

## Karakter Empati Dalam Konseling Teman Sebaya Pada Masa Remaja

Erna Fitriatun, Nopita, dan Sri Erni Mulyani

IKIP Mataram

Email: [Ernafitriatun@ikipmataram.ac.id](mailto:Ernafitriatun@ikipmataram.ac.id)

**Abstract:** Adolescence is a time susceptible of conflict or problems, whether personal, social, academic, and career. These problems need to be quickly addressed and solved. If these problems are allowed to drag on and not to be stirred it can prevent teenagers from developing optimally into their adult life. Furthermore, in the world of education the problems of adolescents can be overcome with the counseling guidance services of peers, in which this peer counseling service can be done if students have the character of empathy. Empathy character is a basic skill in social relationships that can be taught, developed and trained. Therefore, this study aims to form students' empathy character through peer counseling activities. This study used library research.

**Abstrak:** Masa remaja adalah masa yang sarat akan konflik atau masalah-masalah, baik itu masalah pribadi, sosial, akademik juga karier. Masalah-masalah ini perlu cepat ditanggapi dan diantisipasi, karena apabila masalah-masalah ini dibiarkan berlarut-larut dan tidak diantisipasi maka dapat menghambat remaja untuk berkembang dengan optimal menuju masa dewasanya. Selanjutnya, di dalam dunia pendidikan masalah-masalah remaja tersebut dapat diatasi dengan adanya layanan bimbingan konseling teman sebaya. Dimana layanan konseling teman sebaya ini dapat dilakukan jika siswa memiliki karakter empati. Karakter empati merupakan keterampilan dasar dalam menjalin hubungan sosial yang dapat diajarkan, dikembangkan dan dilatih. Sehingga dalam penelitian ini bertujuan untuk pembentukan karakter empati siswa melalui kegiatan konseling teman sebaya dengan metode yang digunakan adalah *library research*.

**Kata Kunci:** Karakter, Empati, Konseling, Remaja.

### Pendahuluan

Masa remaja merupakan suatu periode peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan dalam aspek biologis, kognitif dan sosioemosional dalam rentang usia 12/13 tahun sampai usia 19/20 tahun. Pendefinisian yang sama juga di tulis oleh Papalia dkk (2008) dalam bukunya yang berjudul *Human Development* (Psikologi Perkembangan edisi kesembilan) bahwa masa remaja sebagai transisi keluar dari masa kanak-kanak yang menawarkan peluang untuk tumbuh dalam dimensi fisik, kognitif dan sosial dimana dalam periode ini memiliki banyak resiko. Sari (2017) resiko merupakan masalah-masalah yang memberikan gunjangan-gunjangan yang dapat menghambat remaja untuk

berkembang dengan optimal menuju masa dewasanya.

Permasalahan-permasalahan yang terjadi pada masa remaja berkaitan erat dengan perubahan kehidupan dalam aspek-aspek perkembangannya. Menurut Yusuf, (2012) aspek-aspek perkembangan remaja antara lain: “1) aspek fisik, 2) aspek intelektual (kognitif), 3) aspek emosi, 4) aspek sosial, 5) aspek kepribadian, dan 6) kesadaran beragama”. Dimana, dalam setiap aspek- aspek tersebut memiliki tugas-tugas perkembangan yang dalam pelaksanaannya membuat mereka mudah mengalami gangguan baik berupa gangguan pikiran, perasaan maupun gangguan perilaku. Hurlock (1973) ada beberapa masalah yang dialami remaja dalam memenuhi tugas- tugas tersebut, yaitu Masalah pribadi dan Masalah khas remaja

yang timbul akibat status yang tidak jelas pada remaja.

