

The Role of Psychoeducational Interventions in Improving Empathic Concern Among Early Adolescents: A Systematic Literature Review

Riska Aulyanti Aris^{1*}, Akhmad Harum², Aswar³, Qawiyyan Fitri⁴

^{1,2,3,4}Universitas Negeri Makassar, Indonesi^a

*riskaaulyantiaris@gmail.com

Submit
5 Maret 2026

Review
16 Maret 2026

Publish
27 Maret 2026

Abstrak

Empathic concern merupakan komponen afektif empati yang berperan penting dalam perkembangan sosial dan emosional remaja. Fenomena penurunan *empathic concern* pada remaja telah menjadi perhatian global, ditandai oleh melemahnya kepedulian emosional generasi muda terhadap orang lain dalam berbagai konteks sosial. Di Indonesia, tingginya permasalahan relasional di kalangan remaja mengindikasikan lemahnya kompetensi sosial-emosional, termasuk rendahnya kapasitas *empathic concern* pada siswa. Penelitian ini bertujuan untuk melakukan tinjauan literatur sistematis mengenai peran intervensi psikoedukasi dalam meningkatkan *empathic concern* pada siswa remaja awal. Pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran tiga database elektronik dengan rentang tahun 2015–2025, menghasilkan 14 artikel yang memenuhi kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Analisis data menggunakan pendekatan *narrative synthesis* untuk mengelompokkan dan mensintesis temuan berdasarkan karakteristik intervensi psikoedukasi, populasi, dan hasil yang diukur. Hasil kajian menunjukkan bahwa sebagian besar intervensi psikoedukasi berperan dalam meningkatkan *empathic concern* siswa, dengan metode partisipatif seperti permainan peran, diskusi reflektif, dan simulasi sosial memberikan hasil lebih optimal dibandingkan pendekatan konvensional. Intervensi psikoedukasi yang dirancang secara partisipatif, kontekstual, dan berkelanjutan merupakan pendekatan yang berpotensi memperkuat *empathic concern* siswa dalam konteks pendidikan.

Kata Kunci: *Empathic Concern, Intervensi Psikoedukasi, Remaja Awal, Systematic Literature Review*

Abstract

Empathic concern is an affective component of empathy that plays a crucial role in the social and emotional development of adolescents. The decline of *empathic concern* among adolescents has become a global concern, marked by a weakening of emotional caring in younger generations toward others across various social contexts. In Indonesia, the high prevalence of relational problems among adolescents indicates weakening socio-emotional competence, including low levels of *empathic concern* among students. This study aims to conduct a systematic literature review on the role of psychoeducational interventions in improving *empathic concern* among early adolescent students. Data were collected through searches of three electronic databases covering publications from 2015 to 2025, yielding 14 articles that met the predetermined inclusion criteria. Data analysis employed a narrative synthesis approach to group and synthesize findings based on psychoeducational intervention characteristics, population, and measured outcomes. The findings indicate that the majority of psychoeducational interventions play a role in enhancing students' *empathic concern*, with participatory methods such as role-playing, reflective discussion, and social simulation yielding more optimal outcomes compared to conventional approaches. Psychoeducational interventions designed in a participatory, contextual, and sustained manner represent a promising approach to strengthening *empathic concern* among students in educational settings.

Keywords: *Empathic concern, Psychoeducational Intervention, Early Adolescents, Systematic Literature Review*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode krusial dalam perkembangan psikososial individu, ditandai oleh perubahan signifikan dalam pembentukan identitas diri, regulasi emosi, dan kompetensi sosial. Pada fase ini, remaja mulai membangun relasi sosial yang lebih kompleks di luar lingkungan keluarga serta mengembangkan sensitivitas terhadap norma dan dinamika sosial di sekitarnya. Salah satu kapasitas psikologis yang memiliki peran penting dalam proses tersebut adalah empati, yaitu kemampuan untuk memahami dan merasakan kondisi emosional orang lain (Jean Decety & Cowell, 2014).

Empati dipahami sebagai kompetensi psikologis yang kompleks karena melibatkan proses kognitif dan afektif secara simultan. Dalam konteks perkembangan remaja, empati tidak hanya berfungsi sebagai kemampuan sosial, tetapi juga sebagai fondasi moral yang membentuk kualitas hubungan interpersonal dan mendukung kesejahteraan psikologis. Remaja yang memiliki kapasitas empati yang baik cenderung lebih peka terhadap kebutuhan emosional orang lain, mampu menjalin relasi yang sehat, dan beradaptasi secara lebih positif dalam lingkungan sekolah.

