

Pengaruh Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Expressive Writing Untuk Meningkatkan Empati Pada Siswa Di Kelas X SMK Swasta Satria Dharma Perbaungan Tahun Ajaran 2021/2022

Pratiwi¹, Khairina Ulfa Syaimi²

^{1,2} Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah, Medan

Corresponding Author: ✉ pratiwiiii859@gmail.com

ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Bimbingan kelompok melalui teknik expressive writing untuk meningkatkan empati pada siswa kelas X SMK Swasta Satria Dharma Perbaungan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini dalam penelitian ini dilakukan pretest, diberikan tindakan setelah itu dilakukan posttest untuk melihat pengaruh dari tindakan yang diberikan. Perkembangan Meningkatkan Empati *post test* Perkembangan Meningkatkan Empatipost test berada pada kategori sangat baik 8 siswa (18%), kategori baik sebanyak 4 siswa (5%), kategori cukup sebanyak 3 siswa (9%) dan kurang sebanyak 2 siswa (7%). sebuah item dinyatakan valid apabila hasil hitung pearson correlation > rtabel (sig. 0.05). untuk menentukan nilai dari rtabel (sig. 0.05) dapat dilihat pada bagian rtabel product moment dengan jumlah data (n) = 15 maka sebesar 0.514 sehingga item dari skala setiap pernyataan dinyatakan valid karna rhitung > rtabel. peningkatan Teknik Expressive Writing terhadap keterampilan Meningkatkan Empati ini terlihat dari rata-rata pada saat pre test Teknik Expressive Writing sebesar 0.587, kemudian pada saat post test keterampilan menulis rata-ratanya menjadi 0.587 sehingga terdapat peningkatan rata-rata skor Meningkatkan Empati setelah intervensi menggunakan Teknik Expressive Writing sebesar 0.587.

Keywords

Bimbingan, Expressive Writing, Meningkatkan Empati

How to cite

(2022). Jurnal Ability, 3(3).

PENDAHULUAN

Empati merupakan kemampuan seseorang dalam berbagi maupun memahami pikiran serta perasaan orang lain. Dalam proses perkembangan empati, dibutuhkan pelatihan untuk meningkatkan empati pada diri individu. Pada masa anak-anak maupun remaja, pelatihan untuk mengembangkan empati dibantu oleh orangtua maupun guru. Pelatihan demi perkembangan empati akan terjadi secara terus-menerus dari anak-anak hingga usia dewasa, harapannya bahwa semakin dewasa seseorang akan mengalami peningkatan secara kognitif, pemikiran lebih kreatif, bahkan meningkatnya kemampuan akademik (Howe, 2015). Empati telah dipelajari pada masa anak-anak dan masa remaja, akan tetapi perkembangan empati akan terus meningkat sesuai dengan pertambahan usia seseorang dan akan lebih jauh ke usia dewasa hingga usia tua (Barret-Lennard 1981).

Empati dapat menyesuaikan diri individu dengan lingkungannya, mencegah individu melakukan tindakan agresif dan membuat individu mengontrol perilakunya. Sebaliknya, individu yang tidak memiliki rasa empati akan membuat seseorang bersikap sangat egois dan tidak memikirkan perasaan orang lain kecuali perasaan dan kepuasan diri sendiri. Sikap seperti ini sering disebut dengan kecenderungan empati. Seperti apa yang dikatakan Bolton (2004), bahwa "dengan ikut merasakan apa yang dirasakan orang lain akan mendorong seorang untuk memberikan bantuan."

Di kelas X SMK Swasta Satria Dharma Perbaungan, terdapat siswa yang kurang berempati terhadap sesama, siswa-siswi tersebut cenderung kurang mampu untuk mengerti dan merasakan perasaan orang lain.

Ketika ada seorang teman yang lagi mengalami kesusahan maka siswa-siswi lainnya akan berperilaku tidak peduli. Namun sebaliknya, jika salah seorang teman yang mendapatkan kebahagiaan, siswa-siswi lain merasa iri melihatnya. Kurangnya empati pasti disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor yang menyebabkan tiadanya empati pada siswa di SMK Swasta Satria Dharma yaitu (1) pengaruh dari belajar daring karena kecanduan alat elektronik yaitu handphone, (2) merasa bahwa tidak membutuhkan orang lain, (3) siswa-siswi merasa paling hebat dan selalu mementingkan kepentingan sendiri.

