

## PENERAPAN *SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING* UNTUK MENINGKATKAN EMPATI MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING

Sri Panca Setyawati<sup>1</sup>, Laelatul Arofah<sup>2</sup>, Ikke Yuliani Dhian Puspitarini<sup>3</sup>, Santy Andrianie<sup>4</sup>, Marizty Jessica Ratputri David.<sup>5</sup>

Universitas Nusantara PGRI Kediri<sup>1,2,3,4,5</sup>

[sripanca@unpkediri.ac.id](mailto:sripanca@unpkediri.ac.id)<sup>1</sup>, [laelatarofah@unpkediri.ac.id](mailto:laelatarofah@unpkediri.ac.id)<sup>2</sup>, [ikkekeydp@unpkediri.ac.id](mailto:ikkekeydp@unpkediri.ac.id)<sup>3</sup>,  
[santyandrianie@unpkediri.ac.id](mailto:santyandrianie@unpkediri.ac.id)<sup>4</sup>, [dmarizty@gmail.com](mailto:dmarizty@gmail.com)<sup>5</sup>

### ABSTRAK

Seringkali didapati mahasiswa menunjukkan perilaku empati yang rendah. Hal tersebut terlihat dari perilaku yang dilakukan sehari-hari di kampus. Perilaku tersebut seperti acuh terhadap dosen, acuh dengan masalah yang sedang dialami oleh temannya, dan menganggap tugas kelompok tidak penting. Empati menjadi hal yang sangat penting untuk dimiliki oleh calon guru BK, mengingat nantinya akan berhubungan dengan beragam siswa yang memiliki latar belakang budaya dan masalah yang dimiliki. Calon guru BK yang memiliki empati rendah dikhawatirkan akan melanggar norma sosial dan agama. Oleh karena itu sangat dibutuhkan bantuan bagi calon guru BK yang memiliki empati rendah. Salah satu bantuan yang dapat ditawarkan adalah pendekatan SFBC (*Solution Focused Brief Counseling*). Pendekatan ini dipandang baru dan diharapkan dapat memberikan sumbangsih untuk meningkatkan empati mahasiswa BK UNP Kediri. Tujuan penelitian ini adalah untuk menunjukkan keefektifan SFBC untuk meningkatkan empati mahasiswa BK UNP Kediri. Metode yang digunakan adalah *pre-experiment* dengan jenis *one group pretest-posttest design*. Berdasarkan hasil data menunjukkan nilai sig. 0,303 yang artinya  $> 0,05$ . Apabila nilai signifikansi  $> 0,05$  maka  $H_0$  diterima, sehingga *Solution Focused Brief Counseling* tidak efektif untuk meningkatkan empati mahasiswa BK tingkat II UNP Kediri.

**Kata Kunci**  
sfbc, empati,  
mahasiswa

**Cara mengutip:** Setyawati, S. P., Arofah, L., Puspitarini, I. Y. D., Andrianie, S. & David, M. J. R. (2019) Penerapan *Solution Focused Brief Counseling* Untuk Meningkatkan Empati Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Nusantara of Research*, 6(1), 41-49.

### PENDAHULUAN

Di era revolusi industri 4.0 yang menuntut individu mampu mengaplikasikan teknologi serba canggih, nampaknya membawa sedikit pergeseran sifat manusia sebagai makhluk sosial menjadi makhluk idealis. Selain itu membawa dampak juga pada sikap individu terhadap yang lain. Perkembangan teknologi yang ditujukan untuk memudahkan segala kebutuhan individu, kadang juga mengesampingkan pentingnya hakikat kebersamaan, kerjasama dan saling tolong menolong antar sesama. Hal tersebut dapat menyebabkan permasalahan sosial, salah satunya adalah empati. Terdapat contoh kasus sebagian besar individu yang memilih "curhat" di media sosial daripada dengan sahabat, dengan alasan dapat langsung mengutarakan perasaannya dan merasa lebih banyak yang memperhatikan serta semua orang bisa memberikan komentar secara positif bahkan ada pula komentar negatif tentang permasalahan yang dialaminya. Dengan demikian terkikis pula sikap empati secara langsung yang ditunjukkan seseorang kepada individu lainnya.