Salah satu komponen empati yang paling relevan dalam konteks pendidikan adalah *empathic concern*. Dalam kerangka *Empathy-Altruism Hypothesis*, C. Daniel Batson mendefinisikan *empathic concern* sebagai respons emosional berupa simpati dan belas kasih yang muncul ketika seseorang menyadari penderitaan orang lain (Batson, 2011; 2015). Batson menekankan bahwa *empathic concern* merupakan inti dari empati afektif karena melibatkan keterlibatan emosional yang tulus, bukan sekadar pemahaman kognitif terhadap kondisi orang lain. Oleh karena itu, *empathic concern* dipandang sebagai aspek empati yang dapat dikembangkan melalui pengalaman sosial dan proses pembelajaran yang terarah.

Pandangan tersebut diperkuat oleh Mark H. Davis, yang mendefinisikan *empathic concern* sebagai kecenderungan emosional individu untuk merasakan kepedulian, kehangatan, dan kasih sayang terhadap orang lain yang sedang mengalami kesulitan (Davis, 1983; 2018). Davis menekankan aspek afektif empati dan membedakannya dari empati kognitif yang berfokus pada pengambilan perspektif. Dengan demikian, *empathic concern* merepresentasikan bentuk empati yang berorientasi pada perasaan peduli terhadap kesejahteraan orang lain, dan memiliki relevansi yang signifikan dalam konteks pendidikan sebagai landasan untuk mengembangkan hubungan yang hangat dan suportif antara pendidik dan peserta didik.

Remaja jenjang Sekolah Menengah Pertama umumnya berada pada rentang usia 12–15 tahun dan termasuk dalam fase remaja awal. Pada tahap ini, orientasi terhadap kelompok sebaya meningkat secara signifikan dan menjadi sarana utama dalam pembentukan identitas sosial (Erik Erikson, 1968; Branje et al., 2021). Seiring dengan dinamika tersebut, kapasitas empati, khususnya *empathic concern*, juga mengalami perkembangan yang pesat. Hoffman (2000) menyatakan bahwa remaja awal mulai mampu merasakan kepedulian emosional yang lebih kompleks terhadap orang lain, sehingga periode ini menjadi fase yang sangat strategis untuk menumbuhkan kepekaan sosial secara optimal.

Namun, perkembangan *empathic concern* pada masa remaja menghadapi tantangan serius akibat berbagai faktor kontemporer. Pada masa remaja, empati mengalami perkembangan signifikan sebagai bagian dari pertumbuhan psikososial, yang ditandai dengan kemampuan yang semakin kompleks untuk memahami perspektif dan emosi orang lain. Perkembangan ini menghadapi berbagai hambatan, seperti tekanan sosial, perubahan hormonal masa pubertas, pengaruh dinamika kelompok sebaya, serta paparan media digital yang dapat mengurangi sensitivitas remaja terhadap perasaan orang lain (Aini & Rini, 2023). Fenomena ini terdokumentasi secara empiris melalui meta-analisis longitudinal Konrath et al. (2023) yang menganalisis ratusan studi selama hampir empat dekade. Temuan menunjukkan penurunan signifikan pada dimensi *empathic concern* generasi muda, dengan periode penurunan paling tajam terjadi sejak era awal digital dan media sosial. Pola penurunan ini bersifat konsisten lintas waktu dan mengindikasikan bahwa melemahnya *empathic concern* pada remaja merupakan fenomena global yang serius dan perlu mendapat perhatian.

Kondisi tersebut juga tercermin dalam konteks Indonesia. Hasil *Indonesia National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) tahun 2021 menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga remaja Indonesia mengalami masalah kesehatan mental, dengan tingginya gangguan dalam hubungan keluarga dan relasi dengan teman sebaya (Wilopo et al., 2023). Tingginya

permasalahan relasional ini mengindikasikan lemahnya kompetensi sosial-emosional remaja, termasuk rendahnya kapasitas *empathic concern*. Padahal, empati telah terbukti berperan sebagai faktor protektif terhadap masalah perilaku dan disfungsi interpersonal pada remaja.

Situasi tersebut menegaskan pentingnya intervensi psikososial yang secara khusus bertujuan untuk meningkatkan *empathic concern* pada siswa. Salah satu pendekatan yang banyak digunakan dalam konteks pendidikan adalah intervensi psikoedukasi. Psikoedukasi merupakan proses pembelajaran terstruktur yang bertujuan meningkatkan pemahaman emosional, kesadaran sosial, dan keterampilan interpersonal melalui metode yang edukatif dan partisipatif (Donker et al., 2015). Dalam pengembangan empati, psikoedukasi membantu siswa mengenali emosi diri dan orang lain serta melatih respons kepedulian secara bertahap.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa intervensi psikoedukasi efektif dalam meningkatkan *empathic concern* siswa, terutama ketika menggunakan metode diskusi reflektif, permainan peran, simulasi sosial, dan penggunaan media naratif (Teding van Berkhout & Malouff, 2016; Durlak et al., 2020). Namun, temuan penelitian masih menunjukkan variasi hasil yang dipengaruhi oleh desain intervensi, durasi pelaksanaan, dan karakteristik peserta. Selain itu, sebagian studi masih menggabungkan *empathic concern* dengan konstruk empati lainnya, sehingga kajian yang secara khusus menelaah *empathic concern* sebagai fokus utama masih terbatas.

