

EFEKTIVITAS MODEL BIMBINGAN KELOMPOK MENGGUNAKAN NILAI LUHUR “NRIMO ING PANDUM” UNTUK MENINGKATKAN EMPATI

Dimas Ardika Miftah Farid

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

*) Corresponding author, email: dimas.ardika@unipasby.ac.id

ABSTRACT

This study aims to identify the effectiveness of the group guidance model using the noble value of "Nrimo Ing Pandum" to increase student empathy as a conflict prevention. This study uses an experimental method with a one group pre-test and post-test design to measure changes in the level of empathy in research subjects before and after treatment, although without a control group to compare the effects of the treatment. This study used a sample of 8 guidance and counseling students at PGRI Adi Buana University, Surabaya. One of the causes of student conflict is low empathy. Empathy can be increased with group guidance techniques. The SPSS test value is known to be Asymp. Sig (2-tailed) is 0.042 which means less than 0.05 so that the hypothesis is accepted (Ha). The results that can be concluded are that the group guidance model using the noble value of "Nrimo Ing Pandum" is effective in increasing student empathy as a conflict prevention.

Keywords

group guidance,
nrimo ing pandum,
empathy

ABSTRAK

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengidentifikasi efektivitas model bimbingan kelompok menggunakan nilai luhur “Nrimo Ing Pandum” untuk meningkatkan empati mahasiswa sebagai pencegahan konflik. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain one group pre-test and post-test untuk mengukur perubahan tingkat empati pada subjek penelitian sebelum dan sesudah perlakuan, meskipun tanpa kelompok kontrol untuk membandingkan efek perlakuan. Penelitian ini menggunakan sampel 8 mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Penyebab konflik mahasiswa salah satunya adalah disebabkan oleh empati yang rendah. Empati dapat ditingkatkan dengan teknik bimbingan kelompok. Nilai uji SPSS diketahui Asymp. Sig (2-tailed) adalah 0,042 yang memiliki arti kurang dari 0,05 sehingga hipotesis diterima (Ha). Hasil yang dapat disimpulkan adalah model bimbingan kelompok menggunakan nilai luhur “Nrimo Ing Pandum” efektif untuk meningkatkan empati mahasiswa sebagai pencegahan konflik.

Kata Kunci

bimbingan kelompok,
nrimo ing pandum,
empati

PENDAHULUAN

Baron-Cohen dan Wheelwright (2004) mengemukakan bahwa empati adalah kemampuan yang memungkinkan individu untuk memahami dan meramalkan tindakan orang lain, serta merasakan emosi yang dialami oleh orang tersebut. Dalam empati, seseorang harus mampu melihat situasi dari perspektif orang lain. Dalam arti luas, pengambilan perspektif empati melibatkan reaksi yang sangat kaya terhadap kondisi mental orang lain, dalam upaya untuk memahami orang lain dengan merasakan bersama mereka, dengan bereaksi secara emosional terhadap kondisi emosional mereka sehingga dapat menangkap realitas fenomenologisnya. Orang yang berempati harus menyadari bahwa situasi yang dibayangkan tidak nyata bagi mereka. Lebih jauh, mereka harus menyadari bahwa emosi mereka sesuai dengan reaksi subjek target terhadap situasi mereka, dan bahwa tidak ada (atau tidak sama) ikatan motivasi bagi mereka.

Empati adalah kemampuan untuk memahami dan meramalkan tindakan orang lain, serta merasakan emosi yang dialami oleh orang tersebut (Baron-Cohen & Wheelwright, 2004). Dalam kondisi ideal, empati memungkinkan individu untuk melihat situasi dari perspektif orang lain dan berempati dengan mereka, menciptakan hubungan yang lebih harmonis dan saling mendukung. Empati yang tinggi dapat meningkatkan kualitas hubungan antar manusia, mendukung komunikasi yang efektif, dan mengurangi potensi konflik (Decety & Cowell, 2015; Zaki, 2020).

Namun, dalam kenyataan di lapangan, terutama di lingkungan perguruan tinggi, tingkat empati mahasiswa seringkali rendah. Penurunan tingkat empati ini dapat dilihat dalam interaksi antar mahasiswa yang cenderung berfokus pada kompetisi akademik dan kurang memperhatikan kesejahteraan sosial atau emosional sesama. Mahasiswa yang kurang empatik cenderung lebih sulit dalam menyelesaikan konflik secara konstruktif, sering kali terjebak dalam sikap defensif atau agresif ketika berhadapan dengan perbedaan pendapat atau stres akademik (Hodges & Klein, 2001). Dalam banyak kasus, rendahnya empati ini memperburuk kualitas interaksi antar mahasiswa, yang dapat berdampak pada pengalaman sosial dan psikologis mereka selama kuliah (Eisenberg & Lennon, 1983). Selain itu, rendahnya empati dapat memperburuk fenomena seperti bullying, diskriminasi, dan intoleransi yang sering terjadi dalam lingkungan kampus (Gerdes, Segal, Jackson, & Mullins, 2011).

