

Efektivitas Terapi Film Dalam Meningkatkan Empati

Afif Husniyatur Rosyida¹

*Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda*

ABSTRACT. *This study aimed to determine the effectiveness of film therapy in increasing empathy for students of SMP Negeri 31 Samarinda. The research method in this study used an experiment, by using a purposive sampling technique. The sample of this research was 60 students of SMP Negeri 31 Samarinda. The study design was non-randomized pre-test-posttest control group design. Statistical analysis technique was the wilcoxon test. The results showed that film therapy was effective in increasing student's empathy, it was based on the results using the wilcoxon test with p value = 0.021 in the experimental group, this indicated that $p < 0.05$ and Z value = -2.315 (> -1.96), so that the hypothesis H_1 was accepted which meant the subjects who was given film therapy increased empathy. While the results in the control group with p value = 0.06, this indicated that $p > 0.05$ and Z value = -1.878 (< -1.96), so that H_0 was accepted, which meant the subjects who was given film therapy did not experience increased empathy.*

Keywords: *empathy, cinema therapy*

ABSTRAK. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi film dalam meningkatkan empati siswa SMP Negeri 31 Samarinda. Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan eksperimen, dengan menggunakan teknik purposive sampling. Sampel penelitian ini adalah 60 siswa SMP Negeri 31 Samarinda. Desain penelitian adalah non-randomized pre-test-posttest control group design. Teknik analisis statistik adalah uji wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi film efektif dalam meningkatkan empati siswa, hal ini berdasarkan hasil uji wilcoxon dengan p value = 0,021 pada kelompok eksperimen, hal ini menunjukkan $p < 0,05$ dan nilai $Z = -2,315 (> -1,96)$, sehingga hipotesis H_1 diterima yang artinya subjek yang diberikan terapi film meningkatkan empati. Sedangkan hasil pada kelompok kontrol dengan nilai $p = 0,06$ hal ini menunjukkan $p > 0,05$ dan nilai $Z = -1,878 (< -1,96)$, sehingga H_0 diterima yang berarti subjek yang diberikan terapi film tidak mengalami peningkatan. empati.

Kata Kunci: empati, terapi film

¹ Email: ahusniyaturrosyida@gmail.com

PENDAHULUAN

Manusia mengalami tahapan perkembangan dalam kehidupannya. Salah satu tahapan yang akan dilalui oleh manusia adalah masa remaja. Masa remaja memiliki rentang usia antara 13 sampai 18 tahun. Masa remaja dibagi menjadi dua tahap yaitu masa remaja awal dan masa remaja akhir. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13 sampai 16-17 tahun dan akhir masa remaja berlangsung dari usia 16 atau 17 tahun hingga 18 tahun. Garis pemisah antara awal dan akhir masa remaja terletak di sekitar usia 17 tahun (Jahja dalam Septiyani, 2016).

Masa remaja memiliki beberapa aspek perkembangan yaitu perkembangan fisik, kognitif, emosi, moral dan sosial (Desmita, 2016). Masa pencarian jati diri di kalangan remaja, dapat menimbulkan permasalahan-permasalahan karena kurangnya bimbingan dari segi akademik, individu, ataupun juga dari kondisi keluarga yang kurang memberikan bimbingan terhadap seorang anak atau peserta didik. Salah satunya bentuk kepribadian yang kurang baik adalah perundungan (Papalia, Olds, dan Feldman, 2009).

Perundungan adalah tindakan bermusuhan yang dilakukan secara sadar dan disengaja, bertujuan untuk menyakiti seperti menakuti melalui ancaman agresi dan menimbulkan teror (Coloroso, 2007). Pelaku perundungan memiliki karakteristik untuk melakukan dominasi terhadap orang lain melalui kekerasan, dan mereka menunjukkan sedikit atau bahkan tidak menunjukkan empati sama sekali pada korban mereka (Papalia, Olds, dan Feldman, 2009).

Berdasarkan beberapa fakta dalam kehidupan masyarakat khususnya pada remaja, kemampuan empati kini semakin rendah. Gambaran menurunnya kemampuan empati didukung oleh fenomena perundungan, dari hasil wawancara dengan wakil kesiswaan pada tanggal 18 Februari 2019 didapati bahwasannya siswa di SMP Negeri 31 Samarinda memiliki tingkat perundungan yang masih cukup tinggi khususnya kelas IX. Siswa mengolok-olok dengan menggunakan bahasa kasar dan kotor yang ditujukan kepada temannya yang dianggap tidak berdaya. Selain itu, mengejek dan memandang dengan pandangan yang menyudutkan. Perilaku perundungan ini dilakukan oleh beberapa kelompok yang biasa disebut kelompok bully.

Perilaku perundungan ini memiliki dampak cukup fatal karena siswa yang mendapat perilaku tidak menyenangkan sempat pindah kelas dan pada akhirnya pindah sekolah akibat perilaku

perundungan yang didapat dari teman-temannya. Kelompok bully tidak merasa bersalah dan tetap melakukan perundungan kepada teman-teman yang lain, mereka bersikap acuh dan tak peduli terhadap keadaan temannya.

Menurut Huneck (dalam Halimah, Khumas, dan Zainudin, 2015) bahwa 10-60% siswa di Indonesia melaporkan telah mendapatkan ejekan, cemoohan, pengucilan, pemukulan, tendangan dan lain sebagainya sekurang-kurangnya terjadi sekali dalam seminggu. Di Indonesia, kasus perundungan di sekolah menduduki peringkat teratas pengaduan masyarakat ke Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) di sektor pendidikan. Dari 2011 sampai Agustus 2014, KPAI mencatat sekitar 25% pengaduan masalah perundungan dari 1.480 kasus pengaduan di bidang pendidikan.

