

Memahami, Merasakan, dan Merespons: Profil Empati Remaja Awal pada Siswa SMP di Wilayah 3T Nusa Tenggara Timur

Understanding, Feeling, and Responding: An Empathy Profile of Early Adolescents Among Junior High School Students in the 3T Region of East Nusa Tenggara

¹Karolina Novia,²Eva Imania Eliasa

Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

e-mail: karolinanovia.2025@student.uny.ac.id

Abstrak: Empati merupakan kemampuan sosial-emosional penting pada masa remaja yang mendukung hubungan interpersonal dan perilaku prososial. Sebagai konstruk multidimensional, komponen-komponen empati dapat berkembang dengan kecepatan yang berbeda. Penelitian deskriptif kuantitatif ini bertujuan menggambarkan profil empati siswa SMP di Kabupaten Sikka, Nusa Tenggara Timur, menggunakan kerangka multidimensional Davis dan adaptasi 45 item Interpersonal Reactivity Index (IRI). Sebanyak 164 data siswa dianalisis dalam penelitian ini. Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan skor empati total dan empat dimensinya, yaitu Perspective Taking, Fantasy, Empathic Concern, dan Personal Distress. Hasil menunjukkan bahwa kategori empati total sedang merupakan kelompok paling dominan (48,2%), diikuti kategori rendah (37,2%) dan tinggi (14,6%). Profil dimensional tidak seragam: Perspective Taking dan Personal Distress didominasi kategori sedang, sedangkan Fantasy dan Empathic Concern didominasi kategori rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa empati siswa perlu dimaknai tidak hanya dari skor total, tetapi juga dari komponen kognitif dan afektif yang berbeda-beda yang mendasari respons empatik. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dan kuesioner daring berbasis self-report sehingga hasilnya tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan hubungan sebab-akibat maupun digeneralisasi secara langsung ke seluruh remaja di wilayah 3T. Temuan ini dapat menjadi dasar awal bagi sekolah dalam merancang strategi pendidikan sosial-emosional yang mempertimbangkan variasi profil empati siswa.

Kata Kunci: empati remaja, Interpersonal Reactivity Index, pendidikan sosial-emosional, wilayah 3T

Abstract: Empathy is a key social-emotional capacity during adolescence that supports interpersonal relationships and prosocial behaviour. As a multidimensional construct, however, its components may develop at different rates. This descriptive quantitative study examined the empathy profile of lower secondary school pupils in Sikka Regency, East Nusa Tenggara, using Davis's multidimensional framework and a 45-item adaptation of the Interpersonal Reactivity Index (IRI). A total of 164 pupil records were included in the analysis. Descriptive statistics were used to examine total empathy and four dimensions: Perspective Taking, Fantasy, Empathic Concern, and Personal Distress. The moderate total-empathy category was the most prevalent (48.2%), followed by the low (37.2%) and high (14.6%) categories. The dimensional profile was not uniform: Perspective Taking and Personal Distress were predominantly moderate, whereas Fantasy and Empathic Concern were predominantly low. These findings indicate that pupils'

empathy should be interpreted not only from a total score but also from the distinct cognitive and affective components underlying empathic responses.

Keywords: *adolescent empathy, Interpersonal Reactivity Index, social-emotional education, 3T regions*

Pendahuluan

Empati merupakan salah satu kemampuan sosial-emosional yang berperan penting dalam perkembangan remaja karena berkaitan dengan kemampuan memahami kondisi psikologis orang lain, membangun hubungan interpersonal yang positif, serta menunjukkan perilaku prososial (Cuff dkk., 2016). Pada masa remaja, individu mulai mengalami perkembangan kemampuan berpikir abstrak dan kesadaran sosial yang memungkinkan mereka memahami perspektif orang lain secara lebih kompleks (Akhzalini, 2024; Widyastuti & Savitri, 2023). Kemampuan tersebut menjadi dasar bagi pembentukan hubungan sosial yang sehat, pengelolaan konflik, serta keterlibatan dalam perilaku membantu. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa empati berkaitan dengan berbagai aspek perkembangan positif remaja, termasuk peningkatan perilaku prososial, kualitas hubungan teman sebaya, dan penurunan kecenderungan perilaku agresif (Eisenberg dkk., 2015; Van Lissa dkk., 2015). Selain itu, empati juga menjadi salah satu komponen penting dalam kompetensi sosial-emosional yang mendukung kemampuan individu beradaptasi dengan lingkungan sosial yang terus berubah (Schonert-Reichl, 2017).

Meskipun sering dipahami sebagai kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan orang lain, empati merupakan konstruk psikologis yang memiliki struktur kompleks dan tidak berkembang sebagai satu kemampuan tunggal. Davis (1983) melalui konsep *Interpersonal Reactivity Index* (IRI) menjelaskan bahwa empati terdiri atas empat dimensi, yaitu *Perspective Taking*, *Fantasy*, *Empathic Concern*, dan *Personal Distress*. *Perspective Taking* dan *Fantasy* merepresentasikan aspek kognitif empati yang berkaitan dengan kemampuan memahami sudut pandang orang lain dan membayangkan pengalaman individu lain, sedangkan *Empathic Concern* dan *Personal Distress* merepresentasikan aspek afektif yang berkaitan dengan kepedulian emosional dan respons tekanan pribadi ketika menghadapi pengalaman negatif orang lain (Davis, 1983). Pendekatan multidimensional ini menunjukkan bahwa seseorang dapat memiliki kemampuan memahami pengalaman orang lain tanpa selalu menunjukkan respons emosional atau perilaku sosial yang sama, sehingga pengukuran empati perlu mempertimbangkan setiap dimensinya secara terpisah (Cuff dkk., 2016).

Perkembangan empati pada masa remaja dipengaruhi oleh interaksi antara faktor individu dan lingkungan sosial (Rieffe & Camodeca, 2016). Pada periode ini, remaja mengalami perubahan dalam cara memahami hubungan sosial, menginterpretasikan emosi orang lain, serta membangun identitas sosialnya. Namun, perkembangan setiap aspek empati tidak selalu berjalan secara bersamaan. Beberapa penelitian longitudinal menunjukkan bahwa kemampuan mengambil perspektif orang lain dapat berkembang lebih cepat dibandingkan aspek kepedulian emosional karena keduanya melibatkan proses psikologis yang berbeda (Miklikowska dkk., 2022; Van Lissa dkk., 2015). Selain faktor perkembangan individu, pengalaman sosial seperti hubungan keluarga, interaksi teman sebaya, dan lingkungan sekolah juga memiliki kontribusi besar terhadap pembentukan empati remaja (Allemand dkk., 2015; Rieffe & Camodeca, 2016; Solfema, 2013). Dengan demikian, memahami profil empati berdasarkan dimensinya menjadi penting untuk melihat aspek mana yang telah berkembang dan aspek mana yang masih membutuhkan penguatan.

Konteks lingkungan tempat remaja tumbuh juga menjadi faktor yang perlu diperhatikan dalam memahami perkembangan empati. Remaja yang tinggal di wilayah pedesaan dan daerah

tertinggal, terdepan, dan terluar (3T) memiliki pengalaman sosial yang dapat berbeda dibandingkan remaja di wilayah perkotaan, terutama dalam hal akses terhadap layanan pendidikan, fasilitas pendukung perkembangan, serta kesempatan memperoleh program penguatan keterampilan sosial-emosional. Namun, konteks wilayah 3T tidak dapat dipahami hanya sebagai keterbatasan, karena komunitas lokal juga dapat menyediakan pengalaman sosial yang berperan dalam membangun hubungan interpersonal dan kepedulian sosial. Penelitian mengenai perkembangan sosial-emosional menunjukkan bahwa kualitas pengalaman sosial, bukan hanya lokasi geografis, menjadi faktor penting dalam membentuk empati individu (Boele dkk., 2019; Miklikowska dkk., 2022).