Empati sangat penting dimiliki oleh individu karena memiliki banyak manfaat. Goleman (1997) menjelaskan bahwa empati mampu membantu individu menyesuaikan diri dengan lingkungannya, mencegah individu melakukan tindakan agresif, dan membuat individu mengontrol perilakunya. Selain itu, M. Sartika (2019) menjelaskan empati mampu menurunkan sikap egois pada individu dan menurunkan sikap sombong pada individu.

Namun kenyataan yang ada di lapangan masih banyak siswa-siswi yang tidak memiliki rasa empati dengan orang lain maupun lingkungan. Siswa-siswi lebih mementingkan kepentingannya sendiri sehingga tidak merasakan perasaan orang lain. Sikap seperti itu cenderung dapat merugikan diri sendiri dan mengakibatkan perkembangan sosialnya akan berjalan mundur.

terdapat beberapa cara untuk meningkatkan empati, yakni *understanding others, service orientation, developing others, dan leveraging diversity*. Goleman menjelaskan peningkatan empati dapat dilakukan dengan cara memahami perasaan orang lain, berusaha memberikan tindakan serta masukan positif terhadap permasalahan orang lain, dan mengambil manfaat berupa pelajaran dari permasalahan yang terjadi. Keempat cara tersebut memerlukan peran orang lain untuk meningkatkan empati pada individu, sehingga cara yang tepat untuk meningkatkan empati adalah dengan bimbingan kelompok (Prayitno 2017).

Bimbingan kelompok yaitu “layanan BK yang membantu peserta didik dalam pengembangan pribadi, kemampuan hubungan sosial, kegiatan belajar, karir/jabatan, dan pengambilan keputusan, serta melakukan kegiatan tertentu sesuai dengan tuntutan karakter yang terpuji melalui dinamika kelompok” Pada pelaksanaan bimbingan kelompok, seluruh anggota dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat memberi respon dan lain sebagainya yang bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan sendiri dan untuk anggota kelompok lainnya. Untuk meningkatkan empati, diperlukan teknik yang dapat membuat individu terbuka untuk menceritakan permasalahannya, sehingga orang lain dapat memahami permasalahannya. Teknik yang bisa digunakan adalah teknik *expressive writing* (Jan.M.A. 2015).

Expressive writing merupakan salah satu bentuk terapi ekspresif yang menggunakan metode menulis dan menggunakan tulisan tersebut sebagai terapi. *Expressive writing* membantu individu untuk memahami dirinya dengan lebih baik, dan menghadapi depresi, kecemasan, ketakutan terhadap penyakit, kehilangan dan perubahan dalam kehidupannya (Bolton, 2011). Bimbingan kelompok dengan *expressive writing* akan dikembangkan, sehingga alur dalam teknik ini tidak hanya meminta siswa menulis pengalamannya saja, namun juga menceritakan tulisannya yang berisi pengalamannya di hadapan siswa lainnya, kemudian siswa lain mendengarkan secara seksama dan memberikan tanggapan kepada siswa yang menceritakan pengalamannya (Budisiwi 2013).

Teknik *expressive writing* dipilih karena alur dalam teknik ini membuat partisipannya memahami perasaan partisipan lain, berusaha memberikan tindakan serta masukan positif terhadap permasalahan partisipan lain, dan mengambil manfaat berupa pelajaran dari permasalahan yang terjadi Terdapat penelitian lain yang juga menggunakan teknik *expressive writing*. Penelitian yang dilakukan oleh Barker (2018) menunjukkan bahwa *expressive writing* efektif dalam menurunkan level kemarahan, depresi, dan perasaan negatif pada remaja korban kekerasan. Penelitian lain dilakukan oleh Piliang (2019) yang menunjukkan bahwa teknik *expressive writing* efektif dalam menurunkan gejala depresi sebelum ujian, gangguan pasca trauma, dan meningkatkan psychological well being.