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan kajian literatur yang secara sistematis mengkaji intervensi psikoedukasi dalam meningkatkan *empathic concern* pada siswa. Artikel ini bertujuan untuk melakukan *systematic literature review* terhadap penelitian sepuluh tahun terakhir guna mengidentifikasi bentuk intervensi, metode yang digunakan, serta temuan empiris terkait efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan *empathic concern* di lingkungan pendidikan.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *Systematic Literature Review* (SLR) untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis temuan empiris mengenai intervensi psikoedukasi yang bertujuan meningkatkan *empathic concern* pada siswa. Prosedur pelaksanaan SLR dalam penelitian ini mengacu pada panduan PRISMA 2020 (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) yang dikemukakan oleh Page dkk. (2021).

Pencarian literatur dilakukan secara sistematis melalui tiga database elektronik, yaitu Google Scholar, ERIC (*Education Resources Information Center*), dan Garuda (Garba Rujukan Digital). Pencarian menggunakan kombinasi kata kunci dalam bahasa Inggris dan bahasa Indonesia, meliputi: "*empathic concern*", "*psychoeducational intervention*", "*empathy intervention*", "*students*", "*adolescents*", "*systematic review*", serta padanan dalam bahasa Indonesia seperti "psikoedukasi", "empati siswa", dan "remaja". Penelusuran dibatasi pada artikel yang diterbitkan dalam rentang tahun 2015–2025 guna memastikan relevansi dan kemutakhiran temuan.

Artikel yang diinklusi dalam kajian ini harus memenuhi kriteria berikut: (1) merupakan artikel penelitian empiris atau tinjauan sistematis yang diterbitkan di jurnal ilmiah bereputasi; (2) berfokus pada intervensi psikoedukasi yang bertujuan meningkatkan empati atau *empathic concern*; (3) melibatkan subjek siswa atau remaja usia sekolah; serta (4) tersedia dalam versi teks lengkap (*full text*). Adapun kriteria eksklusi meliputi: (1) artikel yang tidak melalui proses *peer review*; (2) penelitian yang tidak memiliki data hasil yang dapat dianalisis; dan (3) artikel yang tidak relevan dengan fokus kajian setelah dilakukan pembacaan penuh. Dari proses ini, sebanyak 15 artikel dieksklusi karena tidak memenuhi kriteria inklusi, sehingga diperoleh 12 artikel final yang dianalisis dalam kajian ini.

Sintesis data dilakukan menggunakan pendekatan *narrative synthesis* sebagaimana dipandu oleh Jennie Popay dkk. (2006), yang merekomendasikan pengelompokan studi berdasarkan karakteristik intervensi, populasi, instrumen pengukuran, serta temuan utama. Pendekatan ini dipilih karena heterogenitas desain penelitian dan variasi bentuk intervensi yang ditemukan dalam studi-studi mengenai pengembangan empati pada remaja awal. Dengan demikian, hasil sintesis tidak hanya mendeskripsikan efektivitas intervensi, tetapi juga mengidentifikasi pola temuan dan kesenjangan penelitian yang masih memerlukan pengembangan lebih lanjut.

HASIL

Hasil penelitian ini dijabarkan dengan melihat bagaimana penelitian sebelumnya dilakukan kemudian membandingkan hasil dari jurnal yang dianalisis. Terdapat 14 jurnal yang dianalisis yang disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Penelusuran Artikel