Selain itu, Menurut Hurlock (1980) salah satu “permasalahan remaja yang tersulit adalah masalah sosial yaitu pencapaian tujuan dari pola sosialisasi dewasa. Dimana, untuk mencapai tujuan tersebut remaja harus membuat banyak penyesuaian baru. Begitu juga di dalam dunia pendidikan, masa remaja dikatakan sebagai masa yang potensial untuk dapat berkembang ke arah yang positif juga kearah yang negatif yang tentunya membutuhkan penyesuaian diri juga. Suryawati (2015) hal terpenting dan tersulit adalah penyesuaian diri dengan meningkatnya pengaruh kelompok teman sebaya, perubahan dalam perilaku sosial, dalam seleksi persahabatan, nilai-nilai baru dalam dukungan dan penolakan sosial dan nilai-nilai baru dalam seleksi pemimpin.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pak M (kepala sekolah salah satu sekolah menengah atas di daerah Lombok Barat) pada hari sabtu 24 Maret 2018 menceritakan bahwa selama beliau menjadi kepala sekolah banyak terdapat masalah-masalah yang dialami oleh siswa yang sangat mengganggu prestasi mereka. Salah satu masalah yang banyak ditemui adalah banyaknya siswa yang jarang masuk sekolah. Selanjutnya, lebih dalam lagi di kemukakan pak M bahwa siswa jarang masuk karena harus bekerja membantu orangtua di sawah. Hal tersebut di ketahui sekolah ketika pada akhir tahun belajar prestasi anak jauh dari teman-teman yang lain. Selain itu, karena sekolah tidak memiliki guru bimbingan konseling yang

terjadi biasanya pihak sekolah terlambat untuk mengetahuinya.

Salah satu usaha yang bisa dilakukan sekolah dalam upaya mengentaskan masalah-masalah tersebut adalah dengan membuka layanan (Sari, 2017). Layanan yang dimaksud adalah layanan yang bertujuan untuk memberikan bantuan kepada individu atau kelompok agar menjadi pribadi yang mandiri dan berkembang dengan optimal, Layanan itu adalah layanan bimbingan dan konseling. Dimana, dalam layanan bimbingan dan konseling ada salah satu metode yang dilakukan dengan memanfaatkan siswa yang satu untuk membantu siswa yang lain, atau dengan kata lain memanfaatkan teman sebayanya untuk membantu yang lain yang disebut konseling teman sebaya. Kesimpulan dari pembahasan diatas bahwa pada masa remaja akan banyak terdapat permasalahan-permasalahan yang bisa terjadi terutama permasalahan yang terkait dengan masalah sosial, dimana hanya dengan penyesuaian sosial masalah tersebut bisa teratasi. Tetapi, penyesuaian sosial di dasarkan pada sikap empati yang ada dalam diri remaja. Sehingga dalam penelitian ini peneliti tertarik untuk membahas mengenai “Karakter Empati dalam Konseling Teman Sebaya pada Masa Remaja”.

### Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *library research* dengan mengumpulkan informasi melalui penelusuran kepustakaan. Kajian kepustakaan merupakan kerangka acuan yang disusun

berdasarkan kajian aspek, baik teoritis maupun empiris yang menumbuhkan gagasan. Kajian pustaka diharapkan memberikan gambaran tentang kaitan upaya pengembangan dengan upaya- upaya lain yang mungkin sudah pernah dilakukan para ahli untuk mendekati permasalahan yang sama atau relatif sama.

## **Hasil dan Pembahasan**

### **Konsep Karakter Empati**

Pengertian karakter menurut bahasa berasal dari bahasa Latin *kharakter* yang berarti membuat tajam dan membuat dalam. Sedangkan dalam kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) Departemen Pendidikan Nasional kata karakter berarti sifat-sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti yang membedakan seseorang dengan yang lain, atau bermakna bawaan, hati, jiwa, kepribadian, budi pekerti, perilaku, personalitas, sifat, tabiat, temperamen, watak (Gunawan, 2014). Sehingga, empati merupakan salah satu karakter yang ada pada diri manusia. Dimana, Empati berasal dari kata *empatheia* yang berarti ikut merasakan. Pendapat lain juga mengatakan bahwa empati adalah suatu kecenderungan yang dirasakan seseorang untuk merasakan sesuatu yang dilakukan orang lain andaikan ia berada dalam situasi yang lain (Ali, 1992). Dengan kata lain empati dapat disimpulkan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk meletakkan diri dalam posisi orang lain dan menghayati pengalaman tersebut untuk melihat situasi dari sudut pandang orang lain.

