

Heartfelt Listening: Enhancing Student Empathy Through Peer Counseling Training

Mendengarkan Dengan Hati: Meningkatkan Empati Mahasiswa Melalui Pelatihan Konseling Sebaya

Tina Khostarina¹, Nur Aisyah Rahmani Nasution², Agnes Sandra³, Rakel Abimael⁴, Indra Yl. Setiawan⁵, Sharon Antonia Trifosa Lieando⁶, Brigitta Juliana Situmorang⁷, Tina Margareta⁸

¹⁻⁸Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman, Indonesia

email: ¹tinakhosta@fisip.unmul.ac.id, ²nuraisyah@fisip.unmul.ac.id, ³agnesandra@fisip.unmul.ac.id

Abstrak

Perubahan sosial dan akademik mempengaruhi kualitas interaksi sosial mahasiswa sehari-hari. Salah satu faktor penurunan interaksi sosial ini adalah kurangnya empati. Penurunan empati marak terjadi di kalangan mahasiswa. Hal ini membuat para mahasiswa menjadi kesulitan dalam memahami dan menghargai emosi orang lain. Kondisi ini dapat terlihat dari semakin tingginya kasus *bullying* dan juga dapat berpengaruh terhadap kesuksesan akademik. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan empati melalui pelatihan konseling sebaya. Metode pelatihan dilaksanakan melalui pemberian edukasi dan *roleplay* kepada 16 orang mahasiswa. Evaluasi terhadap hasil pelatihan dilakukan melalui kuesioner *pre-test* dan *post-test* terkait empati. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* terhadap peserta pelatihan, diketahui bahwa terdapat perbedaan tingkat empati sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan. Peningkatan empati yang signifikan ditunjukkan dari skor rata-rata *pre-test* sebesar 53,06 dan rata-rata *post-test* sebesar 62,00. Implikasi dari pengabdian ini menunjukkan bahwa pelatihan konselor sebaya dapat meningkatkan empati pada mahasiswa. Empati menjadi kualitas penting bagi mahasiswa psikologi agar dapat memahami, mendukung, dan membantu teman sebaya dalam menghadapi tantangan yang dihadapi.

Kata Kunci: Empati; pelatihan; konseling sebaya; mahasiswa

Abstract

Social and academic changes significantly impact the quality of students' daily social interactions. One of the key factors contributing to the decline in social interactions is a lack of empathy. A decline in empathy has become increasingly prevalent among university students, making it more difficult for them to understand and appreciate the emotions of others. This condition is reflected in the rising cases of bullying and can also affect students' academic success. The aim of this program is to enhance students' empathy through peer counseling training. The training method was implemented through education and role-playing activities to 16 psychology students. The effectiveness of the training was evaluated through pre-test and post-test questionnaires assessing empathy levels. The results showed a significant difference in empathy levels before and after the training. The increase in empathy was evidenced by the average pre-test score of 53.00 and the average post-test score of 62.00. The implications of this program suggest that peer counseling training can effectively enhance empathy among students. Empathy is a crucial quality for



psychology students, enabling them to better understand, support, and assist their peers in navigating various challenges.

Keyword: empathy; training; peer counseling; university student

Submitted: Revision: Accepted:

LATAR BELAKANG

Di tengah kehidupan yang semakin terkoneksi ini, masih sering dijumpai individu yang merasa terisolasi dan kesulitan membangun hubungan erat dengan individu lain di lingkungan sosial. Kondisi ini penting untuk mendapatkan perhatian, mengingat interaksi sosial yang baik dapat mendukung kesejahteraan mental individu (Roshanaei et al., 2024). Permasalahan ini cukup relevan dalam kehidupan universitas, dimana mahasiswa menghadapi lingkungan sosial dan tekanan akademis yang baru (Diehl et al., 2018). Perubahan sosial yang dihadapi serta tekanan akademis yang semakin meningkat, pada akhirnya dapat membuat mahasiswa menjadi sulit untuk fokus pada orang lain, sehingga mempengaruhi kualitas interaksi sosial atau pertemanan di kehidupan sehari-hari. Saat ini banyak mahasiswa yang cenderung peduli terhadap diri sendiri, kompetitif, dan individualis (Konrath et al., 2011).

Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap penurunan interaksi sosial adalah kurangnya empati yang menghambat kemampuan individu untuk terhubung dan memberikan dukungan kepada orang-orang disekitar (Guariglia et al., 2023). Empati merupakan kemampuan untuk memahami cara berpikir dari sudut pandang orang lain serta merasakan apa yang orang lain rasakan (Rachel et al., 2018). Empati memainkan peran penting dalam membangun interaksi sosial yang positif dan menjaga lingkungan universitas yang sehat. Adanya empati dapat membuat mahasiswa merasa terhubung dan memahami satu sama lain. Oleh sebab itu, empati juga dapat berkaitan dengan fungsi adaptif individu dalam situasi sosial (Shafique et al., 2024) serta merupakan esensi dari jati diri manusia (Numanee et al., 2020).

Pada beberapa tahun terakhir telah terjadi penurunan empati yang nyata di antara para mahasiswa. Kondisi ini membuat mahasiswa menjadi kesulitan dalam memahami dan menghargai emosi orang lain. Salah satu contoh dari kurangnya rasa empati adalah terjadinya perilaku *bullying*. Kasus *bullying* di Indonesia kini semakin memprihatinkan karena dapat terjadi di berbagai lapisan masyarakat, termasuk di lingkungan pendidikan (Borualogo & Casas, 2021; Setyastuti et al., 2024).

Pada tahun 2024, terjadi sebuah kasus *bullying* di Program Pendidikan Dokter Spesialis (PPDS) Anestesi di salah satu perguruan tinggi negeri yang menarik perhatian masyarakat Indonesia. *Bullying* yang terjadi di lingkungan pendidikan akan membuat korban merasa tertekan dan takut (Rachmah et al., 2022). Selain itu, *bullying* juga memberikan dampak buruk, baik secara fisik maupun psikologis (Herawati et al., 2024) serta menjadi faktor resiko terjadinya perilaku bunuh diri (Sandoval-Ato et al., 2018). Kasus *bullying* yang terjadi pada mahasiswa PPDS anestesi tersebut akhirnya membuat korban merasa tidak kuat menghadapi tekanan dari pelaku dan kemudian memilih untuk mengakhiri hidup.

Penelitian menunjukkan bahwa individu yang terlibat dalam perilaku *bullying* sering kali menunjukkan tingkat empati yang lebih rendah (Lomas et al., 2012), sehingga kurang mampu memahami dan merasakan dampak emosional dari tindakan yang dilakukan terhadap orang lain. Ketidakhadiran teman juga dapat memperburuk kondisi korban karena harus menghadapi situasi tersebut sendirian. Mahasiswa yang terkesan berbeda, baik dari segi latar belakang, penampilan, atau cara berpikir, sering kali menjadi sasaran komentar negatif dan pengucilan. Hal ini menunjukkan bahwa tidak semua mahasiswa mampu berempati terhadap teman-teman yang berbeda (Amala & Kaltsum, 2021).

Ketidakmampuan untuk memahami perasaan orang lain dapat menyebabkan situasi yang menyakitkan bagi individu yang menjadi korban. Kasus-kasus seperti ini menyoroti betapa pentingnya membangun budaya empati di kalangan mahasiswa.

Berbagai kasus kurangnya empati ini tidak hanya terbatas pada situasi individual. Ketika mahasiswa tidak saling mendengarkan atau menghargai pandangan satu sama lain, perasaan saling mendukung pun hilang. Pada akhirnya situasi ini dapat memperburuk hubungan dalam kelompok belajar dan mengurangi efektivitas pembelajaran (Aulia et al., 2024). Mahasiswa yang merasa diabaikan atau tidak didengar cenderung menjadi kurang berpartisipasi, yang pada akhirnya dapat menghambat proses belajar di lingkungan pendidikan. Oleh sebab itu, empati turut memberi pengaruh terhadap kesuksesan akademik mahasiswa (Kim, 2024).

