



Vol. 6 No. 2 2025
DOI: <https://doi.org/10.19105/ec>

Edu Consilium : Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
ISSN:2548-4311 (*Print*)ISSN: 2503-3417 (*Online*)

<http://ejournal.iainmadura.ac.id/educons>



Rational Emotive Behavior Therapy: Role-Playing Techniques to Enhance Emotional Intelligence and Empathy

M. Zuhdi Zainul Majdi^{1*}, Zainul Holil², Desti Ekawati³

¹Institut Agama Islam Hamzanwadi Pancor, Indonesia

²Institut Agama Islam Hamzanwadi Pancor, Indonesia

³SMK Negeri 3 Sukabumi, Indonesia

*Corresponding author: email: zainulmajdi930@gmail.com

Abstract

Keywords:

*Counseling of Rational Emotive Behavior ;
Role Playing Techniques ;
Emotional Intelligence ;
Empathy.*

Intelligence is the ability to acquire and use knowledge in order to solve problems and adapt to the environment. A person's high intelligence should be accompanied by high academic ability as well, but in reality, high IQ does not necessarily guarantee high academic achievement or learning outcomes. At most, IQ contributes about 20% to the factors that determine success in life, while 80% is determined by other factors including emotional intelligence. This explains that a person's success is not only influenced by intellectual intelligence but also by emotional intelligence. Individuals with emotional intelligence are able to monitor their feelings well, and they can control their emotions, one of which is having a high level of empathy. Emotional intelligence is the ability of an individual to motivate themselves and persevere in facing frustration, control impulsive urges, which are urges that arise based on mood, and delay gratification, regulate their mood so that it does not affect their ability to think and empathize. The purpose of the research is to determine the effectiveness of rational emotive behavior counseling using role-playing techniques to enhance emotional intelligence and empathy. This study uses a one-group pretest-posttest design. The subjects in this study, totaling 14 people, were divided into 2 groups. The sampling method used is purposive sampling. Data were collected using emotional intelligence and empathy questionnaires. Data analysis used MANOVA statistical tests. The research results show that rational emotive behavior counseling using role-playing techniques is effective in enhancing emotional intelligence and empathy.

Abstrak

Kata Kunci:

*Konseling Rational Emotive Behavior ;
Teknik Role Playing ;
Kecerdasan Emosional ;
Empati.*

Kecerdasan merupakan kemampuan untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan dalam rangka memecahkan masalah dan beradaptasi dengan lingkungan. Kecerdasan seseorang yang tinggi sudah sepiantasnya diikuti kemampuan akademis yang tinggi pula, namun pada kenyataannya kemampuan IQ yang tinggi belum tentu merupakan jaminan prestasi akademik ataupun hasil belajar yang tinggi. Setinggi-tingginya, IQ menyumbang kira-kira 20% bagi faktor-faktor yang menentukan sukses dalam hidup, sedangkan 80% ditentukan oleh faktor lain termasuk kecerdasan emosional. Hal ini memberikan penjelasan bahwa kesuksesan seseorang tidak hanya dipengaruhi oleh kecerdasan intelektual melainkan

adanya kecerdasan emosional. Individu yang memiliki kecerdasan emosional mampu memantau perasaannya dengan baik, mereka mampu mengendalikan perasaan yang dimiliki salah satunya memiliki sikap empati yang tinggi. Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk memotivasi diri sendiri dan tekun dalam menghadapi frustrasi, mengontrol dorongan-dorongan impulsif, yaitu dorongan yang muncul berdasarkan suasana hati, dan mampu menunda pemuasannya, mengatur suasana hati sehingga tidak mempengaruhi kemampuan berpikir dan berempati. Tujuan penelitian untuk mengetahui efektivitas konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* untuk meningkatkan kecerdasan emosi dan empati. Penelitian ini menggunakan *one-group pretes-posttest design*. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 14 orang dibagi menjadi 2 kelompok. Penarikan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan angket kecerdasan emosional dan empati. Analisis data menggunakan statistik uji *manova*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* efektif meningkatkan kecerdasan emosional dan empati.

How to Cite: Majdi, M.Z.Z., Holil, Z., Ekawati, D. 2025. Rational Emotive Behavior Therapy: Role-Playing Techniques to Enhance Emotional Intelligence and Empathy. Edu Consilium : Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Vol 6 No. 2, DOI: 10.19105/ec.v6i2.18908

Received: April, 14th 2025; Revised: June, 7th 2025; Accepted: June, 9th 2025



©Edu Consilium : Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Institut Agama Islam Negeri Madura, Indonesia. Edu Consilium is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Pendahuluan

Pendidikan dapat diartikan sebagai proses pembelajaran. Proses pembelajaran yang dilakukan oleh siswa merupakan suatu pengalaman menerima, mendengar, serta melihat apa yang disampaikan oleh guru terkait dengan bagaimana siswa dapat mengolah kemampuan yang ada dalam dirinya. Kemampuan siswa tercermin dalam segenap kecerdasan yang dimilikinya. Kecerdasan merupakan kemampuan untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan dalam rangka memecahkan masalah dan beradaptasi dengan lingkungan (Yusuf, 2012). Banyaknya faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan seseorang sehingga tidak bisa dikatakan secara pasti bahwa hasil belajar yang tinggi dikarenakan IQ yang tinggi begitu juga sebaliknya. IQ seseorang yang tinggi sudah sepantasnya bila diikuti kemampuan akademis yang tinggi pula, namun pada kenyataannya kemampuan IQ yang tinggi belum tentu merupakan jaminan prestasi akademik ataupun hasil belajar yang tinggi (Syukro, 2019). Goleman (2015) menyatakan setinggi-tingginya, IQ menyumbang kira-kira 20% bagi faktor-faktor yang menentukan sukses dalam hidup, sedangkan 80% yang lain adalah yang di sebutnya kecerdasan emosional. Hal ini memberikan penjelasan bahwa kesuksesan seseorang tidak hanya dipengaruhi oleh kecerdasan intelektual melainkan adanya kecerdasan emosional (Awang, dkk., 2019; Setyawan & Simbolon, 2018).