No	Identitas Jurnal	Jenis & Desain Penelitian	Hasil Utama Penelitian
1	Cathlin & Salim (2024). <i>Jurnal Paedagogy</i> , 11(3)	Eksperimen semu (quasi-experimental) dengan desain <i>one group pretest mposttest</i>	Psikoedukasi meningkatkan empati siswa secara signifikan, termasuk dimensi afektif <i>empathic concern</i> sebagai bagian dari konstruk empati yang diukur.
2	Nasution et al. (2025). <i>Jurnal Empati</i> , 14(3)	Quasi-experimental dengan desain <i>pretest posttest</i> tanpa kelompok kontrol menggunakan modul psikoedukasi	Terjadi peningkatan empati siswa yang signifikan setelah intervensi, terutama pada aspek afektif <i>empathic concern</i> .
3	Boroallo & Nasruddin (2025). <i>Jurnal Psikologi Karakter</i> , 5(2)	Quasi experimental dengan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol <i>non random</i>	Psikoedukasi belum menunjukkan peningkatan signifikan pada <i>empathic concern</i> , diduga karena durasi intervensi yang relatif singkat.
4	Rizky & Andayani (2025). <i>Wacana</i> , 17(1)	Pre eksperimental dengan desain <i>one shot pretest posttest</i> , menggunakan media dongeng	Empati siswa mengalami peningkatan pada aspek <i>empathic concern</i> , namun belum signifikan secara statistik karena tidak adanya kelompok kontrol.
5	Dewi et al. (2025). <i>Liberosis: Jurnal Psikologi dan BK</i>	<i>Quasi experimental</i> dengan pendekatan psikoedukasi berbasis diskusi reflektif	Psikoedukasi meningkatkan kepekaan emosional siswa, yang merefleksikan peningkatan <i>empathic concern</i> dalam merespons kondisi orang lain.
6	Purwanto et al. (2024). <i>Jurnal Publikasi Pendidikan</i> , 14(2)	<i>Quasi experimental</i> dengan desain <i>pretest posttest</i> pada siswa sekolah inklusi	Skor empati siswa meningkat secara signifikan, termasuk komponen afektif <i>empathic concern</i> setelah mengikuti program psikoedukasi.
7	Fitriani & Andayani (2024). <i>Jurnal Pendidikan Inklusi</i> , 8(2)	Pre eksperimental menggunakan media cerita empatik sebagai psikoedukasi	Psikoedukasi efektif meningkatkan kepedulian emosional siswa, yang tercermin dari peningkatan <i>empathic concern</i> .
8	Sofwana et al. (2020). <i>Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi</i> , 22(2)	<i>Quasi experimental</i> dengan desain <i>pretest posttest</i> control group	Psikoedukasi empati meningkatkan empati siswa secara signifikan, dengan <i>empathic concern</i> sebagai dimensi yang paling responsif terhadap intervensi.
9	Gayanti et al. (2021). <i>Jurnal Intervensi Psikologi</i>	Eksperimen <i>non randomized</i> dengan pelatihan empati terstruktur	Pelatihan empati meningkatkan empati siswa secara signifikan, terutama pada aspek afektif <i>empathic concern</i> .
10	Hurissa et al. (2023). <i>International Clinical Trial</i>	<i>Randomized Controlled Trial</i> (RCT) pada konteks pendidikan	Pelatihan empati secara signifikan meningkatkan <i>empathic concern</i> siswa dibandingkan kelompok kontrol.
11	Teding van Berkhout & Malouff (2016/2025). <i>Current Psychology</i>	<i>Meta analisis</i> terhadap berbagai studi intervensi empati	Intervensi psikoedukasi menunjukkan efek sedang terhadap empati, dengan <i>empathic concern</i> sebagai komponen afektif yang paling konsisten meningkat.
12	Teding van Berkhout & Malouff (2025). <i>Current Psychology</i>	Pembaruan meta analisis studi intervensi empati	Intervensi partisipatif terbukti lebih efektif meningkatkan <i>empathic concern</i> dibanding pendekatan pasif.
13	Winter et al. (2020). <i>BMJ Open</i>	<i>Systematic review</i> terhadap RCT intervensi empati	Intervensi edukatif efektif meningkatkan empati siswa, meskipun tidak semua studi mengukur <i>empathic concern</i> secara spesifik.
14	Maximiano-Barreto et al. (2024). <i>Clinical Trial</i>	<i>Randomized Controlled Trial</i> (RCT) dengan follow-up jangka menengah	Peningkatan <i>empathic concern</i> siswa bertahan setelah intervensi, menunjukkan efek jangka panjang psikoedukasi empati.

Berdasarkan hasil telaah menunjukkan bahwa penelitian yang direview menggunakan variasi desain metodologis yang cukup beragam, mulai dari pre-eksperimental, *quasi-experimental*, hingga *randomized controlled trial* (RCT) serta meta-analisis dan *systematic review*. Studi dengan desain *quasi-experimental* mendominasi, seperti yang dilakukan oleh Cathlin dan Salim (2024), Nasution et al. (2025), Dewi et al. (2025), serta Purwanto et al. (2024), yang umumnya menggunakan desain pretest-posttest dengan atau tanpa kelompok kontrol. Sementara itu, penelitian dengan tingkat lebih tinggi seperti RCT ditunjukkan oleh Hurissa et al. (2023) dan Maximiano-Barreto et al. (2024), yang memberikan validitas internal lebih kuat terhadap efektivitas intervensi psikoedukasi. Adapun pendekatan meta-analisis dan *systematic review* oleh

Teding van Berkhout dan Malouff (2025) serta Winter et al. (2020) memberikan gambaran agregatif mengenai konsistensi efek intervensi empati dalam berbagai konteks.

