

Membentuk Empati Siswa SMA dengan Menggunakan Pendekatan Konseling Values Clarification

Akhmad Fajar Prasetya¹, I Made Sonny Gunawan²

¹Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

²Institut Keguruan Ilmu Pendidikan Mataram

e-mail: akh.prasetya@bk.uad.ac.id

ABSTRAK

Pembentukan karakter merupakan cerminan dari pendidikan yang mengedepankan nilai-nilai luhur bangsa Indonesia. Adapun sekolah-sekolah harus menyadari bahwa pendidikan karakter merupakan penanaman tentang nilai yang harus dilakukan terhadap siswa di sekolah. Lebih lanjut pendidikan tentang nilai adalah proses menanamkan nilai-nilai tertentu dan sekaligus memberikan benih kepada siswa agar mampu menumbuhkan karakter khasnya pada saat menjalankan kehidupan. Dengan kata lain, siswa tidak hanya memahami pendidikan sebagai bentuk pengetahuan, namun juga menjadikannya sebagai bagian dari hidup dan secara sadar mereka hidup berdasarkan pada nilai moral yang baik. Dalam hal ini salah satu bentuk dari pendidikan karakter yang penting untuk dikembangkan adalah empati karena di pandang sebagai akar dari nilai-nilai moral yang paling dasar. Salah satu cara yang dapat dilakukan oleh konselor sekolah di dalam membantu siswa untuk meningkatkan empatinya melalui konseling dengan menggunakan Pendekatan *Values Clarification* (VC). Lebih lanjut *values clarification* dapat digunakan dalam konseling individu atau kelompok karena merupakan pendekatan turunan dari psikologi humanistik (Kirschenbaum, 2013). Selain itu, pendekatan konseling *values clarification* juga menekankan pada kemampuan mendengarkan secara empatik untuk membantu konseli merefleksikan lebih dalam pemikiran dan perasaannya sendiri. Dalam hal ini *values clarification*, menganggap nilai sebagai bentuk keyakinan yang kuat untuk kondisi akhir atau bentuk dari perbuatan yang dapat diterima dengan baik.

Kata Kunci: **Empati, Pendekatan Konseling Values Clarification (VC)**

ABSTRACT

Character building is a reflection of education that promotes the noble values of the Indonesian people. The schools must realize that character education is the cultivation of values that must be done for students in school. Furthermore, education about values is the process of instilling certain values and at the same time providing seeds to students so that they are able to grow their distinctive character when carrying out life. In other words, students not only understand education as a form of knowledge, but also make it a part of life and consciously live based on good moral values. In this case one of the important forms of character education to develop is empathy because it is viewed as the root of the most basic moral values. One method that can be done by school counselors in helping students to increase empathy through counseling is by using Values Clarification (VC) approach. Further clarification values can be used in individual or group counseling because it is a derivative approach from humanistic psychology (Kirschenbaum, 2013). In addition, the clarification values counseling approach also emphasizes empathic listening skills to help counselees reflect more in their own thoughts and feelings. In this case clarification values, consider the value as a form of strong belief for the final condition or form of actions that can be well received.

Keywords: **Empathy, Approach to Counseling Values Clarification (VC)**

PENDAHULUAN

Pendidikan karakter tentang nilai sangat penting untuk diajarkan kepada siswa di sekolah karena dapat membentuk budi pekerti yang luhur. Lebih lanjut, pendidikan karakter dapat dilakukan sebagai upaya yang disengaja untuk mengolah kehidupan yang baik sesuai dengan nilai-nilai (Park, Peterson, & Seligmen, 2004). Adapun nilai yang wajib di tanamkan dalam diri siswa di sekolah adalah nilai-nilai yang terkait dengan moral. Lebih lanjut moral merupakan suatu kebutuhan penting bagi siswa remaja yang berfungsi sebagai pedoman di dalam menemukan identitas dirinya. Dengan demikian, siswa diharapkan dapat bertindak sesuai dengan nilai moral yang baik.

Selain itu, memiliki nilai moral yang baik merupakan hal yang di inginkan oleh semua individu. Adapun menurut Gunawan (2016) nilai moral paling dasar yang dapat mempengaruhi nilai-nilai positif lainnya seperti sikap hormat dan tanggungjawab adalah empati. Senada dengan hal tersebut menurut Dereli dan Aypay (2012) empati juga diprediksi dapat berpengaruh terhadap nilai tanggung jawab, persahabatan, cinta damai, rasa hormat, kejujuran dan toleransi nilai-nilai kemanusiaan.