Kecerdasan intelegensi tinggi tidak menjamin prestasi belajar yang baik. Ada siswa dengan kemampuan intelegensi yang tinggi tetapi prestasi belajar yang lebih rendah, sementara ada siswa dengan kemampuan intelegensi yang lebih rendah tetapi prestasi belajar yang lebih baik (Ananta, 2016). Salah satu kekuatan manusia untuk mencapai kesuksesan, termasuk kesuksesan belajar adalah emosi (Ulandari & Juliawati, 2018). Siswa sangat rentan terhadap situasi emosional. Kesulitan remaja dalam mengidentifikasi dan memahami emosi dapat membuat mereka menghindari situasi sulit dan tidak mampu untuk memperoleh keterampilan yang bermanfaat untuk menghadapi situasi kehidupan yang penuh tekanan (Gansner dkk., 2019). Kecerdasan emosional adalah kemampuan menalar terhadap emosi dan memanfaatkan informasi yang berpengaruh pada pemikiran dan tindakan seseorang, sehingga dapat memotivasi diri dan mengelola emosi dengan baik, memahami perasaannya dan perasan orang lain (Goleman, 2015;

Habsy, 2022; Linden dkk., 2017). Siswa dengan kecerdasan emosional yang tinggi menunjukkan hubungan antar manusia dengan integritas dan agresi minimal. Mereka jauh lebih populer melalui aksi sosial dan juga menunjukkan prestasi akademik yang tinggi, kemampuan memecahkan masalah, dan kreativitas (Cho & Lee, 2017). Oleh sebab itu, penting bagi siswa untuk memiliki kecerdasan emosional yang baik sehingga dapat membawa dampak positif pada perkembangan mereka dalam meraih kesuksesan (Suriyanto dkk., 2021). Hal ini mengingatkan bahwa kecerdasan emosional yang baik adalah salah satu komponen penting dalam kehidupan manusia, yang harus ditanamkan pada setiap siswa agar mereka dapat menjadi individu yang mampu mengenal dirinya sendiri (Farichah dkk., 2019).

Kecerdasan emosional yang dimiliki seseorang dapat adalah bentuk dari kesadaran sosial. Kesadaran sosial merupakan salah satu dari komponen kecerdasan emosional. Kesadaran sosial diartikan sebagai kemampuan untuk menyadari dan memahami perasaan orang lain berkaitan dengan empati (Goleman, 2012). Pemungkas & Muslikah (2019), Tawaa & Silaen (2020), dan Safriati dkk.. (2023) menyatakan bahwa ada hubungan antara kecerdasan emosional dan empati. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada korelasi yang signifikan antara variabel kecerdasan emosi dan empati. Dengan kata lain, variabel kecerdasan emosi dan empati memainkan peran penting dalam mencegah perilaku negatif. Individu dikatakan memiliki kecerdasan emosi (emotional intelligence) jika mampu mengenali emosinya sendiri, mampu mengendalikan emosinya sesuai dengan situasi dan kondisi, mampu menggunakan emosinya untuk meningkatkan motivasi (bukan malah membuat diri putus asa atau bersikap negatif pada orang lain), mampu mengenali emosi orang lain (empati) dan mampu berintraksi positif dengan orang lain (Gunawan, 2017)

Empati merupakan salah satu nilai (kualitas dari perbuatan) yang merupakan nilai moral paling dasar bagi nilai-nilai lainnya (Gunawan dkk., 2019). Mengajarkan rasa empati harus dilakukan sedari remaja agar mereka dapat menghargai individu lain dan menanggulangi perilaku antisosial (Sudirman & Yuwono, 2019). Dampak dari siswa yang kurang memiliki rasa empati tinggi yakni siswa akan memiliki perilaku moral cenderung kurang baik sesuai dengan pernyataan yang dikemukakan oleh Hoffman (Effendy & Indrawati, 2018). Ketika seorang remaja dapat mengendalikan rasa empati dengan baik, maka remaja dapat mencapai hasil belajar yang baik pula, namun sebaliknya jika seorang remaja tidak mampu mengendalikan rasa empati dengan baik, maka akan mendapatkan masalah yang dapat menghambat hasil belajar yang baik di sekolah (Tiyas, 2017). Seseorang yang memiliki empati dalam dirinya dapat mengembangkan evaluasi diri yang baik, serta dapat mengontrol dirinya dengan baik, hal ini menunjukkan seseorang yang memiliki empati akan lebih berhati-hati dalam melakukan perbuatan atau memahami lingkungan sekitarnya (Lina & Purnomo, 2019).

Sikap empati tidak hanya memengaruhi pembelajaran, tetapi juga dapat memengaruhi perilaku siswa di dalam dan di luar sekolah. sehingga perlu dipantau dengan cermat. Karena empati yang kuat, kesadaran sosial akan meningkat sehingga setiap orang dapat saling mendukung, menerima, dan bekerja sama untuk membangun kehidupan yang aman, damai, dan harmonis. Peningkatan kecerdasan emosional akan ikut meningkatkan empati seseorang. Kecerdasan emosional yang baik akan memberikan efek positif pada peningkatan empati (Sihombing, dkk., 2023). Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional tinggi akan lebih baik dalam mengatur emosi diri, memahami secara tepat dan merasakan emosi orang lain, lebih baik berkomunikasi, dan memiliki hubungan interpersonal yang lebih baik (Dangal, 2020).