Empati adalah sikap dasar individu sebagai makhluk sosial yang penting untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Cotton (dalam Garton & Gringot, 2005) menjelaskan empati sebagai kemampuan afektif untuk berbagi dalam perasaan orang lain dan kemampuan kognitif untuk memahami perasaan orang lain dalam perspektif dan kemampuan untuk berkomunikasi terhadap empati seseorang serta perasaan dan pemahaman yang lain dengan cara lisan verbal dan atau nonverbal. Ketulusan dalam berempati akan mampu mereduksi permasalahan sosial yang mungkin terjadi akibat sikap individualis.

Rogers (1959) memaparkan dua definisi empati, yang pertama adalah keadaan untuk memprediksi kerangka referensi internal dan dengan komponen emosional orang lain dengan tepat serta makna yang berkaitan dengan hal tersebut, sehingga seakan berada pada kondisi orang tersebut. Kedua, pada tahun 1975, Rogers menjelaskan empati merupakan "proses" suatu keadaan yang berarti : memasuki dunia persepsi orang lain dan secara menyeluruh memasuki dunia di dalamnya. Hal tersebut melibatkan kepekaan untuk merasakan perubahan makna yang mengalir dalam orang lain. Senada dengan Davis (1983) yang mendefinisikan empati adalah *reactions of one individual to the observed experiences of another*. Sedangkan Goleman (2007) menggolongkan empati sebagai wujud dari salah satu kecerdasan sosial dan mendefinisikan empati adalah kemampuan untuk mengetahui perasaan orang lain dan kunci untuk memahami perasaan orang lain dengan mampu menginterpretasikan pesan non verbal, nada bicara, gerak-gerik, dan ekspresi wajah yang diperlihatkan pada saat menjalin hubungan dengan seseorang. Berdasarkan pendapat beberapa ahli, dapat disimpulkan bahwa empati adalah kesanggupan psikologis individu yang mampu menempatkan dirinya ke dalam pikiran dan perasaan orang lain yang dilakukan secara sadardan ikhlas pada situasi dan kondisi yang dialami oleh orang lain.

Ketrampilan berempati selayaknya dimiliki oleh calon guru BK (Bimbingan dan Konseling) sebagai dasar pemahaman pada perasaan, pikiran, kondisi dan situasi yang dialami oleh konseli. Namun, fenomena mahasiswa BK yang menunjukkan kurangnya empati saat ini sering dijumpai. Hasil observasi yang dilakukan peneliti di Universitas Nusantara PGRI (UNP) Kediri kepada mahasiswa BK menunjukkan mahasiswa tidak memperhatikan pada saat dosen menjelaskan, tidak peduli pada masalah yang dialami oleh temannya, tidak memberikan kontribusi pada saat kerja kelompok karena merasa bukan pekerjaannya (egois) serta pasif dalam berbagai kegiatan kampus. Beberapa masalah tersebut merupakan contoh dari empati yang kurang.

Mahasiswa BK yang memiliki kemampuan empati rendah akan menyebabkan timbulnya permasalahan baru. Gustini (2017) menjelaskan bahwa mahasiswa yang cenderung memiliki empati kurang maka mahasiswa tersebut juga akan dapat melanggar norma sosial dan norma agama yang ada. Hal tersebut apabila tidak segera mendapatkan perhatian yang lebih, nantinya akan mempengaruhi kualitas pribadi dan profesionalisme kinerja ketika mahasiswa tersebut menjadi Guru BK.

Mengingat pentingnya empati dalam kehidupan sehari-hari guru BK, maka peneliti memandang perlu memberikan bantuan kepada mahasiswa BK untuk bisa menunjukkan empati yang baik. Salah satu yang dapat dilakukan melalui *Solution Focused Brief Counseling*

(SFBC). SFBC merupakan pendekatan yang fokusnya pada masa depan, dan berorientasi tujuan (Corey, 2012: 425). Pendekatan ini menekankan pada terbentuknya solusi dari sebuah masalah. Mahasiswa diarahkan secara mandiri untuk bisa membangun solusinya. Peneliti memandang mahasiswa dari perspektif SFBC sebagai pribadi yang mampu dan berkompeten untuk menyusun sendiri solusi dari permasalahan empati yang rendah. Arofah & Nawantara (2018) mengatakan bahwa SFBC merupakan pendekatan yang sangat kuat, praktis, dan terbukti dapat mengubah positif individu, kelompok, dan organisasi. Konseling ini berfokus pada solusi, menolak pendekatan-pendekatan konvensional yang memberikan asumsi secara luas bahwa cara terbaik dalam menyelesaikan masalah adalah fokus terhadap masalahnya.

