

STUDY LITERATURE ON EMPATHY IN COUNSELING

Vivie Aryanti¹, Zulfan Saam², Tri Umari³

E-mail: vivi.aryanti1989@student.unri.ac.id, Zulfan_saam@gmail.com, triumari2@gmail.com

No. Hp: 081371243635

*Guidance and Counseling Study Program
Department of Educational Sciences
Faculty of Teacher Training and Education
Riau University*

Abstract: *The study aims to identify concepts and theories of empathy in counseling, then factors that affect empathy in counseling based on research results, and ways to increase empathy in counseling based on research results, and discuss research on empathy in counseling based on research findings. Using a literature study method with a qualitative approach, collecting data by collecting previous research results using accredited national and international articles/journals span time from 2014-2021. The journals that were collected were then reselected. and the selected journals would have met the criteria for, accessible by full text, accredited, according to the research topic of empathy in counseling, in English and English. Then the results of the research were analyzed and concluded the formula of the problem. Research results are, conceptually and theoretically, empathy in counseling is the counselor's ability to enter a client's reality, feel a client's feelings, frame strong counseling with the counselor's ability to enter the client's point of view is sometimes considered emphatic understanding, and the counselor's ability is listed as emphatic understanding 1) sincerity, 2) acceptance, 3) the ability to put yourself, the soul, and the feelings of the counselor into the soul, and the feelings of counselor, or if seen in the concept of empathy in counseling then empathy is a skill that describes the quality of the counselor, those skills: 1) respect or positive acceptance, 2) respect and hospitality, or respect and warmth, 3) concreclarity, or clearly and understandably, 4) immediacy or urgency, 5) immediateness, or authenticity displayed by counselors.*

Key Words: *Keywords: empathy; Counseling; behavior*

STUDI LITERATUR TENTANG EMPATI DALAM KONSELING

Vivie Aryanti¹, Zulfan Saam², Tri Umari³

E-mail: vivi.aryanti1989@student.unri.ac.id, Zulfan_saam@gmail.com, triumari2@gmail.com

No. Hp: 081371243635

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep dan teori empati dalam konseling, kemudian faktor-faktor yang mempengaruhi empati dalam konseling berdasarkan hasil-hasil penelitian, dan cara-cara untuk meningkatkan empati dalam konseling berdasarkan hasil-hasil penelitian, serta membahas hasil penelitian mengenai empati dalam konseling berdasarkan temuan-temuan hasil penelitian. Menggunakan metode Studi Literatur dengan pendekatan kualitatif, mengumpulkan data dengan cara menghimpun berbagai hasil penelitian terdahulu menggunakan artikel/jurnal nasional dan internasional yang terakreditasi rentang waktu dari tahun 2014-2021. Jurnal yang berhasil dihimpun kemudian diseleksi kembali dan jurnal yang terpilih adalah yang memenuhi kriteria seperti, dapat diakses fulltext, terakreditasi, sesuai dengan topik penelitian yaitu empati dalam konseling, menggunakan bahasa indonesia dan inggris. Kemudian hasil penelitian dianalisis dan ditarik kesimpulan sesuai rumusan masalah yang dicari. Hasil penelitian yang didapat ialah, Secara konsep dan teori, Empati dalam konseling merupakan kemampuan konselor untuk memasuki realitas klien, merasakan perasaan klien, empati membimbing konseling yang kuat dengan kemampuan konselor untuk memasuki sudut pandang klien kadang-kadang dianggap emphatic understanding, dan kemampuan konselor ini terdiri dari, 1) Ketulusan, 2) Penerimaan, 3) kemampuan untuk menempatkan diri, jiwa, dan perasaan dari konselor ke dalam jiwa, dan perasaan konseli, atau jika dilihat pada konsep empati dalam konseling maka empati merupakan keterampilan yang menggambarkan kualitas konselor, keterampilan tersebut diantaranya: 1) Positif Regard atau penerimaan yang positif, 2) Respect and Warmth, atau peng-hargaan dan kehangatan, 3) Concreteness, atau jelas dan dapat dipahami, 4) Immediacy atau kekinian, 5) Genuineness, atau keaslian yang ditampilkan konselor.