Kabupaten Sikka, Nusa Tenggara Timur, merupakan salah satu wilayah yang memiliki karakteristik sosial dan geografis yang berbeda dari wilayah perkotaan besar di Indonesia. Kondisi tersebut menjadikan wilayah ini relevan untuk dikaji dalam memahami bagaimana empati berkembang pada remaja dalam konteks pendidikan pedesaan. Meskipun kedekatan sosial dalam komunitas dapat memberikan peluang interaksi yang intens, perkembangan empati tetap membutuhkan proses pembelajaran sosial, refleksi emosional, dan pengalaman yang mendorong individu memahami kondisi orang lain secara lebih mendalam. Studi mengenai pendidikan sosial-emosional menunjukkan bahwa lingkungan sekolah dapat menjadi ruang strategis untuk mengembangkan empati melalui aktivitas kolaboratif, diskusi sosial, pembelajaran berbasis pengalaman, dan kegiatan prososial (Cipriano dkk., 2023; Durlak dkk., 2011). Oleh karena itu, pemahaman mengenai kondisi awal empati siswa menjadi penting sebagai dasar penyusunan strategi pengembangan sosial-emosional yang sesuai dengan karakteristik lingkungan pendidikan setempat.

Studi terdahulu telah menjelaskan perkembangan empati remaja dan kaitannya dengan lingkungan sosial, tetapi belum memberikan gambaran yang memadai mengenai bagaimana skor empati total dan keempat dimensinya membentuk profil yang mungkin tidak seragam pada siswa SMP dalam konteks pendidikan wilayah 3T Indonesia. Kebaruan penelitian ini terletak pada pemetaan secara simultan skor empati total serta dimensi Perspective Taking, Fantasy, Empathic Concern, dan Personal Distress pada siswa SMP di Kabupaten Sikka, sehingga variasi antara komponen kognitif dan afektif dapat diidentifikasi, bukan hanya diringkas dalam satu skor umum. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan menggambarkan profil empati multidimensional siswa SMP di Kabupaten Sikka menggunakan Interpersonal Reactivity Index (IRI). Kontribusi yang diharapkan ialah tersedianya bukti deskriptif kontekstual yang dapat menjadi dasar untuk mengidentifikasi aspek empati yang memerlukan perhatian dalam perencanaan pendidikan sosial-emosional di wilayah 3T.

Metode

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif karena tujuan penelitian adalah memetakan distribusi empati siswa tanpa menguji hubungan kausal atau efektivitas suatu intervensi. Penelitian dilaksanakan pada siswa SMP di Kabupaten Sikka, Nusa Tenggara Timur. Empati dianalisis sebagai konstruk multidimensional yang mencakup Perspective Taking, Fantasy, Empathic Concern, dan Personal Distress berdasarkan kerangka Interpersonal Reactivity Index (IRI) Davis.

Partisipan Penelitian

Penelitian ini melibatkan siswa dan siswi Sekolah Menengah Pertama (SMP) di wilayah pedesaan Kabupaten Sikka, Nusa Tenggara Timur. Responden berasal dari kelas VII, VIII, dan IX dengan kriteria inklusi berupa siswa aktif SMP yang memiliki akses terhadap telepon pintar (*smartphone*) untuk mengisi kuesioner secara daring. Penggunaan kriteria tersebut dilakukan

karena pengumpulan data menggunakan formulir elektronik sehingga membutuhkan perangkat digital yang dapat digunakan secara mandiri oleh responden.

Pada tahap awal pengumpulan data diperoleh sebanyak 169 responden. Berdasarkan proses pemeriksaan kelengkapan data (*data screening*), sebanyak 164 responden memenuhi kriteria analisis dan digunakan dalam pengolahan statistik. Karakteristik responden berdasarkan data demografi awal menunjukkan bahwa peserta penelitian terdiri dari laki-laki dan perempuan dengan proporsi yang relatif seimbang. Responden laki-laki berjumlah 79 orang (46,7%), sedangkan perempuan berjumlah 91 orang (53,8%). Berdasarkan kelompok usia, sebagian besar responden berada pada usia 13 tahun sebanyak 74 orang (43,8%), diikuti usia 15 tahun sebanyak 53 orang (31,4%), usia 12 tahun sebanyak 16 orang (9,5%), usia 14 tahun sebanyak 18 orang (10,6%), usia 16 tahun sebanyak 7 orang (4,1%), dan usia 17 tahun sebanyak 1 orang (0,6%).

Tabel 1. Demografi Partisipan

Karakteristik	Kategori	n	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	79	46,7
	Perempuan	91	53,8
Total		169	100
Usia	12 tahun	16	9,5
	13 tahun	74	43,8
	14 tahun	18	10,6
	15 tahun	53	31,4
	16 tahun	7	4,1
	17 tahun	1	0,6
Total		169	100

Instrumen Penelitian

Pengukuran empati menggunakan skala *Interpersonal Reactivity Index* (IRI) yang dikembangkan oleh Davis (1983). Instrumen ini menggunakan pendekatan multidimensional yang terdiri atas empat aspek utama, yaitu *Perspective Taking* (kemampuan memahami sudut pandang orang lain), *Fantasy* (kemampuan mengidentifikasi diri dengan tokoh atau situasi imajinatif), *Empathic Concern* (perasaan peduli dan perhatian terhadap kondisi orang lain), serta *Personal Distress* (perasaan tidak nyaman atau tekanan emosional ketika melihat pengalaman negatif orang lain).

Penelitian ini menggunakan versi adaptasi 45 item dari skala IRI Davis. Setiap pernyataan diberikan dalam bentuk skala Likert dengan empat pilihan jawaban yang menggambarkan tingkat kesesuaian pernyataan dengan kondisi responden. Skor setiap item kemudian dijumlahkan untuk memperoleh skor masing-masing dimensi empati dan skor empati secara keseluruhan. Beberapa item yang bersifat negatif dilakukan pembalikan skor (*reverse scoring*) sebelum dilakukan analisis statistik.

Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui penyebaran kuesioner menggunakan formulir elektronik. Sebelum pengumpulan data, peneliti memperoleh persetujuan dari pihak sekolah sebagai lokasi penelitian. Karena responden merupakan siswa SMP, keterlibatan responden dilakukan setelah memperoleh persetujuan orang tua/wali (*informed consent*) dan persetujuan siswa (*assent*) sesuai dengan prosedur penelitian yang berlaku. Tautan kuesioner kemudian disampaikan kepada siswa melalui pendamping atau pihak sekolah yang telah ditunjuk.

Sebelum mengisi kuesioner, siswa diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, prosedur pengisian, sifat partisipasi yang bersifat sukarela, serta jaminan bahwa informasi yang diberikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Kuesioner diisi secara mandiri oleh responden menggunakan perangkat yang tersedia. Untuk mencegah pengisian lebih dari satu kali oleh responden yang sama, formulir dikonfigurasi agar setiap akun hanya dapat mengirimkan satu respons. Data yang terkumpul selanjutnya diperiksa untuk memastikan tidak terdapat respons ganda sebelum dilakukan analisis.