Menurut Greyti Eunike Sugianto, Elfie Mingkid (2017), menulis dapat membantu beberapa individu untuk melihat lebih jelas kontribusi yang telah dilakukan oleh diri sendiri terhadap permasalahan yang mereka lakukan. Menulis menyebabkan mereka memiliki empati yang lebih terhadap orang-orang yang berkaitan dengan permasalahan mereka, kemudian dapat menyebabkan perubahan hati dan perbaikan terhadap permasalahan individu dengan orang yang berkaitan dengan permasalahannya.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Jenis desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre experimental design* dengan tipe *one group pretest-posttest design*. Menurut P. Paul Heppner (2008:183) "*this design, pretest observations are recorded, a treatment is administered, and posttest observations are made. This design is better than the one group posttest only design because by comparing pretest posttest observations, we can determine if a change occurred*". Maksudnya dalam penelitian ini dilakukan *pretest*, diberikan tindakan setelah itu dilakukan *posttest* untuk melihat pengaruh dari tindakan yang diberikan. Dari hasil *posttest* tersebut dilihat apakah terjadi perubahan setelah diberikan tindakan. Desain ini lebih bagus dari *one group posttest only*, karena pada desain ini diberikan *pretest* terlebih dahulu sebelum diberi tindakan, sehingga dapat melihat pengaruh tindakan yang diberikan terhadap siswa.

Metode penelitian *quasi experiment* merupakan penelitian yang digunakan untuk mengetahui akibat dari "sesuatu" yang dikenakan pada subjek yang diteliti dengan mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali. Hal ini berarti eksperimen merupakan bagian percobaan untuk meneliti suatu peristiwa atau gejala yang muncul pada kondisi tertentu. Adapun model dari penelitian ini seperti berikut:

Tabel 1
Model Desain Quasi Experimental

Group (Kelompok)	<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
Eksperimen	O1	X	O2

Maksudnya pada penelitian ini peneliti akan

Melakukan penelitian kepada sekelompok eksperimen. Sebelum diberi *treatment* (X) kelompok terlebih dahulu diberi angket awal (*pretest* (O1) untuk melihat kondisi kelompok eksperimen, setelah itu baru diberikan *treatment* (X) dan kemudian diberikan tes kembali (O2) dan hasilnya dibedakan dengan tes pertama. Secara umum langkah-langkah untuk melaksanakan penelitian eksperimen adalah:

1. Melakukan *pretest*, yaitu memberikan angket awal berupa pernyataan yang berkaitan dengan empati, sebelum dilaksanakan layanan bimbingan kelompok eksperimen. Hal ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar empati siswa sementara melalui teknik *expressive writing*.

2. Melakukan *treatment*, yaitu memberikan perlakuan kepada kelompok eksperimen dengan pemberian layanan bimbingan kelompok dengan tema yang berkaitan dengan empati penelitian *quasi eksperimen* dapat dilakukan 4 kali putaran atau 4 kali *treatment* yang diberikan sehingga menghasilkan pencapaian yang lebih tinggi secara signifikan, berarti efektifitasnya dapat diterima secara lebih meyakinkan". *Treatment* yang penulis berikan yaitu 4 kali perlakuan mengenai empati siswa.
3. Memberikan *posttest*, yaitu memberikan tes dengan memberikan instrumen yang sama dengan tes awal kepada anggota kelompok. Kemudian membandingkan hasil *pretest* dengan *posttest* pada anggota kelompok tersebut. Hal ini bertujuan untuk melihat apakah bimbingan kelompok bisa meningkatkan empati siswa.

Variabel penelitian

Variabel adalah objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Menurut Sugiyono (2010) berpendapat bahwa semua fenomena yang akan diukur merupakan variabel penelitian.

Adapun yang menjadi variabel penelitian

1. Variabel (x) : Teknik *Expressive Writing*
2. Variabel (y) : Empati

Teknik pengumpulan data

Pengumpulan data penelitian dilakukan dengan menggunakan Instrumen Kuesioner angket teknik *expressive writing* dan angket empati disusun berdasarkan kisi-kisi yang telah dibuat sehingga menghasilkan item-item pernyataan dan kemungkinan jawaban instrument digunakan untuk mengukur kemampuan interpersonal siswa.

Tujuan menggunakan angket dalam penelitian ini untuk mengukur variabel yang diteliti yang akan menghasilkan data kuantitatif akurat. Instrumen penelitian ini menggunakan skala *Likert* dengan model empat pilihan (skala empat) yaitu SS (Sangat sesuai), S (Sesuai), KS (Kurang Sesuai), dan TS (Tidak Sesuai).