Menurut Hoffman (2001) empati adalah respon berupa afeksi atau perasaan yang dimunculkan oleh seseorang kepada orang lain dan respon tersebut lebih disesuaikan pada situasi orang lain daripada situasi diri sendiri. Selain itu, kemampuan untuk berempati merupakan bagian penting dari pengembangan sosial dan emosional, yang dapat mempengaruhi individu di dalam berperilaku terhadap orang lain dan membangun kualitas hubungan sosialnya.

Adapun konstruksi empati dapat dijelaskan dan dikembangkan dalam persepektif budaya dengan melihat gambaran hubungan satu individu dengan individu lainnya. Khususnya dalam hal ini empati dilihat dalam paradigma individu untuk individu dalam hubungan membantu. Lebih lanjut, empati dapat dilihat sebagai motivator psikologis yang potensial untuk membantu orang lain dalam kesulitan. Alasan inilah yang digunakan penulis untuk melihat bahwa empati itu penting dimiliki oleh siswa di sekolah sebagai nilai khusus yang menggambarkan karakternya.

Dalam konteks ini, bimbingan dan konseling sebagai wilayah keilmuan dan pelayanan normatif harus dapat mengambil peran penting. Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh konselor adalah memberikan pelayanan konseling dengan pendekatan *values clarification* di dalam membentuk karakter positif siswa dengan mengintegrasikan sistem nilai yang diwujudkan secara kongruen ke dalam pola perilaku yang mandiri. Adapun alasan menggunakan pendekatan *values clarification* karena dapat membantu siswa untuk menemukan nilai-nilai melalui perilaku, perasaan, ide-ide dan membuat pilihan penting yang sesuai dengan kenyataannya (Hall, 1973).

Lebih lanjut konseli akan didorong untuk menemukan nilai mereka sendiri dan untuk memahami nilai-nilai yang dimiliki oleh orang lain. Disamping itu, *values clarification* dapat digunakan untuk membantu individu di dalam menentukan tujuan dan membuat pilihan, yang berkaitan dengan nilai-nilai serta moralitas yang dibangun di atas pendidikan karakter (Easterbrooks & Scheetz, 2004).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kemampuan untuk berempati adalah bagian penting dari pengembangan sosial dan emosional, yang mempengaruhi individu dalam berperilaku terhadap orang lain dan kualitas hubungan sosialnya. Empati merupakan inti dari keterampilan berkomunikasi dengan orang lain (Bonvinci, dkk, 2009). Adapun menurut Kohut, 1991 (dalam Wilson & Thomas, 2004: 17) empati adalah kemampuan untuk berfikir dan merasa diri ke dalam kehidupan batin orang lain. Sedangkan menurut Hojat (2007) empati adalah atribut kognitif yang kadang-kadang menampilkan pemahaman dari orang lain, dan sebagai keadaan pikiran emosional yang menampilkan berbagai perasaan sebagai sebuah konsep yang melibatkan kognisi dan emosi. Dari pemaparan ahli mengenai pengertian empati, dapat disimpulkan bahwa empati merupakan bentuk dari pemahaman seseorang di dalam merasakan situasi psikologis orang lain yang dimunculkan melalui tindakan positif untuk membantu.