### **Konsep Konseling Teman Sebaya**

Secara etimologi, istilah konseling berasal dari bahasa latin, yaitu “consilium” yang Konseling dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia diartikan sebagai: 1) pemberian bimbingan oleh yang ahli kepada seorang dengan menggunakan metode psikologis dan sebagainya, 2) pemberian bantuan oleh konselor kepada konseli sedemikian rupa sehingga pemahaman terhadap kemampuan diri sendiri meningkat dalam memecahkan berbagai masalah (Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI, 2001). Sedangkan pengertian konseling teman sebaya sebagai suatu ragam tingkah laku membantu secara interpersonal yang dilakukan oleh individu nonprofesional yang berusaha membantu orang lain (Tindall dan Gray, 1985 (dalam Suwarjo, 2008). Berdasarkan penjelasan sebelumnya dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling dengan konseling teman sebaya adalah sama-sama bertujuan memberikan bimbingan hanya saja dalam konseling biasanya dilakukan oleh orang yang ahli psikologis sedangkan dalam konseling sebaya bisa dilakukan oleh nonprofesional. Sehingga konseling teman sebaya dapat disimpulkan sebagai hubungan membantu atau menolong yang dilakukan secara individual, dan atau kelompok.

### **Manfaat Konseling Teman Sebaya**

Manfaat konseling sebaya untuk individu menurut Hamburd: (1) Individu memiliki kemampuan melakukan pendekatan dan membina percakapan dengan baik serta bermanfaat dengan orang lain. (2) Individu memiliki kemampuan mendengar, memahami dan merespon (3M), termasuk komunikasi nonverbal (cara

memandang, cara tersenyum dan melakukan dorongan minimal). (3) Individu memiliki kemampuan mengamati dan menilai tingkah laku orang lain dalam rangka menentukan apakah tingkah laku itu bermasalah atau normal. (4) Individu memiliki kemampuan untuk berbicara dengan orang lain tentang masalah dan perasaan pribadi. (5) Individu memiliki kemampuan untuk mengembangkan tindakan alternatif sewaktu menghadapi masalah. (6) Individu memiliki kemampuan untuk mengembangkan keterampilan observasi atau pengamatan agar dapat membedakan tingkah laku abnormal; terutama mengidentifikasi masalah dalam menggunakan minuman keras, masalahterisolasi dan masalah kecemasan. (7) Individu memiliki kemampuan mengalih tangankan konseli untuk menolongnya memecahkan masalah jika dalam konseling sebaya tidak dapat menyelesaikan. (8) Individu memiliki kemampuan mendemonstrasikan kemampuan bertingkah laku yang beretika.

### **Prinsip-Prinsip Konseling Teman Sebaya**

Kan (1996) menuliskan prinsip-prinsip dalam konseling sebaya sebagai berikut: (a) Informasi (termasuk masalah) yang dibahas dalam pertemuan konseling sebaya adalah rahasia. Sehingga, setiap masalah yang dibahas haruslah menjadi rahasia kelompok. (b) Harapan, hak-hak, nilai-nilai dan keyakinan-keyakinan “konseli” dihormati. (c) Tidak ada penilaian dalam pertemuan konseling sebaya. Setiap konseli berhak untuk mengutarakan semua hal yang ingin diutarakan kepada pemberi nasihat tanpa adanya batasan. (d)