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk menghadapi permasalahan rendahnya empati adalah pelatihan konseling sebaya. Konseling sebaya atau *peer counseling* menawarkan pendekatan di mana mahasiswa dapat saling mendukung satu sama lain dalam lingkungan yang aman dan tidak menghakimi. Konseling sebaya merupakan bentuk dukungan yang diberikan oleh individu yang seajar atau sebaya dimana dalam proses ini melibatkan pembicaraan terkait perasaan, masalah, atau situasi yang dialami oleh seseorang yang memiliki pengalaman atau pemahaman yang serupa (Avida et al., 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Suryawati (2016) terkait konseling sebaya menunjukkan hasil bahwa konseling sebaya dapat meningkatkan empati siswa. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Fadkhurosi dan Zamroni (2022) kepada mahasiswa juga menemukan bahwa pelatihan konseling sebaya dapat meningkatkan kemampuan interpersonal mahasiswa, yang meliputi kemampuan berempati, mengatasi konflik, dan berkomunikasi dengan baik. Dengan demikian, konseling sebaya dapat menjadi solusi yang relevan dan efektif bagi mahasiswa untuk melatih serta mengembangkan empati yang dimiliki.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan, maka penting untuk memberikan pelatihan konseling sebaya kepada mahasiswa khususnya di Program Studi Psikologi untuk mencegah dampak negatif dari rasa empati yang semakin menurun di kalangan masyarakat muda. Sebagai mahasiswa psikologi, empati merupakan aspek penting dalam pembelajaran dan praktik kelurahan. Melalui pelatihan konseling sebaya, mahasiswa akan dilatih untuk mendengarkan secara aktif, merespons dengan penuh kepedulian, dan tidak menghakimi individu. Harapannya kegiatan ini tidak hanya meningkatkan empati, tetapi juga mengasah keterampilan komunikasi yang lebih baik demi terciptanya rasa aman dan peduli khususnya bagi mahasiswa di lingkungan Program Studi Psikologi.

METODE PELAKSANAAN

Pelatihan *peer counseling* ini menggunakan metode ceramah interaktif dan *roleplay*. Penggunaan metode ceramah dilakukan agar peserta pelatihan memiliki pengetahuan dalam memberikan pertolongan psikologis untuk teman sebaya terkhusus bagi teman di lingkungan kampus. Metode ceramah efektif untuk meningkatkan pengetahuan melalui penyampaian materi oleh pemateri dan dapat berdiskusi langsung dengan peserta pelatihan sehingga mampu meningkatkan pengetahuan peserta (Hardiansyah et al., 2024). Selain menggunakan metode ceramah, pelatihan ini juga memberikan keterampilan kepada mahasiswa untuk melakukan konseling kepada teman sebaya melalui metode *roleplay*

sehingga mahasiswa dapat mengasah keterampilannya melalui praktek selama pelatihan berlangsung. Seperti yang dijelaskan oleh Rahmah dan Muhliansyah (2020) metode *roleplay* efektif untuk mengasah kemampuan dalam melakukan sebuah keterampilan.

Kegiatan pelatihan *peer counseling* ini dilaksanakan di gedung serbaguna universitas pada hari Sabtu tanggal 02 November 2024. Tingkat empati mahasiswa diukur melalui *pre-test* dan *post-test* dengan menggunakan alat ukur skala empati yang dimodifikasi berdasarkan aspek skala empati oleh Tahrir et al. (2021).

Pada kegiatan ini, pelatihan diberikan oleh psikolog yang juga berprofesi sebagai dosen, serta berasal dari perwakilan IPK HIMPSI Kalimantan Timur. Fokus utama kegiatan ini adalah peningkatan empati pada mahasiswa. Terdapat empat tahapan dalam kegiatan pelatihan ini, yaitu:

1. Tahap Perencanaan

Pada tahap ini, tim melakukan beberapa wawancara untuk menentukan tema pelatihan yang sesuai dengan kebutuhan mahasiswa program studi psikologi. Langkah tersebut antara lain melalui wawancara kepada para dosen program studi psikologi untuk memahami isu atau permasalahan yang marak terjadi pada mahasiswa. Kemudian tim berdiskusi dengan Koordinator Program Studi dan Kepala Laboratorium Psikologi untuk menetapkan tema pelatihan yakni 'Pelatihan *Peer Counseling* untuk meningkatkan Empati pada Mahasiswa'.

2. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan ini, tim merancang konsep pelatihan yang akan dilaksanakan dan membuat modul yang akan digunakan selama pelatihan berlangsung. Kemudian tim membentuk kepanitiaan berkolaborasi dengan mahasiswa dan IPK HIMPSI Kalimantan Timur. Pada tahap persiapan ini, tim berkoordinasi dengan pemateri pelatihan mengenai konsep kegiatan pelatihan yang akan dilaksanakan.

3. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini, tim memberikan pelatihan *peer counseling* dengan tema "Mendengarkan dengan Hati" kepada 16 mahasiswa Program Studi Psikologi. Rundown kegiatan dapat dilihat pada tabel 1.

4. Tahap Evaluasi

Pada tahap ini, tim melakukan evaluasi berdasarkan hasil *pre-test* yang diisi oleh peserta sebelum mengikuti pelatihan dan *post-test* yang telah diisi oleh peserta setelah mengikuti pelatihan *peer counseling*. Evaluasi hasil pelatihan melalui *pre-test* dan *post-test* efektif untuk mengukur perbedaan sebelum dan setelah diberikan pelatihan (Adriansyah et al., 2023).

Tabel 1. Rundown Kegiatan

Waktu	Durasi	Kegiatan	Keterangan
08.00-08.30	30'	Persiapan Panitia	Seluruh Panitia
08.30-09.00	30'	Register Peserta	Panitia
		dan Pemberian Lembar <i>Pretest</i>	
09.00-09.05	5'	Pembukaan	Moderator
09.05-09.10	5'	Indonesia Raya	Panitia
09.10-09.40	30'	Sambutan	Ketua panitia, Ketua

			IPK Himpsi, dan Kepala Laboratorium
09.40-09.45	5'	Pembacaan Doa	Panitia
09.45-09.50	5'	Dokumentasi Tamu Undangan	Panitia
09.50-09.55	5'	Pembacaan <i>Learning Contract</i>	Moderator
09.55-10.10	15'	Pengisian dan Pengumpulan lembar <i>Pretest</i>	Seluruh Peserta
10.10-11.05	55'	Penyampaian Materi <i>Peer Counseling</i>	Pemateri
11.05-11.20	15'	<i>Ice Breaking</i>	Panitia
11.20-12.15	55'	Penyampaian Materi PFA	Pemateri
12.15-13.00	45'	ISHOMA	Seluruh Peserta
13.00-13.55	55'	Penyampaian Materi Teknik Dasar Konseling	Pemateri
13.55-14.55	60	<i>Roleplay</i>	Seluruh Peserta
14.55-15.10	15'	<i>Feedback</i>	Peserta
15.10-15.25	15'	Pengisian dan Pengumpulan Lembar <i>Posttest</i>	Seluruh Peserta
15.25-15.40	15'	Penyerahan Plakat dan Pemberian Hadiah	Panitia
15.40-15.45	5'	<i>Closing Statement</i>	Moderator
15.45-15.50	5'	Foto Bersama	Panitia
15.50-15.55	5'	Penutupan	Moderator

HASIL DAN PEMBAHASAN

Secara keseluruhan, kegiatan berjalan sesuai dengan *rundown* kegiatan. Saat pelaksanaan pelatihan, kegiatan diawali dengan registrasi peserta dan setiap peserta mendapatkan *training kit* yang berisi alat tulis, buku saku *peer counseling* dan makanan ringan. Setelah semua peserta hadir, kegiatan dimulai dengan doa, sambutan, dan pengisian *pre-test*. Selanjutnya, dilakukan pemberian materi, tanya jawab, dan sesi *roleplay*. Pemberian *post-test* terkait empati kepada peserta dilakukan satu minggu setelah pelatihan.



Gambar 1. Pembacaan doa



Gambar 2. Sambutan

Pengisian *pre-test* dilakukan untuk mengetahui kondisi awal peserta terkait empati yang dimiliki. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa peserta memiliki kemampuan empati yang berada pada kategori rendah hingga sedang. Masih banyaknya peserta yang memiliki empati pada kategori rendah tersebut menandakan bahwa peserta masih kurang memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain, cenderung berfokus pada diri sendiri, dan kurang mampu membangun hubungan yang kuat dengan orang lain.