Lebih lanjut, empati dapat dijelaskan dalam persepektif budaya yang dilihat dari paradigma individu untuk individu dalam hubungan membantu (Gunawan, 2016). Selain itu, empati dapat dilihat sebagai motivator psikologis yang potensial untuk membantu orang lain dalam kesulitan (Wilson & Thomas, 2004). Menurut Goleman (1995), empati adalah bagian dari kecerdasan emosi yang indikatornya terdiri dari: (1) mampu menerima sudut pandang orang lain, (2) memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain, dan (3) mampu mendengarkan orang lain. Adapun penjelasan singkat dari ketiga indikator empati tersebut adalah sebagai berikut: Mampu menerima sudut pandang orang lain adalah mampu membedakan antara apa yang dikatakan atau dilakukan orang lain dengan reaksi dan penilaian individu itu sendiri. Dengan perkembangan aspek kognitif seseorang, kemampuan untuk menerima sudut pandang orang lain dan pemahaman terhadap perasaan orang lain akan lebih lengkap dan akurat sehingga dapat memberikan perlakuan dengan cara yang tepat. Adapun memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain adalah mampu mengidentifikasi perasaan-perasaan orang lain dan peka terhadap hadirnya emosi dalam diri orang lain melalui pesan non-verbal yang ditampilkan, misalnya nada bicara, gerak-gerik dan ekspresi wajah. Kepekaan yang sering diasah akan dapat membangkitkan reaksi spontan terhadap kondisi orang lain. Sedangkan mampu mendengarkan orang lain adalah merupakan sebuah ketrampilan yang perlu dimiliki untuk mengasah kemampuan empati. Sikap mau mendengar memberikan pemahaman yang lebih baik terhadap perasaan orang lain dan mampu membangkitkan penerimaan terhadap perbedaan yang terjadi.

Dalam hal ini untuk meningkatkan empati siswa dapat dilakukan dengan menerapkan pendekatan *values clarification*. Adapun pelopor dari pendekatan *values clarification* adalah Loris Rath (1963-1972). Lebih lanjut, filosofi dari *values clarification* dapat dirujuk melalui pendekatan psikologi humanistik yang menganggap manusia sebagai aktif dan memiliki kapasitas untuk mengevaluasi perilakunya akibat pengaruh lingkungan dan budaya. Adapun sifat dan kondisi manusia yang mencakup kesanggupan untuk menyadari diri, bebas memilih untuk menentukan nasibnya sendiri, memiliki kebebasan dan dapat bertanggung jawab.

Adapun secara historis *values clarification* sering dikaitkan dengan program pendidikan nilai-nilai, pendidikan moral dan pendidikan karakter, maka *values clarification* dapat digunakan sebagai alat berharga dalam meningkatkan nilai-nilai, moral, dan pendidikan karakter di sekolah (Gunawan & Prasetya, 2017). Menurut Kirschenbaum (2013) *values clarification* dapat dimanfaatkan untuk konselor sekolah yang ingin menggunakan *values clarification* sebagai alat konseling dengan siswa dalam melakukan konseling individu dan konseling kelompok atau kegiatan *psychoeducational*. Adapun yang dimaksud dengan konseling *values clarification* adalah proses pemberian bantuan kepada individu baik dalam suasana wawancara secara *face to face* atau dalam suasana kelompok dengan berpegang teguh pada pendekatan psikologi humanistik yang bersifat pencegahan, penyembuhan, dan pengembangan dengan menggali potensi individu untuk menemukan nilai-nilai yang baik (Gunawan & Majdi, 2018).

Adapun menurut Mickleburgh (1992) dan Kirschenbaum (2013) sebagai alat konseling *values clarification* berfungsi untuk menjelaskan pertanyaan, memperjelas wawancara, dan menjelaskan strategi yang dapat memainkan peran penting serta berguna dalam membantu konseli untuk meningkatkan hubungan pribadi, kesadaran nilai dan moral, pendidikan karakter dan menangani area lain dari pengembangan sosial dan emosional.

Lebih lanjut *values clarification* dapat digunakan dalam konseling kelompok karena merupakan pendekatan turunan dari psikologi humanistik (Kirschenbaum, 2013). Dalam hal ini *values clarification* menganggap pribadi yang bermasalah adalah individu yang tidak mengetahui apa yang penting bagi mereka dan bagaimana caranya untuk membangun kehidupan yang memiliki makna dan kepuasan, dimana individu itu sering bersikap apatis, tidak tetap pendiriannya, cenderung mengikuti kelompoknya, cenderung selalu berlawanan dengan orang lain, dan tidak dapat mengambil keputusan dengan baik. Konsep utama dari pendekatan *values clarification* adalah dirancang untuk membantu

individu agar dapat: (1) mengenali atau menetapkan tujuan, arahan, dan prioritas mereka; (2) membuat pilihan dan keputusan untuk membantu mereka mencapai tujuan, arahan, dan prioritas; dan (3) mengambil tindakan untuk menerapkan pilihan dan keputusan mereka agar tercapainya tujuan, arahan, dan prioritas mereka.