Kata Kunci: Empati; Konseling; Perilaku

PENDAHULUAN

Setiap individu akan mengalami permasalahan-permasalahan yang sangat beragam dan kompleks. Banyak faktor dapat menjadi latar belakang timbulnya berbagai permasalahan tersebut. Penyelesaian masalah menjadi hal yang sangat penting dalam membentuk kepribadian yang sehat bagi individu. Individu yang tidak mampu dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi maka akan menjadi penghambat dalam perkembangan dirinya. Permasalahan dan bentuk penyelesaian pun semakin beragam, bergantung bagaimana pandangan individu dalam menangani permasalahan yang dihadapi. Tentu hal ini memunculkan sebuah kebutuhan akan bantuan pihak lain dalam penyelesaiannya. Kesadaran atas bentuk bantuan orang lain yang secara teoritis dan praktisnya dapat dipertanggungjawabkan menjadi sangat besar. Pendidikan dalam jalur formal merupakan tempat yang logis untuk individu berkembang mendapatkan bantuan profesional bertujuan untuk memfasilitasi berbagai permasalahan dan perkembangan individu. Hal ini disebabkan permasalahan yang muncul menjadi hal yang secara substansi dialami setiap individu yang berkembang.

Konseling adalah suatu interaksi yang antara dua orang individu yang disebut konselor dan konseli, terjadi dalam situasi yang bersifat pribadi (profesional) diciptakan dan dibina sebagai suatu cara untuk memudahkan terjadi perubahan tingkah laku konseli yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh konseli. Bersifat profesional berarti bahwa konseli mengemukakan masalah yang dihadapi dan konselor menciptakan suasana hubungan yang akrab dengan menerapkan prinsip-prinsip dan teknik-teknik konseling sedemikian rupa, sehingga masalah konseli terjelajahi segenap seginya dan pribadi konseli terangsang untuk mengatasi masalah yang dihadapi dengan menggunakan kekuatannya sendiri.

Konseling adalah suatu interaksi yang antara dua orang individu yang disebut konselor dan konseli, terjadi dalam situasi yang bersifat pribadi (profesional) diciptakan dan dibina sebagai suatu cara untuk memudahkan terjadi perubahan tingkah laku konseli yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh konseli. Bersifat profesional berarti bahwa konseli mengemukakan masalah yang dihadapi dan konselor menciptakan suasana hubungan yang akrab dengan menerapkan prinsip-prinsip dan teknik-teknik konseling sedemikian rupa, sehingga masalah konseli terjelajahi segenap seginya dan pribadi konseli terangsang untuk mengatasi masalah yang dihadapi dengan menggunakan kekuatannya sendiri (Prayitno, 2004).

Empati dalam konseling merupakan hal yang sangat penting. Mengingat proses konseling merupakan sebuah bantuan melalui interaksi. Salah satu masalah yang sering muncul adalah kurangnya rasa empati dalam berkomunikasi yang bisa menyebabkan kesalahpahaman interaksi komunikasi sehingga konseli frustrasi dan tidak ada manfaat yang dihasilkan dari proses konseling tersebut. Empati merupakan dasar hubungan interpersonal. Hal yang juga penting diungkap dalam konteks peningkatan mutu empati seseorang adalah berlatih menampakkan ekspresi-ekspresi atau isyarat-isyarat non-verbal yang membuat orang lain merasa dimengerti dan diterima, karena kemampuan empati terutama melibatkan kemampuan seseorang untuk membaca perasaan lewat pemahaman terhadap isyarat-isyarat non verbal orang lain. Pemahaman seperti ini membuat hubungan antar individu terjalin dengan baik.

Dari hasil penulis selama pengenalan lapangan persekolahan pada SMA Negeri 1 Tambusai, penulis menemukan beberapa permasalahan terkait permasalahan yang dihadapi siswa sehingga siswa tersebut memiliki minat dan prestasi belajar yang rendah.

