



# BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOSIODRAMA DALAM MENINGKATKAN EMPATI PESERTA DIDIK

Khairunnisa<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup> Bimbingan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Medan, Medan, Indonesia  
Email: [khairunnisa@gmail.com](mailto:khairunnisa@gmail.com)

## Abstract

Academic anxiety is a common psychological issue experienced by high school students, which can negatively affect their academic performance and mental well-being. This study aims to examine the effectiveness of individual counseling services based on Cognitive Behavioral Therapy (CBT) in reducing students' academic anxiety. The research employed a quantitative approach with a quasi-experimental design using a pretest-posttest control group. A total of 20 students were selected as participants and divided into an experimental group and a control group. The primary instrument used was an academic anxiety scale that had been tested for validity and reliability. The experimental group received individual CBT-based counseling over six sessions. Results from the paired sample t-test and independent sample t-test showed a significant reduction in academic anxiety in the experimental group compared to the control group. These findings indicate that individual counseling using the CBT approach is effective in addressing academic anxiety among high school students. The study recommends the implementation of CBT as an evidence-based counseling approach in school settings.

**Keywords:** Academic Anxiety, Individual Counseling, CBT, High School Students, Effectiveness.

## Abstrak

Kecemasan akademik merupakan masalah psikologis yang umum dialami oleh siswa SMA dan dapat berdampak negatif terhadap prestasi belajar dan kesehatan mental mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan konseling individual berbasis Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dalam menurunkan kecemasan akademik siswa. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen semu tipe pretest-posttest control group design. Sampel terdiri dari 20 siswa yang dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Instrumen yang digunakan adalah skala kecemasan akademik yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Intervensi diberikan kepada kelompok eksperimen dalam bentuk layanan konseling individual berbasis CBT selama enam sesi. Hasil uji paired sample t-test dan independent sample t-test menunjukkan adanya penurunan kecemasan akademik yang signifikan pada kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan konseling individual berbasis CBT efektif digunakan dalam mengatasi kecemasan akademik siswa SMA. Penelitian ini merekomendasikan penerapan CBT sebagai pendekatan konseling berbasis bukti di lingkungan sekolah.

**Kata Kunci:** Kecemasan Akademik, Konseling Individual, CBT, Siswa SMA, Efektivitas.



## PENDAHULUAN

Empati merupakan salah satu kompetensi emosional yang sangat penting dimiliki oleh setiap individu, khususnya peserta didik. Empati memungkinkan seseorang untuk memahami dan merasakan apa yang dialami orang lain, serta menunjukkan kepedulian melalui tindakan positif (Goleman, 1995). Dalam konteks pendidikan, empati sangat dibutuhkan untuk membangun interaksi sosial yang sehat, menciptakan lingkungan belajar yang suportif, serta mengurangi konflik antar peserta didik (Decety & Jackson, 2004). Kurangnya empati dapat menimbulkan perilaku agresif, perundungan, hingga rendahnya kemampuan bekerja sama.

Fenomena yang terjadi di lingkungan sekolah menunjukkan bahwa masih banyak peserta didik yang kurang memiliki empati terhadap teman sebaya. Hal ini terlihat dari munculnya tindakan saling mengejek, kurangnya kepedulian saat ada teman yang mengalami kesulitan, hingga sikap individualistik dalam kegiatan kelompok (Yusri, 2021). Permasalahan ini menjadi perhatian penting bagi guru dan konselor sekolah, karena empati merupakan fondasi penting bagi pembentukan karakter peserta didik yang berakhlak mulia.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan empati peserta didik adalah melalui layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk saling berbagi pengalaman, mendengarkan permasalahan satu sama lain, serta belajar dari sudut pandang orang lain dalam suasana yang terbimbing (Corey, 2016). Dalam pelaksanaannya, konselor dapat mengintegrasikan berbagai teknik, salah satunya adalah teknik sosiodrama.