Tujuan dari pendekatan *values clarification* yaitu: (1) untuk mengoptimalkan kesadaran individu akan keberadaannya dan menerima keadaannya menurut apa adanya; (2) untuk memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi cara berfikir, keyakinan serta pandangan-pandangan individu, yang unik, yang tidak atau kurang sesuai dengan dirinya agar individu dapat mengembangkan diri dan meningkatkan *self actualization* seoptimal mungkin; (3) untuk menghilangkan hambatan-hambatan yang dirasakan dan dihayati oleh individu dalam proses aktualisasi dirinya; (4) untuk membantu individu di dalam menemukan pilihan-pilihan bebas yang mungkin dapat dijangkau menurut kondisi atau keadaan dirinya. Hubungan konseling dari pendekatan *values clarification* adalah konselor di dalam proses konseling lebih aktif atau direktif untuk mengarahkan konseli mencapai tujuannya. Lebih lanjut konselor ditekankan untuk mampu mendengarkan secara empatik agar dapat membantu konseli merefleksikan pemikiran dan perasaannya sendiri.

Menurut Gunawan dan Prasetya (2017), teknik di dalam pendekatan *values clarification* antara lain: teknik modeling, teknik analisis nilai (reputase, cerita tidak selesai), teknik matrik (daftar baik buruk, skala bertingkat), dan teknik bermain peran. Adapun implementasi dari Pendekatan *values clarification* yaitu harus memunculkan (1) kegiatan yang menjelaskan pertanyaan tentang nilai; (2) kegiatan yang menjelaskan tentang proses interview atau konseling, (3) kegiatan yang menjelaskan tentang penerapan tiga level pengajaran dari *values clarification* (memilih, menghargai, dan berbuat), dan (4) menggunakan strategi *values clarification* yaitu teknik-tekniknya. Lebih lanjut dalam penerapan konseling individual maupun konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *values clarification* melibatkan komponen berikut: (1) Identifikasi masalah nilai; (2) Gunakan satu atau lebih pertanyaan atau aktivitas untuk melibatkan klien atau anggota kelompok dalam merefleksikan dan mengerjakan masalah ini; (3) di dorong dengan tujuh proses/langkah penilaian yang terdapat pada tiga level pengajaran; dan (4) menciptakan suasana aman, hormat, dan nonimposisi nilai.

Adapun ketiga tingkat tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut: (1) tingkat menghargai. Pada tingkat ini terdiri atas dua tahap, yaitu: (a) menghargai nilai dimaksudkan bahwa individu memiliki nilainya sendiri dan begitu juga dengan orang lain, dimana nilai tersebut sangat penting bagi mereka; dan (b) menegaskan nilai adalah sesuatu yang cukup kuat untuk di ungkapkan kepada orang lain dalam situasi yang tepat, dimana individu tersebut tidak merasa malu dengan nilai-nilainya. Artinya, bila individu menganggap nilai itu sesuatu yang penting, maka individu tersebut akan berani dengan penuh kesadaran untuk menunjukkan di depan oranglain; (2) tingkat memilih. Pada tingkat ini terdapat tiga tahap, yaitu: (a) dipilih dari alternatif, artinya sebuah nilai dipilih dari berbagai pilihan. Adapun proses memilih dari alternatif membantu individu untuk meningkatkan kemungkinan bahwa pilihannya itu berharga dan dihargai; (b) dipilih setelah melakukan pertimbangan konsekuensi, dimaksudkan untuk mengakui pro dan kontra yang memunculkan konsekuensi dari pilihan untuk diri sendiri, keluarga, komunitas di dalam meningkatkan kemungkinan pilihan yang sesuai dengan semua tujuan dan prioritas seseorang; dan (c) adanya dorongan dari rekan atau otoritas yang dipilih secara cuma-cuma untuk mengurangi kemungkinan bahwa pilihan seseorang akan bermakna dan memuaskan. Dalam hal ini nilai yang di alami dipilih secara bebas dan tidak dipaksakan; dan (3) tingkat bertindak. Pada tingkat ini terdiri atas dua tahapan, yaitu: (a) bertindak atas nilai yang sudah dipilih dengan ditunjukkan dalam bentuk perilaku; dan (b) bertindak secara konsisten, dalam hal ini nilai dilihat secara konsisten dalam pola perilaku yang dimunculkan. Semakin banyak nilai, semakin banyak yang diamati dalam perilaku individu dan semakin sedikit inkonsistensinya.