Sehingga dengan adanya empati dalam konseling, penulis bisa mendekati diri kepada siswa sehingga siswa percaya dan berani bercerita kepada penulis mengenai permasalahan apa yang sedang dihadapinya sehingga dapat menyebabkan nilai hasil belajar yang menurun. Menampilkan sikap empati pada proses konseling akan membuat pada satu kondisi yaitu bahwa konseling lebih didengar, dihargai dan merasakan bahwa ada orang lain yang mampu untuk merasakan apa yang dirasakan oleh dirinya pada saat itu. Sehingga, konselor dengan sikap empati merupakan konselor yang mampu menempatkan dirinya lebih dalam menuju posisi yang dihadapi oleh konseling. Konselor secara utuh masuk dalam proses konseling, sehingga tidak hanya menganggap dirinya sebagai seorang konselor namun mampu memposisikan dirinya sebagai konseling dan mencoba untuk memberikan pemahaman lebih kepada konseling melalui berbagai macam intervensi yang dilakukan.

Berdasarkan hal tersebut, empati menjadi penting untuk dikembangkan oleh konselor yang akan membantu memfasilitasi konseli dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi, dan diperlukan latihan untuk menampilkan sikap empati sehingga pelayanan konseling yang dilakukan menjadi lebih efektif. Empati secara akurat akan membantu konselor untuk mampu secara utuh menempatkan dirinya dalam proses konseling.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah studi literatur dengan pendekatan kualitatif, merupakan serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan pengumpulan data pustaka dan mengelola bahan penelitian sesuai topik permasalahan yang diteliti, dilakukan dengan mengidentifikasi dan menganalisis data beserta fakta berdasarkan sumber bacaan dan penelitian terdahulu untuk mencapai suatu hasil penelitian. Subjek penelitian adalah konselor menggunakan metode pengumpulan data yang menghimpun jurnal, artikel dan buku yang berkaitan dengan perilaku empati dalam konseling. Dengan kriteria jurnal yang dipilih adalah yang dapat diakses fulltext, menggunakan bahasa indonesia dan inggris, jurnal nasional diakses menggunakan pencarian google scholar dengan kata kunci: empati dalam konseling, remaja awal dan perilaku bullying pada remaja awal, jurnal terakreditasi sekurangnya sinta 3 dan kemudian jurnal dan buku yang telah dihimpun dikelola untuk dianalisis dan simpulkan guna menjawab rumusan masalah yang ingin dicari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Rekapitulasi buku dan jurnal/artikel yang merupakan bahan untuk dijadikan literatur penelitian:

Tabel 1. Rekapitulasi konsep dan teori empati dalam konseling

No.	Identitas Jurnal/Buku	Judul Jurnal	Hasil
1	Nama Pengarang : Yunita Vol,No.Tahun. Nama Jurnal :2, 3. 2021. Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)	Pentingnya Teknik Empati Dalam Proses Konseling Individual	Dalam konseling, empati adalah syarat utama untuk memberikan konseling yang efektif. Empati digambarkan sebagai kemampuan konselor untuk memasuki realitas klien, merasakan perasaan klien, empati membingkai konseling yang kuat dengan kemampuan konselor untuk memasuki sudut pandang klien kadang-kadang dianggap <i>emphatic understanding</i>
2	Nama Pengarang: Vol. No. Tahun. Nama Jurnal: I Made Sonny Gunawan dan Nurul Huda, 3, 5, 2018, Jurnal Realita	Menumbuhkan Empati Sebagai Upaya Meningkatkan Nilai-Nilai Moralitas Siswa Melalui Pelayanan Bimbingan Dan Konseling	Kecendrungan individu untuk berempati dapat dipengaruhi oleh struktur multidimensi dengan komponen kognitif dan emosional. Emosi empati pada umumnya didefinisikan sebagai karakteristik efektif yang memfasilitasi individu untuk merasakan hal yang sama seperti yang dilakukan oleh orang yang mengalaminya, Sedangkan empati kognitif dinyatakan sebagai kemampuan kognitif yang dapat memfasilitasi pemahaman perasaan orang lain untuk memahami dan menentukan sudut pandang orang lain yang tercermin.
3	Nama Pengarang: Vol. No. Tahun. Nama Jurnal: Amallia Putri. 1. 1. 2016, Jurnal Bimbingan dan Konseling	Pentingnya Kualitas Pribadi Konselor Dalam Konseling Untuk Membangun Hubungan Antar Konselor Dan Konseli	beberapa kompetensi konselor yang dapat memberikan perubahan langsung terhadap konseli pada saat melakukan proses konseling diantaranya yaitu: 1) Ketulusan, 2) Penerimaan. menghargai konseli sebagai individu yang berharga, 3) Empati yaitu suatu kemampuan untuk menempatkan diri, jiwa, dan perasaan dari konselor ke dalam jiwa, dan perasaan konseli.
4	Nama Pengarang: Vol. No. Tahun. Nama Jurnal: Erna Fitriatun, Nopita, dan Sri Erni Mulyani. 4. 1. 2018. Jurnal Kependidikan	Karakter Empati Dalam Konseling Teman Sebaya Pada Masa Remaja	Empati merupakan salah satu karakter yang ada pada diri manusia. Dimana, Empati berasal dari kata <i>empathia</i> yang berarti ikut merasakan. Pendapat lain juga mengatakan bahwa empati adalah suatu kecendrungan yang dirasakan seseorang untuk merasakan sesuatu yang dilakukan orang lain andaikan ia berada dalam situasi yang lain. Dengan kata lain empati dapat disimpulkan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk meletakkan diri dalam posisi orang lain dan menghayati pengalaman tersebut untuk melihat situasi dari sudut pandang orang lain
5	Nama Pengarang:	Empati Sebagai	Konsep empati tidak hanya mengulas suatu

	Vol. No. Tahun. Nama Jurnal: Sai Handari. 18. 1. 2016. Jurnal Lentera	Pengembangan Seni Konseling Untuk Efektivitas Pelayanan Konseling	proses kunci menuju dan di dalam konseling efektif, tetapi juga termasuk pada pekerjaan guru, pemuka agama dan pekerjaan lain yang keseluruhan isi pekerjaan tersebut bergantung pada proses mempengaruhi orang lain. Empatik adalah kemampuan dengan berbagai definisi yang berbeda yang mencakup spektrum yang luas, berkisar pada orang lain yang menciptakan keinginan untuk menolong, mengalami emosi yang serupa dengan emosi orang lain, mengetahui apa yang orang lain rasakan dan pikirkan, mengaburkan garis antara diri dan orang lain. Empati dapat subjektif, antarpribadi, atau objektif. Seringkali empati adalah kombinasi ketiganya. Dalam situasi konseling, empati adalah kemampuan konselor untuk menyatu dengan konseli dan memantulkan pemahaman ini kepada mereka. Hal ini dilakukan dengan berbagai cara tetapi empati secara esensial adalah suatu upaya untuk berpikir dengan, alih-alih untuk atau mengenai, konseli dan untuk menyerap komunikasi, maksud, dan pengertian konseling tersebut.
6	Nama Pengarang: Vol. No. Tahun. Nama Jurnal: Amirah Diniaty, M.Pd, Kons, 2012	Keterampilan Empati Dalam Penyelenggaraan Konseling Pasca Traumatik Untuk Korban Bullying Di Sekolah Menengah	Empati yang dilakukan konselor ditunjukkan dalam bentuk sikap dan keterampilan konselingnya. Sikap keterampilan tersebut diantaranya: (a) Positif Regard atau penerimaan yang positif, (b) Respect and Warmth, atau penghargaan dan kehangatan, (c) Concreteness, atau jelas dan dapat dipahami, (d) Immediacy atau kekinian, (e) Genuineness, atau keaslian yang ditampilkan konselor
7	Nama Pengarang: Namora Lumongga Tahun Terbit, Penerbit: 2011, PT Kharisma Putra Utama	Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik (Edisi Pertama)	Empati sangat erat kaitannya dengan <i>attending</i> . Penulis sengaja menuliskannya terpisah agar memudahkan pembaca untuk lebih memahaminya secara utuh. Secara utuh. Secara umum, empati dapat diartikan sebagai kemampuan konselor untuk dapat merasakan dan menempatkan dirinya di posisi klien. Hal ini akan terlihat dengan jelas pada ekspresi wajah dan bahasa tubuh konselor, ada beberapa hal yang harus dilakukan oleh konselor sebelum merespons pernyataan klien. Pertama konselor harus memerhatikan postur klien dan ekspresi wajahnya. Konselor harus mendengarkan hati-hati apa yang