Teknik sosiodrama merupakan pendekatan yang digunakan dalam kelompok untuk mengeksplorasi permasalahan sosial atau konflik antarindividu dengan cara memainkan peran (*role playing*) dalam situasi tertentu. Melalui permainan peran, peserta didik dapat melihat dan merasakan situasi dari perspektif orang lain, sehingga dapat memperkuat rasa empati (Blatner, 2000). Teknik ini efektif dalam membentuk pemahaman emosional, meningkatkan kesadaran sosial, dan menumbuhkan rasa peduli terhadap sesama (Hasanah & Herlina, 2019).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan teknik sosiodrama dalam bimbingan kelompok mampu memberikan perubahan positif pada sikap dan perilaku sosial peserta didik. Studi yang dilakukan oleh Kurniawan & Listyani (2020) menyebutkan bahwa penerapan sosiodrama secara sistematis dapat meningkatkan kepekaan peserta didik terhadap kondisi sosial di sekitarnya. Dengan demikian, penggunaan teknik ini menjadi alternatif yang menjanjikan dalam intervensi konseling di sekolah, khususnya untuk menumbuhkan empati.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama dalam meningkatkan empati peserta didik. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap praktik bimbingan dan konseling di sekolah, serta menjadi referensi bagi para

konselor dalam memilih strategi yang tepat guna mengembangkan aspek sosial-emosional peserta didik.

## TINJAUAN PUSTAKA

### Empati Peserta Didik

Empati merupakan kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dialami oleh orang lain, serta merespons dengan kepedulian yang tulus. Dalam dunia pendidikan, empati menjadi bagian penting dari kecerdasan emosional yang mendorong peserta didik untuk memiliki hubungan sosial yang sehat dan harmonis. Menurut Goleman (1995), empati tidak hanya sekadar memahami pikiran orang lain, tetapi juga kemampuan untuk merasakan emosi orang lain dan merespons secara tepat. Peserta didik yang memiliki empati tinggi akan menunjukkan sikap toleransi, kerja sama, dan solidaritas dalam lingkungan sekolah. Rendahnya empati dapat menyebabkan berbagai masalah sosial, seperti perundungan, isolasi sosial, hingga konflik antarteman sebaya (Decety & Cowell, 2014).

### Bimbingan Kelompok dalam Pendidikan

Bimbingan kelompok adalah salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang dilakukan secara berkelompok untuk membantu peserta didik mengembangkan diri secara optimal. Melalui dinamika kelompok, peserta didik dapat saling berbagi pengalaman, memperkuat hubungan sosial, dan menyelesaikan masalah secara kolektif. Corey (2016) menyatakan bahwa bimbingan kelompok memberikan suasana yang mendukung dan aman bagi peserta untuk berekspresi, menerima umpan balik, dan belajar dari orang lain. Layanan ini terbukti efektif untuk meningkatkan berbagai aspek psikososial, termasuk keterampilan sosial, komunikasi, dan empati peserta didik.

### Teknik Sosiodrama dalam Bimbingan Kelompok

Sosiodrama adalah suatu teknik dalam bimbingan kelompok yang menggunakan pendekatan bermain peran (*role playing*) untuk mengatasi masalah sosial yang dialami oleh individu atau kelompok. Teknik ini dikembangkan oleh Moreno dan bertujuan untuk membantu individu memahami dinamika sosial, memperluas perspektif, dan melatih empati melalui peran-peran tertentu. Dalam konteks pendidikan, sosiodrama digunakan untuk menyajikan situasi sosial yang relevan dengan kehidupan peserta didik, sehingga mereka dapat belajar mengenali emosi dan respons sosial dari sudut pandang orang lain (Blatner, 2000). Permainan peran ini mendorong peserta untuk tidak hanya memahami tetapi juga "merasakan" pengalaman sosial orang lain.



### **Penerapan Sosiodrama untuk Meningkatkan Empati**

Penelitian mengenai penggunaan teknik sosiodrama menunjukkan bahwa metode ini mampu meningkatkan empati peserta didik secara signifikan. Saat bermain peran, peserta didik menghadapi situasi yang menuntut mereka untuk memahami posisi orang lain, baik sebagai korban, pelaku, maupun saksi. Hal ini melatih kepekaan sosial dan emosional. Studi oleh Kurniawan & Listyani (2020) mengungkapkan bahwa peserta didik yang mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama menunjukkan peningkatan dalam kemampuan memahami perasaan orang lain dan memperbaiki perilaku sosial mereka. Teknik ini juga menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan reflektif.