Tabel 2
Kisi-Kisi Empati (Taufik, 2012)

No	Variabel/ Aspek	Indikator	No item		Jumlah
			Positif	Negatif	
1	Empati/ Empati afektif	Kemampuan merasakan perasaan orang lain	1,3,5,7, 8,11,12 ,20	14,22,2 3,30,32 ,38,40	16
		Menyesuaikan diri	4,10,16	19,24	

		dengan perasaan atau kondisi orang lain.	18,35,3 7,39		
		Mampu memberikan solusi terhadap masalah.	9,17,31 ,34,	25,29,3 3,36	8
		Memikirkan sesuatu yang dialami dari sudut pandang orang lain.	13,15,2 8	2,21,26 ,27	7

Tabel 3
Alternatif Jawaban Instrumen

Alternatif Jawaban	Positif	Negatif
Sangat sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Kurang sesuai	2	3
Tidak sesuai	1	4

Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat ke valid atau kesalahan suatu instrument. Untuk mengukur keberhasilan yang telah dicapai dalam pemahaman siswa mengenai Bimbingan kelompok melalui teknik *expressive writing* untuk meningkatkan empati dapat di analisa tingkat validitasnya dengan menggunakan rumus kolerasi *product moment*, sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum x^2 - (\sum X)^2\}\{N\sum y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

keterangan:

r_{XY} = koetisien korelasi antara variabel X (skor subjek tiap butir) dengan variabel Y (total subjek skor keseluruhan butir).

\sum^{XY} = Jumlah total hasil perkalian antara variabel bebas dan terikat

\sum^X = Jumlah skor keseluruhan butir di tiap-tiap subjek

\sum^Y = Jumlah skor total butir tiap-tiap subjek

\sum^X = Jumlah kuadrat skor X

\sum^Y = Jumlah kuadrat skor Y

N = Jumlah sample yang diteliti

Uji Realibilitas

Realibilitas mengandung pengertian bahwa sebuah instrument dapat mengukur sesuatu yang di ukur secara konsisten dari waktu ke waktu. Jadi kata kunci untuk isyarat kualifikasi suatu instrument pengukuran adalah konsistensi atau tidak berubah-ubah. Disini pengukuran hanya sekali dan kemudian hasilnya di bandingkan dengan pertanyaan-pertanyaan lain atau korelasi antara jawaban dengan pertanyaan.

Bahwa untuk mengetahui realibilitas sebagai alat yang di percaya dalam pengumpulan data, maka alat ukur di pakai rumus Crounbach Alpha", yaitu:

$$r_{11} = \left[\frac{K}{K-1} \right] \left[1 - \frac{\sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan:

r_{11} = Reabilitas instrument

K = Banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma_b^2$ = Jumlah varians butir

σ_b^2 = varians total Teknik analisis Data

Teknik analisis Data

Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Menurut Arikunto (2013), Analisis data merupakan pengelompokan data serta mengolah variabel, mentabulasi, menyimpulkan data, menguji suatu hipotesis, melakukan perhitungan dan menarik kesimpulan. Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul".

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa teknik analisis data merupakan kegiatan mencari dan menyusun data yang telah terkumpul.

Uji Kolmogorov Smirnov

Uji Kolmogorov Smirnov merupakan pengujian normalitas yang banyak dipakai, terutama setelah adanya banyak program statistik yang beredar. Kelebihan dari uji ini adalah sederhana dan tidak menimbulkan perbedaan persepsi di antara satu pengamat dengan pengamat yang lain, yang sering terjadi pada uji normalitas dengan menggunakan grafik.

Rumus Kolmogorov-Smirnov sebagai $D_{hitung} = \{ F_0(X) - S_N(X) \}$

Keterangan :

$F_0(X)$: distribusi frekuensi komulatif teoritis (Luas daerah di bawah kurva Normal)

$S_N(X)$: distribusi frekuensi komulatif skor observasi.

Hipotesis yang digunakan dalam pengujian ini, yaitu:

- Ho : data berdistribusi normal
 Ha : data tidak berdistribusi normal

Berikut ini adalah langkah-langkah uji Kolmogorov-Smirnov:

1). Menentukan Dhitung =

2). Konfirmasi tabel pa $D_{hitung} = \{ F_0(X) - S_N(X) \}$

Rumus yang digunakan sebagai berikut.