			dikatakan oleh klien. Dan yang lebih penting adalah konselor harus dapat memahami perasaan yang diekspresikan oleh klien.
--	--	--	---

Dari rekapitulasi hasil-hasil penelitian pada tabel 1, maka dapat ditemukan konsep dan teori empati dalam konseling yaitu, Empati digambarkan sebagai kemampuan konselor untuk memasuki realitas klien, merasakan perasaan klien, empati membingkai konseling yang kuat dengan kemampuan konselor untuk memasuki sudut pandang klien kadang-kadang dianggap *emphatic understanding*. Pendapat lain juga mengatakan bahwa empati adalah suatu kecenderungan yang dirasakan seseorang untuk merasakan sesuatu yang dilakukan orang lain andaikan ia berada dalam situasi yang lain. Dengan kata lain empati dapat disimpulkan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk meletakkan diri dalam posisi orang lain dan menghayati pengalaman tersebut untuk melihat situasi dari sudut pandang orang lain Konsep empati tidak hanya mengulas suatu proses kunci menuju dan di dalam konseling efektif, tetapi juga termasuk pada pekerjaan guru, pemuka agama dan pekerjaan lain yang keseluruhan isi pekerjaan tersebut bergantung pada proses mempengaruhi orang lain. (Gunawan, 2016)

Empatik adalah kemampuan dengan berbagai definisi yang berbeda yang mencakup spektrum yang luas, berkisar pada orang lain yang menciptakan keinginan untuk menolong, mengalami emosi yang serupa dengan emosi orang lain, mengetahui apa yang orang lain rasakan dan pikirkan, mengaburkan garis antara diri dan orang lain. *Perspective-taking* merupakan kemampuan spontan seseorang untuk mengadopsi atau memahami kerangka pikir orang lain, sedangkan unsur afektif dari empati lebih mengarah pada apa yang dirasakan oleh seseorang terhadap keadaan orang lain; termasuk pula didalamnya keadaan simpati dan perhatian penuh terhadap orang lain. Sehingga dapat dikatakan bahwa, factor yang mempengaruhi sikap emapti dalam konseling ini juga dipengaruhi dengan seberapa berkualitas atau mampunya seorang konselor, sebab konselor dikatakan memiliki kualitas- kualitas personal apabila, memiliki kesadaran akan diri dan nilai-nilai, percaya bersikap hangat dan penuh perhatian, mampu memperlihatkan sikap menerima, empati dan memiliki pengetahuan

Dari rekapitulasi hasil-hasil penelitian pada tabel 2, maka dapat ditemukan factor-faktor yang mempengaruhi empati dalam konseling, empati merupakan Situasi dan tempat, ketika seseorang dalam situasi yang sibuk atau tergesa-gesa maka kemungkinan orang tersebut tidak mempunyai waktu untuk berempati, dan apabila seseorang sedang berada di tempat yang ramai maka akan mempengaruhi perilaku empati seseorang. Sejumlah faktor sosial kritis yang membentuk karakter berempati secara perlahan mulai runtuh seperti pengawasan orang tua lemah, kurangnya teladan perilaku berempati, pendidikan spiritual dan agama relatif sedikit, pola asuh yang jelek, dan sekolah yang kurang memberikan stimulasi terhadap pertumbuhan empati.