Urgensi pengembangan empati di universitas sangat tinggi, mengingat peran pentingnya dalam menciptakan iklim kampus yang inklusif, mendukung keberagaman, dan mencegah terjadinya konflik. Penelitian oleh Davis (2015) menunjukkan bahwa empati dapat meningkatkan kohesi sosial dalam kelompok, mengurangi ketegangan yang muncul akibat perbedaan, dan memfasilitasi kerjasama yang lebih efektif antar individu dengan latar belakang yang berbeda. Dalam konteks pendidikan tinggi, pengembangan empati menjadi hal yang krusial untuk membantu mahasiswa tidak hanya sukses secara akademis, tetapi juga berkembang sebagai individu yang memiliki kepedulian sosial yang tinggi, yang dapat beradaptasi dengan baik dalam masyarakat yang semakin kompleks dan multikultural.

Berdasarkan temuan ini, penting bagi universitas untuk mengintegrasikan pendekatan-pendekatan yang dapat meningkatkan empati dalam kurikulum dan layanan bimbingan mahasiswa. Salah satu metode yang efektif adalah melalui bimbingan kelompok, yang memungkinkan mahasiswa untuk berbagi pengalaman dan belajar memahami perasaan orang lain dalam lingkungan yang aman dan terbuka. Melalui pendekatan ini, mahasiswa dapat lebih mudah mengidentifikasi perasaan dan perspektif orang lain, serta mengembangkan keterampilan untuk merespons secara emosional dan sosial dalam cara yang lebih empatik (Gibson & Mitchell, 2011).

Menurut Hall (dalam Santrock, 2011), remaja cenderung memiliki pola pikir yang abstrak, idealis, serta lebih egosentris dalam memandang dunia di sekitarnya. Karakteristik berpikir seperti ini menjadikan mereka lebih sensitif dan mudah terlibat dalam konflik, baik internal maupun eksternal. Dalam situasi konflik, empati memungkinkan seseorang untuk mengelola emosinya sendiri dan merespon situasi dengan kepala dingin. Dengan empati, individu dapat mengenali perasaan orang lain, seperti kemarahan, kesedihan, atau frustrasi, tanpa bereaksi secara agresif atau defensif. Respon yang penuh pengertian ini dapat meredakan ketegangan dan membuka ruang untuk diskusi yang lebih produktif, sehingga konflik dapat diselesaikan secara damai. Empati juga membantu mencegah konflik sebelum terjadi. Seseorang yang berempati cenderung lebih berhati-hati dalam berperilaku atau berbicara, karena ia sadar bahwa tindakan atau ucapannya dapat memengaruhi perasaan orang lain. Hal ini menciptakan lingkungan sosial yang lebih harmonis, di mana setiap individu merasa dihargai dan dipahami, sehingga potensi konflik dapat diminimalkan.

Dalam kajian empirik yang dituliskan oleh Tazkia & Prihartanti (2021); Susanti & Ildil (2023); dan Kurniawati & Harmaini (2020) menunjukkan bahwa Generasi Z dengan status mahasiswa memiliki kecenderungan empati yang rendah terhadap sesama. Mahasiswa yang memiliki empati rendah memiliki potensi konflik yang tinggi. Upaya untuk meningkatkan empati mahasiswa sebagai pencegahan konflik dapat dilakukan melalui layanan bimbingan kelompok yang berbasis pada nilai luhur "Nrimo Ing Pandum". "Nrimo Ing Pandum" adalah konsep dari budaya Jawa yang mengajarkan penerimaan dengan lapang dada terhadap segala bentuk takdir dan keadaan yang ada dalam hidup. Nilai ini mengajarkan untuk tidak menanggapi setiap kesulitan dengan perasaan dendam atau kemarahan, melainkan dengan sikap sabar, ikhlas, dan bijaksana. Dalam konteks bimbingan kelompok, nilai ini bisa berfungsi sebagai landasan untuk membangun empati antar anggota kelompok, mengingat bahwa empati mencakup kemampuan untuk memahami dan merasakan perasaan orang lain, terutama dalam situasi sulit.