Analisis Data

Data penelitian dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik Jamovi. Tahap awal analisis dilakukan melalui proses *data screening* untuk memastikan kelengkapan respons, kesesuaian pengkodean skor, serta memastikan tidak terdapat data yang tidak memenuhi kriteria analisis. Selanjutnya, dilakukan perhitungan skor empati berdasarkan instrumen *Interpersonal Reactivity Index* (IRI) dengan menjumlahkan skor setiap item sesuai dengan dimensi pengukuran. Skor empati kemudian dikelompokkan menjadi empat dimensi utama, yaitu *Perspective Taking*, *Fantasy*, *Empathic Concern*, dan *Personal Distress*. Selain memperoleh skor masing-masing dimensi, penelitian ini juga menghitung skor empati total sebagai gambaran umum tingkat empati responden.

Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik data penelitian melalui nilai rata-rata (*mean*), standar deviasi (*standard deviation*), nilai minimum, dan nilai maksimum pada setiap dimensi empati. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui kecenderungan tingkat empati siswa secara umum serta melihat dimensi empati yang memiliki skor paling dominan.

Selanjutnya, dilakukan kategorisasi skor empati menjadi tiga tingkat, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Kategorisasi ditentukan berdasarkan pendekatan statistik menggunakan nilai rata-rata dan standar deviasi empiris. Kategori rendah ditentukan apabila skor responden berada di bawah nilai *mean* dikurangi satu standar deviasi ($X < M - 1SD$), kategori sedang berada pada rentang $M - 1SD$ hingga $M + 1SD$, sedangkan kategori tinggi ditentukan apabila skor berada di atas atau sama dengan nilai $M + 1SD$ ($X \geq M + 1SD$). Kategorisasi dilakukan baik pada skor empati total maupun pada masing-masing dimensi empati untuk memperoleh gambaran profil empati siswa secara lebih spesifik.

Hasil dan Pembahasan

Profil Empati Remaja Awal

Distribusi kategori empati menunjukkan bahwa kategori sedang merupakan kelompok yang paling dominan, yaitu 79 siswa (48,2%), diikuti oleh kategori rendah sebanyak 61 siswa (37,2%) dan kategori tinggi sebanyak 24 siswa (14,6%). Dengan demikian, sebanyak 85,4% siswa berada pada kategori rendah dan sedang, sedangkan hanya 14,6% yang berada pada kategori tinggi. Pola tersebut menunjukkan bahwa kemampuan empatik siswa dalam penelitian ini belum terkonsentrasi pada tingkat yang tinggi, meskipun kategori sedang menjadi kategori dengan proporsi terbesar. Temuan ini penting karena menunjukkan adanya variasi perkembangan empati yang cukup luas pada remaja awal, mulai dari siswa yang masih berada pada tingkat rendah hingga kelompok yang telah menunjukkan kecenderungan empati tinggi. Dalam perspektif perkembangan, variasi tersebut sejalan dengan pandangan bahwa empati pada masa remaja masih mengalami perubahan dan penyempurnaan melalui perkembangan kemampuan kognitif, regulasi emosi, serta pengalaman dalam hubungan sosial (Farrell & Vaillancourt, 2021; Silke dkk., 2018).

Tabel 2. Tingkatan Empati Remaja Awal

Kategori Empati	Counts	% of Total	Cumulative %
Rendah	61.0	37.2%	37.2%
Sedang	79.0	48.2%	85.4%
Tinggi	24.0	14.6%	100.0%

Proporsi siswa yang berada pada kategori rendah dan sedang perlu dipahami dalam kaitannya dengan karakteristik perkembangan remaja awal. Pada periode ini, individu mulai menghadapi situasi sosial yang semakin kompleks dan dituntut untuk memahami emosi, kebutuhan, serta perspektif orang lain secara lebih luas, tetapi kemampuan tersebut belum berkembang secara seragam pada seluruh individu (Silke dkk., 2018). Penelitian longitudinal menunjukkan bahwa perkembangan komponen empati seperti *Empathic Concern* dan *Perspective Taking* memiliki lintasan yang heterogen selama masa remaja, sehingga siswa pada usia yang relatif sama dapat menunjukkan pola perkembangan empati yang berbeda (Farrell & Vaillancourt, 2021). Kajian mengenai perkembangan *perspective taking* juga menunjukkan bahwa kemampuan memahami perspektif orang lain terus mengalami penyempurnaan sepanjang masa remaja dan berkaitan dengan pengalaman sosial yang diperoleh dalam keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sekolah (Hollarek & Lee, 2022). Oleh karena itu, dominannya kategori sedang dalam penelitian ini tidak semestinya ditafsirkan sebagai kondisi yang statis, melainkan sebagai gambaran bahwa sebagian besar siswa sedang berada dalam proses perkembangan kemampuan empatik yang masih dapat diperkuat melalui pengalaman sosial dan pendidikan yang sesuai.

Besarnya proporsi siswa pada kategori rendah hingga sedang juga memperlihatkan pentingnya mempertimbangkan kualitas pengalaman interpersonal dalam perkembangan empati. Empati tidak berkembang hanya melalui kematangan individu, tetapi juga melalui interaksi sosial yang memungkinkan remaja belajar mengenali keadaan emosional orang lain, mengambil perspektif, serta memberikan respons yang sesuai terhadap kebutuhan sosial di sekitarnya. Meta-analisis Boele dkk. (2019) menunjukkan bahwa kualitas hubungan orang tua-anak dan teman sebaya memiliki hubungan positif dengan empati pada masa remaja, sedangkan penelitian longitudinal Miklikowska dkk. (2022) menunjukkan bahwa karakteristik teman sebaya dapat berkontribusi terhadap perubahan empati dari waktu ke waktu. Temuan tersebut memperkuat pandangan bahwa variasi tingkat empati dalam penelitian ini lebih tepat dipahami sebagai bagian dari proses perkembangan yang berlangsung dalam lingkungan sosial tertentu, bukan semata-mata sebagai karakteristik individual yang bersifat tetap. Dengan demikian, konteks sekolah dan pengalaman interaksi yang dialami siswa menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan ketika menafsirkan distribusi empati pada kelompok remaja awal.

Persentase siswa yang berada pada kategori tinggi, yaitu 14,6%, juga memberikan informasi yang tidak kalah penting karena menunjukkan adanya kelompok siswa yang telah memiliki kapasitas empatik relatif lebih berkembang dibandingkan kelompok lainnya. Keberadaan kelompok ini memperlihatkan bahwa perkembangan empati tidak berlangsung dengan pola yang sama pada seluruh siswa, bahkan ketika mereka berada pada rentang usia dan lingkungan pendidikan yang relatif serupa. Perbedaan individual tersebut dapat berkaitan dengan pengalaman relasional, karakteristik teman sebaya, dukungan sosial, serta proses perkembangan kognitif dan emosional yang dialami masing-masing remaja (Allemand dkk., 2015; Boele dkk., 2019; Knafo dkk., 2008). Penelitian mengenai perkembangan empati juga menunjukkan bahwa memiliki teman dengan tingkat empati yang lebih tinggi dapat berkaitan dengan peningkatan empati remaja dari waktu ke waktu, sehingga lingkungan sosial dapat menjadi salah satu ruang penting bagi terbentuknya perbedaan individual tersebut (Miklikowska

dkk., 2022). Dengan demikian, kelompok siswa yang berada pada kategori tinggi dapat dipandang sebagai indikasi adanya kapasitas empatik yang telah berkembang lebih optimal, sekaligus menunjukkan potensi keterlibatan teman sebaya dan pengalaman sosial positif sebagai sumber pembelajaran interpersonal.