Empati kognitif dapat muncul dari berbagai ide-ide tentang kognitif orang lain atau keadaan emosi yang dihasilkan dengan mengalihkan perhatian seseorang, dimana kemampuan kognitif dan emosional sendiri bisa dibandingkan, kontras, dan selaras dengan orang lain. Hal ini juga dapat memunculkan respon emosional untuk situasi orang lain dan diidentifikasi sebagai yang benar dari orang itu sendiri sesuai keadaan emosional yang mungkin muncul melalui refleksi diri. Memahami secara empati bukanlah memahami orang lain secara objektif, tetapi sebaliknya dia berusaha memahami pikiran dan perasaan orang lain dengan cara orang lain tersebut berpikir dan merasakan atau melihat dirinya sendiri.

Dari rekapitulasi hasil-hasil penelitian pada tabel 2, maka dapat ditemukan cara berempati dalam konseling, untuk dapat merasakan apa yang dirasakan klien, dipikirkan dan dialami klien, seorang konselor haruslah berusaha, sebagai berikut, Melihat kerangka rujukan dunia-dalam klien atau kehidupan internal klien, Menempatkan diri kedalam persepsi internal klien, Merasakan apa yang dirasakan klien, Berpikir bersama klien, bukan berpikir tentang atau untuk klien, Menjadi kaca emosional /cermin perasaan klien Dengan usaha yang dilakukan di atas maka konselor akan dapat memberi kenyamanan kepada klien dan setelah itu klien pun akan leluasa memberikan atau mencurahkan isi hatinya.

Ada dua cara agar konselor pemula mampu menghadirkan empati terhadap orang lain: (1) Melatih Empati, yang terdiri dari (a) Menuliskan perasaan positif atau negative Apabila kita mengalami perasaan positif atau negatif, segera rekam dengan menuliskannya dalam diari atau saat ini yang populer dengan menulis di blog. (2) Lakukan dengan nyata bahwa kita berempati, yang terdiri dari, (a) Berhati-hati dalam ucapan dan perbuatan Pikirkan perilaku dan perkataan kita sebelum melakukan atau mengucapkannya kepada orang lain.

Adapun beberapa bentuk prosedur penerapan empati dalam konseling diantaranya: (1) Menerima klien dengan sikap kehangatan, Prosedur utama penerapan empati dalam konseling adalah konselor bersikap hangat terhadap klien agar klien merasa nyaman dan tenang, (2) Menumbuhkan Kepercayaan klien, Setelah menerima klien dengan penuh kehangatan, berikutnya konselor membangun kepercayaan pada klien, menjadikan klien percaya sepenuhnya bahwa konseling akan berlangsung secara privasi antara konselor dan klien, dan klien percaya sepenuhnya bahwa konselor akan sepenuhnya bersamanya dan dapat di andalkan untuk penyelesaian masalahnya, (3) Membangun Rasa Persamaan Perasaan, Setelah membangun kepercayaan bagi klien, selanjutnya konselor membangun rasa persamaan perasaan yaitu konselor ikut dalam perasaan klien.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian studi literatur tentang empati dalam konseling yang disusun untuk mengetahui konsep dasar dan teori, faktor-faktor yang mempengaruhi empati dalam konseling dan hasil temuan dan penelitian tentang cara berempati empati dalam konseling, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- a. Secara konsep dan teori, Empati dalam konseling merupakan kemampuan konselor untuk memasuki realitas klien, merasakan perasaan klien, empati mbingkai konseling yang kuat dengan kemampuan konselor untuk memasuki sudut pandang klien kadang-kadang dianggap emphatic understanding, dan kemampuan konselor ini terdiri dari ketulusan, penerimaan dan kemampuan untuk menempatkan diri, jiwa, dan perasaan dari konselor ke dalam jiwa, dan perasaan konseli atau jika dilihat pada konsep empati dalam konseling maka empati merupakan keterampilan yang menggambarkan kualitas konselor, keterampilan tersebut diantaranya positif Regard atau penerimaan yang positif, respect and Warmth, atau peng-hargaan dan kehangatan, concreteness, atau jelas dan dapat dipahami, cmmediacy atau kekinian dan genuineness, atau keaslian yang ditampilkan konselor