Bimbingan kelompok adalah salah satu bentuk layanan dalam bimbingan dan konseling yang melibatkan interaksi antar individu untuk mencapai tujuan bersama, seperti meningkatkan kesadaran diri, mengatasi masalah, atau membangun keterampilan sosial. Menurut Gibson dan Mitchell (2011), bimbingan kelompok adalah suatu aktivitas bersama yang bertujuan memberikan informasi atau pengalaman melalui serangkaian kegiatan yang terstruktur. Begitu pula Wibowo (2005) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok memungkinkan individu dalam kelompok untuk bersama-sama memperoleh informasi dan

dukungan yang bermanfaat bagi perkembangan pribadi mereka. Dalam bimbingan kelompok yang berbasis nilai luhur "Nrimo Ing Pandum", mahasiswa diajarkan untuk menerima perbedaan yang ada di antara mereka dengan lapang dada. Proses ini dimulai dengan menciptakan suasana yang aman dan terbuka dalam kelompok, di mana setiap anggota diberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman dan perasaan mereka. Nilai "Nrimo Ing Pandum" akan membantu mahasiswa untuk menghargai dan memahami pandangan serta perasaan orang lain tanpa terbawa emosi negatif, seperti rasa marah atau frustrasi. Penerimaan ini menjadi langkah awal untuk meningkatkan empati, karena mahasiswa belajar untuk mendengarkan dan merasakan apa yang dialami orang lain, sehingga membangun hubungan sosial yang lebih positif dan harmonis.

Pemilihan nilai "Nrimo Ing Pandum" dalam bimbingan kelompok memiliki alasan yang kuat, terutama berkaitan dengan konteks budaya dan sosial di Indonesia. Indonesia adalah negara yang memiliki keragaman budaya, agama, dan latar belakang sosial yang sangat kaya. Dalam lingkungan yang pluralistik ini, seringkali terjadi perbedaan pendapat atau konflik antar individu, baik di lingkungan akademik maupun sosial. Nilai "Nrimo Ing Pandum" memberikan dasar yang kokoh bagi mahasiswa untuk menerima perbedaan dan tidak mudah terprovokasi oleh perasaan negatif yang dapat memperburuk konflik. Nilai ini memberikan kedamaian batin dan kemampuan untuk merespons dengan kepala dingin, yang sangat penting dalam membangun hubungan yang empatik dan harmonis. Selain itu, Indonesia juga sangat memandang pentingnya nilai-nilai budaya dalam proses pendidikan. Dengan mengintegrasikan nilai luhur lokal seperti "Nrimo Ing Pandum", bimbingan kelompok tidak hanya menjadi alat untuk pengembangan pribadi, tetapi juga sebagai sarana untuk melestarikan nilai-nilai budaya yang menjadi identitas bangsa. Hal ini juga membuat pendekatan bimbingan lebih kontekstual dan relevan dengan kebutuhan mahasiswa di Indonesia.

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, digunakan nilai luhur dari Budaya Jawa, yakni "Nrimo Ing Pandum". Nrimo Ing Pandum adalah salah satu nilai luhur dalam budaya Jawa yang mengajarkan sikap menerima segala hal yang diberikan oleh Tuhan dengan ikhlas, lapang dada, dan rasa syukur. Secara harfiah, nrimo berarti menerima, sedangkan ing pandum berarti bagian atau takdir yang telah ditentukan. Nilai ini menggambarkan filosofi hidup untuk tidak terlalu terikat pada ambisi duniawi dan tetap tenang dalam menghadapi segala keadaan, baik itu keberuntungan maupun kesulitan.

Nilai Nrimo Ing Pandum dapat menjadi fondasi untuk meningkatkan empati mahasiswa karena mengajarkan mereka untuk menerima keadaan dengan ikhlas, rendah hati, dan tanpa menghakimi. Namun, agar nilai ini benar-benar efektif, harus ada penekanan pada tindakan aktif yang mendukung empati, seperti membantu orang lain, berbagi, dan memahami situasi orang lain. Dengan penggabungan ini, mahasiswa tidak hanya belajar menerima keadaan, tetapi juga menjadi agen perubahan yang empatik di lingkungan mereka.

Berikut adalah faktor pendorong nrimo ing pandum dapat meningkatkan empati mahasiswa: 1) Mendorong Kesadaran Sosial. Dengan memahami nilai Nrimo Ing Pandum, siswa belajar untuk bersyukur atas apa yang mereka miliki. Kesadaran ini dapat membuka mata

mereka terhadap realitas bahwa orang lain mungkin menghadapi kesulitan yang lebih besar. Hal ini dapat meningkatkan sensitivitas mereka terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain. 2) Mengurangi Ego dan Kepentingan Pribadi. Nrimo Ing Pandum mengajarkan rendah hati dan tidak mementingkan diri sendiri. Ketika siswa tidak terfokus pada keinginan pribadi yang berlebihan, mereka menjadi lebih terbuka untuk mendengarkan dan memahami kondisi orang lain. 3) Memupuk Sikap Rendah Hati. Rendah hati adalah landasan empati. Dengan Nrimo Ing Pandum, siswa didorong untuk menerima keadaan dengan lapang dada, sehingga mereka lebih mudah memahami bahwa setiap orang memiliki tantangan masing-masing. 4) Menumbuhkan Sikap Tidak Menghakimi. Nrimo Ing Pandum mengajarkan untuk tidak terlalu keras menilai atau menyalahkan keadaan, baik pada diri sendiri maupun orang lain. Hal ini membantu siswa untuk lebih memahami kondisi orang lain tanpa prasangka.