Distribusi tersebut memiliki implikasi penting bagi pendidikan karena tingginya proporsi siswa pada kategori rendah dan sedang menunjukkan adanya ruang pengembangan empati yang cukup besar. Pengembangan empati tidak perlu diarahkan hanya kepada siswa yang berada pada kategori rendah, tetapi dapat menjadi bagian dari pengalaman pendidikan seluruh siswa karena kemampuan empatik berkembang secara dinamis melalui proses pembelajaran dan pengalaman sosial. Bukti empiris menunjukkan bahwa empati dapat dikembangkan melalui intervensi yang dirancang secara sistematis melalui meta-analisis Teding van Berkhout & Malouff (2016) menemukan bahwa pelatihan empati memberikan efek positif terhadap kemampuan empatik, sedangkan systematic review dan meta-analysis (Chan dkk., 2021) menunjukkan bahwa program *experiential learning* pada remaja memberikan manfaat terhadap empati dan perilaku prososial. Pada tingkat yang lebih luas, meta-analisis Cipriano dkk. (2023) menunjukkan bahwa intervensi pembelajaran sosial dan emosional berbasis sekolah memberikan dampak positif terhadap keterampilan sosial-emosional, hubungan dengan teman sebaya, perilaku, dan berbagai luaran perkembangan siswa. Temuan tersebut menunjukkan bahwa distribusi empati dalam penelitian ini tidak hanya memberikan gambaran mengenai kondisi siswa, tetapi juga mengindikasikan adanya peluang bagi sekolah untuk menyediakan pengalaman belajar yang secara sengaja memfasilitasi perkembangan empati.

Dalam konteks siswa SMP di Kabupaten Sikka, Nusa Tenggara Timur, temuan tersebut perlu ditafsirkan dengan mempertimbangkan lingkungan sosial dan pendidikan tempat perkembangan siswa berlangsung. Karakteristik geografis wilayah penelitian tidak dapat secara langsung digunakan untuk menjelaskan rendah atau sedangnya tingkat empati siswa, karena perkembangan empati merupakan proses yang dipengaruhi oleh pengalaman interpersonal dan konteks sosial yang lebih luas. Penelitian perkembangan menunjukkan bahwa kualitas hubungan dengan orang tua dan teman sebaya berkaitan dengan empati remaja, sementara pengalaman dalam lingkungan sekolah juga berperan dalam membentuk perkembangan sosial dan emosional siswa (Boele dkk., 2019; Hollarek & Lee, 2022). Dengan perspektif tersebut, konteks pendidikan di wilayah 3T lebih tepat dipandang sebagai lingkungan yang memiliki kondisi dan peluang perkembangan yang khas, bukan sebagai faktor tunggal yang menentukan kapasitas empatik siswa. Sekolah dapat memanfaatkan konteks tersebut dengan menciptakan pengalaman sosial yang bermakna melalui interaksi teman sebaya yang positif, dukungan guru, kegiatan kolaboratif, serta aktivitas yang memungkinkan siswa menerapkan kepedulian dalam situasi nyata. Dengan demikian, hasil penelitian ini menempatkan sekolah bukan hanya sebagai tempat berlangsungnya pembelajaran akademik, tetapi juga sebagai lingkungan perkembangan yang dapat memperkuat kompetensi sosial-emosional siswa secara kontekstual.

Variasi Kemampuan Kognitif dalam Memahami Perspektif Sosial

Dalam pendekatan Davis, komponen kognitif empati terutama direpresentasikan melalui dimensi *Perspective Taking* dan *Fantasy*, yaitu kemampuan individu memahami sudut pandang orang lain serta membayangkan pengalaman emosional yang dialami oleh orang lain melalui proses imajinatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dimensi *Perspective Taking* memperoleh skor rata-rata sebesar 20,4 (SD = 2,43), dengan sebagian besar siswa berada pada kategori sedang sebanyak 110 responden (67,1%) dan kategori rendah sebanyak 54 responden (32,9%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki kemampuan awal dalam memahami perspektif sosial, tetapi kemampuan tersebut belum berkembang secara optimal. Kondisi ini sesuai dengan penelitian perkembangan remaja yang menjelaskan bahwa

kemampuan mengambil perspektif orang lain mengalami peningkatan selama masa remaja seiring berkembangnya fungsi kognitif, kemampuan refleksi diri, dan pengalaman interaksi sosial yang semakin kompleks (Hall dkk., 2021; Van Lissa dkk., 2015). Selain itu, kemampuan *perspective taking* juga diketahui berkaitan dengan kemampuan regulasi emosi dan kualitas hubungan interpersonal karena individu yang mampu memahami perspektif orang lain cenderung lebih mampu merespons situasi sosial secara adaptif (Longobardi dkk., 2020).

Tabel 3. Tingkatan Dimensi *Perspective Taking*

Kategori <i>Perspective Taking</i>	Counts	% of Total	Cumulative %
Rendah	54.0	32.9%	32.9%
Sedang	110.0	67.1%	100.0%

Kemampuan *Perspective Taking* yang berada pada tingkat sedang dalam penelitian ini menunjukkan bahwa siswa mulai memiliki kapasitas untuk melihat suatu situasi dari sudut pandang individu lain, meski demikian masih terdapat ruang perkembangan terutama dalam menghadapi perspektif yang berbeda dari pengalaman pribadi mereka. Perkembangan kemampuan ini tidak hanya bergantung pada usia, tetapi juga dipengaruhi oleh kesempatan remaja untuk berinteraksi dengan individu yang memiliki latar belakang, pengalaman, dan pandangan berbeda (Farrell & Vaillancourt, 2021; Van der Graaff dkk., 2014). Penelitian mengenai perkembangan sosial remaja menunjukkan bahwa keberagaman pengalaman sosial berperan penting dalam memperluas kemampuan mengambil perspektif karena individu memperoleh kesempatan untuk memahami berbagai kondisi manusia yang berbeda dari dirinya sendiri (Miklikowska dkk., 2022). Temuan lain juga menunjukkan bahwa hubungan positif dengan teman sebaya dan lingkungan sekolah yang mendukung diskusi sosial berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan perspektif sosial pada remaja (Wentzel dkk., 2018). Oleh karena itu, skor sedang pada aspek ini dapat dipahami sebagai gambaran bahwa siswa telah memiliki dasar kemampuan empati kognitif, tetapi masih membutuhkan stimulasi sosial yang lebih beragam.