Empati adalah kemampuan yang terjadi karena individu memiliki perasaan yang berhubungan dengan situasi pada dirinya sendiri (Hoffman, 2000). Baron & Byrne (2005) menyatakan empati merupakan kemampuan individu untuk merasa simpatik dengan merasakan keadaan emosi individu lain, serta mengambil perspektif dari individu lain untuk memecahkan permasalahan. Empati merupakan emosi yang dapat mengarahkan individu menjadi pribadi yang lebih baik sesuai dengan nilai-nilai moral. Tanpa terkecuali empati juga sangat penting untuk dimiliki oleh siswa karena dapat memotivasi mereka untuk menjadi lebih peka terhadap lingkungannya. Empati menjadi sesuatu hal yang penting untuk dimiliki oleh siswa (Lickona, 2012). Taufik (2012) mengatakan empati dapat didefinisikan sebagai kemampuan untuk

memahami pikiran dan perasaan orang lain serta persepsi orang yang bersangkutan (penonton, perceiver) terhadap kondisi yang sedang dialami orang lain.

Bagaimanapun, budaya yang mengutamakan empati mulai terkikis. Ini karena budaya Barat dipengaruhi oleh imitasi yang tidak baik, yang mengutamakan sikap individualis dan mengabaikan sikap sosial bermasyarakat. Galuh (2015) mengungkapkan empati anak-anak Indonesia tentang kebersihan, kejujuran, kerjasama, dan kepemimpinan antara siswa taman kanak-kanak di Jepang dan Indonesia; ternyata anak-anak Indonesia lebih baik daripada anak-anak Jepang. Di sisi lain Gunawan (2018) menunjukkan bahwa empati rendah tidak hanya dialami oleh siswa SMP tetapi hingga perguruan tinggi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil penelitian yang cenderung berbeda, di satu sisi hasil penelitian Galuh cenderung positif, sementara penelitian Gunawan cenderung negatif terkait empati siswa di Indonesia.

Hasil pengamatan awal di MTS NW Kotaraja menunjukkan bahwa banyak siswa masih memiliki kecerdasan emosi dan empati yang rendah. Siswa terus menunjukkan kurangnya pengetahuan tentang potensi diri mereka sendiri, kurangnya rasa hormat terhadap teman dan pendidik di sekolah, konflik dengan sebaya (termasuk perkelahian dan adu mulut), dan sikap acuh tak acuh. Remaja dapat merasa rendah diri, dikucilkan dari pergaulan dan kenakalan jika mereka tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan baru mereka..

Perilaku seseorang baik positif maupun negatif, dihasilkan oleh pikiran dan emosi. Pikiran irrasional yang menguasai diri seseorang dan tidak dikelola dengan baik menyebabkan perilaku negatif. Kecerdasan emosional yang buruk ditunjukkan oleh ketidakmampuan seseorang untuk mengelola emosi mereka dengan baik. Gangguan emosi berasal dari pemikiran yang salah tentang suatu peristiwa (Anggreiny & Sulistyansih, 2017). Untuk meningkatkan kecerdasan emosi dan empati siswa, penelitian ini menggunakan metode konseling rasional emotif behavior menggunakan teknik role playing.

Kognisi, emosi, dan perilaku saling mempengaruhi dalam rasional emotive behavior therapy. Activating event/faktor yang mendorong peristiwa (A), peristiwa atau tindakan yang mempengaruhi sikap seseorang. Belief/keyakinan (B) dapat berupa keyakinan atau cara berpikir yang rasional, yang berarti masuk akal dan tepat, atau irrasional, yang berarti tidak masuk akal dan salah. Consequence/konsekuensi (C) adalah perasaan senang atau hambatan emosi yang berkaitan dengan peristiwa yang mengaktifkan. Peristiwa yang mengaktifkan peristiwa tidak mempengaruhi konsekuensi emosi, tetapi konsekuensi emosi tersebut berasal dari adanya bentuk keyakinan (kepercayaan). Disputing/mendebat (D), merubah keyakinan irrasional menjadi rasional. Effect/efek (E) dari perilaku, kognitif, dan emosional, akan menghasilkan perilaku yang baik atau positif jika proses A-D dapat berlangsung secara rasional. Menurut Ellis dalam Habsy (2018). Hamzah dalam Prihatin (2016) menjelaskan siswa dapat belajar lebih banyak tentang perasaan mereka sendiri dan orang lain dengan bermain peran. Mereka belajar berperilaku baru dan memecahkan masalah seperti dalam permainan perannya.

Hadi (2020) meneliti tentang konseling *rational emotive behavior* menggunakan nilai tafakkur untuk meningkatkan kecerdasan emosional. Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi ini efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional. Wati & Afandi, (2021) meneliti empati dalam perspektif teori konseling *rational emotive behaviour*. Hasil penelitian menunjukkan konseling *rational emotive behaviour* dapat meningkatkan empati pada peserta didik. Konseling *rational emotive behaviour* ini lebih menekankan pada perubahan cara berfikir dan persepsi peserta didik. Diperkuat Nurhasanah dkk., (2019) menunjukkan bahwa teknik role playing dapat meningkatkan empati selama konseling kelompok.