Ditinjau dari karakteristik intervensi, terdapat variasi bentuk psikoedukasi yang digunakan dalam meningkatkan *empathic concern*. Beberapa studi menggunakan metode ceramah interaktif dan diskusi reflektif (Dewi et al., 2025), sementara penelitian lain menggunakan media berbasis cerita atau dongeng sebagai sarana stimulasi empati (Rizky & Andayani, 2025, (Fitriani & Andayani, 2024). Selain itu, pelatihan empati terstruktur dengan pendekatan experiential learning juga ditemukan efektif dalam meningkatkan aspek afektif empati (Gayanti et al., 2021; Hurissa et al., 2023). Variasi pendekatan ini menunjukkan bahwa tidak terdapat satu metode tunggal yang dominan, melainkan efektivitas intervensi cenderung dipengaruhi oleh keterlibatan aktif peserta dan kedalaman proses refleksi emosional yang difasilitasi selama intervensi.

Lebih lanjut, hasil yang diperoleh dari masing-masing studi menunjukkan pola yang relatif konsisten, meskipun terdapat beberapa perbedaan dalam signifikansi statistik. Sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa peningkatan signifikan pada *empathic concern* setelah intervensi, seperti pada studi Cathlin dan Salim (2024), Nasution et al. (2025), Purwanto et al. (2024), serta Sofwana et al. (2020). Namun demikian, terdapat pula temuan yang menunjukkan peningkatan yang tidak signifikan secara statistik, seperti pada penelitian Boroallo dan Nasruddin (2025) serta Rizky dan Andayani (2025). Faktor yang diduga memengaruhi perbedaan ini antara lain durasi intervensi yang relatif singkat, tidak adanya kelompok kontrol, serta keterbatasan dalam intensitas pemberian materi psikoedukasi.

Dari segi konteks penelitian, sebagian besar studi dilakukan pada populasi siswa dengan latar belakang pendidikan yang beragam, termasuk sekolah umum dan sekolah inklusi (Purwanto et al., 2024). Hal ini menunjukkan bahwa intervensi psikoedukasi memiliki potensi penerapan yang luas dalam berbagai setting pendidikan. Selain itu, beberapa penelitian juga menyoroti keberlanjutan efek intervensi, di mana Maximiano-Barreto et al. (2024) menemukan bahwa peningkatan *empathic concern* dapat bertahan dalam jangka menengah setelah intervensi diberikan. Temuan ini memperkuat indikasi bahwa psikoedukasi tidak hanya memberikan efek sesaat, tetapi juga berkontribusi terhadap pembentukan respons afektif yang lebih stabil.

Secara keseluruhan, hasil *systematic literature review* ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat variasi dalam desain penelitian, metode intervensi, serta tingkat signifikansi hasil, mayoritas artikel yang direview mengindikasikan bahwa psikoedukasi berperan positif dalam meningkatkan *empathic concern*. Perbedaan hasil yang ditemukan antar studi justru memperkaya pemahaman mengenai faktor-faktor yang memoderasi efektivitas intervensi, seperti durasi, metode penyampaian, dan keterlibatan partisipan. Dengan demikian, sintesis ini tidak hanya menegaskan efektivitas psikoedukasi, tetapi juga memberikan dasar empiris untuk pengembangan intervensi yang lebih optimal.

PEMBAHASAN

Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa intervensi psikoedukasi secara umum cenderung efektif dalam meningkatkan *empathic concern* pada siswa, meskipun tingkat efektivitasnya bervariasi antar penelitian. Dari keseluruhan artikel yang direview, sebagian besar studi melaporkan peningkatan yang signifikan, sementara beberapa lainnya menunjukkan peningkatan yang tidak signifikan. Pola ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat konsistensi arah temuan (peningkatan empati), kekuatan efek intervensi sangat dipengaruhi oleh karakteristik desain penelitian dan implementasi program. Temuan ini sejalan dengan *Empathy-Altruism Hypothesis* dari C. Daniel Batson yang menegaskan bahwa *empathic concern* merupakan respons emosional yang dapat dikembangkan melalui pengalaman belajar yang terstruktur.