3). Membuat keputusan

Jika $D_{hitung} \leq D_{tabel}$, maka $D_{tabel} = \frac{1,36}{\sqrt{N}}$ yg berarti data berdistribusi Normal.

Jika $D_{hitung} > D_{tabel}$, maka terima H_a ditolak yang berarti data tidak Berdistribusi normal.

Data yang dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 5% Sedangkan data dikatakan tidak berdistribusi normal lebih Kecil dari 5%. Apabila data berdistribusi normal maka akan dilanjutkan dengan Menggunakan analisis regresi linear sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Data yang dideskripsikan pada sub bab ini berupa skor Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Expressive Writing Untuk Meningkatkan Empati Pada Siswa Di Kelas X SMK Swasta Satria Dharma Perbaungan Tahun Ajaran 2021/2022 Data diperoleh dengan memberikan tes Meningkatkan Empati Untuk Meningkatkan Empati. Sampel yang digunakan sebagai kelas kontrol berjumlah 15 orang siswa, yang pengambilan sampelnya berdasarkan pertimbangan dan tujuan tertentu.

Pretest Meningkatkan Empati

Meningkatkan Empati yang diuraikan dibawah ini adalah data Meningkatkan Empati siswa sebelum dapat perlakuan (*pretest*).

Tabel 4
Data Hasil Belajar Sebelum Pretest

NO	Nama	Nilai <i>pretest</i>
1	Agus Sutanto	66
2	Aidil Akbar	50
3	Aji	49
4	Bagas Ilyas Syahputra	54
5	Cello Irwansyah	50
6	Diono	48
7	Doli Mastio	54
8	Dwi Apriansyah	54

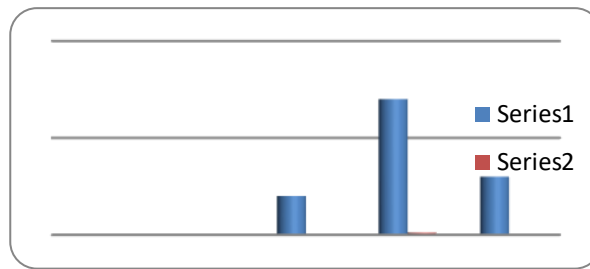
9	Edi Syahputra	52
10	Ferdy Alamsyah Nainggolan	53
11	Galuh Wayan Danu	57
12	Hizkia	62
13	Husen	58
14	Iman	44
15	Muhammad Alvin Fakhlevy	53
Jumlah		54
Rata-Rata		74.4

Selanjutnya masing-masing skor pada setiap siswa dimasukkan kedalam kelas interval yang dapat disusun dalam tabel distribusi frekuensi bergolong sebagai berikut

Tabel 5
Tabel Kategorisasi Hasil *Pre Test* Meningkatkan Empati

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Sangat Baik	85-100	0	0%
Baik	75-84	0	0%
Cukup	65-74	2	3%
Kurang	55-64	7	10.94%
Sangat Kurang	0-54	3	5.56%

Dari tabel 4.2 Perkembangan Meningkatkan Empati pada *pre test* berada pada kategori sangat baik sebanyak 0 siswa (0%), kategori baik sebanyak 0 siswa (0%), kategori cukup sebanyak 2 siswa (3%), kategori kurang 7 siswa (10.94%),sangat kurang (5.56%). Adapun grafik *pre test* perkembangan Meningkatkan EmpatiSiswa Kelas X SMK Swasta Satria Dharma Perbaungantampak pada gambar 4.1 sebagai berikut :



Gambar 1
Grafik Pre Test Meningkatkan Empati

Posttest Meningkatkan Empati

Di bawah ini adalah data yang diperoleh dari hasil kerja yang dilakukan oleh siswa dalam menulis cerita pendek dengan menggunakan Teknik Expressive Writing .