Pemberian informasi dapat menjadi bagian dari konseling sebaya, sedangkan pemberian nasihat tidak. (e) Teman yang dibantu (konseli) bebas untuk membuat pilihan, dan kapan akan mengakhiri pertemuan konseling. Dalam proses mengakhiri berarti konsli telah selesai mengeluarkan semua hal yang ingin di ceritakannya dan pemberi nasihatpun telah selesai dalam mendengar dan mengarahkan. (f) Konseling sebaya dilakukan atas dasar kesetaraan (equality). Kesetaraan lebah terlihat pada kesamaan tingkat usia atau masa manusia. (g) Setiap saat “konseli” membutuhkan dukungan yang tidak dapat dipenuhi melalui konseling sebaya, dia di alih tangankan kepada konseling ahli, lembaga, atau organisasi yang lebih tepat. (h) Kapanpun membutuhkan, “konseli” memperoleh informasi yang jelas tentang konseling sebaya, tujuan, proses, dan teknik yang digunakan dalam konseling sebaya sebelum mereka memanfaatkan layanan tersebut.

### **Konsep Masa Remaja**

Dalam masa remaja, penampilan anak berubah, sebagai hasil peristiwa pubertas yang hormonal, dimana mereka mengambil bentuk tubuh orang dewasa. Selain itu Santrock, (2003) mendefinisikan masa remaja adalah masa transisi dalam rentang kehidupan manusia, menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa. Dengan kata lain, Masa remaja disebut pula sebagai masa penghubung atau masa peralihan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Selanjutnya Papalia (2008) mendefinisikan masa remaja sebagai masa teransisi keluar dari masa kank-kanak, menawarkan peluang

untuk tumbuh bukan hanya dalam dimensi fisik, tetapi juga dalam kompetensi kognitif dan sosial. Dimana Hurlock (1973) memberi batasan masa remaja berdasarkan usia kronologis, yaitu antara 13 hingga 18 tahun. Jadi kesimpulan masa remaja adalah masa teransisi keluar dari masa kanak-kanak dengan usia kronologis 13 tahun sampai dengan 18 tahun.

### **Pembahasan**

Apakah karakter empati bisa terbentuk dalam konseling teman sebaya?.

Karakter empati tidaklah mudah untuk dimiliki oleh seseorang dalam kehidupannya, apalagi pada masa remaja. Karena sifat dan karakter yang ada pada masa remaja banyak terkait dengan emosi yang bisa menyebabkan mereka enggan untuk mau peduli dengan apa yang dialami oleh orang lain. Akan tetapi, pada masa remaja juga memiliki kebutuhan untuk di terima dalam hubungan sosial di masyarakat terutama oleh teman sebanyanya yang menyebabkan mereka bisa memiliki rasa kepedulian kepada orang lain. Suryawati (2015) menuliskan bahwa Kebutuhan remaja untuk diterima dan disukai dalam hubungan sosial atau kelompok sebaya yang luas, dapat menimbulkan perasaan senang, namun timbul rasa cemas, stres, dan diisolir ketika remaja tidak diterima oleh teman sebaya di lingkungannya. Menurut Santrock (2002) teman sebaya adalah individu-individu atau remaja dengan tingkat kematangan atau usia yang kurang lebih sama. Pengertian yang lebih mendalam juga di ungkapkan oleh Syamsul (2012) bahwa teman sebaya adalah sekelompok individu

yang mempunyai kesamaan dalam minat, nilai-nilai, pendapat, dan sifat-sifat kepribadian. Kesamaan inilah yang menjadi faktor utama pada individu dalam menentukan daya tarik hubungan interpersonal dengan teman seusianya. Sehingga, karena kesamaan itulah karakter empati bisa dimiliki oleh remaja.