Dalam layanan konseling banyak teknik yang dapat digunakan, salah satunya yaitu teknik *role playing*. *Role playing* biasanya digunakan dalam konseling dimana melibatkan orang lain. Anggota kelompok lain dapat berperan sebagai *ego stage* yang bermasalah dengan konseli. Dalam kegiatan ini konseli berlatih dengan anggota kelompok untuk bertingkah laku sesuai dengan apa yang akan diuji coba didunia nyata (Komalasari & Wahyuni, 2011). Alasan menggunakan role playing, karena role playing merupakan salah satu model pembelajaran yang diarahkan pada upaya pemecahan masalah-masalah yang berkaitan dengan antar manusia, terutama yang

menyangkut kehidupan. *Role playing* memiliki keunggulan yaitu siswa dapat terjun langsung untuk memerankan sesuatu yang akan dibahas dalam proses belajar (Subagio, 2013).

Angraini (2018) menjelaskan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotif behavior* dengan teknik *role playing* dapat diterapkan dalam penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *role playing* dapat mengurangi perilaku prososial. Husain (2018) melakukan konseling *role playing* kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosi dan empati siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang sebelumnya tidak dapat mengelola kecerdasan emosional dan empati mereka menjadi individu yang dapat mengelola kecerdasan emosional dan empati mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling rasional emotif behavior, yang menggunakan teknik *role playing* dapat digunakan dan efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional dan empati siswa. Mencermati dari latar belakang maka tujuan penelitian ini meguji efektivitas konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* untuk meningkatkan kecerdasan emosional dan empati siswa.

Metode

Penelitian ini menggunakan rancangan *one-group pretes-posttest design*. Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VII MTs. NW Kotaraja sebanyak 160 orang yang diberikan kesempatan untuk mengisi *instrument pre-test*. Hasil *assessment pre-test* diambil siswa dengan tingkat kecerdasan emosional dan empati sesuai kriteria yang sudah ditentukan oleh peneliti dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria subjek penelitian adalah siswa yang mengalami kecerdasan emosional dan empati rendah. yang digunakan dalam penelitian Adapun subjek penelitian yang terpilih sebanyak 14 orang siswa dibagi menjadi 2 kelompok. Setelah pemberian intervensi konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* selesai, selanjutnya dilakukan *assessment post-test* untuk melihat peningkatan perilaku kecerdasan emosional dan empati yang terjadi pada partisipan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket kecerdasan emosional dan empati. Skala kecerdasan emosional berjumlah 35 item dengan hasil validitas berkisar (0,39 – 0,82). Skala empati berjumlah 45 item dengan hasil validitas berkisar (0,31 - 1,00), jika hasil validitas > 0,3 maka angket dinyatakan valid (Purwanto, 2020). Reliabilitas angket sebesar 0,62 dan 0,73 termasuk dalam kategori tinggi (Azwar, 2018). Adapun, data yang diperoleh dari hasil *assessment* dianalisis menggunakan uji *manova*. Kegiatan konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* disajikan pada tabel 1.

Tabel 1 Kegiatan Konseling *Rational Emotive Behavior* Teknik *Role Playing*

Sesi	Tahapan	Kegiatan
1	Orientasi	Konselor menjelaskan tujuan, melakukan <i>ice breaking</i> , berkenalan antar sesama anggota kelompok dan mengisi lembar kesediaan mengikuti konseling <i>rational emotive behavior therapy</i>
2	Transisi	Konselor menjelaskan tata cara kegiatan, merumuskan tujuan, memperkenalkan model kognitif untuk mengenali kecemasan yang dihadapi.
3	Kegiatan	Konselor mengarahkan anggota kelompok untuk tetap fokus, mendidik anggota kelompok untuk dapat mengidentifikasi pikiran dan keyakinan maladaptif menggunakan teori ABC menggunakan teknik <i>role playing</i>
4	Kegiatan (Identifikasi Perilaku)	Konselor membantu konseli untuk mendebat dan melawan irasional blief (D) dan cara berpikir yang salah
5	Kegiatan (Penguatan)	Konselor mengajak anggota kelompok untuk membiasakan diri berpikir rasional dan praktik nyata perilaku baru selepas program

	Perilaku Baru)	konseling dan antisipasi hambatan yang mungkin terjadi (E). Bahas pekerjaan rumah dan menginstruksikan kepada anggota kelompok untuk meyakini apa yang mereka pilih adalah nilai yang baik
6	Terminasi	Konselor dan anggota kelompok mengevaluasi apa yang telah dipelajari selama mengikuti kegiatan konseling <i>rational emotive behavior</i> dan meminta anggota kelompok untuk memberikan kesan yang ditutup dengan doa

Hasil

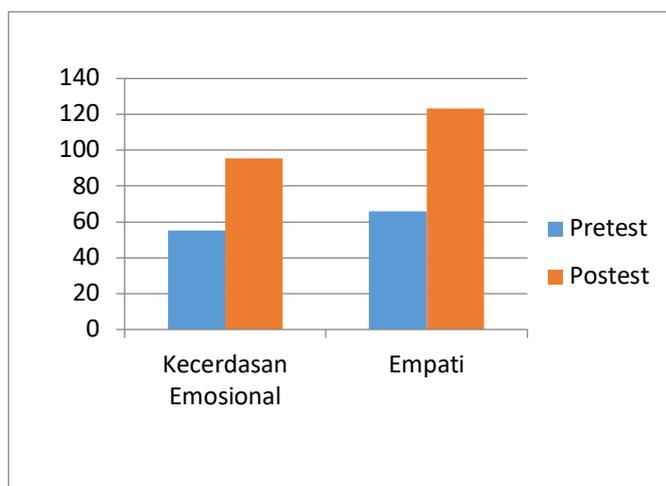
Proses intervensi terhadap subjek yang telah terjaring sebagai kelompok eksperimen dilakukan oleh peneliti yang berperan sebagai konselor. *Pretest* diberikan di awal intervensi untuk mengetahui kecerdasan emosional dan empati siswa sebelum pemberian intervensi. Setelah itu diberikan *posttest* untuk mengetahui sejauhmana tingkat kecerdasan emosional dan empati siswa. Perbandingan *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen disajikan dalam tabel 2.