SFBC fokus pada kemandirian konseli untuk berfikir, memahami perasaannya dan merubah perilakunya. Mahasiswa diarahkan untuk melatih kepekaan perasaan terhadap situasi dan kondisi sekitarnya. Melalui penggunaan SFBC, konseli (mahasiswa BK) diharapkan memiliki kemampuan berempati dengan memahami, merasakan, serta memperlakukan orang lain sebagaimana perasaan orang tersebut. Dengan demikian, SFBC dapat menjadi salah satu rancangan alternatif untuk membantu masalah mahasiswa yang memiliki empati rendah. Sehingga harapan Program Studi BK UNP Kediri dapat mewujudkan mahasiswa BK menjadi Guru BK yang siap melayani dengan sepenuh hati, berkompeten dan profesional dalam bekerja, serta menjadi pribadi konselor yang berkualitas.

Individu dapat dilatih untuk meningkatkan empatinya. Penelitian Andrianie (2015) menunjukkan bukti bahwa empati dapat dilatih dengan menggunakan paket bimbingan berbasis *experiential learning*. Hal tersebut mendukung bahwa dengan SFBC, secara mandiri mahasiswa dapat melatih kepekaan empatinya. Selain itu, hasil penelitian Kim & Franklin (2009) menunjukkan SFBC juga efektif untuk masalah yang berkaitan dengan akademik atau perilaku. Hasil penelitian lain dari Saadatzaade & Khalili (2012) juga menjelaskan bahwa *Solution Focused Brief Counseling* (SFBC) memiliki pengaruh positif terhadap prestasi akademik. Dengan demikian SFBC menunjukkan pengaruh positif untuk beberapa permasalahan, dan peneliti mempertimbangkan bahwa SFBC juga dapat menyelesaikan permasalahan empati. Harapan dari peneliti, SFBC efektif untuk meningkatkan empati mahasiswa BK sebagai calon Guru BK.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimen. Creswell (2012) mendefinisikan pendekatan eksperimen merupakan pendekatan penelitian untuk menguji pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Sedangkan teknik eksperimen dalam penelitian ini adalah *pre-experiment* dengan desain penelitian *one group pretest-posttest*. Tempat penelitian dilaksanakan di UNP Kediri mulai dari bulan Februari sampai Maret 2019. Pemilihan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan teknik proporsional dimana seluruh mahasiswa BK tingkat II dijadikan sebagai sampel mengingat jumlah mahasiswa subjek penelitian ini berjumlah 7 dan berada pada kategori empati rendah. Adapun tahapan penelitian ini yaitu 1) pelaksanaan *Pretest*; 2) pelaksanaan *treatment*; dan 3) pelaksanaan *Posttest*. Instrumen pengumpul data yang digunakan adalah pedoman observasi, pedoman wawancara, dan skala empati. Hasil data dari instrumen tersebut dianalisis menggunakan *Paired Sample T-test* dengan bantuan program

SPSS IBM Statistic 20.0 yang kemudian menghasilkan data guna mendapatkan informasi yang komprehensif dalam mencapai tujuan penelitian.

## HASIL

### Uji Normalitas

Tabel 1.1 Uji Normalitas

Uji Normalitas Skor <i>Pretest</i>			Uji Normalitas Skor <i>Posttest</i>		
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Pretest			Postes
N		7	N		7
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	46.71	Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	48.29
	Std. Deviation	3.946		Std. Deviation	3.352
Most Extreme Differences	Absolute	.239	Most Extreme Differences	Absolute	.208
	Positive	.239		Positive	.162
	Negative	-.147		Negative	-.208
Kolmogorov-Smirnov Z		.633	Kolmogorov-Smirnov Z		.550
Asymp. Sig. (2-tailed)		.817	Asymp. Sig. (2-tailed)		.923
a. Test distribution is Normal.			a. Test distribution is Normal.		