Berdasarkan fakta dilapangan yaitu salah satu sekolah menengah atas di daerah Lombok Barat menunjukkan bahwa banyaknya permasalahan-permasalahan yang terjadi pada masa remaja. Dimana permasalahan-permasalahan tersebut terkait dengan pribadi, sosial, yang menyebabkan timbulnya masalah juga dalam akademik siswa. Pada masa ini remaja banyak mengalami gunjangan-gunjangan atau masalah-masalah baik itu masalah pribadi, sosial, akademik dan karier (Suryawati, 2015). Selain itu, informasi lain juga diperoleh dari pak M (kepala sekolah) mengungkapkan bahwa permasalahan-permasalahan yang terjadi sulit untuk diketahui lebih awal karena sekolah tidak memiliki layanan bimbingan konseling yang aktif. Berdasarkan fakta tersebut Sehingga, sekolah perlu memiliki suatu layanan yang bertujuan untuk memberikan bantuan kepada siswa yang memiliki masalah, layanan itu adalah layanan bimbingan dan konseling. Layanan bimbingan konseling yang dimaksud adalah layanan konseling teman sebaya. Gray, 1985 (dalam Suwarjo, 2008) mendefinisikan konseling teman sebaya sebagai suatu ragam tingkah laku membantu secara interpersonal yang dilakukan oleh individu non-profesional yang berusaha membantu orang lain.

Selanjutnya, layanan bimbingan konseling teman sebaya sangat penting untuk dimiliki pada sekolah yang memiliki tingkat usia siswa remaja. Hal yang sama juga di ungkapkan oleh Sari (2017) bahwa konseling teman sebaya sangat perlu dilakukan, karena pada masa remaja ini banyak dipengaruhi oleh teman sebayanya. Pada kenyataannya remaja dalam masyarakat sekarang ini menghabiskan sebagian besar waktunya bersama dengan teman sebaya mereka dibandingkan dengan orang tua. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Buhrmester (dalam Santrock, 2002) “yang menunjukkan bahwa pada masa remaja kedekatan hubungan dengan teman sebaya meningkat secara drastis, dan pada saat yang bersamaan kedekatan hubungan remaja dengan orang tua menurun secara drastis”. Hal yang sama juga di ungkapkan oleh Prasetiawan (2015) Pada masa remaja, ketertarikan dan komitmen serta ikatan terhadap teman sebaya menjadi sangat kuat sehingga sebagian (besar) siswa (remaja) lebih sering membicarakan masalah-masalah seriusnya dengan teman sebaya. Selain itu, Santock (2002) juga menuliskan bahwa salah satu fungsi terpenting dari kelompok teman sebaya adalah untuk memberikan sumber informasi dan komparasi tentang dunia di luar keluarga. Dimana melalui kelompok teman sebaya individu menerima umpan balik dari teman-teman mereka tentang kemampuan mereka dan setelah itu, remaja bisa menilai apa-apa yang mereka lakukan, apakah dia lebih baik dari pada teman-temannya atau apakah sama dengan teman-temannya, ataukah lebih buruk dari apa yang remaja lain kerjakan. Hal demikian akan

sulit dilakukan dalam keluarga karena saudara-saudara kandung biasanya lebih tua atau lebih muda (bukan sebaya). Walaupun terdapat remaja yang pada akhirnya menceritakan masalah serius yang dialaminya pada orang tua, pembimbing atau gurunya biasanya karena keterpaksaan dimana, masalah yang dialaminya sudah tidak dapat lagi terselesaikan oleh remaja itu sendiri.

Berdasarkan penjelasan diatas, menunjukkan bahwa remaja memiliki peranan yang penting bagi remaja yang lainnya ketika memiliki suatu masalah karena mereka memiliki rasa ketertarikan satu sama lain serta ikatan yang sangat erat dengan teman sebayanya. Kondisi tersebutlah yang ingin di wujudkan yaitu karakter empati dengan teman sebayanya dalam kegiatan konseling teman sebaya. Dalam konseling teman sebaya akan menekankan pada interaksi sosial. Dimana, permasalahan-permasalahan yang paling utama terjadi di masa remaja adalah terkait dengan interaksi sosial atau perilaku sosial. Lebih luas lagi interaksi sosial dikatakan sebagai hubungan sosial yaitu hubungan yang didasari atas keberadaan dan penerimaan oleh teman sebaya atau sahabat yang di dalamnya membutuhkan penyesuaian sosial. Suryawati (2015) Penyesuaian sosial didasarkan pada sikap empati yang ada dalam diri remaja dimana, sikap empati mampu mengajarkan individu dalam memahami alur pemikiran dan apa yang diperlukan oleh teman sebaya.