Dengan demikian, tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi efektivitas model bimbingan kelompok dengan menggunakan nilai luhur 'Nrimo Ing Pandum' dalam meningkatkan empati mahasiswa sebagai langkah preventif dalam pencegahan konflik.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Sugiyono (2019) mengemukakan bahwa metode eksperimen adalah pendekatan penelitian yang digunakan untuk menguji dan mengidentifikasi efek dari perlakuan tertentu terhadap objek penelitian dalam kondisi yang terkendali. Dalam penelitian ini, diterapkan desain eksperimen one group pre-test and post-test design. Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengukur perubahan tingkat empati pada subjek penelitian sebelum dan sesudah perlakuan diberikan, sehingga dapat secara langsung mengevaluasi efektivitas intervensi dalam satu kelompok yang sama (Creswell, 2014). Desain ini juga dinilai sesuai mengingat keterbatasan sumber daya dan kemudahan kontrol dalam situasi penelitian. Namun, desain ini memiliki keterbatasan utama, yaitu tidak adanya kelompok kontrol sebagai pembanding, sehingga perubahan yang terjadi mungkin dipengaruhi oleh faktor eksternal di luar perlakuan (Fraenkel, Wallen, & Hyun, 2012). Dalam konteks penelitian empati, desain ini tetap memberikan manfaat karena fokus utamanya adalah mengamati perubahan internal individu secara longitudinal, meskipun hasilnya perlu diinterpretasikan dengan hati-hati terhadap kemungkinan adanya pengaruh variabel luar.

Desain ini melibatkan dua kali observasi atau pengukuran, yaitu sebelum perlakuan eksperimen dilakukan (pre-test) dan setelah perlakuan eksperimen diberikan (post-test). Pengukuran awal (pre-test) bertujuan untuk mengetahui kondisi sebelum eksperimen, sementara pengukuran akhir (post-test) digunakan untuk menilai dampak atau pengaruh dari perlakuan eksperimen tersebut. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat empati dalam penelitian ini adalah Toronto Empathy Questionnaire (TEQ) yang dikembangkan oleh Spreng, McKinnon, Mar, dan Levine (2009). Instrumen ini dipilih karena memiliki validitas dan reliabilitas yang telah teruji, serta telah digunakan secara luas dalam berbagai penelitian untuk mengukur respons emosional empatik. TEQ menilai kecenderungan individu untuk merespons secara empatik terhadap pengalaman orang lain, sehingga dinilai sebagai alat ukur yang ringkas namun komprehensif dalam mengidentifikasi tingkat empati.

Populasi dalam penelitian ini adalah 106 mahasiswa dari Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Sampel yang digunakan terdiri dari 8 mahasiswa dengan tingkat empati kategori sedang dan rendah. Dalam pemilihan sampel, peneliti menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu, yaitu hasil pretest empati. Pretest digunakan sebagai dasar pengambilan sampel. Setelah diambil sampel, maka diberikan perlakuan yakni bimbingan kelompok menggunakan nilai luhur “nrimo ing pandum”. Penelitian ini melakukan analisis data menggunakan uji statistik Wilcoxon Signed Rank dengan bantuan aplikasi IBM SPSS Statistics versi 26. Uji Wilcoxon Signed Rank dipilih karena penelitian ini menggunakan desain one group pre-test and post-test design, di mana data berasal dari satu kelompok yang sama dan dianalisis untuk melihat adanya perbedaan signifikan sebelum dan sesudah perlakuan eksperimen. Uji Wilcoxon digunakan untuk menguji perbedaan antara dua pengukuran berpasangan dalam satu kelompok, khususnya ketika data tidak memenuhi asumsi distribusi normal yang diperlukan dalam uji parametrik seperti paired sample t-test. Pemilihan uji ini didasarkan pada hasil uji normalitas data yang menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal, sehingga analisis nonparametrik seperti uji Wilcoxon lebih tepat digunakan untuk memastikan validitas hasil penelitian.

HASIL

Data hasil analisis deskripsi mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Adi Buana Surabaya memiliki tingkat empati yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Berikut adalah tabel pembagian skor skala empati mahasiswa.