Secara lebih khusus, skor *Perspective Taking* yang lebih rendah dibandingkan beberapa dimensi lainnya perlu dipahami dalam konteks perkembangan kognitif-sosial remaja awal. Kemampuan mengambil perspektif menuntut individu untuk mengintegrasikan informasi mengenai keadaan diri, pikiran, emosi, dan posisi sosial orang lain, sehingga keterampilan tersebut masih mengalami pematangan sepanjang periode remaja (Hollarek & Lee, 2022). Penelitian longitudinal Farrell & Vaillancourt (2021) menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memperlihatkan pola *empathic concern* yang relatif stabil pada tingkat sedang bersamaan dengan peningkatan *perspective taking*, tetapi terdapat pula kelompok dengan pola perkembangan yang berbeda. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat mengindikasikan bahwa siswa SMP masih berada dalam fase penguatan kapasitas untuk memahami perspektif sosial yang semakin kompleks, khususnya ketika berhadapan dengan pengalaman atau sudut pandang yang berbeda dari dirinya. Gaspar & Esteves (2022) juga menemukan bahwa berbagai dimensi empati menunjukkan perkembangan yang berbeda dari masa remaja menuju dewasa, sehingga variasi skor antardimensi merupakan karakteristik yang secara teoritis masuk akal dalam perkembangan empati. Temuan tersebut sekaligus menunjukkan bahwa interpretasi terhadap empati remaja awal sebaiknya tidak didasarkan hanya pada skor total, tetapi perlu mempertimbangkan profil masing-masing komponen yang membentuk konstruk tersebut.

Berbeda dengan *Perspective Taking*, dimensi *Fantasy* menunjukkan pola yang lebih bervariasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor rata-rata *Fantasy* sebesar 22,5 (SD = 2,60), dengan distribusi kategori yang hampir seimbang antara kategori rendah sebanyak 86 siswa (52,4%) dan kategori sedang sebanyak 78 siswa (47,6%). Dimensi *Fantasy* dalam teori Davis

menggambarkan kecenderungan individu untuk membayangkan dirinya berada dalam situasi tokoh lain, terutama melalui cerita, film, atau pengalaman simbolik. Berbeda dengan *Perspective Taking* yang lebih banyak melibatkan pemahaman terhadap individu nyata dalam interaksi sosial, *Fantasy* membutuhkan kemampuan imajinasi emosional dan keterlibatan mental terhadap pengalaman yang tidak dialami secara langsung (Davis, 1983). Penelitian mengenai hubungan antara aktivitas membaca narasi dan empati menunjukkan bahwa paparan terhadap cerita yang menggambarkan pengalaman orang lain dapat meningkatkan kemampuan individu dalam memahami perspektif dan emosi karakter yang berbeda dari dirinya (Bal & Veltkamp, 2013; Dodell-Feder & Tamir, 2018).

Tabel 4. Tingkatan Dimensi *Fantasy*

Kategori Fantasy	Counts	% of Total	Cumulative %
Rendah	86.0	52.4%	52.4%
Sedang	78.0	47.6%	100.0%

Rendahnya kecenderungan pada sebagian responden dalam aspek *Fantasy* menunjukkan bahwa keterlibatan responden dalam pengalaman imajinatif atau simbolik sebagai bagian dari empati relatif lebih rendah dibandingkan aspek empati lainnya. Temuan ini perlu dipahami secara hati-hati karena penelitian ini tidak mengukur secara khusus pengalaman membaca, paparan media naratif, maupun akses terhadap sumber informasi yang dapat berkaitan dengan perkembangan aspek *Fantasy*. Dalam konteks penelitian ini, karakteristik lingkungan sosial pedesaan dapat dipandang sebagai latar kontekstual yang menyertai pengalaman responden, tetapi tidak dapat digunakan untuk menjelaskan rendahnya skor *Fantasy* secara kausal. Oleh karena itu, variasi pada aspek *Fantasy* lebih tepat dipahami sebagai bagian dari keragaman profil empati responden yang memerlukan penelitian lebih lanjut dengan mempertimbangkan faktor-faktor yang secara langsung berkaitan dengan pengalaman imajinatif dan perkembangan empati (Livingstone, 2007). Namun demikian, penelitian lain menunjukkan bahwa akses terhadap pengalaman sosial yang bermakna, baik melalui interaksi langsung maupun media, dapat menjadi sarana pengembangan empati apabila individu memperoleh kesempatan untuk melakukan refleksi terhadap pengalaman tersebut (Schonert-Reichl, 2017).

Secara keseluruhan, hasil penelitian pada dimensi kognitif menunjukkan bahwa siswa SMP di Kabupaten Sikka telah memiliki kemampuan dasar untuk memahami perspektif orang lain, tetapi kemampuan tersebut masih berkembang dan belum sepenuhnya diperluas melalui berbagai pengalaman sosial. Temuan ini menegaskan bahwa empati kognitif bukan hanya hasil dari perkembangan biologis selama masa remaja, tetapi juga merupakan kemampuan yang dibentuk melalui proses belajar sosial yang berlangsung terus-menerus. Studi meta-analisis mengenai intervensi empati menunjukkan bahwa kemampuan memahami perspektif orang lain dapat ditingkatkan melalui aktivitas pembelajaran yang melibatkan diskusi perspektif, kerja kelompok, permainan peran, dan pengalaman sosial reflektif (Teding van Berkhout & Malouff, 2016). Oleh karena itu, penguatan empati kognitif pada siswa di wilayah pedesaan tidak hanya dapat dilakukan melalui pembelajaran formal, tetapi juga melalui aktivitas sekolah yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk memahami pengalaman dan sudut pandang orang lain secara lebih luas.

Perbedaan Respons Afektif dalam Pengalaman Empati Remaja

Komponen afektif dalam pendekatan Davis menggambarkan bagaimana individu merespons pengalaman emosional orang lain melalui dua proses yang berbeda, yaitu *Empathic Concern* sebagai orientasi kepedulian terhadap orang lain dan *Personal Distress* sebagai respons

emosional yang berfokus pada ketidaknyamanan atau tekanan emosional yang dialami diri sendiri ketika menghadapi penderitaan orang lain. Perbedaan orientasi tersebut penting dalam memahami kualitas respons empatik karena respons emosional yang kuat belum tentu menghasilkan perilaku prososial apabila individu lebih berfokus pada pengurangan ketidaknyamanan dirinya sendiri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dimensi *Empathic Concern* memperoleh skor rata-rata sebesar 35,3 (SD = 3,00), dengan mayoritas responden berada pada kategori rendah sebanyak 104 siswa (63,4%) dan kategori sedang sebanyak 60 siswa (36,6%).

Tabel 5. Tingkatan Dimensi *Empathic Concern*

Kategori <i>Empathic Concern</i>	Counts	% of Total	Cumulative %
Rendah	104.0	63.4%	63.4%
Sedang	60.0	36.6%	100.0%

Rendahnya kecenderungan *Empathic Concern* pada penelitian ini menjadi temuan penting karena dimensi tersebut berkaitan erat dengan kecenderungan perilaku prososial pada masa remaja. *Empathic Concern* merujuk pada perasaan simpati, kepedulian, dan perhatian terhadap individu yang mengalami kesulitan, sehingga orientasinya lebih diarahkan pada kesejahteraan orang lain. Dalam penelitian longitudinal terhadap remaja, *Empathic Concern* secara konsisten berhubungan dengan perilaku prososial pada tahap perkembangan berikutnya, sedangkan *Perspective Taking* berhubungan dengan perilaku prososial secara tidak langsung melalui *Empathic Concern* (Van der Graaff dkk., 2018). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa *Empathic Concern* berkaitan dengan berbagai bentuk perilaku prososial, sehingga dimensi ini memiliki posisi penting dalam menjelaskan bagaimana respons emosional terhadap kondisi orang lain dapat berkaitan dengan tindakan sosial yang positif (Benita dkk., 2017).