Ibung (dalam Listiani, 2013) menjelaskan bahwa empati merupakan bawaan dari lahir, namun tidak akan berkembang jika tidak di beri kesempatan dalam kehidupan seorang individu. Kurangnya stimulasi perkembangan kepribadian anak sejak dini dan pengaruh buruk dari lingkungan sekitar telah menurunkan rasa empati pada anak. Pentingnya empati yang dikemukakan oleh para ahli antara lain sebagai mediator perilaku agresif, memiliki kontribusi dalam perilaku prososial (Eisenberg, 2000). Respon maupun tanggapan tersebut berasal dari rasa empati yang terdapat di dalam diri setiap individu (Adriansyah, dkk, 2016).

Sikap empati berkontribusi terhadap perkembangan moral remaja. Sekitar usia 12-15 tahun, individu mengembangkan empati bagi orang lain yang hidup dalam lingkungan yang kurang menguntungkan. Kepedulian tidak lagi terbatas pada perasaan dari orang-orang khusus di situasi yang langsung teramati oleh mereka. Lebih dari itu, anak-anak usia 12-15 tahun memperluas kepedulian mereka terhadap masalah-masalah umum yang dialami oleh orang-orang yang hidup dalam lingkungan yang kurang menguntungkan, semisal orang miskin, cacat, terkucil secara sosial. Kepekaan ini akan menggiring anak-anak untuk bertindak secara altruistik dan memberikan rasa kemanusiaan bagi perkembangan ideologi dan politik remaja (Santrock, 2007).

Terkait dengan kemampuan empati pada siswa SMP Negeri 31 Samarinda yang sebelumnya sudah dilakukan penelitian awal, guna melihat dan menjadi sampel awal bahwasannya terdapat fenomena empati pada lokasi penelitian. Penelitian awal dilakukan dengan menyebarkan angket penelitian awal

kemampuan empati yang mewakili dari keempat aspek empati yaitu pengambilan perspektif, imajinasi, perhatian empatik, dan distress pribadi kepada siswa kelas IX SMP Negeri 31 Samarinda yang berjumlah 144 siswa.

Hasil penelitian awal yang dilakukan pada tanggal 16 Agustus 2019 kepada 144 siswa kelas IX menunjukkan empati siswa dengan rata-rata empati siswa sedang, sebanyak 26 siswa (18 persen) berada pada kategori empati sangat tinggi, sebanyak 34 siswa (23.6 persen) berada pada kategori empati tinggi, sebanyak 76 siswa (52.8 persen) berada pada kategori empati sedang, dan sebanyak 8 siswa (5.5 persen) berada pada kategori empati rendah. Dengan ini, yang akan diberikan perlakuan pada penelitian ini, siswa yang memiliki empati dengan kategorisasi sedang dan rendah.

Berdasarkan permasalahan-permasalahan yang terjadi, pentingnya empati dalam kehidupan sosial siswa, dan pernyataan dari guru wakil kesiswaan maka perlu adanya upaya untuk meningkatkan rasa empati dan pencegahan agar perilaku perundungan tidak terus terjadi di kemudian hari. Siswa yang belum memiliki empati atau tergolong dalam kategori rendah akan ditingkatkan empatinya supaya permasalahan yang muncul dapat teratasi. Untuk meningkatkan empati siswa dapat dilakukan melalui berbagai cara. Terdapat lima cara untuk menumbuhkan empati yaitu memiliki rasa ingin tahu, tidak berprasangka dan menumbuhkan kesamaan, mendengarkan dan bersikap terbuka, dan yang terakhir adalah memanfaatkan media (Sofia dan Irdyanti dalam Juliantika dan Khusumadewi, 2017).

Berdasarkan hal tersebut, cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan empati adalah mendengarkan dan memanfaatkan media. Salah satu media yang dapat digunakan yaitu film. Film adalah media representasi yang melalui gaya dan isi yang melambangkan berbagai pola perilaku (melalui tindakan karakter, plot, tema, editing, dll) yang dapat dianalisis dari perbedaan teori psikologis dan modalitas mengajar. Di dalam film ini akan di ketahu karakter-karakter dan berbagai pola perilaku yang menunjukkan tema dari film tersebut. Film ini dapat diterapkan kepada siswa sebagai sebuah terapi yaitu terapi film (Suarez dalam Wicaksono, 2018).

Terapi film adalah proses menggunakan film dalam terapi sebagai metafora untuk meningkatkan pertumbuhan dan wawasan klien (Suarez dalam Wicaksono, 2018). Selain itu, terapi film merupakan metode penggunaan film untuk memberi efek positif

pada pasien (Solomon dalam Suwanto dan Nisa, 2017). Tomb (2003) menjelaskan terapi film adalah intervensi terapeutik yang memungkinkan klien menilai secara visual karakter-karakter yang ada dalam film terkait interaksi dengan orang lain, lingkungannya dan masalah-masalah pribadinya. Intervensi ini bertujuan untuk mendorong perkembangan terapeutik secara positif yang membiarkan klien secara visual mengkaji interaksi antar karakter, lingkungan-lingkungan, dan isu-isu personal dalam sebuah film.