Berdasarkan uji normalitas dengan menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*, dapat diketahui bahwa data skala empati hasil instrumen *pretest* maupun *posttest* berdistribusi normal. Hal ini dapat dilihat dari skor signifikansi memiliki skor di atas 0,05 yang menjadi ambang batas skor signifikansi uji normalitas.

### Uji Homogenitas

Tabel 1.2 Uji Homogenitas

Uji Homogenitas Skor <i>Pretest</i>				Uji Homogenitas Skor <i>Posttest</i>			
Test of Homogeneity of Variances				Test of Homogeneity of Variances			
Pretest				Postes			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.271	1	5	.625	1.207	1	5	.322

Berdasarkan data di atas, baik skor empati pada *pretest* dan *posttest* di kelompok eksperimen maupun kontrol, keduanya memiliki skor signifikansi p-value lebih dari 0,05 yang berarti data bersifat homogen, sehingga hasil uji efektifitas nantinya bisa digeneralisasikan untuk seluruh populasi.

### Uji *Paired Sample T test*

Berdasarkan tabel 1.3, terdapat perbedaan mean antara *pretest* dan *posttest*. Skor mean *pretest* sebesar 46,71 sementara *posttest* sebesar 48,29. Perbedaan skor mean *pretest* dan *posttest* ini menunjukkan adanya perbedaan hasil belajar antara sebelum dilakukan

perlakukan. Selanjutnya berdasarkan tabel 1.4 skor menunjukkan signifikansi  $2,55 > 0,05$ , skor ini diartikan bahwa skor pretes dan skor postes tidak memiliki hubungan.

Tabel 1.3 *Paired Samples Statistics*

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest	46.71	7	3.946	1.491
	Postes	48.29	7	3.352	1.267

Tabel 1.4 *Paired Samples Correlations*

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretest & Postes	7	.499	.255

Tabel 1.5 *Paired Samples Test*

Paired Samples Test							T	df	Sig. (2-tailed)
		Paired Differences			95% Confidence Interval of the Difference				
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper			
Pair 1	Pretest – Postes	-1.571	3.690	1.395	-4.984	1.842	-1.127	6	.303

Berdasarkan data di atas menunjukkan nilai sig. 0,303 yang artinya  $> 0,05$ . Apabila nilai signifikansi  $> 0,05$  maka  $H_0$  diterima, sehingga *Solution Focused Brief Counseling* tidak efektif untuk meningkatkan empati mahasiswa BK tingkat II UNP Kediri.

## PEMBAHASAN

Hasil analisis data menggunakan *Paired Sample T-test* menunjukkan nilai sig. 0,303 yang artinya  $> 0,05$ . Apabila nilai signifikansi  $> 0,05$  maka  $H_0$  diterima, sehingga *Solution Focused Brief Counseling* tidak efektif untuk meningkatkan empati mahasiswa BK tingkat II UNP Kediri. Berdasarkan hasil tersebut artinya bahwa empati mahasiswa BK tingkat II tidak mengalami peningkatan sesudah diberikan konseling SFBC. Konseling SFBC dipandang kurang sesuai digunakan untuk membantu siswa yang mengalami empati rendah. Hasil tersebut tentunya perlu dikaji secara teoritis penyebab ketidakefektifan konseling SFBC bagi mahasiswa BK. Secara tahapan, konseling SFBC sudah dilakukan sesuai dengan prosedur yang ada, seperti yang diuraikan dalam tiap sesi berikut ini:

Sesi pertama yang dilakukan yaitu orientasi, identifikasi keluhan serta penetapan tujuan. Peneliti memulai sesi pertama dengan terlebih dahulu berkenalan, membangun hubungan baik dengan memberikan topik netral. Peneliti juga menjelaskan tujuan kegiatan pada hari tersebut dan menjelaskan tentang konseling SFBC serta perilaku empati itu sendiri. Peneliti bertanya pada masing-masing konseli tentang masalah empati yang dialami selama ini. Konseli terlihat bersemangat menceritakan perilaku empati yang selama ini dilakukan. Konseli juga diminta untuk menuliskan dalam lembar pertanyaan berskala posisi empati konseli saat ini. Mayoritas berada dikisaran 6-7. Perilaku-perilaku apa saja yang menunjukkan empati

rendah diminta untuk menuliskannya juga di lembar kerja. Selanjutnya peneliti meminta konseli untuk menetapkan tujuan yang ingin dicapai demi meningkatkan empatinya. Penetapan tujuan tersebut dengan memberikan pertanyaan keajaiban kepada konseli. Pada sesi pertama ini, konseli masih terlihat agak kebingungan dengan kegiatan konseling SFBC, dimana salah satunya terkait pertanyaan keajaiban. Disini peneliti berusaha menjelaskan sesederhana mungkin sehingga mereka paham. Namun, masih juga ada 2 anak yang belum paham dengan yang harus mereka tuliskan. Peneliti lalu memberikan contoh langsung dalam praktiknya di kehidupan sehari-hari dan mereka berusaha menuliskannya.

Sesi kedua yang dilakukan yaitu mencari pengecualian terhadap masalah, mendorong motivasi, pemberian tugas. Peneliti menanyakan kemajuan sejak pertemuan pada sesi pertama dengan memberikan *exception question* (pertanyaan pengecualian) dan meminta konseli menuliskannya pada lembar kerja. Pada tahap ini konseli diajak untuk memikirkan situasi seperti apa yang membuat konseli menjadi pribadi yang berbeda dari yang sekarang dirasakan. Dapat dikatakan konseli diajak untuk menuliskan situasi seperti apa yang membuat konseli memiliki empati yang tinggi. Tidak lupa peneliti memberikan dorongan motivasi untuk membantu konseli lebih bersemangat menciptakan situasi yang positif tersebut. Terakhir peneliti memberikan tugas untuk konseli yang nanti akan dibahas pada sesi ketiga. Pada tahap ini, konseli sudah semakin lancar menuliskan setiap instruksi dari peneliti. Beberapa sudah menuliskannya secara baik, namun juga ada yang belum spesifik sehingga peneliti membantunya agar lebih spesifik.

Sesi ketiga yang dilakukan yaitu mengevaluasi perubahan dan pemeliharaan perubahan. Pada sesi ini peneliti menanyakan kemajuan yang sudah dirasakan dengan memberikan pertanyaan berskala. Beberapa konseli berada pada skala yang tetap dari pertemuan sebelumnya, namun ada juga yang mengalami peningkatan. Selanjutnya, peneliti membahas dengan konseli tentang tugas yang diberikan pada sesi sebelumnya. Masing-masing konseli membacakan tugas tersebut, dan peneliti memberikan komentar terkait tugas yang sudah dikerjakan. Peneliti juga meminta konseli menuliskan strategi pemeliharaan yang dilakukan agar dapat selalu memiliki empati yang tinggi. Beberapa mahasiswa kurang spesifik dalam menuliskan strategi tersebut, lalu peneliti membantu untuk lebih mengoprasionalkan. Selain itu, konseli juga menuliskan hambatan-hambatan yang ditemui apabila strategi tersebut dilakukan, dan tak lupa peneliti meminta konseli untuk menuliskan juga cara yang dilakukan untuk mengatasi hambatan tersebut. Konseli terlihat cukup lancar dalam menuliskan cara yang dilakukan ketika hambatan tersebut muncul. Sebelum mengakhiri kegiatan, peneliti memberikan tugas antar sesi kepada konseli yang nanti akan dibahas pada sesi selanjutnya.

Sesi keempat yang dilakukan yaitu mengevaluasi pencapaian tujuan dan terminasi. Peneliti membahas tugas antar sesi yang diberikan pada pertemuan sebelumnya. Disitu konseli membacakan tugas masing-masing dan peneliti memberikan balikan tentang tugas tersebut. Antara konseli satu dengan yang lain saling memberikan komentar terkait tugas antar sesi tersebut sehingga saling belajar antar konseli. Disamping itu, pada sesi terakhir ini konseli dilihat kemajuan terkait perilaku empati yang dimiliki dengan pertanyaan berskala. Beberapa konseli menunjukkan skala yang maksimal, namun juga masih ada yang tetap antara sesi sebelumnya. Pada sesi ini peneliti juga memberikan penguatan-penguatan terkait perilaku empati yang berusaha ditingkatkan. Dengan adanya penguatan dari peneliti diharapkan konseli dapat menunjukkan empati yang tinggi, dan sesuai dengan tujuan yang diharapkan di awal. Konseli tak lupa juga diminta untuk mengungkapkan pengalaman yang didapat selama mengikuti kegiatan konseling SFBC.