- b. Faktor yang mempengaruhi empati dalam konseling adalah sosial dan budaya (seperti gender, etnis, perbedaan kultur) mempunyai pengaruh dalam pengekspresian emosi. Faktor ini mempengaruhi cara bagaimana konselor merespon secara emosional. Jika konseli merasa dimengerti, maka mereka akan lebih mudah membuka diri untuk mengungkapkan pengalaman mereka dan berbagi pengalaman tersebut dengan orang lain. Konseli yang membagi pengalamannya secara mendalam memungkinkan untuk menilai kapan dan di mana mereka membutuhkan dukungan, dan potensi kesulitan yang membutuhkan fokus untuk rencana perubahan.
- c. Cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan empati yaitu dengan melakukan pelatihan empati dan melakukan terapi melalui proses konseling. Adapun upaya bimbingan dan konseling dalam merealisasikan fungsinya terarah kepada upaya membantu individu untuk dapat menginternalisasi, memperbaharui, mengintegrasikan sistem nilai yang diwujudkan secara kongruen ke dalam pola perilaku yang mandiri.

Rekomendasi

- a. Konselor perlu meningkatkan kesadaran memenuhi kebutuhan klien yang beragam karakteristik dengan terampil berkomunikasi secara efektif, mendengarkan dengan penuh perhatian dan empati
- b. Konselor sebaiknya mempunyai kualitas empati yang baik akan membuat klien merasa dimengerti, dipahami dan klien akan lebih terbuka menceritakan permasalahannya kepada konselor, sehingga klien betah untuk konseling dengan konselor tersebut dan bisa jadi klien akan memakai jasa konselor itu seterusnya
- c. Kepada para peneliti selanjutnya, study kepustakaan ini masih banyak kekurangan dengan begitu diharapkan kedepannya agar dapat mengembangkan study literatur ini menjadi lebih baik lagi kemudian dapat melanjutkan untuk menabahkan review jurnal internasional lebih banyak lagi agar diperoleh perbedaan yang beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, R. (2019). Empati Sebagai Dasar Kepribadian Konselor. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*.
- Aminah, S. (2018). Pentingnya mengembangkan ketrampilan mendengarkan efektif dalam konseling. *Jurnal EDUCATIO:Jurnal Pendidikan Indonesia*, 108-114.
- Amirah Diniaty, M. K. (2012). Keterampilan Empati Dalam Penyelenggaraan Konseling Pasca Traumatik Untuk Korban Bullying Di Sekolah Menengah. *Prosiding International Seminar & Workshop Post Traumatic Counseling*”, 37-45.
- Amti, E. P. (2004). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

- Asrori, A. (2008). Psikologi remaja: Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Atmaja, J. R. (2018). Pendidikan dan Bimbingan Anak Berkebutuhan Khusus. Bandung: Rosda.
- Budyatna, L. M. (2011). Teori Komunikasi Antarpribadi. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- C. Franz, R. K. (1990). The Family Origins of Empathic Concern: A 6 Years Longitudinal Studi. *Journal of Personality and Social Psychology*, 709-717.
- Devito, J. A. (2000). *The Interpersonal Communication Book*. New York: Harper Collins Collage Publisher.
- Dewi, I. K. (2020). Model Creative Art Dalam Konseling Untuk Meningkatkan Empati dan Hubungan Interpersonal pada Mahasiswa Politeknik LP3I Medan Kampus Medan Baru. *J-P3K*, 34-43.
- Erna Fitriatun, N. S. (2018). Karakter Empati Dalam Konseling Teman Sebaya Pada Masa Remaja. *Jurnal Kependidikan*, 16-23.
- Goleman, D. (2007). *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI lebih penting dari pada IQ*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Gunarsa, S. (2000). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Jakarta: BKK Gunung Mulia.
- Gunawan, I. M. (2016). Pentingnya Sebuah Pelatihan Untuk Meningkatkan Empati Mahasiswa Bimbingan dan Konseling (Naskah Dipsentasikan Pada Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Dengan Tema Penguatan Orientasi Nilaidalam Bimbingan dan Konseling Sebagai Upaya Pengembangan. Universitas Negeri Yogyakarta).
- Gustini, N. (2017). Empati Kultural Pada Mahasiswa. *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*, 17-34.