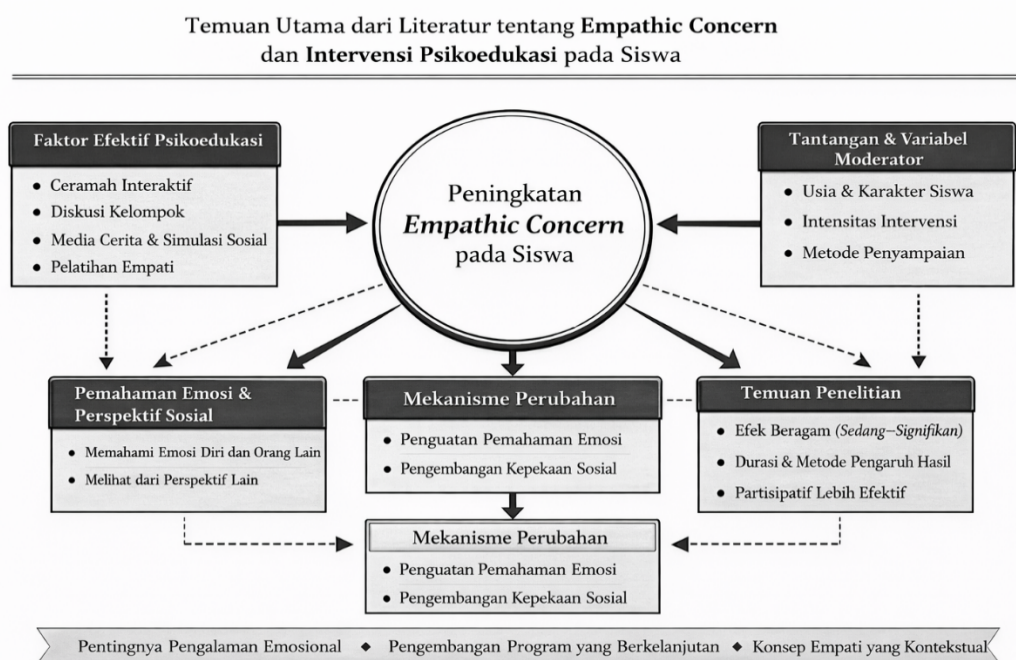
Secara lebih spesifik, studi dengan desain *quasi-experimental* yang melibatkan pretest-posttest dan aktivitas reflektif menunjukkan hasil yang lebih konsisten dalam meningkatkan *empathic concern*, seperti pada penelitian Cathlin dan Salim (2024) serta Nasution et al. (2025). Kedua studi tersebut menekankan penggunaan diskusi dan refleksi sebagai bagian dari intervensi, yang memungkinkan siswa tidak hanya memahami emosi secara kognitif, tetapi juga menginternalisasi pengalaman emosional. Hal ini menunjukkan bahwa keterlibatan aktif peserta menjadi faktor kunci dalam efektivitas psikoedukasi. Sebaliknya, penelitian dengan desain yang lebih terbatas, seperti tanpa kelompok kontrol atau dengan durasi intervensi yang singkat,

cenderung menghasilkan peningkatan yang tidak signifikan, sebagaimana ditemukan oleh Boroallo dan Nasruddin (2025) serta Rizky dan Andayani (2025).

Temuan ini dapat dijelaskan melalui kerangka empati yang dikemukakan oleh Mark H. Davis, yang memposisikan *empathic concern* sebagai dimensi afektif yang berkembang melalui keterlibatan emosional langsung. Intervensi yang hanya bersifat informatif atau satu arah cenderung kurang efektif karena tidak menstimulasi pengalaman emosional siswa. Sebaliknya, pendekatan yang melibatkan simulasi sosial, cerita empatik, dan diskusi kelompok terbukti lebih mampu memunculkan respons afektif seperti simpati dan kepedulian.

Selain itu, efektivitas juga terlihat berdasarkan jenis intervensi yang digunakan. Studi yang mengintegrasikan metode berbasis pengalaman, seperti penggunaan cerita empatik (Fitriani & Andayani, 2024) dan diskusi reflektif (Dewi et al., 2025), menunjukkan peningkatan yang lebih konsisten dibandingkan pendekatan pasif. Hal ini mengindikasikan bahwa kualitas interaksi dalam intervensi menjadi hal penting. Dalam konteks ini, psikoedukasi tidak hanya berfungsi sebagai transfer pengetahuan, tetapi sebagai proses transformasi pengalaman emosional siswa dalam memahami kondisi orang lain.