Dilihat dari tahapan-tahapan konseling SFBC di atas sudah sesuai dengan prosedur yang ada. Selain itu, konseling yang dilakukan selama 4 sesi ini juga memperlihatkan bahwa konseli cukup antusias dalam mengikuti seluruh rangkaiannya. Akan tetapi, di dalam konseling SFBC memandang pentingnya hubungan baik dalam proses konseling. Ketika peneliti terlalu fokus dengan teknik dan tahapan maka hubungan tersebut akan terabaikan sehingga jalannya proses konseling menjadi tidak maksimal. Hal tersebut juga menjadi salah satu alasan mengapa SFBC tidak efektif untuk meningkatkan empati mahasiswa BK tingkat II UNP Kediri. Kenyataan ini didukung dengan pendapat Nichols dalam Corey (2012: 447) *Some solution-focused therapists now acknowledge the problem of relying too much on a few techniques, and they are placing increased importance on the therapeutic relationship and the overall philosophy of the approach.*

Selanjutnya, tidak hanya terkait konseling SFBC saja, variabel empati juga turut dianalisis untuk melihat penyebab ketidakefektifan konseling SFBC untuk meningkatkan empati mahasiswa BK tingkat II. Empati merupakan keterampilan yang dapat dilatihkan. Namun demikian, empati juga memiliki faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang untuk memiliki sikap empati, antara lain sosialisasi, mood dan feeling, proses belajar dan indentifikasi, situasi dan tempat, komunikasi dan bahasa, serta pengasuhan (Hoffman, 1999). Faktor-faktor ini menjadi salah satu penyebab SFBC menjadi tidak efektif ketika diujicobakan untuk meningkatkan empati mahasiswa BK tingkat II UNP Kediri.

Pemilihan situasi dan tempat yang tidak beragam menjadikan peneliti tidak dapat memotret empati mahasiswa di berbagai situasi dan tempat. *Treatmen* SFBC dilaksanakan di ruangan kelas dan pada saat selesai kegiatan perkuliahan. Hal ini menjadi salah satu faktor yang menyebabkan adanya kejenuhan situasi dan tempat yang dialami oleh mahasiswa. Kegiatan *treatmen* yang dilakukan di ruang kelas yang sama dengan kelas yang digunakan oleh mahasiswa mengikuti perkuliahan menjadi potensi besar kejenuhan akan tempat dan situasi. Sementara itu, waktu pelaksanaan *treatmen* yang selalu dilakukan dilaksanakan setelah jam perkuliahan terakhir juga berpengaruh terhadap rasa bosan mahasiswa karena tidak ada jeda istirahat setelah kegiatan perkuliahan dan kegiatan *treatmen* SFBC.

Mahasiswa BK tingkat II UN PGRI Kediri berasal dari latarbelakang yang beragam, baik secara sosial, ekonomi, maupun budaya. Keanekaragaman ini memicu bervariasinya karakter seseorang, terlebih lagi subjek masih berada di tingkat II dimana kohesi kelompok belum terjalin dengan baik. Adanya keheterogenan karakter yang dilatarbelakangi adanya perbedaan latarbelakang ekonomi, sosial dan budaya mahasiswa ini juga menjadi salah satu faktor potensial yang dapat menyebabkan empati sulit dilatihkan serta berdampak sama pada masing-masing individu. Agar hasil pelatihan empati maksimal bagi masing-masing individu, seharusnya dilakukan penyamaan persepsi dan pemberian pengantar mengenai dasar-dasar empati yang disepakati dalam kelompok.