Dengan demikian film dapat memberikan efek positif yaitu meningkatkan perkembangan dan wawasan siswa mengenai empati. Oleh karena itu, peneliti akan menerapkan terapi film untuk mengetahui efektivitas dalam meningkatkan empati di SMP Negeri 31 Samarinda.

TINJAUAN PUSTAKA

Empati

Menurut Hatch (dalam Untari, 2014) Empati adalah memahami hati, pikiran, dan jiwa orang lain termasuk motif, latar belakang, dan perasaan mereka. Semakin besar empati pada orang lain, semakin besar pula bisa menghargai dan menghormati mereka. Menurut Davis (dalam Sukmawati, 2017) mengemukakan empati adalah sebagai sekumpulan konstruk yang berkaitan dengan respon seseorang terhadap pengalaman orang lain. Konstruk ini secara spesifik yaitu meliputi proses yang terjadi pada pengamat serta bentuk afektif dan non-afektif yang dihasilkan dari proses tersebut.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa empati adalah memahami hati, pikiran, dan jiwa orang lain termasuk motif, latar belakang, dan perasaan orang lain, dapat dikatakan sebagai kemampuan seseorang untuk mengerti tentang perasaan dan emosi orang lain serta kemampuan untuk membayangkan diri sendiri di tempat orang lain.

Perundungan

Perundungan adalah penindasan penggencetan, perpeloncoan, pemalakan, pengucilan, atau intimidasi. Perundungan adalah perilaku agresif yang disengaja dan yang melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan atau kekuatan (Olweus dalam Surilena, 2016). Menurut Murphy (dalam Surilena, 2016) menyampaikan bahwa perundungan adalah saat seseorang mengalami kekerasan, di permalukan, memperoleh ancaman oleh orang lain melalui media internet ataupun melalui berbagai media teknologi

interaktif lainnya berisikan informasi rahasia pribadi seseorang dalam publik internet.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa perundungan adalah penyalahgunaan kekuasaan secara sistematis dalam hubungan interpersonal berupa penindasan, penggencetan, perpeloncoan, pemalakan, pengucilan, atau intimidasi untuk mengontrol orang lain.

Terapi Film

Tomb (2003) menjelaskan terapi film adalah intervensi terapeutik yang memungkinkan klien menilai secara visual karakter-karakter yang ada dalam film berinteraksi dengan orang lain, lingkungannya dan masalah-masalah pribadinya. Intervensi ini bertujuan untuk mendorong perkembangan terapeutik secara positif yang membiarkan klien secara visual mengkaji interaksi antar karakter, lingkungan-lingkungan, dan isu-isu personal dalam sebuah film. Menurut Gregerson (dalam Suwanto dan Nisa, 2017) Terapi film merupakan alat atau teknik dalam terapi, konseling, dan pembinaan untuk membantu individu atau sekelompok orang agar menjadi sadar dan dapat mengatasi masalah kehidupan nyata. Terapi film dilakukan dengan merefleksi dan berdiskusi tentang karakter, gaya bahasa, atau arketipe dalam film atau video.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa terapi film adalah intervensi terapeutik untuk menilai secara visual terhadap individu atau orang lain guna memberi efek positif. Mendorong perkembangan terapeutik dengan membiarkan klien mengkaji interaksi antar karakter, lingkungan-lingkungan, dan isu-isu personal dalam sebuah film.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan penelitian eksperimen, yaitu metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali. Rancangan pada penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *quasi-experimental*. Penelitian ini menggunakan desain *non-randomized pretest-posttest control group design*. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik yaitu *wilcoxon sign ranks test*. Uji hipotesis dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS (*Statistical Packages for Social Science*) versi 24.0 for windows.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri 31 Samarinda yang berjumlah 468 siswa. Kriteria sampel pada penelitian kali ini adalah subjek memiliki usia 14-15 tahun, subjek bersekolah di SMP Negeri 31 Samarinda dan saat penelitian subjek menduduki pada kelas IX, dan subjek memiliki nilai kemampuan empati sedang atau rendah dilihat dari hasil penelitian awal. Diperoleh sampel sebanyak 60 siswa, terbagi dalam dua kelompok yaitu 30 kelompok eksperimen dan 30 kelompok kontrol.

Alat pengumpul data penelitian ini menggunakan skala empati berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Davis (dalam Sukmawati, 2017), yaitu pengambilan perspektif, imajinasi, perhatian empatik, dan distress pribadi. Terdapat 47 aitem terkait keempat aspek tersebut sebelum dilakukan *try out* dan terdapat 40 aitem terkait keempat aspek tersebut sesudah dilakukan *try out*, alternatif jawaban yang digunakan adalah sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), sesuai (S), dan sangat sesuai (SS). Skala tersebut terdiri dari dua kelompok aitem bagi setiap aspek yaitu aitem yang mendukung (*favorable*) dan aitem yang tidak mendukung (*unfavorable*). Untuk setiap pernyataan *favorable* jawaban diberi skor berturut-turut 1,2,3,4. Sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* sistem skor berkebalikan yaitu 4,3,2,1.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Uji Deskriptif

Analisis deskriptif sebaran frekuensi dan histogram dilakukan untuk mendapatkan gambaran demografi subjek dan deskripsi mengenai variabel penelitian, yaitu perlakuan untuk meningkatkan empati melalui perlakuan terapi film. Hal ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan pemberian perlakuan dalam meningkatkan empati yang dimiliki oleh siswa SMP Negeri 31 Samarinda. *Pretest* yang diberikan pada subjek penelitian berfungsi untuk mengetahui perbedaan hasil pada *posttest*. Perlakuan terapi film dianggap efektif jika antara skor *posttest* lebih tinggi dibanding skor *pretest*.