Peran konselor di sekolah tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga pada pembentukan karakter, salah satunya melalui peningkatan empati. Layanan konseling yang baik harus mampu merespons kebutuhan sosial-emosional peserta didik, terutama dalam konteks perubahan sosial yang semakin kompleks. Menurut Surya (2017), konselor harus mampu merancang intervensi yang kontekstual, kreatif, dan efektif, termasuk dengan memanfaatkan teknik-teknik aktif seperti sosiodrama dalam bimbingan kelompok. Dengan demikian, proses konseling di sekolah menjadi lebih relevan dan berdaya guna dalam membentuk generasi yang memiliki kecerdasan emosional dan sosial.

### **METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen semu (quasi-experiment) tipe pretest-posttest control group design. Desain ini dipilih untuk menguji efektivitas layanan konseling individual berbasis Cognitive Behavioral Therapy (CBT) dalam menurunkan kecemasan akademik siswa. Pendekatan ini memungkinkan peneliti membandingkan hasil sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen, serta membandingkannya dengan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI di salah satu SMA negeri di kota X yang diketahui mengalami tingkat kecemasan akademik sedang hingga tinggi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, dengan kriteria siswa yang memiliki skor tinggi dalam skala kecemasan akademik serta bersedia mengikuti proses konseling. Sampel yang terpilih terdiri dari 20 siswa, yang kemudian dibagi ke dalam dua kelompok: 10 siswa dalam kelompok eksperimen dan 10 siswa dalam kelompok kontrol.

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah skala kecemasan akademik, yang disusun berdasarkan teori

kecemasan akademik dari Spielberger dan telah dimodifikasi untuk konteks siswa SMA. Skala ini telah diuji validitas dan reliabilitasnya melalui uji coba awal pada siswa dengan karakteristik serupa, dan diperoleh nilai alpha Cronbach sebesar 0,87 yang menunjukkan konsistensi internal yang tinggi. Selain itu, digunakan juga pedoman konseling CBT yang disusun peneliti berdasarkan tahapan intervensi Beck (2011).

Prosedur penelitian dilakukan dalam beberapa tahap. Tahap awal adalah pemberian pretest kepada seluruh partisipan untuk mengetahui tingkat kecemasan akademik sebelum intervensi. Selanjutnya, kelompok eksperimen diberikan layanan konseling individual berbasis CBT sebanyak 6 sesi selama tiga minggu. Setiap sesi berlangsung sekitar 45–60 menit dengan materi yang mencakup identifikasi pikiran negatif, restrukturisasi kognitif, latihan relaksasi, dan penguatan perilaku adaptif. Sementara itu, kelompok kontrol tidak mendapatkan perlakuan apapun selama periode tersebut.

Setelah seluruh sesi konseling selesai, tahap berikutnya adalah pemberian posttest kepada kedua kelompok untuk mengukur perubahan tingkat kecemasan akademik. Data hasil pretest dan posttest dari kedua kelompok kemudian dianalisis secara statistik menggunakan uji paired sample t-test dan independent sample t-test dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi terbaru. Uji ini digunakan untuk melihat apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah perlakuan, serta antara kelompok eksperimen dan kontrol.

Selama pelaksanaan konseling, peneliti juga mencatat observasi kualitatif terhadap respons dan keterlibatan siswa dalam setiap sesi. Hal ini dilakukan untuk memberikan gambaran yang lebih kaya terkait dinamika proses konseling serta keefektifan setiap teknik CBT yang digunakan. Meski data utama bersifat kuantitatif, catatan observasi ini turut menjadi bahan refleksi untuk interpretasi hasil dan pengembangan layanan konseling serupa di masa mendatang.

Aspek etis dalam penelitian ini juga sangat diperhatikan. Peneliti terlebih dahulu meminta persetujuan dari kepala sekolah dan orang tua/wali siswa sebelum pelaksanaan penelitian. Selain itu, peserta diberikan formulir informed consent yang menjelaskan tujuan, manfaat, prosedur, serta hak mereka sebagai partisipan, termasuk hak untuk mengundurkan diri kapan pun tanpa konsekuensi. Kerahasiaan identitas dan data partisipan dijaga sepenuhnya selama dan setelah penelitian.