Selanjutnya adalah pemberian edukasi dengan metode ceramah dan tanya jawab. Materi diberikan melalui presentasi yang dilengkapi dengan media visual dengan tujuan membuat peserta lebih tertarik dan mudah dalam menerima informasi. Setelah itu, dilakukan tanya jawab untuk membantu peserta lebih memahami materi dan mengkonfirmasi kembali pemahaman yang telah diperoleh. Peserta kemudian mempraktikkan langsung pemahaman yang diperoleh dalam bentuk *roleplay* dengan peserta lain secara berpasangan.

Pengisian *post-test* dilakukan sekitar satu minggu setelah pelatihan. Adanya jeda waktu pemberian *post-test* ditujukan agar peserta dapat menginternalisasi dan mengaplikasikan terlebih dahulu pengetahuan yang telah diperoleh di kehidupan sehari-hari. Setelah *post-test*, dilakukan analisis data untuk mengetahui efektifitas pelatihan yang diberikan.



Gambar 3. Pemberian materi

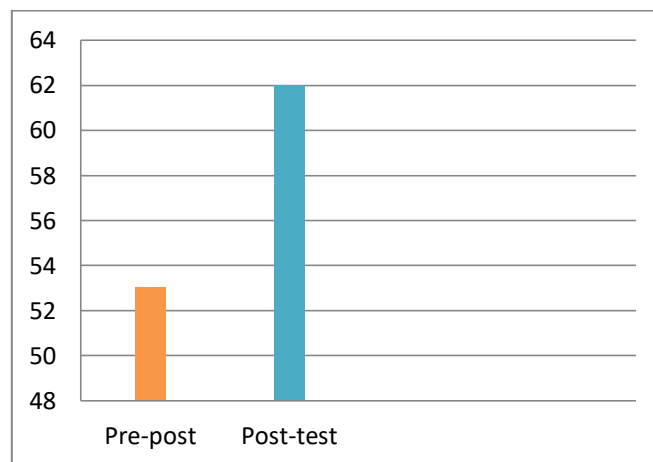


Gambar 4. Roleplay



Gambar 5 dan 6. Foto bersama panitia, pemateri, dan peserta pelatihan

Hasil analisis *pre-test* dan *post-test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor rata-rata yang diperoleh peserta pada saat sebelum dan setelah pelatihan dilakukan. Skor rata-rata *pre-test* adalah sebesar 53.06 dan *post-test* sebesar 62.00. Hasil tersebut memiliki makna bahwa terdapat peningkatan empati pada diri mahasiswa setelah diberikan pelatihan konseling sebaya. Perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada grafik 1.



Grafik 1. Rerata empati peserta sebelum dan sesudah pelatihan

Adanya peningkatan empati yang dimiliki oleh mahasiswa peserta pelatihan sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Suryawati (2016) yang menjelaskan bahwa *peer counseling* atau konseling teman sebaya efektif untuk meningkatkan empati siswa. Hasil ini didapatkan dengan melihat peningkatan skor sikap empati melalui analisis data dan perubahan sikap ke arah positif.

Peer counseling melibatkan interaksi antar mahasiswa atau sebaya dimana mereka saling mendengarkan dan memberikan dukungan emosional satu sama lain (Avida et al.,

2024). Pada proses ini, mahasiswa tidak hanya belajar untuk mendengarkan tetapi juga merasakan apa yang dirasakan oleh teman. Hal ini akan menciptakan lingkungan dimana mahasiswa merasa lebih nyaman untuk berbagi pengalaman, baik tentang akademik, masalah pribadi, atau kendala yang sedang dihadapi. Melalui proses berbagi, nantinya mahasiswa tidak hanya belajar tentang pengalaman orang lain tetapi juga mengembangkan keterampilan empati lebih dalam (Suryawati, 2016)