Berdasarkan hasil uji deskriptif sebaran frekuensi dan histogram maka diperoleh rentang skor dan kategori untuk masing-masing subjek penelitian sebagai berikut, diketahui pada *pretest* dan *posttest* skala empati terdapat perbedaan klasifikasi kategori pada subjek yang telah mengikuti terapi film, pada kelompok eksperimen terdapat 16 subjek yang mengalami peningkatan klasifikasi empati dan 14 subjek dengan klasifikasi empati tetap. Sedangkan

pada kelompok kontrol diketahui pada *pretest* dan *posttest* skala empati tidak terdapat perbedaan klasifikasi kategori subjek yang tidak mengikuti terapi film, pada kelompok kontrol terdapat 30 subjek termasuk dalam kategori sedang yang artinya tidak mengalami peningkatan empati.

Hasil Uji Asumsi

Pengujian terhadap hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *wilcoxon sign ranks test*. Sebelum dilakukan perhitungan dengan *wilcoxon sign ranks test*, terlebih dahulu perlu dilakukan uji asumsi berupa uji homogenitas dan uji normalitas sebagai syarat dalam penggunaan analisis *paired t-test*.

Uji Homogenitas

Hasil penghitungan uji homogenitas menunjukkan nilai hasil pada *pretest* $p = 0.061$ ($p > 0.05$) yang berarti bahwa data variable empati bersifat homogen, dengan *Levene Statistic* = 3.644.

Uji Normalitas

- 1) Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel empati *pretest* terapi film kelompok kontrol menghasilkan nilai $p = 0.000$ dengan nilai *statistic* = 0.838 dan hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel empati *posttest* terapi film kelompok kontrol menghasilkan nilai $p = 0.001$ dengan nilai *statistic* = 0.969. Hasil uji berdasarkan kaidah menunjukkan sebaran butir-butir variabel empati *pretest* dan *posttest* kelompok kontrol adalah tidak normal.
- 2) Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel empati *pretest* terapi film kelompok eksperimen menghasilkan nilai $p = 0.000$ dengan nilai *statistic* = 0.767 dan hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel empati *posttest* terapi film kelompok eksperimen menghasilkan nilai $p = 0.506$ dengan nilai *statistic* = 0.864. Hasil uji berdasarkan kaidah menunjukkan sebaran butir-butir variabel empati *pretest* kelompok eksperimen adalah tidak normal dan *posttest* kelompok eksperimen adalah normal.

Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui subjek yang diberikan terapi film mengalami peningkatan empati atau tidak. Hasil uji *wilcoxon* pada skala empati pada kelompok eksperimen untuk mengetahui tingkat empati sebelum dan sesudah diberikan terapi film, didapatkan hasil nilai $p = 0.021$ (< 0.05) dan nilai Z

= -2.315 (> -1.96) maka hipotesis H_1 diterima dengan terdapat perbedaan antara *pretest* dan *posttest*, yang artinya adalah subjek yang diberikan terapi film mengalami peningkatan empati.

hasil uji *wilcoxon* pada skala empati pada kelompok kontrol untuk mengetahui tingkat empati sebelum dan sesudah tanpa diberikan terapi film, didapatkan hasil nilai $p = 0.06$ (> 0.05) dan nilai $Z = -1.878$ (< -1.96) maka hipotesis H_0 diterima dengan tidak terdapat perbedaan antara *pretest* dan *posttest*, yang artinya adalah subjek yang diberikan terapi film tidak mengalami peningkatan empati.

Pembahasan

Penelitian yang berjudul “Efektivitas Terapi Film Dalam Meningkatkan Empati (Pada SMP Negeri 31 Samarinda)”, dilaksanakan empat kali pertemuan untuk perlakuan terapi film. Hipotesis dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui subjek yang diberikan terapi film mengalami peningkatan empati atau tidak. Hasil uji hipotesis juga menunjukkan bahwa kelompok yang diberikan terapi film menunjukkan nilai signifikansinya < 0.05 sehingga terapi film terbukti efektif terhadap peningkatan empati. Kelompok yang tidak diberikan terapi film menunjukkan hasil yang berbeda bahwa nilai signifikansinya > 0.05 sehingga ada perbedaan hasil antara kelompok yang diberikan terapi film dan tidak diberikan terapi film.

Pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan terapi film didapatkan hasil nilai $p = 0.021$ (< 0.05) dan nilai $Z = -2.315$ (> -1.96) maka hipotesis H_1 diterima dengan terdapat perbedaan antara *pretest* dan *posttest*, yang artinya adalah subjek yang diberikan terapi film mengalami peningkatan empati. Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan hasil nilai $p = 0.06$ (> 0.05) nilai $Z = -1.878$ (< -1.96) maka hipotesis H_0 diterima dengan tidak terdapat perbedaan antara *pretest* dan *posttest*, yang artinya adalah subjek yang diberikan terapi film tidak mengalami peningkatan empati.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi film efektif untuk meningkatkan empati. Sejalan dengan pendapat yang disampaikan oleh Hesley dan Hesley (dalam Fatchurahman, 2017) bahwa penggunaan film sebagai media terapi untuk membuka hambatan emosional pada individu ternyata efektif. Teknik terapi film merupakan salah satu media terapi dengan menayangkan atau memperlihatkan berbagai film yang dapat menginspirasi siswa dan dianggap sebagai solusi yang akhirnya dapat meningkatkan empati. Berg-

Cross, Jennings, dan Barunch (dalam Fatchurahman, 2017) menyatakan terapi film adalah teknik terapeutik khusus yang menggunakan film komersial yang dipilih untuk mendapatkan arti terapeutik pada klien tentang pandangan terhadap individu atau terhadap orang lain. Terapi film membuat kekuatan itu sebagai alat untuk meningkatkan kesadaran. Melalui terapi film, subjek akan belajar dalam mencari dan menemukan suatu wawasan baru dalam memandang fenomena sosial yang terjadi di lingkungan sekitarnya (Niva, 2016).