Tabel 6
Data Hasil Belajar *posttest*

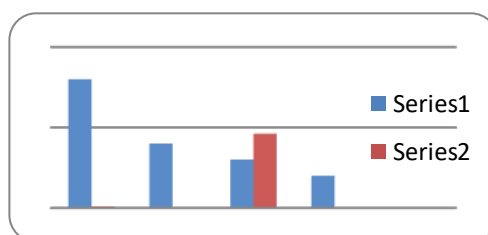
No	Nama	Nilai <i>Posttest</i>
1	Agus Sutanto	94
2	Aidil Akbar	94
3	Aji	96
4	Bagas Ilyas Syahputra	94
5	Cello Irwansyah	95
6	Diono	92
7	Doli Mastio	92
8	Dwi Apriansyah	96
9	Edi Syahputra	90
10	Ferdy Alamsyah Nainggolan	91
11	Galuh Wayan Danu	89
12	Hizkia	88
13	Husen	98
14	Iman	93
15	Muhammad Alvin Fakhlevy	98
Jumlah		2733
Rata-Rata		94.24

Selanjutnya masing-masing skor pada setiap siswa dimasukkan kedalam kelas interval yang dapat disusun dalam tabel distribusi frekuensi bergolong sebagai berikut.

Tabel 7
Tabel Kategorisasi Hasil *Post Test* Meningkatkan Empati

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Sangat Baik	85-100	8	9%
Baik	75-84	4	5%
Cukup	65-74	3	462%
Kurang	55-64	2	4%
Sangat Kurang	0-54	0	0.00%

Dari table 4.3 Perkembangan Meningkatkan Empatipost test berada pada kategori sangat baik 8 siswa (18%), kategori baik sebanyak 4 siswa (5%), kategori cukup sebanyak 3 siswa (9%) dan kurang sebanyak 2 siswa (7%). Adapun grafik *Post Test* perkembangan Meningkatkan EmpatiSiswa Kelas X SMK Swasta Satria Dharma Perbaungan tampak pada gambar 4.2 sebagai berikut:



Gambar 2

Grafik *Post Test* Perkembangan Meningkatkan Empati
Uji Validitas Observasi Teknik Expressive Writing Terhadap Meningkatkan Empati

Berdasarkan hasil perhitungan uji validitas perkembangan penguasaan kosakata bahasa inggris adalah sebagai berikut :

Tabel 8
Hasil Uji Validitas Meningkatkan Empati

Correlations		Teknik Expressive Writing	Meningkatkan Empati
Teknik Expressive Writing	Pearson Correlation	1	-.153
	Sig. (2-tailed)		.587

Meningkatkan Empati	N	15	15
	Pearson		
	Correlation	-.153	1
	Sig. (2-tailed)	.587	
	N	15	15

Berdasarkan table 4.3 tersebut dapat diketahui bahawa, sebuah item dinyatakan valid apabila hasil hitung *pearson correlation* > r_{tabel} (sig. 0.05). untuk menentukan nilai dari r_{tabel} (sig. 0.05) dapat dilihat pada bagian r_{tabel} *product moment* dengan jumlah data (n) = 15 maka sebesar 0.514 sehingga item dari skala setiap pernyataan dinyatakan valid karna $r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$. peningkatan Teknik Expressive Writing terhadap keterampilan Meningkatkan Empati ini terlihat dari rata-rata pada saat *pre test* Teknik Expressive Writing sebesar 0.587, kemudian pada saat *post test* keterampilan menulis rata-ratanya menjadi 0.587 sehingga terdapat peningkatan rata-rata skor Meningkatkan Empati setelah intervensi menggunakan Teknik Expressive Writing sebesar 0.587.

Uji Reabilitas Observasi Teknik Expressive Writing Terhadap Meningkatkan Empati

Berdasarkan hasil perhitungan uji normalitas Teknik Expressive Writing Terhadap Meningkatkan Empati adalah sebagai berikut :

Tabel 9
Hasil Uji Normalitas Teknik Expressive Writing Terhadap Meningkatkan Empati
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha ^a	N of Items
-.296	2

Berdasarkan table 4.4 diatas, diketahui bahwa nilai signifikansi dari masing-masing perlakuan *Asymp.Sig (2-tailed)* > 0,05. Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji reabilitas diatas, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi negatif.