Tabel 2 Hasil Pre-Test dan Post-Test Antar Kelompok

Eksperimen	Kecerdasan Emosi		Empati		
	Partisipan	Pre-test	Post-test	Pre-test	Post-test
	MH	50	95	65	125
	MS	55	94	65	125
	LM	56	94	66	121
	NA	54	95	64	121
	MA	57	96	67	123
	MS	58	97	68	124
	MR	56	97	66	125
Kontrol	Kecerdasan Emosi		Empati		
Partisipan	Pre-test	Post-test	Pre-test	Post-test	
	D	50	60	60	110.00
	IL	55	65	60	105
	HN	56	65	60	105
	EI	54	60	65	100
	AI	57	65	65	100
	BN	58	65	66	105
	AS	56	60	66	100

Hasil *pre-test* dan *post-test* antar kelompok (Hasil penelitian, 2025)

Dengan menggunakan hasil pengkategorian pada kelompok eksperimen pada variabel kecerdasan emosi dan empati diperoleh data *pre-test* diketahui tergolong sedang, data *post-test* tergolong dalam kategori tinggi. Pada kelompok kontrol pada variabel kecerdasan emosi dan empati diperoleh data *pre-test* diketahui tergolong sedang, data *post-test* tergolong dalam kategori sedang. Artinya kelompok kontrol tidak mengalami perubahan atau stagnan. Dalam penelitian ini, data yang diperoleh melalui hasil angket kecerdasan emosional dan empati dianalisis dengan menggunakan rumus statistic *manova* berbantuan SPSS versi 21. Uji hipotesis yang di visualisasikan dalam grafik 1 dan di sajikan dalam tabel 3 dan 4



Gambar 1 Peningkatan Kecerdasan Emosional dan Empati Eksperimen

Tabel 3 Test of Within-Subjects Effects

Effect	Dependent Variable	F	Sig.
Konseling REBT Teknik Role Playing	Kecerdasan Emosional	708,87	0,000
	Empati	47,21	0,000

Test of within-subjects effects (Hasil Penelitian, 2025)

Tabel 4 Multivariate Tests

Effect	Dependent Variable	F	Sig.
Konseling REBT Teknik Role Playing	Kecerdasan Emosional dan Empati	449,18	0,000

Multivariate tests (Hasil Penelitian, 2025)

Hasil tingkat kecerdasan emosional pada kelompok eksperimen menggunakan uji *manova* menunjukkan bahwa kelompok eksperimen yang diberikan konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* menunjukkan arah perubahan pada masing-masing anggota kelompok dengan nilai $F=708,87$ dan signifikansinya $p < 0,05$. Artinya konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional. Pada variabel empati menunjukkan bahwa kelompok eksperimen yang diberikan konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* menunjukkan arah perubahan pada masing-masing anggota kelompok dengan nilai $F=47,21$ dan signifikansinya $p < 0,05$. Artinya konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* efektif untuk meningkatkan empati. Selanjutnya hasil *multivariate tests* pada variabel kecerdasan emosional dan empati pada kelompok eksperimen yang diberikan konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* menunjukkan terjadi simultan dengan nilai $F=449,18$ dan signifikansinya $p < 0,05$. Artinya konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* efektif meningkatkan kecerdasan emosional dan empati secara bersamaan.

Pembahasan

Tingkat kecerdasan emosional pada kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* berada pada tingkat sedang, setelah diberikan perlakuan konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing*, kecerdasan emosional siswa berada pada tingkat kecerdasan emosional tinggi khususnya pada aspek mengelola emosi, memotivasi diri dan mengenali emosi orang lain (empati). Kemampuan mengelola emosi berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya satu gagasan maupun pulih kembali dari tekanan emosi. Memotivasi diri sendiri merupakan kemampuan menata emosi sebagai alat untuk

mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif berupa memberi perhatian, optimis dan keyakinan diri. Mengenali emosi orang lain (empati) merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain ikut berperan dalam arena kehidupan mereka (Sayekti, 2020).

Hal ini sejalan dengan Novita & Zikra (2020), yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosional pada siswa terjadi ketika siswa mampu mengenali emosi, motivasi internal, mengelolah emosi, dan mengenali emosi orang lain. Illahi dkk., (2018) menambahkan jika seseorang dapat meningkatkan kecerdasan emosional, mereka akan dapat merasakan, memahami, dan menerapkan kekuatan kepekaan emosional sebagai sumber energi dan koneksi. Dua jenis faktor kecerdasan emosi adalah faktor internal dan eksternal (Djaali, 2017). Faktor internal berasal dari dalam diri dan berdampak pada kecerdasan emosi; ini termasuk kondisi fisik dan psikis seseorang, seperti pengalaman hidup, sensasi, kemampuan berpikir, dan motivasi. Faktor Eksternal berasal dari faktor luar lingkungan seperti masyarakat, teman sebaya dan sekolah (Hanifah, 2018).