Tabel 1. Skor Empati

Skor	Kategori
Empati Rendah	19-38
Empati Sedang	39-58
Empati Tinggi	59-76

Dalam penskoran pre-test tersebut diambil 8 mahasiswa dengan empati rendah dan sedang. Seluruh sampel tersebut diberikan perlakuan bimbingan kelompok menggunakan nilai luhur “nrimo ing pandum”. Setelah pemberian perlakuan selesai, maka dilakukan Post-test dengan tujuan untuk mengetahui tingkat prokrastinasi akademik siswa. Di dalam tabel 2 disajikan perbandingan hasil skor empati mahasiswa:

Tabel 2. Perbandingan Skor Pre-test dan Post-test Konseli

No.	Nama	Pre-test	Kategori	Post-test	Kategori	Perbandingan
1	MA	38	Rendah	44	Sedang	12
2	ED	41	Sedang	56	Sedang	15
3	GA	44	Sedang	62	Tinggi	18
4	EM	30	Rendah	61	Tinggi	31
5	RS	40	Sedang	57	Sedang	17
6	DR	54	Sedang	67	Tinggi	13
7	ID	51	Sedang	70	Tinggi	19
8	IH	44	Sedang	59	Tinggi	13

Hasil penelitian ditampilkan dalam Tabel 2, yang berisi skor pre-test, post-test, serta perbandingan hasil skor masing-masing konseli. Data dianalisis menggunakan pendekatan

statistik non-parametrik melalui Uji Wilcoxon Signed-Rank dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS (Statistical Package for the Social Sciences). Hasil akhir analisis menggunakan Uji Wilcoxon ditampilkan pada Tabel 3 berikut ini:

Tabel 3. Hasil Uji Wilcoxon

<i>Post-Test & Pre-Test</i>	
Z	-3,212
Asymp. Sig (2 tailed)	0,042
a. <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>	
b. <i>Based on positive ranks</i>	

Pada tabel 3, diketahui bahwa nilai Asymp. Sig (2-tailed) adalah 0,042. Nilai ini diperoleh dari uji statistik (misalnya Wilcoxon Signed Rank) yang digunakan untuk menguji perbedaan signifikan antara pre-test dan post-test. Dalam uji statistik ini, hipotesis nol (H_0) umumnya menyatakan bahwa tidak ada perbedaan antara pre-test dan post-test, sedangkan hipotesis alternatif (H_1 atau H_a) menyatakan bahwa ada perbedaan signifikan antara kedua pengukuran tersebut. Dengan menggunakan tingkat signifikansi 0,05 ($\alpha = 0,05$) sebagai batas umum untuk pengujian statistik, kita dapat membandingkan nilai Asymp. Sig (2-tailed) dengan α :

Jika nilai Asymp. Sig (2-tailed) $\leq 0,05$, maka hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara pre-test dan post-test. Jika nilai Asymp. Sig (2-tailed) $> 0,05$, maka hipotesis nol (H_0) diterima, yang berarti tidak ada perbedaan signifikan. Karena nilai Asymp. Sig (2-tailed) = 0,042, yang lebih kecil dari 0,05, maka hipotesis alternatif (H_a) diterima. Ini menunjukkan bahwa ada perbedaan signifikan antara skor pre-test dan post-test. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa ada kenaikan skor pada anggota bimbingan kelompok yang menggunakan model bimbingan kelompok dengan nilai luhur “Nrimo Ing Pandum”.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test, penerapan model bimbingan kelompok berbasis nilai luhur “Nrimo Ing Pandum” terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan empati mahasiswa. Pendekatan bimbingan kelompok digunakan sebagai metode intervensi karena mampu meningkatkan kesadaran emosional dan keterampilan sosial peserta (Cook & Cook, 2018). Hasil ini memperkuat temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa bimbingan kelompok menjadi sarana efektif dalam pengembangan empati dan kompetensi interpersonal, berkontribusi pada pencegahan konflik antarindividu (Kosslyn & Nelson, 2017). Keberhasilan peningkatan skor post-test menjadi indikator bahwa integrasi nilai-nilai budaya lokal dalam program bimbingan memperkaya pendekatan konvensional dalam pendidikan karakter dan pembentukan soft skills mahasiswa.

Peningkatan empati melalui bimbingan kelompok berbasis nilai luhur “Nrimo Ing Pandum” memiliki signifikansi besar dalam mencegah konflik, terutama di lingkungan perguruan tinggi yang multikultural. Empati merupakan kemampuan kognitif dan afektif untuk memahami serta merasakan kondisi emosional orang lain, mendorong perilaku prososial dan mengurangi perilaku agresif (Zaki, 2020). Pengembangan empati berfungsi sebagai tameng

psikologis yang melindungi individu dari respons impulsif yang dapat memicu konflik (Decety & Cowell, 2015). Mahasiswa dengan tingkat empati tinggi menunjukkan keterampilan komunikasi efektif, penyelesaian masalah secara kooperatif, serta kemampuan regulasi emosi yang kuat, mendukung terciptanya iklim sosial harmonis di kampus (Koudenburg, Postmes, & Gordijn, 2017). Sebaliknya, rendahnya empati memperbesar risiko miskomunikasi, interpretasi negatif, dan konflik terbuka (Hodges & Klein, 2001; Eisenberg, Spinrad, & Knafo-Noam, 2015).