Baron dan Byrne (2005) mengemukakan bahwa seseorang akan merasa empati kepada karakter fiktif sebagaimana kepada korban pada kehidupan nyata. Karakter fiktif tersebut dapat berupa peran tokoh dalam suatu film. Film dapat memberikan efek positif pada orang yang melihatnya dan empati merupakan suatu hal yang positif dengan kata lain meningkatkan empati adalah suatu hal yang positif. Terapi film merupakan metode penggunaan film untuk memberikan efek positif pada subjek (Solomon, dalam Suwanto dan Nisa, 2017) sehingga terapi film dapat digunakan untuk meningkatkan empati seseorang atau siswa. Setelah mendapatkan perlakuan terapi film, wawasan dan pengetahuan siswa mengenai empati juga akan meningkat karena dalam proses pelaksanaannya juga disertai dengan diskusi.

Dilihat dari hasil penelitian tersebut, diperkuat dengan manfaat terapi film yaitu membuat siswa lebih mudah memvisualisasikan pendapat atau gambaran informasi yang diperoleh dari film akan direfleksikan bersama dengan siswa. Penggunaan film lebih mudah dipahami dibandingkan dengan kata-kata (Demir, dalam Ningsih, Hidayat, dan Setyowati, 2016). Jenis film yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan jenis film drama dan film problematika. Dimana film yang memadukan drama teatrikal, yang biasanya digunakan untuk mengasah kemampuan kognitif dan membuat penonton berpikir lebih kritis (Mc. Clusky (dalam Firmansyah dan Wrastari, 2014). Sebuah film yang sengaja dibuat berbasis masalah, dimana film tersebut diharapkan bisa menstimulasi penontonnya untuk mengungkapkan pendapat. Dengan begitu, dipilihlah terapi film untuk diberikan kepada siswa yang memiliki empati rendah dan sedang, empati merupakan suatu aktivitas untuk memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain, serta apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh orang yang bersangkutan (observer, perceiver) terhadap kondisi yang sedang dialami

orang lain, tanpa yang bersangkutan kehilangan kontrol dirinya (Taufik (dalam Untari, 2014).

Adanya penelitian sebelumnya mengenai terapi film untuk meningkatkan empati pada siswa yang telah dilakukan, maka penulis memiliki pertimbangan lain untuk memberikan terapi film pada siswa SMP Negeri 31 Samarinda yaitu salah satunya ialah dengan banyaknya kasus perundungan pada sekolah tersebut. Perundungan pelaku kepada korban yaitu pembedaan suku atau ras, kondisi fisik tidak normal, dan menyematkan julukan khusus yang bersifat negatif. Bentuk-bentuk perundungan yang dilakukan pelaku yaitu menertawakan, mengejek, memandang dengan pandangan menyudutkan, memalak, mengintimidasi, pengancaman, dan menyindir. Dampak dari kebiasaan siswa yang berkata dan bersikap tidak empati ini meresahkan guru dan pernah terjadi suatu kejadian melabrak dari sekolah lain. Berdasarkan hal tersebut, cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan empati adalah mendengarkan dan memanfaatkan media. Salah satu media yang dapat digunakan yaitu film. Menurut Nurjanah (2013), kurang lebih 90% hasil belajar seseorang diperoleh melalui indra pandang, hanya 5% diperoleh melalui indra dengar dan 5% lagi dengan indra lainnya.

Tidak dapat dipungkiri bahwa salah satu faktor yang dapat mendorong seseorang menjadi pelaku perundungan adalah rendahnya kemampuan untuk berempati. Penelitian Olweus dan Coloroso (dalam Andayani, 2012) menunjukkan pelaku perundungan pada umumnya memiliki tingkat agresivitas yang tinggi dan kurang memiliki empati. Selain itu juga, empati memfasilitasi individu untuk dapat lebih memahami orang lain, menurut Endresen dan Olweus (dalam Ramdhani, 2016) rendahnya empati berkorelasi dengan perilaku agresif, termasuk di dalamnya perundungan. Menggambarkan bahwa sikap empati sebagai bentuk kepedulian sosial terhadap lingkungan semakin luntur dan terkikis. Hasil penelitian menunjukkan penurunan empati pada remaja terhadap orang lain dan lingkungannya. Remaja lebih banyak mementingkan diri sendiri dan keberhasilannya tanpa banyak mempertimbangkan keadaan orang lain di sekitarnya. Hal ini menyebabkan remaja menjadi semakin individualis dan sikap sosial yang dimiliki semakin pudar (Ginjar, 2013).