Karakter dan latarbelakang mahasiswa yang heterogen juga mempengaruhi gaya komunikasi dan bahasa yang dimiliki oleh mahasiswa BK tingkat II UN PGRI Kediri. Komunikasi dan bahasa yang buruk antar individu akan menyebabkan lahirnya empati yang buruk. Perbedaan gaya komunikasi dan bahasa seringkali menimbulkan adanya salah persepsi antar individu sehingga dapat menimbulkan konflik antar individu dalam kelompok. Kondisi ini menjadi penghambat terbentuknya kohesi kelompok yang menyebabkan hasil dari pelatihan empati tidak dapat maksimal.

Pola asuh yang telah didapatkan masing-masing individu juga mempengaruhi empati yang tertanam pada masing-masing mahasiswa. Keluarga merupakan sekolah pertama yang

menjadi penentu karakter seseorang. Adanya perbedaan pola asuh orangtua, tentu saja akan mempengaruhi karakter seseorang dalam hal ini adalah empati yang dimiliki oleh mahasiswa BK tingkat II UN PGRI Kediri. Pola asuh yang beragam juga dapat menyebabkan pemahaman empati yang beragam pula dari masing-masing individu sehingga hasil pelatihan empati yang dilakukan menjadi bervariasi. Berdasarkan analisis dari kedua variabel di atas, menjadi dasar ketidakefektifan konseling SFBC untuk meningkatkan empati mahasiswa BK tingkat II UN PGRI Kediri.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa *Solution Focused Brief Counseling* tidak efektif untuk meningkatkan empati mahasiswa BK tingkat II UNP Kediri. Berdasarkan kesimpulan penelitian ini, maka peneliti mengajukan saran untuk peneliti selanjutnya agar dapat memperpanjang masa penelitian sehingga didapatkan hasil yang lebih maksimal, mengukur empati mahasiswa dari berbagai setting situasi dan waktu sehingga didapat gambaran empati siswa di berbagai setting situasi dan waktu, serta menerapkan intervensi yang berbeda sehingga dapat diketahui keefektifannya.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Andrianie, Santy. Ariyanto, R. D. & Nawantara, R. D. 2015. Pengembangan Paket Bimbingan Peningkatan Empati Berbasis Experiential Learning Bagi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan: Jurnal Kajian Teori dan Praktik Kependidikan*. 2 (3): 196-202.
- Arofah, L. & Nawantara, R. D. 2018. *Pengembangan Panduan Solution Focused Brief Counseling Untuk Guru BK Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 1 Kota Kediri*. *Jurnal Bikotetik*. 2 (1): 73-114.
- Cohen, L. Manion, L & Morrison, K. 2007. *Research Methods in Education Sixth edition*. New York: Routledge Taylor & Francis Group. (Online), <http://www.knowledgeportal.pakteachers.org/.../RESERACH%20METHOD%20COH>, diakses 24 Juni 2015.
- Corey, G. 2012. *Theory and Practice of Group Counseling* (8<sup>th</sup> Ed). Belmont, CA: Brooks/Cole.
- Creswell, J.W. 2012. *Education Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research Four Edition*. Boston: Pearson Education.
- Davis, M.H. 1983. Measuring Individual Differences in Empathy. *Journal of Personality and Social Psychology*. 132 (2): 397-410.
- Garton, A.F., & Gringart, E. 2005. The Development of a Scale to Measure Empathy in 8- and 9-year old Children. *Australian Journal of Education and Developmental Psychology*. 5. 17-25.
- Goleman, D. 2007. *Social Intelligence (terjemahan oleh Hariono S. Imam)*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Gustini, N. 2017. *Empati Kultural Pada Mahasiswa*. *Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*. 1(1): 17-34.
- Kim, J.S & Franklin, C. 2009. *Solution Focused brief therapy in schools: A review of the outcome literature*. *Children and Youth Services Review*, 31: 464-470.



Rogers, C.R. 1959. *Empatic: An Unprpreciated Way of Being*. The Counseling Psychologist. Boston: Mifflin Company.

Saadatzaade & Khalili. 2012. Effects of Solution - Focused Group Counseling on Student's Self Regulation and academic achievement. *International Journal for Cross-Disciplinary Subjects in Education (IJCDSE)*. 3(3):780-787.