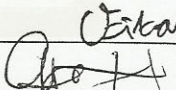
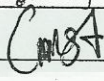
BERITA ACARA

Pada hari : Selasa

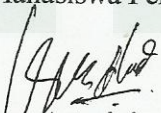
Tanggal : 20 Agustus 2013

Pukul : 08.00 WIB – 15.00 WIB

Materi : Program Berbasis Penguatan Sumber Daya Psikologis

No.	PELAKSANA	TANDA TANGAN
1.	Dwi Nur Hidayati	
2.	Fernanda Nur Latifah	
3.	Agiesta S-P Lesmana	
4.	Dzikriha Qolbunnuzuli	
5.	Firaniqa Nahran A.	
6.	Yati Tanabunga Huraيرا	
7.	Yulinda Puspita Sari	
8.	An Nisa'a Nur Kumala Dewa	
9.	Naruli Ka azzahra L.	
10.	Nur araad Tenri G	
11.	Nasafita Karima	
12.	Oryza Wicaya	
13.	Indahsari Larasati	
14.		
15.		

Mahasiswa Peneliti


Isna Astarini

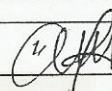
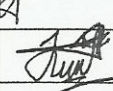
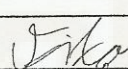
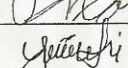

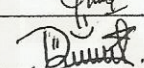
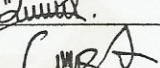





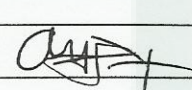
BERITA ACARA

Pada hari : Kamis

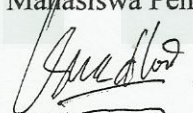
Tanggal : 22 Agustus 2013

Pukul : 09.00 WIB – 12.00 WIB

Materi : Program Berbasis Penguatan Sumber Daya Psikologis

No.	PELAKSANA	TANDA TANGAN
1.	AN NISAA' NUUR KUMALA DEWI	
2.	Tania Bunga . H.	
3.	Noefika Karima	
4.	Yulinda Puspita Sari	
5.	Firanisa Nahran Aziza	
6.	Dwi Nur Hidayati	
7.	Indah Sari Larasati	
8.	Fernanda nur LOKIRAH	
9.	Nurulika azzahra-Larasati	
10.	Nur Arrol Tenri	
11.	Dzikrina Qolburnuzuli	
12.	Agiesta S.P Lesmana	
13.		
14.		
15.	Oryza Wijaya	

Mahasiswa Peneliti


Astarini

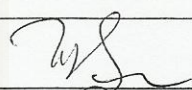


BERITA ACARA

Pada hari : Selasa

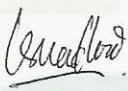
Tanggal : 30 Juli 2013

Pukul : 10.00 WIB

Materi : *Focus Group Discussion* Modul Program Berbasis Penguatan
Sumber Daya Psikologis

No.	PELAKSANA	TANDA TANGAN
1.	Lestari Mukti Rahayu	
2.	Rafiqah Nur F	
3.	Ahmad Rafi Nugain	
4.		

Mahasiswa Peneliti


Isna Astarini

Lembar Manipulation Check

Nama : Ketan Mukti Rahayu, S.Pd
 Jenis Kelamin : P
 Usia : 45 th
 Jabatan : Guru

No.	Pernyataan	Pilihan		Alasan
1	Apakah materi dalam sesi "Let Me Know You" mampu membangun <i>rapport</i> (rasa percaya) antara <i>trainer</i> dengan peserta dan mampu membangun konsentrasi peserta?	YA	TIDAK	Apabila <i>trainer</i> mampu dan menguasai klat / anah-anah (pura-pura).
2.	Apakah materi dalam sesi "My Mind, My Emotion and My Behavior" mampu meningkatkan kesadaran diri pada peserta?	YA	TIDAK	Asalkan diri kag / latihan dilakukan dengan serius.
3.	Apakah materi dalam sesi "You're Not Alone" mampu meningkatkan kemampuan untuk berbagi afeksi pada diri peserta?	YA	TIDAK	Karena peserta diminta u/ melatih respon / kupaan. dan perasaan.
4.	Apakah materi dalam sesi "Hear the Voice" mampu meningkatkan kemampuan dalam pengambilan perspektif / sudut pandang pada diri peserta?	YA	TIDAK	Asalkan peserta dpt melakukan interaksi dan dpt mengingat diri di posisi orang lain.
5.	Apakah materi dalam sesi "Be Positive" mampu meningkatkan kemampuan mengatur emosi pada diri peserta?	YA	TIDAK	Karena peserta dilatih u/ melakukan kontrol emosi.
6.	Apakah materi dalam sesi "Yes, We Can Do It" mampu meningkatkan kepercayaan pada diri peserta untuk menggunakan keterampilan baru?	YA	TIDAK	Asalkan peserta di ingatkan kembali (di review kag seri 1-6).