Sebelum dilakukan hasil uji hipotesis maka dilakukan uji deskriptif untuk menunjang hasil uji hipotesis, maka hasil pretest dan posttest kepada 30 subjek terdapat perbedaan skor kategorisasi pada

subjek yang telah mengikuti terapi film pada kelompok eksperimen terdapat 16 subjek yang mengalami peningkatan empati dan 14 subjek dengan empati tetap. Salah satu faktor yang mempengaruhi empati tersebut dapat ditumbuhkan dalam proses belajar karena empati memiliki komponen kognitif dan afektif. Berangkat dari asumsi Davis (dalam Latifah dan Susanti, 2016) bahwa empati berkenaan dengan sensitivitas yang bermakna sebagai suatu kepekaan rasa terhadap hal-hal yang berkaitan secara emosional dalam bentuk mengenali dan mengerti perasaan orang lain yang dimiliki oleh seseorang sejak lahir juga memiliki kadar yang berbeda-beda, namun berpotensi untuk dikembangkan. Terapi film berfungsi untuk mengalihkan orientasi dan memberikan pandangan-pandangan positif sehingga menggugah kesadaran siswa yang mengarah pada kepedulian, mementingkan orang lain, belas kasihan, toleransi dan menerima adanya perbedaan.

Pada perkembangan kognitif tahap operasional formal, remaja mengembangkan kapasitas untuk berpikir secara abstrak. Mereka dapat menggunakan simbol untuk mewakili sesuatu sehingga bisa menemukan arti yang lebih kaya dalam karya sastra. Mereka dapat berpikir tentang hal yang mungkin terjadi, tidak hanya apa yang sedang terjadi. Mereka dapat membayangkan kemungkinan dan membentuk serta menguji hipotesis atau dugaan. Pada tahap ini, remaja dapat berpikir mengenai mereka sendiri atau orang lain. Remaja menjadi terampil dalam persepsi sosial, kemampuan untuk memahami sudut pandang dan tingkat pengetahuan orang lain (Papalia, Olds, dan Feldman, 2008).

Dalam hal ini subjek sudah masuk dalam perkembangan kognitif tahap operasional formal sehingga memudahkan peneliti dalam proses menginternalisasi nilai-nilai empati yang disajikan melalui media film karena subjek telah mampu berpikir secara abstrak untuk dapat menemukan arti dari sebuah karya sastra lewat adegan film yang diberikan, selain itu juga telah mampu menarik kesimpulan dan terampil dalam memahami sudut pandang orang lain. Pada akhirnya akan membuat subjek menginternalisasi standar dari figur otoritas. Subjek peduli tentang menjadi "baik", menyenangkan orang lain, dan mempertahankan aturan sosial (Papalia, Olds, dan Feldman, 2008).

Pemikiran formal operasional diaplikasikan dalam dua konten (muatan) khusus, yaitu dalam pengetahuan estetika dan pengetahuan personal. Pengetahuan estetika bersumber dari pengalaman

musik, literatur, atau seni. Sedangkan pengetahuan personal bersumber dari hubungan interpersonal dan pengalaman konkrit. Selanjutnya, kemampuan mengaplikasikan pemikiran formal operasional tidak hanya berkaitan dengan pengalaman belajar khusus, melainkan juga dengan muatan tingkah laku, simbolik, semantik, dan figural. Muatan tingkah laku mencakup tingkah laku non verbal, seperti sikap, motivasi, atau intensitas; muatan simbolik meliputi simbol-simbol tertulis; muatan semantik meliputi ide-ide dan pengertian; dan muatan figural meliputi representasi visual dari objek-objek konkrit (Berzonsky dalam Desmita, 2016).

Sejalan dengan pengaplikasian pada tahap perkembangan formal operasional, dimana subjek lebih mudah menerima dan memahami suatu nilai melalui proses pemikiran yang bermuatan figural ataupun semantik melalui menonton film serta proses diskusi sehingga wawasan akan luas dan bertambah, akan ada proses komunikasi dua arah, dan penyampaian ide-ide. Remaja secara bertahap menjadi lebih baik dalam menarik kesimpulan, menjelaskan penalarannya, dan menguji kemungkinan (Papalia, Olds, dan Feldman, 2008).

Kemampuan empati dibangun pada lingkup awareness, sehingga makin terbuka terhadap emosi kita sendiri, makin terampil kita dalam memahami perasaan orang lain. Faktor lain yang mempengaruhi empati yaitu sosialisasi yang memungkinkan seseorang mengalami sejumlah emosi orang lain, kemampuan kognitif untuk melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain dan proses belajar yang mendorong siswa untuk lebih banyak membantu orang lain dengan cara yang lebih tepat (Davis dalam Latifah dan Susanti, 2016).

Ketika mendapatkan perlakuan terapi film, subjek sudah mampu merefleksikan bagaimana perasaan yang dirasakan dan membayangkan emosi yang dirasakan sehingga pada aspek imajinasi juga mengalami peningkatan. Pun begitu dengan perhatian empatik subjek mengalami peningkatan, berhubungan secara positif dengan reaksi emosional yang menjelaskan sebuah respons emosional lain yang ditimbulkan dari kondisi orang lain. Pada akhirnya juga akan berpengaruh terhadap aspek distress pribadi, dimana subjek mampu merasakan terkejut, takut, cemas, prihatin, berduka, tekanan, kegelisahan, dan tidak berdaya pada situasi interpersonal (Davis (dalam Sukmawati, 2017).