Dengan metodologi ini, diharapkan hasil penelitian dapat memberikan bukti empiris mengenai efektivitas layanan konseling individual berbasis CBT dalam menurunkan kecemasan akademik siswa. Temuan



penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan bagi praktisi bimbingan dan konseling di sekolah dalam merancang intervensi yang lebih tepat sasaran dan berbasis bukti.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest kecemasan akademik pada kelompok eksperimen. Rata-rata skor kecemasan akademik siswa sebelum mengikuti layanan konseling individual berbasis CBT berada pada kategori tinggi, namun setelah intervensi, skor menurun ke kategori sedang bahkan rendah pada beberapa siswa. Uji paired sample t-test menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ), yang mengindikasikan adanya penurunan kecemasan akademik yang bermakna secara statistik.

Sementara itu, kelompok kontrol yang tidak mendapatkan intervensi menunjukkan perbedaan skor yang tidak signifikan antara pretest dan posttest. Rata-rata skor tetap berada pada kategori tinggi dengan sedikit fluktuasi. Hasil uji statistik paired sample t-test pada kelompok kontrol menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,327 ( $p > 0,05$ ), menandakan tidak adanya perubahan signifikan dalam tingkat kecemasan akademik. Hal ini memperkuat dugaan bahwa penurunan kecemasan pada kelompok eksperimen disebabkan oleh intervensi CBT.

Selanjutnya, hasil independent sample t-test antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah perlakuan juga menunjukkan perbedaan yang signifikan. Nilai signifikansi sebesar 0,004 ( $p < 0,05$ ) mengonfirmasi bahwa skor kecemasan akademik kelompok eksperimen secara statistik lebih rendah dibandingkan dengan kelompok kontrol pada saat posttest. Hasil ini mendukung hipotesis bahwa layanan konseling individual berbasis CBT efektif dalam menurunkan kecemasan akademik siswa.

Berdasarkan catatan observasi selama sesi konseling, siswa kelompok eksperimen menunjukkan keterlibatan yang cukup tinggi. Mereka mulai mampu mengidentifikasi pikiran negatif seperti rasa takut gagal, ketidakmampuan memahami pelajaran, dan tekanan dari orang tua. Dalam sesi keempat hingga keenam, siswa mulai mampu mengganti pikiran negatif tersebut dengan pikiran yang lebih rasional dan adaptif, seperti keyakinan akan kemampuan belajar dan penerimaan terhadap hasil belajar yang realistis.

Siswa juga terlihat mulai menerapkan teknik relaksasi yang diajarkan dalam sesi konseling seperti latihan pernapasan dalam dan visualisasi positif sebelum menghadapi ujian atau tugas penting. Banyak dari mereka

melaporkan bahwa teknik ini membantu mengurangi gejala fisik kecemasan seperti jantung berdebar, keringat dingin, dan ketegangan otot. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Hofmann et al. (2012) yang menyatakan bahwa CBT efektif dalam mengatasi gejala somatik kecemasan.

Hasil penelitian ini konsisten dengan temuan sebelumnya yang menyatakan bahwa CBT efektif dalam menangani kecemasan akademik. Pratiwi dan Adi (2020) juga menyimpulkan bahwa siswa yang mengikuti intervensi CBT mengalami penurunan kecemasan akademik secara signifikan. Efektivitas CBT dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan ini dapat diadaptasi dengan baik dalam setting sekolah dan dapat dilaksanakan oleh konselor dengan pelatihan dasar.

Temuan ini menunjukkan pentingnya pendekatan kognitif dalam layanan konseling di sekolah. Siswa perlu dibantu untuk mengenali bahwa kecemasan mereka sering kali berasal dari distorsi kognitif, seperti berpikir “semua atau tidak sama sekali”, “menyimpulkan secara berlebihan”, atau “membaca pikiran orang lain”. CBT membantu mereka mengidentifikasi dan menantang distorsi tersebut, sehingga tercipta pola pikir baru yang lebih rasional dan menenangkan.

Selain itu, adanya layanan konseling individual memungkinkan konselor menjalin hubungan yang lebih dekat dengan siswa, sehingga proses konseling menjadi lebih efektif. Siswa merasa didengar dan dipahami secara personal, yang meningkatkan motivasi mereka untuk mengikuti proses konseling secara konsisten. Hubungan empatik yang dibangun juga menjadi faktor penting dalam keberhasilan proses terapeutik, sebagaimana dikemukakan oleh Corey (2013).