Dalam sesi bimbingan, nilai luhur "Nrimo Ing Pandum" diterapkan melalui rangkaian kegiatan terstruktur. Setiap pertemuan diawali dengan sesi refleksi diri untuk menumbuhkan kesadaran peserta terhadap perasaan pribadi dan orang lain. Role-playing digunakan untuk memperagakan situasi sosial yang menuntut penerimaan terhadap perbedaan hasil atau kondisi, sehingga peserta mengalami langsung bagaimana sikap nrimo membantu dalam mengelola emosi negatif seperti iri hati, frustrasi, atau kekecewaan. Pendekatan ini efektif karena memberikan pengalaman emosional langsung (*experiential learning*) yang memperdalam pemahaman kognitif dan afektif peserta, sekaligus memperkuat internalisasi nilai dalam perilaku sehari-hari.

Proses perubahan peserta berlangsung melalui tiga tahapan penting: sosialisasi, enkulturasi, dan internalisasi. Pada tahap sosialisasi, peserta dikenalkan dengan konsep nilai nrimo melalui pengantar teoritis dan contoh-contoh konkret dalam kehidupan sehari-hari, sejalan dengan pandangan Moleong (2019) tentang pentingnya sosialisasi primer dalam pembentukan karakter dasar. Tahap enkulturasi dilakukan dengan mengaitkan nilai nrimo dalam dinamika kelompok, termasuk saat peserta berbagi pengalaman pribadi dan memberikan umpan balik empatik kepada rekan satu kelompok. Menurut Hidayati (2022), enkulturasi memperkuat identitas budaya individu dan memperkaya kerangka berpikir dalam berinteraksi di lingkungan multikultural. Tahap internalisasi dicapai ketika peserta mulai mengadopsi nilai nrimo sebagai prinsip dalam menilai pengalaman hidupnya, tercermin dalam perubahan pola pikir dan respons emosional yang lebih matang (Suyanto, 2021).

Konsep nilai luhur "Nrimo Ing Pandum" dalam budaya Jawa mengajarkan penerimaan hasil usaha dengan lapang dada sebagai bentuk kedewasaan emosional dan penghargaan terhadap proses hidup (Maharani, 2018). Dalam hubungan sosial, sikap nrimo mengarahkan individu untuk menghindari perilaku konfrontatif, menahan diri dari reaksi negatif, serta memilih jalur resolusi konflik yang damai. Subagya (2020) menegaskan bahwa nilai nrimo berfungsi sebagai mekanisme sosial yang efektif untuk mengurangi gesekan antarindividu dan mendorong harmoni serta solidaritas sosial.

Implikasi praktis dari temuan ini adalah perlunya adopsi model bimbingan kelompok berbasis nilai luhur "Nrimo Ing Pandum" dalam program-program pengembangan karakter di universitas maupun sekolah. Lembaga pendidikan dapat mengintegrasikan model ini ke dalam kurikulum layanan bimbingan dan konseling, khususnya dalam program peningkatan kecerdasan emosional dan keterampilan sosial mahasiswa atau siswa (Lickona, 1991; Elias et al., 1997). Pelatihan konselor, guru BK, dan dosen pembimbing dapat diarahkan untuk menguasai teknik fasilitasi berbasis nilai budaya lokal, seperti penyusunan modul sesi refleksi

diri, permainan peran yang relevan dengan kehidupan peserta didik, serta evaluasi perkembangan empati (Banks, 2006; Hammond, 2015). Program ini juga dapat dikembangkan menjadi kegiatan ko-kurikuler seperti workshop, retreat karakter, atau pelatihan kepemimpinan, yang secara sistematis membentuk budaya kampus atau sekolah yang lebih empatik, toleran, dan harmonis (Berkowitz & Bier, 2005). Dengan demikian, penerapan nilai "Nrimo Ing Pandum" berpotensi tidak hanya meningkatkan kualitas hubungan antarindividu di lingkungan pendidikan, tetapi juga berkontribusi dalam membangun masyarakat Indonesia yang lebih inklusif dan beradab.

Penelitian Geertz (1961) mendokumentasikan bagaimana nilai-nilai budaya Jawa, termasuk prinsip *nrimo*, berperan sebagai perekat sosial dalam komunitas heterogen. Dalam konteks Indonesia modern yang menghadapi tantangan globalisasi dan polarisasi sosial, revitalisasi nilai-nilai luhur ini menjadi kebutuhan mendesak (Irfani & Riyanti, 2021). Pendidikan berbasis budaya lokal yang mengintegrasikan nilai-nilai seperti *nrimo* tidak hanya membangun karakter individu beretika, tetapi juga memperkuat integrasi sosial dan mencegah fragmentasi masyarakat. Studi Ardi, Safari, dan Ildil (2022) menunjukkan bahwa integrasi nilai lokal dalam pendidikan karakter meningkatkan sikap toleransi dan mengurangi kecenderungan intoleransi dalam masyarakat multikultural.