Temuan tersebut memberikan kemungkinan bahwa siswa dalam penelitian ini telah memiliki sensitivitas terhadap kondisi emosional orang lain, tetapi kecenderungan untuk mengarahkan respons tersebut menjadi kepedulian yang berorientasi pada kesejahteraan orang lain masih dapat diperkuat. Interpretasi ini perlu ditempatkan dalam kerangka perkembangan karena komponen kognitif dan afektif empati tidak selalu berkembang dengan pola yang sama selama masa remaja. Penelitian longitudinal menunjukkan adanya hubungan timbal balik antara *Perspective Taking*, *Empathic Concern*, dan perilaku prososial, dengan *Empathic Concern* secara konsisten menjadi prediktor perilaku prososial pada berbagai tahap perkembangan yang diamati (Van der Graaff dkk., 2018). Penelitian mengenai empati remaja menunjukkan bahwa dimensi afektif dan kognitif dapat berkontribusi terhadap perilaku sosial dengan pola yang berbeda, sementara kemampuan *perspective taking* secara khusus berkaitan dengan perilaku yang lebih konstruktif dalam situasi interpersonal (Van Lissa dkk., 2015). Selain itu, penelitian pada remaja menunjukkan bahwa faktor pengasuhan dan pengalaman sosial juga berkaitan dengan perkembangan *Empathic Concern* dan perilaku prososial, sehingga kemampuan empatik perlu dipahami sebagai bagian dari proses perkembangan yang berlangsung dalam konteks relasional (Benita dkk., 2017; Chan dkk., 2021; Silke dkk., 2018).

Hal tersebut juga menunjukkan bahwa merasakan atau memahami kondisi emosional orang lain tidak selalu secara otomatis menghasilkan perilaku membantu. Kemampuan mengatur respons emosional menjadi salah satu faktor yang dapat membantu individu mengarahkan pengalaman emosional tersebut menuju respons empatik dan prososial yang lebih adaptif. Pada siswa kelas enam dan tujuh, Benita dkk. (2017) menemukan bahwa regulasi emosi berhubungan dengan perilaku prososial secara langsung maupun melalui empati, yang menunjukkan bahwa pengelolaan emosi memiliki peran dalam proses menuju perilaku sosial yang positif. Temuan pada remaja pertengahan juga menunjukkan bahwa *cognitive reappraisal* berkaitan dengan

perilaku prososial melalui *Empathic Concern*, sehingga hubungan antara regulasi emosi, empati, dan perilaku sosial tidak dapat dipisahkan begitu saja (Benita dkk., 2017; Van der Graaff dkk., 2018).

Tabel 6. Tingkatan Dimensi *Personal Distress*

Kategori <i>Personal Distress</i>	Counts	% of Total	Cumulative %
Rendah	4.00	2.4%	2.4%
Sedang	154.00	93.9%	96.3%
Tinggi	6.00	3.7%	100.0%

Sementara itu, dimensi *Personal Distress* memperoleh skor rata-rata sebesar 33,9 (SD = 2,84), dengan sebagian besar siswa berada pada kategori sedang sebanyak 154 responden (93,9%). Pola tersebut menunjukkan bahwa siswa memiliki sensitivitas terhadap situasi emosional orang lain, tetapi respons tersebut belum sepenuhnya berkembang menjadi kepedulian yang berorientasi pada kebutuhan orang lain. Perbedaan antara *Empathic Concern* dan *Personal Distress* ini sesuai dengan konsep Davis yang menjelaskan bahwa kedua dimensi tersebut sama-sama melibatkan respons emosional, tetapi memiliki arah motivasi yang berbeda, yaitu perhatian terhadap kesejahteraan orang lain versus fokus pada ketidaknyamanan pribadi (Davis, 1983). Penelitian terbaru mengenai empati remaja juga menegaskan bahwa *empathic concern* dan *personal distress* merupakan aspek afektif yang saling berkaitan tetapi memiliki konsekuensi psikologis yang berbeda dalam perilaku sosial (Fabi dkk., 2019; Israelashvili dkk., 2020; Kim & Han, 2018).

Dominasi kategori sedang pada dimensi *Personal Distress* menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kecenderungan pada tingkatan rendah. Temuan ini perlu dipahami secara hati-hati karena *Personal Distress* tidak sepenuhnya menggambarkan bentuk empati yang adaptif. Respons *Personal Distress* pada tingkat tertentu dapat mencerminkan sensitivitas individu terhadap pengalaman emosional orang lain, tetapi respons yang terlalu berorientasi pada tekanan diri berpotensi mengalihkan perhatian individu dari kebutuhan orang yang sedang mengalami kesulitan (Fabi dkk., 2019; Kim & Han, 2018). Bukti longitudinal pada transisi menuju remaja awal menunjukkan bahwa *Personal Distress* memiliki hubungan yang berbeda dengan perilaku prososial dibandingkan *Empathic Concern*, dan secara umum hubungan *Personal Distress* dengan perilaku prososial lebih tidak konsisten serta dapat bersifat negatif ketika pengaruh *Empathic Concern* turut diperhitungkan (Flournoy dkk., 2016). Penelitian lain menunjukkan bahwa *personal distress* berkaitan dengan peningkatan kecemasan sosial dan respons penghindaran ketika individu mengalami kesulitan mengelola emosi yang muncul dari pengalaman orang lain (Tan dkk., 2023). Oleh karena itu, dominasi kategori sedang pada dimensi ini lebih tepat dipahami sebagai adanya respons emosional terhadap pengalaman orang lain yang belum tentu secara otomatis menghasilkan orientasi membantu. Kemampuan regulasi emosi menjadi relevan dalam konteks tersebut karena penelitian menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi berkaitan dengan peningkatan respons empatik dan perilaku prososial, khususnya ketika individu menghadapi pengalaman emosional yang negatif (Benita dkk., 2017; Hein dkk., 2018).

Pola kombinasi antara *Empathic Concern* yang relatif lebih rendah dan *Personal Distress* yang berada pada tingkat sedang memberikan gambaran bahwa perkembangan empati siswa SMP di Kabupaten Sikka masih membutuhkan penguatan pada aspek regulasi dan orientasi sosial. Temuan ini menarik dalam konteks remaja awal karena periode ini merupakan masa ketika individu mulai memiliki kemampuan memahami emosi orang lain, tetapi masih belajar mengelola respons emosional tersebut agar menghasilkan perilaku sosial yang konstruktif. Studi mengenai kompetensi sosial-emosional remaja menunjukkan bahwa empati berkembang melalui proses pembelajaran yang melibatkan kesadaran emosi, kemampuan mengambil perspektif, dan

pengalaman interaksi sosial yang bermakna (Takizawa dkk., 2023). Dalam konteks pendidikan di wilayah pedesaan dan 3T, hasil ini menunjukkan bahwa pengembangan empati tidak cukup hanya dengan meningkatkan kepekaan siswa terhadap masalah sosial, tetapi juga perlu diarahkan pada kemampuan merespons secara aktif melalui perilaku peduli, kerja sama, dan dukungan terhadap orang lain. Pendekatan pendidikan sosial-emosional berbasis sekolah telah banyak ditemukan efektif dalam meningkatkan kemampuan empati dan perilaku prososial siswa melalui kegiatan refleksi, pembelajaran kolaboratif, serta pengalaman sosial langsung.