Sehingga kesimpulan dari karakter empati bisa terwujud pada konseling teman sebaya karena dalam konseling teman sebaya terdapat interaksi sosial yaitu setiap

remaja di arahkan untuk dapat menunjukkan rasa empatinya terhadap remaja yang lain, yaitu rasa kepedulian terhadap masalah-masalah yang dihadapi oleh remaja lainnya. Dalam teori Piaget, (1988) dan teori Sullivan,(1953 ) menekankan bahwa melalui interaksi sosial anak dan remaja belajar hubungan timbal balik yang simetris yaitu anak-anak mengeksplorasi prinsip-prinsip kejujuran dan keadilan melalui ketidaksetujuan dengan teman sebayanya. Selain itu, Anak juga belajar menjadi pengamat yang teliti dari minat-minat sebayanya dan perspektifnya dalam keterpaduannya dalam berbagai aktivitas sebaya.

### **Simpulan dan Saran**

Berdasarkan hasil kajian diatas dapat disimpulkan bahwa karakter empati dalam lingkungan pendidikan pada masa remaja dapat terbentuk melalui layanan bimbingan konseling teman sebaya. Hal tersebut dikrenakan remaja memiliki kebutuhan untuk di terima dalam hubungan sosial di masyarakat terutama oleh teman sebayanya; mempunyai kesamaan dalam minat, nilai-nilai, pendapat, dan sifat-sifat kepribadian; memiliki rasa ketertarikan satu sama lain serta ikatan yang sangat erat dengan teman sebayanya.

### **Daftar Pustaka**

Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI (2001). *“Kamus Besar Bahasa Indonesia”*: Balai Pustaka. Jakarta

Hurlock, Elizabeth B (1980). *”Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan”*. Erlangga, Jakarta

Gunawan. H (2014). *“ Pendidikan Karakter Konsep dan Implementasi”*. Alfabeta. Bandung

Hurlock. E. B. (1973). *“Adolescent Development (Edisi, 4)*. Macgrow-Hill.Inc.Japan

Jhon W. Santrock (2002), *“Life Span Development Perkembangan Masa Hidup; Edisi Kelima”* Erlangga. Jakarta

Kan, P. V. (1996). *“Peer Counseling Explanation”*. [Online]. Tersedia: <http://www.peercounseling.com>. Akses 7 Mei 2018

M Umar dan Ahmadi Ali (1992). *“Psikologi Umum”*. Bina Ilmu. Surabaya

Prasatiawan, H (2015). *“ Konseling Teman Sebaya (Peer Konseling) untuk Mereduksi Kecanduan Game Online”*. Jurnal Bimbingan dan Konseling

Piaget, Jean (1988). *“Antara Tindakan Dan Pikiran, disunting oleh Agus Cremers”*. PT.Gramedia, Jakarta

Suwarjo. (2008), *“Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) untuk Mengembangkan Resiliensi Remaja”*, Makalah Disampaikan dalam Seminar Pengembangan Ilmu Pendidikan FIP UNY

Sari, P.N (2017). *“ Pengembangan Modul Pelatihan Konseling Teman Sebaya untuk Anggota PMR di SMP Negeri 1 Banjarmasin”*. Proceeding Seminar Dan Lokakarya Nasional Revitalisasi Laboratorium Dan Jurnal Ilmiah Dalam Implementasi Kurikulum Bimbingan Dan Konseling Berbasis KKNI, 4 – 6 Agustus 2017, Malang, Jawa Timur, Indonesia

- Suryawi, R,M,L (2015). “ *Konseling Teman Sebaya untuk Meningkatkan Empati Siswa*”. Jurnal Online. Akses 7 Mei 2018
- Santrock (2003) John W. Adolescence. “*Perkembangan Remaja : Edisi Keenam*”. Erlangga. Jakarta:
- Yusuf, Syamsu (2012). “*Psikologi perkembangan Remaja & Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.