Tingkat empati pada kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* berada pada tingkat sedang, setelah diberikan perlakuan konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing*, empati siswa berada pada tingkat empati tinggi. Tingkat empati siswa tinggi atau rendah berhubungan dengan aspek afektif yang dimiliki individu, orang yang memiliki kemampuan empati dapat memahami perasaan orang lain. Ketika tidak ada kesadaran untuk tolong-menolong, tidak ada kemauan untuk membantu permasalahan yang sedang dialami teman dan tidak ada tenggang rasa antar teman, maka individu tersebut tidak akan bisa merasakan apa yang sedang dialami oleh orang lain (Allemand dkk., 2015; Latifah, 2020). Berkurangnya kemampuan berempati bahkan dapat menyebabkan siswa gagal memenuhi tugas perkembangannya dalam membangun hubungan yang baik dengan teman sebaya; kehilangan pengetahuan tentang etika yang tepat untuk bergaul dengan teman sebaya dari berbagai latar belakang; tidak menyadari pentingnya penerapan standar dalam bergaul dengan teman sebaya; dan tidak bisa bergaul dengan teman sebaya secara positif (Kardos dkk., 2017).

Aspek afektif dalam empati lebih kepada individu yang berempati merasakan apa yang orang lain rasakan. Hal ini sejalan dengan temuan Doane dkk. (2014) dan Prot dkk. (2014) bahwa perubahan sikap individu disebabkan oleh empati, yang terkait erat dengan perilaku pro-sosial (Doane dkk., 2014). Keterampilan berempati dapat sangat berbahaya jika tidak ditangani segera (Brewer & Kerlake, 2015). Seseorang yang berempati dapat berbagi perasaan dengan orang lain dalam suasana suka maupun duka, mampu memberikan bantuan materiil maupun moril kepada orang lain, dan mampu bekerja sama untuk mencapai tujuan bersama (Darmawan, 2017). Tanpa adanya empati, dirasa sulit untuk mengetahui apa yang sedang dialami seseorang karena tidak dapat memasuki perasaan dan memahami kondisi yang sedang dialaminya (Hattula dkk., 2015).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum pemberian intervensi konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* terhadap kecerdasan emosional dan empati, tingkat kecerdasan emosional dan empati berada dalam kategori sedang. Setelah pemberian intervensi konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* terjadi peningkatan, kecerdasan emosional dan empati berada pada kategori tinggi. Maka dapat disimpulkan hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* efektif meningkatkan kecerdasan emosional dan empati. *Rational emotive behaviour therapy* memandang bahwa gangguan emosional merupakan hasil dari persepsi dan sikap seseorang terhadap suatu peristiwa, hal ini menyebabkan seseorang menjadi berfikir irasional dan tidak logis akan hal yang dihadapinya. Teori *rational emotive behaviour therapy* mengatakan bahwa gangguan emosional akan menyebabkan seseorang acuh tak acuh terhadap lingkungan sekitar. Hal ini merupakan salah satu penyebab kurangnya kecerdasan emosi dan empati adalah pemikiran yang irasional. Pemikiran irasional seperti ini perlu diubah menjadi pemikiran yang rasional. Tujuan teori *rational emotive behaviour therapy* adalah untuk mengubah pemikiran yang tidak irasional menjadi pemikiran yang rasional (Yusuf, 2016).

Manusia terlahir memiliki potensi, baik itu untuk berpikir rasional maupun berpikir yang tidak rasional. Manusia mempunyai kecenderungan untuk memelihara dirinya, berbahagia, dan mampu mengaktualkan diri. Akan tetapi, manusia juga memiliki keinginan untuk menghancurkan dirinya sendiri, menghindari pemikiran, terpaku pada pola tingkah laku lama yang kurang bagus yang tidak memberikan pengaruh baik bagi dirinya sendiri (Corey, 2013). Peran role playing memiliki manfaat bagi perkembangan kognitif, emosional, sosial dan bahasa Teknik role play dapat dilakukan dalam setting kelompok yang berusaha meningkatkan ekspresi emosi dan lingkungan sosial bersama teman sebaya dan keluarga (Erford, 2016).

Beberapa studi membuktikan bahwa konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* efektif untuk diterapkan. Erlina & Sari (2016) meneliti pengaruh *rational emotive behaviour therapy* terhadap peningkatan kecerdasan emosional. Kesimpulan dari penelitian ini adalah adanya pengaruh yang signifikan antara pengaruh pendekatan *rebt* dengan kecerdasan emosional. Nisa, & Muhid (2022) tentang peran layanan bimbingan dan konseling kelompok dengan teknik *role playing* dalam meningkatkan kecerdasan emosional. Dari bermain peran siswa mampu mengenali emosinya, mengolah emosinya dan mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain dengan bantuan guru BK di sekolah dalam membantu proses konseling. Oleh karena itu, penelitian studi literatur ini bertujuan untuk mengkaji peran layanan konseling kelompok menggunakan teknik bermain peran dalam meningkatkan kecerdasan emosional. Hasil studi literatur menunjukkan bahwa peran layanan bimbingan dan konseling kelompok dengan teknik *role playing* ini sangat berpengaruh terhadap peningkatan kecerdasan emosional. Wati & Afandi (2021) juga menunjukkan bahwa empati dalam perspektif teori konseling *rational emotive behaviour* berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan seseorang dalam merasakan apa yang dirasakan orang lain dengan cara memulai berfikir rasional.

Konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* yang dilakukan merubah *irrational belief* menjadi rasional belief sehingga terjadi peningkatan kecerdasan emosi dan empati siswa. Maka dapat disimpulkan hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* efektif meningkatkan kecerdasan emosional dan empati siswa. Penelitian tentang kecerdasan emosional dan empati memiliki beberapa keterbatasan. Salah satunya adalah kesulitan mengukur dan mengidentifikasi konsep-konsep ini secara akurat, karena EQ dan empati merupakan konstruksi psikologis yang kompleks dan subjektif. Selain itu, penelitian mungkin terbatas pada sampel tertentu, seperti siswa atau kelompok usia tertentu, yang memengaruhi generalisasi temuan penelitian.

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosi dan empati. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian konseling *rational emotive behavior* teknik *role playing* merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan tingkat kecerdasan emosi dan empati siswa. Kemampuan mengelola emosi berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya satu gagasan maupun pulih kembali dari tekanan emosi dan orang yang memiliki kemampuan empati dapat memahami perasaan orang lain. Ketika tidak ada kesadaran untuk tolong-menolong, tidak ada kemauan untuk membantu permasalahan yang sedang dialami teman dan tidak ada tenggang rasa antar teman, maka individu tersebut tidak akan bisa merasakan apa yang sedang dialami oleh orang lain. Temuan ini dapat dijadikan alternatif strategi intervensi oleh konselor sekolah untuk membantu mengatasi permasalahan konseli. Untuk penelitian selanjutnya sampel yang dipilih menggunakan kelompok usia lain dan gunakan intervensi dan teknik yang lain agar hasil penelitian lebih komperhensif

Referensi

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.

Ananta, M. J. (2016). *Pengaruh kecerdasan emosional terhadap prestasi belajar pada siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Ketawanggede Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim). Blatner, Adam, MD. 2009. *Role Playing Education*

Anggreiny, N, dan Sulistyaningsih, W. (2017), Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Pada Remaja Korban Kekerasan Seksual. *Jurnal Analitika*, 5(2). 67-61.

Angraini, E. (2018). *Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rational Emotif Behavior Therapy Dengan Teknik Role Playing Untuk Mengurangi Perilaku Bullying Pada Peserta Didik Kelas Viii Smp Muhammadiyah 5 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018* (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).

Awang, I. S., Merpirah, M., & Mulyadi, Y. B. (2019). Kecerdasan Emosional Peserta Didik Sekolah Dasar. *Profesi Pendidikan Dasar*, 6 (1), 41-50

Azwar, S. (2018). *Metode penelitian psikologi edisi II*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar

Byrne, R. A. (2005). *Psikologi Sosial Jilid 2 Edisi Kesepuluh*. Penerbit Erlangga

Brewer, G., & Kerslake, J. (2015). Cyberbullying, Self-Esteem, Empathy and Loneliness. *Computers in Human Behavior*, 48, 255–260

Cho, K. S., & Lee, J. M. (2017). Influence of smartphone addiction proneness of young children on problematic behaviors and emotional intelligence: Mediating self-assessment effects of parents using smartphones. *Computers in Human Behavior*, 66, 303-311

Corey, Gerald. (2013). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Bandung: Refika Aditama,

Dangal, M. R., & Bajracharya, L. S. (2020). Students anxiety experiences during COVID-19 in Nepal. *Kathmandu University Medical Journal*, 18(2), 53-57

Daniel Goleman. (2015). *Emosional Intelligence*, Cetakan Kedua puluh (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama)

Darmawan, C. W. (2017). Hubungan Antara Konsep Diri dengan Perilaku Prososial Siswa SMA Muhammadiyah 1 Malang. *Psikovidya*, 19(2), 94–105.

Davis. (1980). A multidimensional approach to individual difference in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 1980, 10, p. 85

Djaali, H. (2017). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara Doane, A. N., Pearson, M. R., & Kelley, M. L. (2014). Predictors of Cyberbullying Perpetration among College Students: An Application of The Theory of Reasoned Action. *Computers in Human Behavior*, 36, 154–162

Effendy, M., & Indrawati, E. S. (2020). Hubungan antara empati dengan perilaku agresif pada supporter sepakbola Panser Biru Banyumanik Semarang. *Jurnal Empati*, 7(3), 974-984