Uji Normalitas Observasi Teknik Expressive Writing Terhadap Meningkatkan Empati

Berdasarkan hasil perhitungan uji homogenitas perkembangan Teknik Expressive Writing Terhadap Meningkatkan Empati adalah sebagai berikut :

Tabel 10
Teknik Expressive Writing Terhadap Meningkatkan Empati
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Teknik Expressive Writing	Meningkatkan Empati
N	15	15
Mean	53.6000	93.3333
Normal Parameters ^{a,b} Std. Deviation	5.53947	3.03942
Most Extreme Absolute Differences	.205	.120
Positive	.205	.080
Negative	-.089	-.120
Kolmogorov-Smirnov Z	.792	.465
Asymp. Sig. (2-tailed)	.557	.982

Berdasarkan tabel output *Test of Homogeneity of Variances* diatas diketahui nilai signifikansi (Sig.) dari Teknik Expressive Writing masing-masing adalah sebesar 5.53947. Karena nilai Sig. > 0.05, maka dapat ditarik kesimpulan bahwasanya skor penguasaan Teknik Expressive Writing Terhadap Meningkatkan Empati yang didapatkan dari uji hasil normal.

Uji Hipotesis Observasi Teknik Expressive Writing Terhadap Meningkatkan Empati

Berdasarkan hasil perhitungan uji hipotesis perkembangan Teknik Expressive Writing Terhadap Meningkatkan Empati adalah sebagai berikut :

Tabel 11
Hasil Uji Hipotesis Teknik Expressive Writing
Terhadap Meningkatkan Empati
Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t
	B	Std. Error	Beta	
1 (Constant)	97.825	8.101		12.075

Teknik Writing	Expressive	-.084	.150	-.153	-.557
-------------------	------------	-------	------	-------	-------

Berdasarkan table pada uji t diatas, diperoleh nilai Deviation from Linearity Sig. dari masing-masing variable sebesar 12.075 dan 97.825. Berdasarkan nilai t, diperoleh nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$ 14.403. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear secara signifikansi antara Teknik Expressive Writing Terhadap Meningkatkan Empati sebelum perlakuan (*pre test*) dengan Teknik Expressive Writing Terhadap Meningkatkan Empati sesudah perlakuan (*post test*). Hal ini menunjukkan pula bahwa H_a diterima.

Pembahasan Hasil Penelitian

Selanjutnya setelah melakukan prosedur penelitian yang Panjang, seperti uji normalitas, uji homogenitas, dan pengujian hipotesis, akhirnya didapatkan sebuah penelitian yang hasilnya bisa dikatakan tidak sia-sia. Pembelajaran Meningkatkan Empati menggunakan Teknik *Expressive Writing* yang diberikan kepada siswa kelas X SMK Swasta Satria Dharma Perbaungan ternyata berpengaruh positif. Hal ini dibuktikan dari hasil kelas eksperimen dan kelas kontrol siswa tersebut. Berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa nilai rata-rata siswa sebelum mendapatkan perlakuan lebih rendah dibandingkan dengan nilai rata-rata siswa setelah mendapatkan perlakuan.

Teknik *Expressive Writing* dianggap dapat meningkatkan kemampuan siswa Meningkatkan Empati . Hal ini didasarkan karena media pembelajaran tersebut mampu memenuhi fungsinya untuk meningkatkan motivasi dan minat siswa, serta mengembangkan kemampuan siswa menulis.

Perlu diketahui, bahwa masing-masing nilai kelas eksperimen dan kelas kontrol mengalami perbedaan yang tidak berbeda jauh. Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa tingkat penguasaan keterampilan Meningkatkan Empati sebelum menggunakan media film siswa kelas X SMK Swasta Satria Dharma Perbaungan perkembangan Meningkatkan Empatipada *pre test* berada Perkembangan Meningkatkan Empati pada *pre test* berada pada kategori sangat baik sebanyak 0 siswa (0%), kategori baik sebanyak 0 siswa (0%), kategori cukup sebanyak 2 siswa (3%), kategori kurang 7 siswa (10.94%), sangat kurang (5.56%). Meningkatkan Empati Siswa Kelas X SMK Swasta Satria Dharma Perbaungan