Selama proses pelatihan para peserta menunjukkan antusias yang tinggi dalam mengikuti seluruh sesi, terlihat dari perhatian yang diberikan dan keaktifan saat sesi tanya jawab. Selain data secara kuantitatif, peserta pelatihan juga menjelaskan bahwa kegiatan ini memberikan banyak manfaat. Peserta menjadi memahami bahwa bersosialisasi dengan orang lain atau teman di lingkungan sekitar merupakan hal yang penting. Peserta juga mengaku menjadi lebih peka dengan kebutuhan emosional orang lain. Melalui pelatihan peserta menjadi lebih percaya diri, lebih mampu untuk melihat perspektif tentang beragam tantangan yang dihadapi oleh orang-orang disekitar, mengasah kemampuan analisis permasalahan, serta mencari solusi yang efektif. Hal tersebut tentunya tidak hanya bermanfaat untuk orang lain tetapi juga untuk kehidupan pribadi.

SIMPULAN DAN SARAN

Program pelatihan konseling sebaya dapat menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan empati mahasiswa. Melalui pelatihan ini, mahasiswa menjadi memiliki pengetahuan terkait *psychological first aid* dan teknik dasar konseling. Nantinya pemahaman tersebut akan membantu mahasiswa dalam memahami kondisi emosional, mendengarkan dengan aktif, memberikan respon yang tepat, dan mengeksplorasi solusi untuk masalah yang dihadapi oleh teman sebaya atau orang-orang yang ada di sekitar.

Bagi peserta diharapkan dapat terus melatih empati dengan mengaplikasikan pemahaman yang telah didapatkan di kehidupan sehari-hari. Peserta dapat melatih empati dengan memperbanyak aktivitas sosial, seperti bergabung dalam komunitas, mengikuti program sukarela, dan tetap menjalin relasi dengan teman-teman di lingkungan kampus. Dengan tetap melibatkan diri dengan lingkungan sekitar, akan membantu peserta semakin terampil dalam membangun hubungan yang lebih baik serta memahami kondisi orang lain dengan lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriansyah, M. A., Purnawarman, A., Uyun, M., Windharti, D. S., Febrianur, H. G., & Muhliansyah, M. (2023). Transformasi dalam Organisasi: Membangun Pembicara yang Berani dan Berpengaruh Melalui Pelatihan Public Speaking. *PLAKAT : Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 5(2), 249. <https://doi.org/10.30872/plakat.v5i2.13228>
- Amala, A. K., & Kaltsum, H. U. (2021). *Peran Guru Sebagai Pelaksana Layanan Bimbingan Dan Konseling Dalam Menanamkan Kedisiplinan Bagi Peserta Didik Di Sekolah*.
- Aulia, L. R., Kholisoh, N., Rahma, V. Z., Rostika, D., & Sudarmansyah, R. (2024). Pentingnya Pendidikan Empati Untuk Mengurangi Kasus Bullying Di Sekolah Dasar. *Morfologi: Jurnal Ilmu Pendidikan, Bahasa, Sastra Dan Budaya*, 2(1), 71–79. <https://doi.org/10.61132/morfologi.v2i1.291>
- Avida, A. J., Andriyani, J., & Nurfadilla, N. (2024). Dukungan Peer Counseling dalam Penyelesaian Studi Mahasiswa. *Jurnal At-Taujih Bimbingan Dan Konseling Islam*, 7(1), 79–95.
- Borualogo, I. S., & Casas, F. (2021). Subjective Well-Being of Bullied Children in Indonesia. *Applied Research in Quality of Life*, 16(2), 753–773. <https://doi.org/10.1007/s11482-019-09778-1>
- Diehl, K., Jansen, C., Ishchanova, K., & Hilger-Kolb, J. (2018). Loneliness at universities: Determinants of emotional and social loneliness among students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph15091865>
- Fadkhurosi, A., & Zamroni, E. (2022). Pelatihan Peer Counseling Bagi Mahasiswa Untuk Meningkatkan Kualitas Pro-Social di Universitas Muria Kudus. *SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 45–49. <https://ejournal.iaifa.ac.id/index.php/JPMD/article/view/485>
- Guariglia, P., Palmiero, M., Giannini, A. M., & Piccardi, L. (2023). The Key Role of Empathy in the Relationship between Age and Social Support. *Healthcare*, 11(17), 1–11. <https://doi.org/10.3390/healthcare11172464>
- Hardiansyah, Saputro, E., Noviandy, R., Fathar, Y. P., Ma'ruf, A., Aditya, M. R., & Firjatullah. (2024). Generasi Emas : Upaya Penyuluhan Pola Asuh Bebas Narkoba di Lingkungan Keluarga Pada Anggota Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga. *PLAKAT: Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 6(2), 221–230.
- Herawati, N., Rohmah, N., & Sabiq, Z. (2024). Meningkatkan Ketahanan Individu Untuk Mencegah Perundungan Pada Usia Remaja. *PLAKAT: Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 6(2), 163–176.
- Kim, H. N. (2024). Empathy and Academic Achievement Among Black / African American Students at an HBCU. *Journal of Educational Research & Practice*, 14(1), 296–308.