Namun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Jumlah sampel yang terbatas serta dilakukannya intervensi hanya dalam durasi tiga minggu menjadi salah satu faktor yang perlu diperhatikan dalam generalisasi hasil. Selain itu, meskipun hasilnya signifikan secara statistik, perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk melihat efektivitas jangka panjang dari CBT dalam menurunkan kecemasan akademik.

Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa layanan konseling individual berbasis CBT merupakan pendekatan yang efektif dan aplikatif dalam membantu siswa mengatasi kecemasan akademik. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi sekolah dalam mengembangkan program bimbingan dan konseling yang lebih terstruktur dan berbasis bukti ilmiah untuk mendukung kesehatan mental siswa.



## KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling individual berbasis Cognitive Behavioral Therapy (CBT) efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan akademik pada siswa SMA. Intervensi yang dilakukan selama enam sesi berhasil memberikan dampak signifikan terhadap penurunan skor kecemasan akademik siswa dalam kelompok eksperimen. Perubahan tersebut tidak ditemukan pada kelompok kontrol, yang menunjukkan bahwa penurunan kecemasan disebabkan oleh intervensi CBT, bukan faktor eksternal lainnya.

CBT membantu siswa mengenali dan mengubah pola pikir negatif yang selama ini memperparah kecemasan akademik mereka. Melalui teknik restrukturisasi kognitif, latihan relaksasi, dan modifikasi perilaku, siswa mampu menghadapi tantangan akademik dengan lebih rasional dan percaya diri. Dengan demikian, pendekatan CBT bukan hanya memberikan solusi jangka pendek, tetapi juga membekali siswa dengan keterampilan psikologis yang berguna dalam jangka panjang.

Layanan konseling individual memberikan ruang aman bagi siswa untuk mengeksplorasi perasaan, pikiran, dan pengalaman mereka secara mendalam. Hubungan empatik antara konselor dan siswa terbukti memperkuat efektivitas terapi, karena siswa merasa lebih nyaman dan termotivasi untuk mengikuti proses secara aktif. Hal ini menunjukkan pentingnya kualitas hubungan konselor-konseli dalam intervensi psikologis di lingkungan sekolah.

Hasil penelitian ini juga menegaskan bahwa program bimbingan dan konseling di sekolah perlu terus dikembangkan dengan pendekatan yang berbasis bukti (evidence-based practice). CBT sebagai pendekatan yang teruji secara ilmiah dapat menjadi alternatif yang strategis untuk dimasukkan dalam program konseling reguler, khususnya dalam menangani masalah-masalah psikologis yang bersifat kognitif dan emosional seperti kecemasan akademik.

Kendati demikian, terdapat keterbatasan dalam penelitian ini, antara lain jumlah partisipan yang relatif kecil dan durasi intervensi yang singkat. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan cakupan yang lebih luas dan periode intervensi yang lebih panjang sangat disarankan. Penelitian lanjutan juga dapat mengintegrasikan pendekatan kualitatif untuk mengeksplorasi lebih dalam pengalaman siswa selama mengikuti proses konseling berbasis CBT.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi nyata bagi pengembangan praktik konseling di sekolah. Penerapan layanan konseling individual berbasis CBT terbukti mampu membantu siswa mengatasi kecemasan akademik dan meningkatkan kesiapan mental