Implikasi Pengembangan Empati pada Pendidikan Remaja

Temuan empiris penelitian ini (Perspective Taking dan Personal Distress yang didominasi kategori sedang, serta Fantasy dan Empathic Concern yang didominasi kategori rendah) dapat menjadi dasar awal untuk mempertimbangkan penguatan empati secara multidimensional. Karena penelitian menggunakan desain deskriptif, hasilnya tidak menunjukkan bahwa program tertentu menyebabkan peningkatan empati. Meskipun demikian, sekolah berpotensi memfasilitasi pengalaman belajar yang menyeimbangkan latihan memahami perspektif, kepedulian yang berorientasi pada orang lain, dan pengelolaan distress pribadi; efektivitas pendekatan tersebut pada konteks Kabupaten Sikka perlu dievaluasi melalui penelitian intervensi.

Dalam konteks pendidikan SMP di Kabupaten Sikka, Nusa Tenggara Timur, sekolah memiliki peran strategis sebagai ruang pengembangan kemampuan sosial-emosional siswa, terutama karena tidak semua siswa memiliki kesempatan memperoleh stimulasi sosial yang sama di luar lingkungan sekolah. Program pengembangan empati dapat dilakukan melalui pendekatan pembelajaran yang melibatkan diskusi perspektif, kerja kelompok, kegiatan pelayanan sosial, dan refleksi pengalaman sosial untuk membantu siswa memahami kondisi orang lain secara lebih mendalam (Nurrahmania dkk., 2025; Sari & Fernanda, 2026). Meta-analisis terhadap program *social emotional learning* menunjukkan bahwa intervensi berbasis sekolah secara konsisten berkontribusi terhadap peningkatan keterampilan sosial-emosional, termasuk empati, hubungan interpersonal, dan perilaku prososial siswa (Durlak dkk., 2011). Penelitian yang lebih baru juga menunjukkan bahwa pembelajaran sosial-emosional yang dilakukan secara sistematis mampu meningkatkan kemampuan siswa dalam mengenali emosi, memahami perspektif orang lain, serta membangun hubungan sosial yang lebih positif (Cipriano dkk., 2023).

Selain melalui pembelajaran formal, penguatan empati pada remaja di wilayah pedesaan juga dapat dilakukan dengan memanfaatkan pengalaman sosial yang telah tersedia dalam kehidupan komunitas. Lingkungan sosial yang dekat dapat menjadi sumber pembelajaran empati apabila siswa diberikan kesempatan untuk terlibat dalam aktivitas yang mendorong kerja sama, kepedulian, dan tanggung jawab sosial. Penelitian mengenai perkembangan empati remaja menunjukkan bahwa keterlibatan dalam aktivitas prososial dan hubungan interpersonal yang positif berperan dalam membentuk orientasi kepedulian terhadap orang lain (Wentzel dkk., 2018). Namun, kedekatan sosial dalam suatu komunitas tidak selalu menjamin berkembangnya seluruh aspek empati, karena individu tetap membutuhkan proses refleksi untuk memahami pengalaman orang lain dan menghubungkannya dengan tindakan nyata (Schonert-Reichl, 2017).

Berdasarkan temuan tersebut, pengembangan empati bagi siswa SMP di wilayah 3T perlu dipandang sebagai bagian dari penguatan kualitas pendidikan secara menyeluruh, bukan hanya sebagai pembentukan karakter individu. Intervensi yang menekankan keseimbangan antara *perspective taking*, *empathic concern*, dan regulasi emosi dapat membantu siswa tidak hanya memahami penderitaan orang lain, tetapi juga memiliki kesiapan untuk memberikan respons yang konstruktif. Pendekatan ini sejalan dengan bukti empiris bahwa pengembangan kompetensi sosial-emosional di lingkungan sekolah berkaitan dengan berbagai luaran perkembangan siswa,

termasuk keterampilan sosial-emosional, perilaku positif, hubungan teman sebaya, keberfungsian sekolah, dan masalah emosional (Cipriano dkk., 2023; Takizawa dkk., 2023). Oleh karena itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan program pendidikan sosial-emosional yang lebih kontekstual dengan kebutuhan siswa di wilayah pedesaan dan daerah 3T.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa profil empati siswa SMP di Kabupaten Sikka bersifat multidimensional dan tidak seragam. Kategori empati total sedang merupakan kelompok terbesar, Perspective Taking dan Personal Distress didominasi kategori sedang, sedangkan Fantasy dan Empathic Concern didominasi kategori rendah. Pola tersebut menunjukkan perlunya membedakan kemampuan memahami perspektif, keterlibatan imajinatif, kepedulian berorientasi pada orang lain, dan distress pribadi ketika menafsirkan empati siswa. Temuan ini dapat menjadi dasar awal bagi sekolah untuk mempertimbangkan penguatan pendidikan sosial-emosional yang menyeimbangkan komponen kognitif, kepedulian afektif, dan regulasi emosi.

Penelitian ini terbatas pada konteks siswa SMP di Kabupaten Sikka, menggunakan kuesioner daring yang mensyaratkan akses telepon pintar dan data self-report, serta menerapkan desain deskriptif; karena itu, hasil tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan hubungan sebab-akibat atau digeneralisasi secara langsung ke seluruh remaja di wilayah 3T maupun Indonesia. Penelitian berikutnya disarankan melibatkan lebih banyak sekolah dan wilayah, memverifikasi kesetaraan akses pengisian, menggabungkan self-report dengan sumber data lain, serta menggunakan desain longitudinal, metode campuran, atau eksperimen untuk menguji faktor perkembangan dan efektivitas program. Dalam praktik, sekolah dapat menggunakan profil per dimensi sebagai bahan asesmen kebutuhan, sementara setiap program yang dipilih perlu dievaluasi secara kontekstual.

Referensi

- Akhzalini, H. A. (2024). Kontribusi empati bagi perilaku prososial pada remaja. *PROPHETIK: Jurnal Kajian Keislaman*.
<https://ejournal.unisbablitar.ac.id/index.php/prophetik/article/view/3561>
- Allemand, M., Steiger, A. E., & Fend, H. A. (2015). Empathy development in adolescence predicts social competencies in adulthood. *Journal of Personality*, 83(2), 229–241.
<https://doi.org/10.1111/jopy.12098>
- Bal, P. M., & Veltkamp, M. (2013). How does fiction reading influence empathy? An experimental investigation on the role of emotional transportation. *PLoS ONE*, 8(1).
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0055341>
- Benita, M., Levkovitz, T., & Roth, G. (2017). Integrative emotion regulation predicts adolescents' prosocial behavior through the mediation of empathy. *Learning and Instruction*, 50, 14–20.
<https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2016.11.004>
- Boele, S., Van der Graaff, J., de Wied, M., Van der Valk, I. E., Crocetti, E., & Branje, S. (2019). Linking parent–child and peer relationship quality to empathy in adolescence: A multilevel meta-analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(6), 1033–1055.
<https://doi.org/10.1007/s10964-019-00993-5>
- Chan, H. H.-K., Kwong, H. Y. C., Shu, G. L. F., Ting, C. Y., & Lai, F. H.-Y. (2021). Effects of experiential learning programmes on adolescent prosocial behaviour, empathy, and subjective well-being: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 12.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.709699>