Dukungan terhadap temuan ini juga diperkuat oleh penelitian yang menggunakan *randomized controlled trial* dan meta-analisis. Penelitian oleh Hurissa et al. (2023) dan Maximiano-Barreto et al. (2024) menunjukkan bahwa intervensi empati tidak hanya meningkatkan *empathic concern* secara signifikan, tetapi juga memiliki efek yang relatif bertahan setelah intervensi selesai. Sementara itu, meta-analisis oleh Teding van Berkhout dan Malouff (2025) serta tinjauan sistematis oleh Winter et al. (2020) menunjukkan bahwa efek intervensi psikoedukasi berada pada kategori sedang,



Gambar 1. Bagan Temuan

Secara keseluruhan, hasil pembahasan ini menegaskan bahwa efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan *empathic concern* tidak bersifat universal, melainkan kontekstual. Intervensi akan lebih efektif yang dirancang agar lebih partisipatif serta berlangsung dalam durasi yang memadai, serta melibatkan pengalaman emosional yang autentik. Sebaliknya, intervensi yang bersifat singkat, pasif, dan kurang interaktif cenderung menghasilkan perubahan yang minimal. Oleh karena itu, pengembangan program psikoedukasi di lingkungan pendidikan perlu mempertimbangkan aspek desain instruksional dan keterlibatan emosional siswa sebagai komponen utama dalam meningkatkan *empathic concern*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil *systematic literature review* yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa intervensi psikoedukasi pada umumnya efektif dalam meningkatkan *empathic concern* pada siswa remaja awal, meskipun tingkat efektivitasnya berbeda antar penelitian. Sebagai

besar studi menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan setelah intervensi diberikan, terutama pada penelitian dengan desain quasi-experimental dan *randomized controlled trial*. Namun, beberapa penelitian juga menemukan hasil yang tidak signifikan, yang umumnya disebabkan oleh durasi intervensi yang singkat, tidak adanya kelompok kontrol, serta rendahnya keterlibatan emosional siswa selama proses pembelajaran.

Hasil kajian juga menunjukkan bahwa jenis intervensi sangat memengaruhi keberhasilan peningkatan *empathic concern*. Psikoedukasi yang dilakukan secara partisipatif, seperti melalui diskusi reflektif, cerita empatik, dan simulasi sosial, cenderung lebih efektif dibandingkan pendekatan satu arah. Hal ini karena metode tersebut memungkinkan siswa untuk terlibat secara aktif dan memahami emosi orang lain secara lebih mendalam. Dengan demikian, keterlibatan emosional menjadi faktor penting dalam mengembangkan aspek afektif empati.

Secara teoretis, temuan ini sejalan dengan *Empathy-Altruism Hypothesis* yang dikemukakan oleh C. Daniel Batson, yang menyatakan bahwa *empathic concern* merupakan respons emosional terhadap kondisi orang lain yang dapat dikembangkan melalui pengalaman belajar. Oleh karena itu, *empathic concern* tidak hanya bersifat bawaan, tetapi dapat ditingkatkan melalui intervensi yang terstruktur dan terarah.

Secara keseluruhan, kajian ini menunjukkan bahwa psikoedukasi memiliki peran penting dalam meningkatkan *empathic concern*, namun keberhasilannya sangat bergantung pada desain intervensi, durasi pelaksanaan, dan tingkat keterlibatan siswa. Dengan demikian, program psikoedukasi yang dirancang secara interaktif dan berbasis pengalaman emosional disarankan untuk diterapkan dalam konteks pendidikan guna mendukung perkembangan sosial-emosional siswa.

SARAN

Berdasarkan simpulan penelitian, disarankan agar pihak sekolah dan pendidik mengembangkan program psikoedukasi yang dirancang secara sistematis, kontekstual, dan berkelanjutan, dengan fokus utama pada penguatan *empathic concern* sebagai aspek afektif empati. Rancangan intervensi sebaiknya disesuaikan dengan karakteristik perkembangan siswa dan menekankan keterlibatan emosional serta partisipasi aktif, seperti melalui diskusi reflektif, simulasi sosial, permainan peran, dan penggunaan media naratif. Pendekatan ini dinilai lebih efektif karena memungkinkan siswa tidak hanya memahami emosi orang lain secara kognitif, tetapi juga mengalami dan meresponsnya secara afektif.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memfokuskan *empathic concern* sebagai konstruk afektif yang berdiri sendiri, sehingga pengukuran empati tidak tercampur dengan dimensi kognitif lainnya. Selain itu, penggunaan desain penelitian yang lebih kuat, seperti eksperimen dengan kelompok kontrol, *randomized controlled trial*, serta pengukuran tindak lanjut (*follow-up*), perlu dipertimbangkan untuk memperoleh gambaran yang lebih akurat mengenai efektivitas dan keberlanjutan dampak intervensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Batson, C. D. (2011). *Altruism in humans*. Oxford University Press.
- Batson, C. D. (2017). Empathy and altruism. In J. Decety (Ed.), *Empathy: From bench to bedside* (pp. 161–174). MIT Press.
- Batson, C. D., Lishner, D. A., & Stocks, E. L. (2015). The empathy–altruism hypothesis. In D. A. Schroeder & W. G. Graziano (Eds.), *The Oxford handbook of prosocial behavior* (pp. 259–281). Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195399813.013.023>
- Branje, S., Morris, A. S., & de Goede, I. H. A. (2021). Developmental changes in adolescents' social relationships. *Annual Review of Developmental Psychology*, 3, 193–215.
<https://doi.org/10.1146/annurev-devpsych-121318-085506>
- Cathlin, A., & Salim, S. (2024). The effectiveness of psychoeducational programs in enhancing students' empathy. *Jurnal Paedagogy*, 11(3), 245–258.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113–126.
- Davis, M. H. (2018). *Empathy: A social psychological approach* (2nd ed.). Routledge.