<https://doi.org/10.5590/JERAP.2024.14.1.20>

- Konrath, S. H., O'Brien, E. H., & Hsing, C. (2011). Changes in dispositional empathy in American college students over time: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Review*, 15(2), 180–198. <https://doi.org/10.1177/1088868310377395>
- Lomas, J., Stough, C., Hansen, K., & Downey, L. A. (2012). Brief report: Emotional intelligence, victimisation and bullying in adolescents. *Journal of Adolescence*, 35(1), 207–211. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.03.002>
- Numanee, I. Z., Zafar, N., Karim, A., & Ismail, S. A. M. M. (2020). Developing empathy among first-year university undergraduates through English language course: A phenomenological study. *Heliyon*, 6(6), 1–15. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04021>
- Rachel, M. D., Kristin, E. M., Lindsay, S., & Janelle, S. (2018). Examining the relationship between empathy for others and self-compassion in college students. *Educational Research and Reviews*, 13(17), 617–621. <https://doi.org/10.5897/err2018.3481>
- Rachmah, D. N., Zwagery, R. V., Widyawati, W., Munajat, R. H., & Noor, M. I. N. I. (2022). Penyuluhan ke Orangtua Mengenai Dampak dan Perilaku Bullying Pada Anak Usia Dini. *PLAKAT: Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 4(1), 71. <https://doi.org/10.30872/plakat.v4i1.6818>
- Rahmah, D. D. N., & Muhliansyah, M. (2020). Pelatihan Coaching Model Grow untuk Meningkatkan Kinerja Anggota Organisasi. *PLAKAT: Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 2(1), 52. <https://doi.org/10.30872/plakat.v2i1.3824>
- Roshanaei, M., Vaid, S. S., Courtney, A. L., Soh, S. J., Zaki, J., & Harari, G. M. (2024). Meaningful Peer Social Interactions and Momentary Well-Being in Context. *Social Psychological and Personality Science*, 15(8), 921–932. <https://doi.org/10.1177/19485506241248271>
- Sandoval-Ato, R., Vilela-Estrada, M. A., Mejia Álvarez, C. R., & Caballero Alvarado, J. (2018). Suicide risk associated with bullying and depression in high school. *Revista Chilena de Pediatría*, 89(2), 208–215. <https://doi.org/10.4067/S0370-41062018000200208>
- Setyastuti, Y., Kumalawati, R., Yuliarti, A., & Hidayat, M. N. (2024). Edukasi Pencegahan Perilaku Bullying: Memberantas Bibit Perundungan pada Siswa Sekolah Dasar. *PLAKAT: Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 6(2), 246–260.
- Shafique, M., Firdos, S. S., & Imtiaz, M. (2024). Interplay between Empathy and Pro-Social Behavior among Undergraduate University Students. *Pakistan Journal of Humanities and Social Sciences*, 12(2), 1129–1135. <https://doi.org/10.52131/pjhss.2024.v12i2.2142>
- Suryawati, N. M. R. (2016). Konseling Teman Sebaya Untuk Meningkatkan Empati Siswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 16(2), 1–10.

<https://doi.org/doi.org/10.17509/jpp.v16i2.4247>

Tahrir, Alsa, A., & Rahayu, A. (2021). Modifikasi alat ukur interpersonal reactivity index (IRI) pada subjek dengan identitas Sunda. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 4(1), 45–56.
<https://doi.org/10.15575/jpib.v4i1.9376>