- Cipriano, C., Strambler, M. J., Naples, L. H., Ha, C., Kirk, M., Wood, M., Sehgal, K., Zieher, A. K., Eveleigh, A., McCarthy, M., Funaro, M., Ponnock, A., Chow, J. C., & Durlak, J. (2023). The state of evidence for social and emotional learning: A contemporary meta-analysis of universal school-based SEL interventions. *Child Development*, 94(5), 1181–1204. <https://doi.org/10.1111/cdev.13968>
- Cuff, B. M. P., Brown, S. J., Taylor, L., & Howat, D. J. (2016). Empathy: A review of the concept. *Emotion Review*, 8(2), 144–153. <https://doi.org/10.1177/1754073914558466>
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113–126. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.44.1.113>
- Dodell-Feder, D., & Tamir, D. I. (2018). Fiction reading has a small positive impact on social cognition: A meta-analysis. *Journal of Experimental Psychology: General*, 147(11), 1713–1727. <https://doi.org/10.1037/xge0000395>
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Knafo-Noam, A. (2015). Prosocial Development. Dalam *Handbook of Child Psychology and Developmental Science* (hlm. 1–47). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118963418.childpsy315>
- Fabi, S., Weber, L. A., & Leuthold, H. (2019). Empathic concern and personal distress depend on situational but not dispositional factors. *PLOS ONE*, 14(11), e0225102. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0225102>
- Farrell, A. H., & Vaillancourt, T. (2021). Adolescent empathic concern and perspective taking: Heterogeneous developmental trajectories and childhood social and psychological factors. *Journal of Personality*, 89(4), 672–688. <https://doi.org/10.1111/jopy.12607>
- Flournoy, J. C., Pfeifer, J. H., Moore, W. E., Tackman, A. M., Masten, C. L., Mazziotta, J. C., Iacoboni, M., & Dapretto, M. (2016). Neural reactivity to emotional faces may mediate the relationship between childhood empathy and adolescent prosocial behavior. *Child Development*, 87(6), 1691–1702. <https://doi.org/10.1111/cdev.12630>
- Gaspar, A., & Esteves, F. (2022). Empathy development from adolescence to adulthood and its consistency across targets. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.936053>
- Hall, H. K., Milleer, P. M. R., Summers, M. J., & Isbel, B. (2021). Longitudinal research on perspective taking in adolescence: A systematic review. *Adolescent Research Review*, 6(2), 125–150. <https://doi.org/10.1007/s40894-021-00150-9>
- Hein, S., Röder, M., & Fingerle, M. (2018). The role of emotion regulation in situational empathy-related responding and prosocial behaviour in the presence of negative affect. *International Journal of Psychology*, 53(6), 477–485. <https://doi.org/10.1002/ijop.12405>
- Hollarek, M., & Lee, N. C. (2022). Current understanding of developmental changes in adolescent perspective taking. *Current Opinion in Psychology*, 45, 101308. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101308>
- Israelashvili, J., Sauter, D., & Fischer, A. (2020). Two facets of affective empathy: concern and distress have opposite relationships to emotion recognition. *Cognition and Emotion*, 34(6), 1112–1122. <https://doi.org/10.1080/02699931.2020.1724893>
- Kim, H., & Han, S. (2018). Does personal distress enhance empathic interaction or block it? *Personality and Individual Differences*, 124, 77–83. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.12.005>

- Knafo, A., Zahn-Waxler, C., Van Hulle, C., Robinson, J. L., & Rhee, S. H. (2008). The developmental origins of a disposition toward empathy: Genetic and environmental contributions. *Emotion*, 8(6), 737–752. <https://doi.org/10.1037/a0014179>
- Livingstone, S., & Helsper, E. (2007). *Gradations in digital inclusion: Children, young people, and the digital divide*. *New Media & Society*, 9(4), 671–696.
- Longobardi, C., Borello, L., Thornberg, R., & Settanni, M. (2020). Empathy and defending behaviours in school bullying: The mediating role of motivation to defend victims. *British Journal of Educational Psychology*, 90(2), 473–486. <https://doi.org/10.1111/bjep.12289>
- Miklikowska, M., Tilton-Weaver, L., & Burk, W. J. (2022). With a little help from my empathic friends: The role of peers in the development of empathy in adolescence. *Developmental Psychology*, 58(6), 1156–1162. <https://doi.org/10.1037/dev0001347>
- Nurrahmania, N., & Anhar, A. S. (2025). Dampak program bimbingan konseling berbasis agama terhadap pengembangan empati dan toleransi di kalangan remaja multikultural. *Guiding World*. <http://jurnal.stkipbima.ac.id/index.php/GW/article/view/3248>
- Rieffe, C., & Camodeca, M. (2016). Empathy in adolescence: Relations with emotion awareness and social roles. *British Journal of Developmental Psychology*, 34(3), 340–353. <https://doi.org/10.1111/bjdp.12133>
- Sari, I. A., & Fernanda, P. A. (2026). Pengembangan empati untuk mendukung kesehatan mental remaja di pondok pesantren. *Jurnal Medika: Medika*. <https://jmedika.com/index.php/medika/article/view/905>
- Schonert-Reichl, K. A. (2017). Social and emotional learning and teachers. *The Future of Children*, 27(1), 137–155. <https://doi.org/10.1353/foc.2017.0007>
- Silke, C., Brady, B., Boylan, C., & Dolan, P. (2018). Factors influencing the development of empathy and pro-social behaviour among adolescents: A systematic review. *Children and Youth Services Review*, 94, 421–436. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.07.027>
- Solfema. (2013). Pengasuhan orangtua, budaya sekolah, budaya masyarakat, dan empati anak usia remaja. *Jurnal Ilmu pendidikan*, 19(2), 149–154.
- Takizawa, Y., Bambling, M., Matsumoto, Y., Ishimoto, Y., & Edirippulige, S. (2023). Effectiveness of universal school-based social-emotional learning programs in promoting social-emotional skills, attitudes towards self and others, positive social behaviors, and improving emotional and conduct problems among Japanese children: a meta-analytic review. *Frontiers in Education*, 8. <https://doi.org/10.3389/feduc.2023.1228269>
- Tan, X., Yang, Y., & Yu, M. (2023). Longitudinal relationship of empathy and social anxiety among adolescents: The mediation roles of psychological inflexibility and rejection sensitivity. *Journal of Affective Disorders*, 339, 867–876. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.07.069>
- Teding van Berkhout, E., & Malouff, J. M. (2016). The efficacy of empathy training: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Counseling Psychology*, 63(1), 32–41. <https://doi.org/10.1037/cou0000093>
- Van der Graaff, J., Branje, S., De Wied, M., Hawk, S., Van Lier, P., & Meeus, W. (2014). Perspective taking and empathic concern in adolescence: Gender differences in developmental changes. *Developmental Psychology*, 50(3), 881–888. <https://doi.org/10.1037/a0034325>
- Van der Graaff, J., Carlo, G., Crocetti, E., Koot, H. M., & Branje, S. (2018). Prosocial behavior in adolescence: Gender differences in development and links with empathy. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(5), 1086–1099. <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0786-1>
- Van Lissa, C. J., Hawk, S. T., Branje, S. J. T., Koot, H. M., Van Lier, P. A. C., & Meeus, W. H. J. (2015). Divergence between adolescent and parental perceptions of conflict in relationship

- to adolescent empathy development. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(1), 48–61. <https://doi.org/10.1007/s10964-014-0152-5>
- Wentzel, K. R., Muenks, K., McNeish, D., & Russell, S. (2018). Emotional support, social goals, and classroom behavior: A multilevel, multisite study. *Journal of Educational Psychology*, 110(5), 611–627. <https://doi.org/10.1037/edu0000239>
- Widyastuti, A., & Savitri, L. S. Y. (2023). Empathy as mediator in relationship between self-compassion and prosocial behavior among adolescents. *Jurnal Psikologi*, 50(2), 176. <https://doi.org/10.22146/jpsi.78312>