- Decety, J., & Cowell, J. M. (2014). The complex relation between morality and empathy. *Trends in Cognitive Sciences*, 18(7), 337–339. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2014.04.008>
- Dewi, R., Lestari, S., & Rahmawati, D. (2025). Psychoeducation-based intervention to improve students' empathic awareness in bullying contexts. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 7(1), 45–58.
- Donker, T., Griffiths, K. M., Cuijpers, P., & Christensen, H. (2015). Psychoeducation for depression, anxiety and psychological distress: A meta-analysis. *BMC Medicine*, 13, 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12916-015-0321-y>
- Durlak, J. A., Domitrovich, C. E., Weissberg, R. P., & Gullotta, T. P. (2020). *Handbook of social and emotional learning: Research and practice*. Guilford Press.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company.
- Fitriani, N., & Andayani, B. (2024). Empathy development through narrative-based psychoeducation in inclusive schools. *Jurnal Pendidikan Inklusi*, 8(2), 134–148.
- Gayanti, R., Prasetyo, A. R., & Hidayah, N. (2021). Structured empathy training to improve students' empathic skills. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 13(2), 89–102.
- Hoffman, M. L. (2000). *Empathy and moral development: Implications for caring and justice*. Cambridge University Press.
- Hurissa, A., Müller, F., & Schneider, S. (2023). Effects of empathy training on *empathic concern* in adolescents: A randomized controlled trial. *International Clinical Trial Journal*, 15(2), 134–148.
- Konrath, S. H., O'Brien, E. H., & Hsing, C. (2023). Changes in dispositional empathy in American youth: A meta-analysis of longitudinal studies. *Personality and Social Psychology Review*, 27(1), 3–25. <https://doi.org/10.1177/10888683221114203>
- Malti, T., Chaparro, M. P., Zuffianò, A., & Colasante, T. (2021). School-based interventions to promote empathy-related responding in children and adolescents. *Educational Psychology Review*, 33, 123–152. <https://doi.org/10.1007/s10648-020-09541-0>
- Maximiano-Barreto, M. A., et al. (2024). Long-term effects of empathy training in adolescents: A randomized controlled trial. *Clinical Trial Journal*.
- Nasution, R., Siregar, M., & Putra, D. (2025). Psychoeducation module to enhance student empathy. *Jurnal Empati*, 14(3), 201–214..
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., et al. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Popay, J., Roberts, H., Sowden, A., et al. (2006). *Guidance on the conduct of narrative synthesis in systematic reviews*. ESRC Methods Programme.
- Rizky, A., & Andayani, B. (2025). Storytelling as a psychoeducational method to foster empathy in students. *Wacana*, 17(1), 55–68.
- Sofwana, H., et al. (2020). Empathy psychoeducation intervention among adolescents. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 22(2), 89–102.
- Teding van Berkhout, E., & Malouff, J. M. (2016). The efficacy of empathy training: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Current Psychology*, 35, 32–42. <https://doi.org/10.1007/s12144-015-9363-7>
- Teding van Berkhout, E., & Malouff, J. M. (2025). Empathy training revisited: Updated meta-analysis. *Current Psychology*. Advance online publication.
- Wilopo, S. A., Susanti, D., & Pinandari, A. W. (2023). Mental health problems among Indonesian adolescents: Findings from the I-NAMHS 2021. *Journal of Adolescent Health*, 72(5), 689–697. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.12.003>
- Winter, R., Cotton, P., & O'Neill, S. (2020). Educational interventions to improve empathy in students: A systematic review of randomized controlled trials. *BMJ Open*, 10, e036704. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-036704>
- Wuryaningsih, E. W., Lestari, R., & Putra, A. A. (2025). Empathy as a protective factor for adolescent psychosocial well-being. *Journal of Youth Mental Health*, 4(1), 12–25.