Pengaplikasian tahap-tahap yang ada dalam teknik terapi film walaupun hasilnya efektif untuk meningkatkan empati siswa yang ditunjukkan oleh

peningkatan hasil pretest dan posttest, namun masih terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini yaitu ketika subjek mendiskusikan refleksi isi, refleksi diri, dan refleksi pengalaman, permasalahan yang dibahas melebar dan terkadang subjek kurang percaya diri untuk menyampaikan didepan teman-temannya sehingga memerlukan waktu yang lebih lama.

Keterbatasan lainnya adalah peneliti tidak mengantisipasi terkait pengaruh dari luar yang dapat memberikan dampak terhadap peningkatan empati, seperti apakah subjek menerima ceramah, pesan kebaikan, ataupun kejadian yang didengar atau dialami berkaitan dengan nilai-nilai empati saat berada diluar perlakuan seperti dirumah atau disekolah. Peneliti tidak memberikan penugasan terkait hal ini sehingga tidak bisa mengontrol apakah ada pengaruh lain diluar perlakuan yang dapat mempengaruhi peningkatan empati subjek.

Terapi film dilakukan di dalam ruangan yang tidak kedap suara, hal ini kurang maksimal dikarenakan subjek dapat terganggu dengan suara dari luar ruangan, seperti dari pengeras suara saat ada pengumuman, saat istirahat karena suara teriakan siswa lain, dan suara speaker film menjadi kurang maksimal. Selain itu, luas ruangan yang tidak terlalu besar untuk 30 subjek membuat keadaan didalam ruangan tidak menggunakan kursi. Hal ini cukup mengganggu kenyamanan subjek karena harus duduk dengan lesehan dilantai. Sehingga dapat membuat gesekan atau besar kemungkinan antar subjek saling mengganggu selama proses terapi film berlangsung. Hal ini berdampak kepada konsentrasi subjek dalam memahami dan mengambil nilai dalam film.

Pemberian worksheet oleh peneliti kepada subjek sebagai bahan penugasan dan data penunjang peneliti mengalami kendala saat proses pengumpulan karena ada beberapa subjek yang tidak mengumpulkan karena terlupa ataupun worksheet yang dibagikan hilang. Hal ini diluar tanggung jawab peneliti karena ketika worksheet diberikan kepada subjek sudah menjadi tanggung jawab subjek untuk dapat menyelesaikan tugas tersebut. Sehingga beberapa subjek memiliki penugasan yang tidak lengkap dan peneliti cukup kesulitan ketika mengolah data untuk dianalisa.

Selain itu dalam sulitnya penyeleksian dan pemilihan film yang sesuai dengan aspek-aspek empati juga menjadi salah satu hal yang menjadi fokus perhatian, harus benar-benar disesuaikan dengan tingkat usia siswa agar tidak menyajikan cerita film yang belum pantas dilihat oleh siswa

sehingga bahan film tersebut dapat menstimulus pemikiran kritis siswa melalui diskusi. Hasilnya adalah membantu siswa untuk membangun aspek-aspek empati dalam dirinya sehingga dapat memahami perasaan serta emosi orang lain, lebih peka terhadap persoalan-persoalan yang ada di lingkungannya dan pemahaman internal terhadap dirinya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini terdapat peningkatan kemampuan empati dengan terapi film yang diberikan kepada siswa kelas IX SMP Negeri 31 Samarinda. Penelitian ini dilakukan dengan pemberian terapi film sebanyak 4 kali pertemuan. Penggunaan terapi film ini bermanfaat untuk menstimulasi fikiran yang memungkinkan siswa dapat menyilangkan gagasan-gagasan sehingga kesadarannya menjadi meningkat, dapat memperluas pandangan siswa tentang perbedaan kondisi manusia dan membuat siswa menghargai perbedaan perasaan orang lain terhadap berbagai macam hal sehingga menumbuhkan empati dalam dirinya yaitu kemampuan untuk memahami perasaan orang lain.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Saran bagi subjek
Bagi subjek, mampu mengembangkan wawasan dan memperluas pengalaman terkait peningkatan kemampuan empati dengan melakukan kegiatan sosial atau menonton tayangan yang berisikan nilai-nilai kemanusiaan, toleransi, dan kepedulian.
2. Saran bagi orang tua
Bagi orang tua, disarankan untuk meluangkan waktu menemani dan mendampingi anak ketika menonton film dirumah ataupun dibioskop sebagai sarana untuk menanamkan nilai-nilai moral dalam kehidupan. Selain itu, juga dapat menjadi salah satu cara orang tua membangun komunikasi dan menjalin keterbukaan hubungan kepada anak.
3. Saran bagi guru
Bagi guru, dapat menyisipkan kegiatan menonton film bersama untuk menyampaikan nilai-nilai yang mengandung empati dalam suatu program khusus dalam proses pengajaran. Terapi film ini,

juga dapat menjadi salah satu sarana media pembelajaran untuk mengembangkan nilai moral dalam pendidikan karakter.

4. Saran bagi sineas

Bagi sineas, bisa memproduksi film dengan sajian cerita yang mempresentasikan suatu nilai yang berkembang di masyarakat, misalnya mengangkat tema-tema pendidikan, sosial, bahkan ekonomi sehingga film dapat berfungsi sebagai sarana edukasi dan dapat mendidik masyarakat melalui tampilan film yang bisa mengajak untuk berfikir dari sudut pandang orang lain dengan cara yang nyaman tanpa menggurui.