Saran Untuk Peneliti :

Dari Sesi 1-6 siswa akan melihat hasil yang sebenarnya apabila kegiatan / latihan ini dapat dilakukan dengan serius / sungguh-sungguh, *Trainer* mampu u/ mengarahkan peserta dengan sungguh-sungguh tanpa ada tekanan / paksaan, peserta melakukan latihan dengan natural dan enjoy, tercipta suasana kegiatan yg menyenangkan.

Lembar Manipulation Check

Nama :
 Jenis Kelamin :
 Usia :
 Jabatan :

No.	Pernyataan	Pilihan		Alasan
1	Apakah materi dalam sesi "Let Me Know You" mampu membangun <i>rapport</i> (rasa percaya) antara <i>trainer</i> dengan peserta dan mampu membangun konsentrasi peserta?	YA	TIDAK	teknik perkenalan yang fun, penuh teka-teki & mampu membangun keakraban.
2.	Apakah materi dalam sesi "My Mind, My Emotion and My Behavior" mampu meningkatkan kesadaran diri pada peserta?	YA	TIDAK	Peserta diperlihatkan situasi berbagai macam ekspresi emosi manusia yg sesungguhnya; yg kata verbal
3.	Apakah materi dalam sesi "You're Not Alone" mampu meningkatkan kemampuan untuk berbagi afeksi pada diri peserta?	YA	TIDAK	Peserta mampu memahami gejala / dinamika emosi diri sendiri & memperhatikan dinamika r al yg sd dalam
4.	Apakah materi dalam sesi "Hear the Voice" mampu meningkatkan kemampuan dalam pengambilan perspektif / sudut pandang pada diri peserta?	YA	TIDAK	Peserta langsung menerapkan pengetahuan dr sen sebelumnya u/ menganalisa orang lain yg sedang mempunyai masalah
5.	Apakah materi dalam sesi "Be Positive" mampu meningkatkan kemampuan mengatur emosi pada diri peserta?	YA	TIDAK	tambah materi berfikir otomatis u/ menguatkan self talk.
6.	Apakah materi dalam sesi "Yes, We Can Do It" mampu meningkatkan kepercayaan pada diri peserta untuk menggunakan keterampilan baru?	YA	TIDAK	good! eksplorasi yg dialami peserta & penguatan dari trainer tentang sikap & perilaku
Saran Untuk Peneliti :				menjadikan peserta percaya diri.
Pengisian lembar work sheet harap dimaksimalkan. good luck!				

Lembar Manipulation Check

Nama : Rafiqah Nur F
 Jenis Kelamin : P
 Usia : 23
 Jabatan :

No.	Pernyataan	Pilihan		Alasan
1	Apakah materi dalam sesi "Let Me Know You" mampu membangun rapport (rasa percaya) antara trainer dengan peserta dan mampu membangun konsentrasi peserta?	YA	TIDAK	proses personal / pengenalan dg waktu yg cukup dan memiliki sesi tersendiri untuk adanya building rapport kpd diri
2.	Apakah materi dalam sesi "My Mind, My Emotion and My Behavior" mampu meningkatkan kesadaran diri pada peserta?	YA	TIDAK	
3.	Apakah materi dalam sesi "You're Not Alone" mampu meningkatkan kemampuan untuk berbagi afeksi pada diri peserta?	YA	TIDAK	
4.	Apakah materi dalam sesi "Hear the Voice" mampu meningkatkan kemampuan dalam pengambilan perspektif / sudut pandang pada diri peserta?	YA	TIDAK	hasil dapat belajar empati secara langsung dan tetap adanya komunikasi efektif dg apa yg dibantu
5.	Apakah materi dalam sesi "Be Positive" mampu meningkatkan kemampuan mengatur emosi pada diri peserta? /	YA	TIDAK	Adanya materi yg disampaikan secara sistematis bagaimana mengatur emosi dg cara beribadah pd diri bti
6.	Apakah materi dalam sesi "Yes, We Can Do It" mampu meningkatkan kepercayaan pada diri peserta untuk menggunakan keterampilan baru?	YA	TIDAK	
Saran Untuk Peneliti :				