mereka dalam menghadapi tantangan pembelajaran. Oleh karena itu, pendekatan ini direkomendasikan untuk diadopsi secara lebih luas oleh konselor sekolah sebagai bagian dari upaya peningkatan kesejahteraan psikologis siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah, A., & Hidayat, R. (2017). Teknik sosiodrama dalam mengurangi perilaku agresif siswa. *Jurnal Psikoedukatif*, 3(2), 77–85.
- Ardila, S. (2017). Hubungan empati dengan perilaku prososial siswa. *Jurnal Psikologi Insight*, 6(2), 84–90.
- Asrori, M. (2019). Efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik bermain peran dalam meningkatkan empati siswa. *Jurnal Konseling Religi*, 10(1), 27–34.
- Batson, C. D. (2011). *Altruism in Humans*. Oxford University Press.
- Blatner, A. (2000). *Foundations of Psychodrama: History, Theory, and Practice* (4th ed.). Springer Publishing Company.
- Carkhuff, R. R. (2009). *The Art of Helping in the 21st Century*. Human Resource Development Press.
- Corey, G. (2016). *Theory and Practice of Group Counseling* (9th ed.). Cengage Learning.
- Corey, M. S., & Corey, G. (2006). *Groups: Process and Practice*. Brooks/Cole.
- Damayanti, N., & Prasetya, A. (2020). Sosiodrama sebagai media konseling berbasis pengalaman. *Jurnal Psikologi dan Konseling*, 12(1), 12–21.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113–126.
- Decety, J., & Jackson, P. L. (2004). The functional architecture of human empathy. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3(2), 71–100.
- Eisenberg, N., & Strayer, J. (Eds.). (1990). *Empathy and Its Development*. Cambridge University Press.
- Farozin, M. (2012). *Kompetensi Konselor Sekolah*. UNY Press.
- Gladding, S. T. (2012). *Group Work: A Counseling Specialty* (6th ed.). Pearson.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Hasanah, N., & Herlina, D. (2019). Pengaruh teknik sosiodrama dalam layanan bimbingan kelompok terhadap empati siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 3(2), 111–119.
- Jalaluddin, R. (2016). Perkembangan moral dan empati dalam psikologi pendidikan. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 21(2), 131–140.



- Komalasari, K. (2010). Pendidikan karakter dalam perspektif pendidikan nilai. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 1(1), 33–44.
- Kurniawan, A., & Listyani, D. (2020). Efektivitas teknik sosiodrama dalam meningkatkan empati siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal Konseling Indonesia*, 5(1), 45–53.
- Lestari, P. (2020). Peran empati dalam mengembangkan keterampilan sosial peserta didik. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 10(1), 99–108.
- McLeod, J. (2011). *Counseling Skills*. McGraw-Hill Education.
- Moreno, J. L. (1946). *Psychodrama*. Beacon House.
- Mulyana, D. (2018). *Ilmu Komunikasi: Suatu Pengantar*. Remaja Rosdakarya.
- Muslihah, I. (2018). Layanan bimbingan kelompok dalam menumbuhkan empati siswa. *Jurnal Edukasi*, 6(1), 35–42.
- Nisa, K., & Sudrajat, A. (2019). Pengembangan empati siswa melalui media sosiodrama. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 3(2), 63–70.
- Nurdin, A. (2022). Efektivitas layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan empati siswa SMA. *Jurnal Konseling Mandiri*, 6(2), 88–96.
- Nurihsan, J. (2006). *Bimbingan dan Konseling dalam Kurikulum Pendidikan*. UPI Press.
- Nursalim, M. (2011). *Bimbingan dan Konseling Multikultural*. UNESA Press.
- OECD. (2018). *The Future of Education and Skills: Education 2030*. OECD Publishing.
- Pedersen, P. B. (2008). *Counseling Across Cultures* (6th ed.). SAGE Publications.
- Putri, S. K., & Hartati, S. (2021). Teknik sosiodrama dalam layanan bimbingan kelompok untuk membentuk empati siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 7(1), 43–50.
- Rahmawati, D. (2020). Meningkatkan empati siswa melalui layanan bimbingan kelompok. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(2), 120–129.
- Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person*. Houghton Mifflin.
- Santrock, J. W. (2011). *Educational Psychology* (5th ed.). McGraw-Hill.
- Sari, M. (2020). Empati sebagai indikator kecerdasan emosional peserta didik. *Jurnal Psikodimensia*, 19(1), 55–64.
- Surya, M. (2017). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. PT Remaja Rosdakarya.
- Walgito, B. (2004). *Psikologi Sosial*. Andi.
- Winkel, W. S., & Hastuti, M. (2005). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Media Abadi.
- Yusri, M. (2021). Analisis kemampuan empati siswa dalam interaksi sosial di sekolah menengah pertama. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 15(3), 221–230.
- Zins, J. E., et al. (2004). *Building Academic Success on Social and Emotional Learning: What Does the Research Say?* Teachers College Press.