5. Saran bagi peneliti selanjutnya

- a. Menjalinkan komunikasi untuk pendekatan dengan subjek dapat dilakukan lebih lama sebelum perlakuan agar membangun kedekatan sehingga lebih nyaman saat proses perlakuan dan mendapatkan hasil yang maksimal.
- b. Melakukan studi awal dalam menentukan film yang sesuai dengan usia subjek dan kebutuhan penelitian.
- c. Melakukan perlakuan terapi film secara individual dan bisa ditambahkan dengan perlakuan relaksasi agar subjek lebih mudah menginternalisasi nilai-nilai yang diteliti.
- d. Melakukan kontrol kepada subjek, terkait apakah subjek mendapatkan inputan informasi mengenai empati melalui menonton film dengan judul yang sama dirumah, membaca buku berkaitan tema empati, ataupun mendengarkan ceramah yang terdapat nilai empati didalamnya. Dimana hal ini dapat mempengaruhi proses pembelajaran subjek dalam memahami nilai-nilai empati diluar perlakuan yang diberikan peneliti.
- e. Bisa melakukan penelitian terkait peningkatan empati dengan media atau metode yang lain seperti audio maupun roleplay.
- f. Dapat melakukan penelitian lanjutan dengan variabel yang berbeda seperti perundungan, agresivitas, dan motivasi belajar.

DAFTAR PUSTAKA

Adriansyah, M. A., Rama, T. A., Anggara, A., Kridani, M. S., & Afani, A. A. (2016). Pengaruh Pelatihan Meditasi dan Self Hypnosys Untuk Meningkatkan Empati. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 5(1), 29-38.

Andayani, T. R. (2012). Studi meta-analisis: Empati dan bullying. *Buletin Psikologi*, 20 (1-2), 36-51.

Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial (edisi ke-10)*. Jakarta: Erlangga.

Coloroso, B. (2007). *The bully: The bullied and the bystander*. New York: Dr. Phil.

Desmita. 2016. *Psikologi perkembangan*. Bandung: Rosda.

Eisenberg, N. (2000). *Empathy and sympathy: Handbook of emotion (2nd ed.)*. New York: The Guilford Press.

Fatchurahman, M. (2017). Penerapan teknik cynema therapy untuk meningkatkan pemahaman siswa terhadap bahaya merokok. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 3 (1), 1-10.

Firmansyah, R. A., & Wrastari, A. T. (2014). Pengaruh penggunaan film sebagai media belajar terhadap pencapaian higher order thinking skill pada mahasiswa fakultas psikologi UNAIR. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 3 (1), 40-47.

Ginanjari, A. A. (2013). *Rahasia sukses membangun kecerdasan emosional dan spiritual*. Jakarta: Arga.

Halimah, A., Khumas, A., & Zainuddin., K. (2015). Persepsi pada bystander terhadap intensitas bullying pada siswa SMP. *Jurnal Psikologi*, 42 (2), 129-140.

Juliantika, Y. T., & Khusumadewi, A. (2017). Penerapan cinema therapy untuk meningkatkan empati siswa kelas X multimedia di SMK N 1 Driyorejo. *Jurnal BK*, 7 (3), 243-255.

Latifah, L., & Susanti, R. H. (2016). Upaya meningkatkan empati siswa SMP Muhammadiyah 1 Malang melalui penggunaan teknik sinema terapi. *Jurnal Konseling Indonesia*, 1 (2), 88-95.

Listiani, D. (2013). Hubungan antara pola asuh demokratis orang tua dengan empati remaja. *Jurnal Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda*, 1-8.

Ningsih, A. M., Hidayat, A. R., & Setiyowati, E. (2016). Pengaruh penggunaan cinematherapy terhadap peningkatan motivasi belajar siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5 (1), 1-7.

Niva, H. (2016). Penerapan pendekatan cinematherapy untuk meningkatkan perilaku prososial pada siswa Bosowa International School Makasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 2 (1), 41-48.

Nurjanah, E. (2013). Pengaruh media film terhadap motivasi belajar dalam pembelajaran pendidikan kewarganegaraan. (Tesis tidak

- diterbitkan). Universitas Pendidikan Indonesia: Bandung.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development: Perkembangan manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ramdhani, N. (2016). Emosi moral dan empati pada pelaku perundungan. *Jurnal Psikologi*, 43 (1), 66-80.
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja jilid 1 (edisi ke-11)*. Jakarta: Erlangga.
- Septiyani, L. (2016). Efektivitas terapi film terhadap pengelolaan emosi marah pada siswa kelas X SMKN 1 Kasihan. *E-Journal Bimbingan dan Konseling*, 8 (5), 119-127.
- Sukmawati, F. (2017). Bullying di media sosial: Potret memudarnya empati. *Jurnal Dakwah*, 11 (1), 77-88.
- Surilena. (2016). Perilaku bullying (perundungan) pada anak dan remaja. *CDK*, 43(1), 35-38.
- Suwanto, I., & Nisa A. T. (2017). Cinema therapy sebagai intervensi dalam konseling kelompok. *Proceeding Jambore Konselor*, 3, 147-152.
- Tomb, D. A. (2003). *Buku saku psikiatri (edisi ke-6)*. Jakarta: EGC.
- Untari, P. (2014). Hubungan antara empati dengan sikap pemaaf pada remaja putri yang mengalami kekerasan dalam berpacaran. *E-Journal Psikologi*, 2 (2), 279-289.
- Wicaksono, G. (2018). Efektivitas metode cinematherapy terhadap peningkatan konsep diri positif siswa SMA. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4 (6), 305-313.