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa pendekatan *values clarification* dapat diterapkan dalam bentuk konseling individu maupun konseling kelompok dengan memperhatikan tiga

tingkatan yang dapat membantu siswa di dalam meningkatkan empatinya. Selain itu teknik-teknik yang ada dalam pendekatan *values clarification* dapat dipilih sesuai dengan kebutuhan di lapangan.

SIMPULAN

Penerapan *values clarification* dalam pelayanan bimbingan dan konseling merupakan hal yang sangat penting, sehingga konselor diharapkan dapat dapat mempelajari dan mendalami pendekatan ini sebagai salah satu rujukan di dalam membantu siswa untuk meningkatkan empatinya. Adapun implikasi dari penerapan pendekatan *value clarification* terhadap siswa adalah untuk memberikan kesempatan kepada siswa di dalam menemukan nilai-nilai sosial dan pribadi melalui situasi tiruan sehingga siswa dapat memunculkan sikap empati terhadap orang lain.

Adapun saran bagi praktisi di dalam bidang bimbingan dan konseling adalah dapat menerapkan pendekatan *value clarification* di dalam pelayanan konseling baik secara individu maupun kelompok dengan benar dan dapat mengembangkan panduan pelatihan yang dapat digunakan sebagai pedoman dalam melatih siswa untuk meningkatkan empatinya sesuai dengan kebutuhan di lapangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bonvicini, K. A., dkk. 2009. Impact of Communication Training on Physician Expression of Empathy in Patient Encounters. *Patient Education and Counseling*. 75 (1) 3-10.
- Dereeli, E., & Aypay, A. 2012. The Prediction of Empathetic Tendency and Characteristic Trait of Collaboration on Humane Values in Secondary Education Students and the Examining of Those Characteristics. *Journal Educational Sciences: Theory & Practice*. 12 (2) 1262-1270.
- Easterbrooks, S.R., & Scheetz, N.A. 2004. Applying Critical Thinking Skills to Character Education and Values Clarification with Students Who are Deaf or Hard of Hearing. *Journal American Annals of the Deaf*. 149 (3) 255-263.
- Goleman, D. 1995. *Emotional Intelligence*. London: Bloomsbury Publishing Plc.
- Gunawan, I M.S. 2016. *Pentingnya Sebuah Pelatihan Untuk Meningkatkan Empati Mahasiswa Bimbingan dan Konseling* (Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling dengan tema Penguatan Orientasi Nilai dalam Bimbingan dan Konseling sebagai Upaya Pengembangan Karakter Generasi Muda Indonesia). Yogyakarta: PPs. UNY.
- Gunawan, I M.S., & Prasetya, Fajar. 2017. *Konseling Kelompok Values Clarification Sebagai Alternatif untuk Meningkatkan Sikap Hormat Siswa* (Seminar Internasional Bimbingan dan Konseling MALINDO 5 dengan tema Kaunseling Merentas Sempadan dan Budaya). Malaysia: PPs. Institut Pendidikan Guru Kampus Pendidikan Islam Bnadar Baru Bangi Selangor.
- Gunawan, I M.S., & Majdi, M. Z. Z. 2018. *Konseling Values Clarification untuk Menumbuhkan Karakter Positif Siswa* (Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling dengan tema Etika dan Profesi Konselor di Indonesia). Jakarta: PPs. UNJ.
- Hall, B. 1973. *Values Clarification as Learning Process*. New York: Paulist Press.
- Hoffman, M.L. 2001. *Empathy and Moral Development-Implications for Caring and Justice*. New York: Cambridge University Press.
- Hojat, M. 2007. *Empathy In Patient Care: Antecedents, Development, Measurement, and Outcomes*. Philadelphia: Spinger.
- Kirschenbaum, H. 2013. *Values Clarification in Counseling and Psychotrapy (Practical Strategies for Individual and Group Settings)*. USA: Oxford University Press.
- Mickeburg. 1992. Clarification of Values in Counselling and Psychotherapy. *Australian & New Zeland Journal of Psychiatry*. 26 (3) 391-398.
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M.E.P. 2004. Strengths of Character dan Well-Being. *Journal of Social and Clinical Psychology*. 23 (5) 603-619.