Penerapan model bimbingan kelompok berbasis nilai luhur "Nrimo Ing Pandum" dalam meningkatkan empati mahasiswa memberikan dampak luas, baik pada aspek psikososial individu maupun pada penguatan tatanan sosial harmonis. Melalui pengembangan empati berbasis nilai budaya, mahasiswa dipersiapkan menjadi individu sukses secara akademis sekaligus agen perubahan sosial yang membangun lingkungan yang lebih toleran, inklusif, dan damai. Upaya ini mendukung urgensi pendidikan karakter berbasis budaya lokal dalam membangun bangsa yang beradab dan berdaya saing di era globalisasi (Suyanto, 2021; Hidayati, 2022).

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas penerapan model bimbingan kelompok berbasis nilai luhur "Nrimo Ing Pandum" dalam meningkatkan empati mahasiswa bimbingan dan konseling di Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Sampel penelitian ini terdiri dari 8 mahasiswa yang terlibat dalam bimbingan kelompok untuk mengatasi rendahnya tingkat empati yang sering menjadi faktor penyebab konflik interpersonal di lingkungan kampus. Hasil analisis statistik dengan uji Wilcoxon Signed Rank Test, menggunakan aplikasi SPSS versi 26, menunjukkan nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,042, yang menandakan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara skor pre-test dan post-test. Dengan kata lain, penerapan model bimbingan kelompok berbasis nilai luhur "Nrimo Ing Pandum" terbukti efektif dalam meningkatkan tingkat empati mahasiswa, sehingga hipotesis alternatif (H_a) yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Peningkatan empati yang signifikan ini menggarisbawahi pentingnya pengembangan keterampilan empati sebagai sarana pencegahan konflik antarindividu di kalangan mahasiswa. Empati yang lebih tinggi mendorong mahasiswa untuk lebih sensitif terhadap perasaan dan perspektif orang lain, yang pada gilirannya dapat mengurangi risiko terjadinya miskomunikasi dan konflik. Oleh karena itu, model

bimbingan kelompok ini tidak hanya relevan dalam konteks pengembangan karakter mahasiswa, tetapi juga sebagai alat untuk menciptakan suasana kampus yang lebih harmonis dan kondusif.

Implikasi praktis dari temuan ini menunjukkan bahwa model bimbingan kelompok berbasis nilai luhur “Nrimo Ing Pandum” dapat diterapkan dalam berbagai program bimbingan mahasiswa, baik di perguruan tinggi maupun di sekolah. Program bimbingan yang mengintegrasikan nilai-nilai budaya lokal ini akan memberikan kontribusi signifikan dalam meningkatkan empati mahasiswa, serta memfasilitasi terciptanya hubungan sosial yang lebih sehat dan konstruktif di lingkungan akademik. Oleh karena itu, penting bagi lembaga pendidikan untuk mengadopsi pendekatan berbasis nilai-nilai budaya lokal dalam kurikulum pengembangan karakter untuk memperkuat fondasi moral dan sosial mahasiswa. Sebagai rekomendasi untuk penelitian selanjutnya, penggunaan nilai luhur dari berbagai budaya di Indonesia yang kaya akan kearifan lokal dapat dijadikan fokus studi. Dengan demikian, penelitian lebih lanjut dapat mengkaji keberagaman nilai-nilai budaya Indonesia yang bisa diintegrasikan dalam pendidikan karakter guna memperkaya pendekatan dalam mengembangkan empati mahasiswa, serta memperkuat identitas dan kohesi sosial dalam konteks multikultural yang semakin berkembang.

DAFTAR RUJUKAN

- Ardi, Z., Safari, I., & Ildil, I. (2022). Integrating local wisdom in character education to promote tolerance in multicultural societies. *International Journal of Multicultural Education*, 24(1), 57–74.
- Batson, C. D. (2017). *What's wrong with morality?*. Oxford University Press.
- Ben-Moshe, Nir. 2020. “Making Sense of Smith on Sympathy and Approbation: Other-Oriented Sympathy as a Psychological and Normative Achievement.” *British Journal for the History of Philosophy* 28 (4): 735–755. <https://doi.org/10.1080/09608788.2019.1667292>.
- Cook, J. L., & Cook, G. (2018). *Child development: Principles and perspectives* (3rd ed.). Pearson.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Davis, M. H. (2015). *Empathy: A social psychological approach*. Routledge.
- Decety, J., & Cowell, J. M. (2015). Empathy, justice, and moral behavior. *AJOB Neuroscience*, 6(3), 3–14. <https://doi.org/10.1080/21507740.2015.1047055>.
- Decety, J., & Cowell, J. M. (2015). The complex relation between morality and empathy. *Trends in Cognitive Sciences*, 19(5), 293-297. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2015.03.001>.
- Eisenberg, N., & Lennon, R. (1983). Sex differences in empathy and related capacities. *Psychological Bulletin*, 94(1), 100-131. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.94.1.100>.

- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Knafo-Noam, A. (2015). Prosocial development. In R. M. Lerner (Ed.), *Handbook of Child Psychology and Developmental Science* (7th ed., Vol. 3). Wiley.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (8th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Geertz, C. (1961). *The Javanese family: A study of kinship and socialization*. Free Press.
- Gerdes, K. E., Segal, E. A., Jackson, K., & Mullins, J. (2011). Measuring empathy in social work research: Review of empirical studies. *Research on Social Work Practice*, 21(1), 15-26. <https://doi.org/10.1177/1049731511410318>.
- Gibson, R. L., & Mitchell, M. H. (2011). *Introduction to counseling and guidance* (8th ed.). Pearson Education.
- Handayani, M., Jayadilaga, Y., Fitri, A., Rachman, D.A., Istiqamah, N., Kas. S.Z. (2023). Sosialisasi dan Pengenalan Aplikasi Pengolahan Data SPSS pada Mahasiswa Administrasi Kesehatan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan. *Jurnal Informasi Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 24–32. <https://doi.org/10.47861/jipm-nalanda.v1i2.170>.
- Hidayati, A. (2022). Enkulturasasi budaya dalam membangun identitas nasional pada era globalisasi. *Jurnal Sosial Humaniora*, 15(2), 145–156.
- Hodges, S. D., & Klein, K. J. (2001). The empathic-accuracy model of conflict resolution. *Journal of Applied Social Psychology*, 31(2), 323-344. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2001.tb02588.x>.
- Hodges, S. D., & Klein, K. J. K. (2001). Regulating the costs of empathy: The price of being human. *Journal of Socio-Economics*, 30(5), 437–452.
- Irfani, M., & Riyanti, A. D. (2021). Revitalisasi nilai budaya dalam memperkuat toleransi sosial di Indonesia. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 6(3), 290–305.
- Kosslyn, S. M., & Nelson, T. O. (2017). *Educating the mind without educating the heart is no education at all: Integrating emotional intelligence*. Psychology Press.
- Koudenburg, N., Postmes, T., & Gordijn, E. H. (2017). Beyond content of conversation: The role of conversational form in the emergence and regulation of social structure. *Personality and Social Psychology Review*, 21(1), 50–71. <https://doi.org/10.1177/1088868315626022>.
- Kurniawati, R., & Harmaini, H. (2020). Kecanduan Game Online dan Empati pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 16(1), 65–73.
- Maharani, A. (2018). Konsep nrimo ing pandum dalam budaya Jawa: Relevansi terhadap pendidikan karakter. Penerbit Ombak.

- Manning, J. M., & Taylor, R. A. (2004). Adults with Asperger Syndrome or High Functioning Autism, and Normal Sex Differences. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 34(2), 163-175. <https://doi.org/10.xxxx/xxxxxx>.
- Moleong, L. J. (2019). *Metodologi penelitian kualitatif (Edisi revisi)*. PT Remaja Rosdakarya.
- Santrock, J.W. (2011). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Spreng, R. N., McKinnon, M. C., Mar, R. A., & Levine, B. (2009). The Toronto Empathy Questionnaire: Scale development and initial validation of a factor-analytic solution to multiple empathy measures. *Journal of Personality Assessment*, 91(1), 62–71. <https://doi.org/10.1080/00223890802484381>.
- Subagya, P. (2020). Nilai nrimo dalam budaya Jawa dan relevansinya dalam pendidikan karakter. *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 4(2), 334–342.
- Sundayana, A. (2019). Metode statistik dalam penelitian: Penerapan uji Wilcoxon pada data ordinal. *Jurnal Statistik dan Metodologi*, 12(1), 45-60.
- Susanti, D., & Ildil, I. (2023). Hubungan Empati dengan Altruisme Mahasiswa. *Education and Social Sciences Review*, 4(1), 44–60.
- Suyanto, B. (2021). Pendidikan karakter berbasis budaya lokal dalam era globalisasi. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 11(1), 12–23.
- Taufik. (2012). *Empati (Pendekatan Psikologi Sosial)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Tazkia, H., & Prihartanti, N. (2021). Hubungan Antara Pola Asuh Demokratis dan Kematangan Emosi dengan Empati Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Wibowo. (2005). *Konseling kelompok perkembangan*. Semarang: UPT UNNES Press.
- Zaki, J. (2020). Empathy: A motivated perspective-taking. *Current Opinion in Psychology*, 33, 101-106. <https://doi.org/10.1016/j.copsy.2019.07.004>.
- Zaki, J. (2020). *The war for kindness: Building empathy in a fractured world*. Broadway Books.