Perkembangan Meningkatkan Empati *post test* Perkembangan Meningkatkan Empatipost test berada pada kategori sangat baik 8 siswa (18%), kategori baik sebanyak 4 siswa (5%), kategori cukup sebanyak 3 siswa (9%) dan

kurang sebanyak 2 siswa (7%). sebuah item dinyatakan valid apabila hasil hitung pearson correlation $>$ rtabel (sig. 0.05). untuk menentukan nilai dari rtabel (sig. 0.05) dapat dilihat pada bagian rtabel product moment dengan jumlah data (n) = 15 maka sebesar 0.514 sehingga item dari skala setiap pernyataan dinyatakan valid karna rhitung $>$ rtabel. peningkatan Teknik Expressive Writing terhadap keterampilan Meningkatkan Empati ini terlihat dari rata-rata pada saat pre test Teknik Expressive Writing sebesar 0.587, kemudian pada saat post test keterampilan menulis rata-ratanya menjadi 0.587 sehingga terdapat peningkatan rata-rata skor Meningkatkan Empati setelah intervensi menggunakan Teknik Expressive Writing sebesar 0.587.

KESIMPULAN

Meningkatkan Empati siswa kelas X SMK Swasta Satria Dharma Perbaungan sebelum menggunakan Teknik Expressive Writing *post test* berada pada *pre test* berada Perkembangan Meningkatkan Empati pada *pre test* berada pada kategori sangat baik sebanyak 0 siswa (0%), kategori baik sebanyak 0 siswa (0%), kategori cukup sebanyak 2 siswa (3%), kategori kurang 7 siswa (10.94%), sangat kurang (5.56%). Teknik Expressive Writing terhadap Meningkatkan Empati kelas X SMK Swasta Satria Dharma Perbaungan Perkembangan Meningkatkan Empati *post test* Perkembangan Meningkatkan Empatipost test berada pada kategori sangat baik 8 siswa (18%), kategori baik sebanyak 4 siswa (5%), kategori cukup sebanyak 3 siswa (9%) dan kurang sebanyak 2 siswa (7%).

Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan linear secara signifikansi antara untuk menentukan nilai dari rtabel (sig. 0.05) dapat dilihat pada bagian rtabel product moment dengan jumlah data (n) = 15 maka sebesar 0.514 sehingga item dari skala setiap pernyataan dinyatakan valid karna rhitung $>$ rtabel. peningkatan Teknik Expressive Writing terhadap keterampilan Meningkatkan Empati ini terlihat dari rata-rata pada saat pre test Teknik Expressive Writing sebesar 0.587, kemudian pada saat post test keterampilan menulis rata-ratanya menjadi 0.587 sehingga terdapat peningkatan rata-rata skor Meningkatkan Empati setelah intervensi menggunakan Teknik Expressive Writing sebesar 0.587.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada Ayahanda Amin dan Ibunda Sumiatun serta keluarga tercinta. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Ibu Khairina Ulfa Syaimi, S.Pd., M.Pd selaku pembimbing. Terima kasih kepada seluruh dosen serta staff Fakultas

Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muslim Nusantara Al-Washliyah dan seluruh teman - teman FKIP stambuk 2018.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2013. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Barker, Chris. 2018. *Cultural Studies Theory and Practice*. London: Sage Publications.
- Barret-Lennard, G. .. 1981. "The Empathy Cycle: Refinement of a Nuclear Concept." *Journal of Counseling Psychology* 28 (1):91-100.
- Bolton, G. 2004. "Writing Cures: An Introductory Handbook of Writing in Counseling and Psychotherapy." *New York: Taylor and Francis Group* 4 (5).
- Budisiwi, H. 2013. "Model Bimbingan Karir Holland Untuk Meningkatkan Kematangan Pilihan Karir Siswa." *Cakrawala: Jurnal Pendidikan* 7 (1).
- Greyti Eunike Sugianto, Elfie Mingkid, Edmon R. Kalesaran. 2017. "Persepsi Mahasiswa Pada Film 'Senjakala Di Manado' (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Komunikasi Fispol Unsrat)." *E-Journal Acta Diurna* 6 (1).
- Jan.M.A., HusainD. S. 2015. "Bullying in Elementary Schools : Its Causes and Effects on Students." *Journal of Education and Practice* 6 (19):43.
- M. Sartika, Yandri. .. 2019. "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Konformitas Teman Sebaya." *Indonesian Journal of Counseling and Development* 1 (1):9-17.
- Piliang, Yasraf Amir. 2019. *Hipersemiotika Tafsir Cultural Studies Atas Matinya Makna*. Yogyakarta: Jalasutra.
- Prayitno. 2017. *Konseling Profesional Yang Berhasil*. Pt Raja Grafindo Persada. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif ,Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.