- Erford, B. T. (2016). Teknik yang harus diketahui setiap konselor. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Erlina, N., & Sari, D. N. (2016). Pengaruh Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Terhadap Peningkatan Kecerdasan Emosional Pada Peserta Didik Kelas VIII SMPN 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016. *Konseli*, 3(2), 303-316.
- Farichah, I. N., Habsy, B. A., & Suroso, D. H. (2019). Konseling kelompok rasional emotif perilaku dalam membantu mengatasi regulasi emosi siswa SMP, efektifkah. *Jurnal Pendidikan*, 4(1), 25- 32
- Galuh Kartika. (2015). Meningkatkan Empati Melalui Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik Permainan Boneka. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Gansner, M., Belfort, E., Cook, B., Leahy, C., Colon-Perez, A., Mirda, D., & Carson, N. (2019). Problematic internet use and associated high-risk behavior in an adolescent clinical sample: results from a survey of psychiatrically hospitalized youth. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(5), 349-354
- Goleman D. (2012). Emotional intelligence. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Umum
- Gunawan, I.M.S., Mungin, E.W., Purwanto, E., & Sunawan. (2019). Group counseling of values clarification to increase middle school students' empathy. *Psicologia Educativa*, 25: 169-174
- Gunawan, I.M.S. (2017). Panduan keterampilan mengelola emosi model experiential learning. Yogyakarta: Ladang Kata
- Habsy, B. A. (2018). Konseling Rasional Emotif Perilaku: Sebuah Tinjauan Filosofis. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 2 (1), 13–30. <https://doi.org/10.30653/001.201821.25>
- Habsy, B. A. (2022). *Panorama Teori-Teori Konseling Modern dan Post Modern: Refleksi Keindahan dalam Konseling*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).
- Hadi, S. (2020). Konseling Kelompok Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dengan Nilai Tafakkur untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Remaja Putra Panti Asuhan Darul Ihsan Prambanan Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 10(2), 155-165.
- Hanifah, U. N. (2018). Pembinaan Kecerdasan Emosional dan Spiritual (Studi Kasus Pada Siswa Kelas XI TPB SMK Saraswati Salatiga Tahun 2017) (Doctoral dissertation, IAIN SALATIGA).
- Hattula, J. D., Herzog, W., Dahl, D. W., & Reinecke, S. (2015). Managerial Empathy Facilitates Egocentric Predictions of Consumer Preferences. *Journal of Marketing Research*, 52(2), 235–252
- Hasanah, I., Sa'idah, I., Fakhriyani, D. V., & Aisa, A. (2022). *Bimbingan Kelompok: Teori dan Praktik*. Pamekasan: Duta Media Publishing.
- Hoffman, M. L. (2000). *Empathy And Moral Development*. New York University: Cambridge University Press
- Hojat, M., Louis, D. Z., Markham, F. W., Wender, R., Rabinowitz, C., & Gonnella, J. S. (2011). Physicians' empathy and clinical outcomes for diabetic patients. *Academic medicine*, 86(3), 359-364
- Howe, D. (2015). *Empati: Makna dan Pentingnya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Husain, S. A. (2018). Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Role Playing Terhadap Kecerdasan Emosional Dan Empati pada Siswa Mts N 1 Sragen. *Jurnal Ilmiah Konseling, BK FKIP UTP, VoL 18*
- Idamayanti, K., & Djanah, M. (2021). Keefektifan Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa SMP. *Jurnal Thalaba Pendidikan Indonesia, 4* (2), 123-128.
- Illahi, U., Neviyarni, N., Said, A., & Ardi, Z. (2018). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan perilaku agresif remaja dan implikasinya dalam bimbingan dan konseling. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 3(2), 68-74.
- Kardos, P., Leidner, B., Pléh, C., Soltész, P., & Unoka, Z. (2017). Empathic People have More Friends: Empathic Abilities Predict Social Network Size and Position in Social Network Predicts Empathic Efforts. *Social Networks*, 50, 1-5
- Komalasari, G., & Wahyuni, E. (2011). Teori dan Teknik Konseling. *Jakarta: Indeks*
- Latifah, L. (2020). Keefektifan Teknik Drama Segitiga Karpman untuk Meningkatkan Keterampilan Empati Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling, 4*(1), 15
- Lickona, T. (2012). Character education: Restoring virtue to the mission of schools. In *Developing Cultures* (pp. 57-76). Routledge.
- Lina, P., & Purnomo, A. (2019). Membangun empati siswa melalui sosiodrama pada materi konflik sosial Kelas VIII C SMP Lab UM. *Universitas Negeri Malang: JTP2IPS (2019) volume, 4*, 7-14
- Made, S. G. I. (2018). Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Peningkatan Sikap Tanggung Jawab Siswa Di Smp Negeri 2 Batulayar. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 1*(2).
- Nisa, W., & Muhid, A. (2022). Peran Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok dengan Teknik Role Playing dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional: Literature Review. *SHINE: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 3*(1), 1-13.
- Novita, M. N., & Zikra, Z. (2020). Emotional Intelligence of SMA N 2 Padang Students and Implications in Guidance and Counseling Services. *Jurnal Neo Konseling, 3*(1), 23-32.
- Nurhasanah, N., Neviyarni, S., & Effendi, Z. M. (2019). The Effectiveness of Group Counseling with Role-Playing Techniques to Increase Student Empathy. *International Journal of Applied Counseling and Social Sciences, 1*(1), 54-61.
- Pamungkas, I. M., & Muslikah, M. (2019). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Empati dengan Altruisme pada Siswa Kelas XI MIPA SMA N 3 Demak. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling, 5*(2), 154-167.
- Prihatin, R & Abd. Munir. (2016). Penggunaan Teknik Role Playing untuk Mengurangi Perilaku Bullying Siswa Kelas XII MIA SMA Negeri 5 Palu. *Jurnal Konseling & Psikoedukasi. 1*(1), 1-10.
- Prot, S., Gentile, D. A., Anderson, C. A., Suzuki, K., Swing, E., Lim, K. M., ... Liuqing, W. (2014). Long-Term Relations among Prosocial-Media Use, Empathy, and Prosocial Behavior. *Psychological Science, 25*(2), 358-368

Purwanto, E., & Nugroho, P. W. (2020). Metodologi penelitian kuantitatif. Yogyakarta : Pustaka Pelajar

Safriati, C., Rahayu, A., & Sovitriana, R. (2023). Empati dan Kecerdasan Emosi Perannya terhadap Sikap Memaafkan Wanita yang Mengalami Pelecehan Seksual. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 7(1), 107-116.

Sayekti, N. W. (2020). Peran kecerdasan emosional dalam pembelajaran jarak jauh. *Jurnal Advice*, 2(2), 112-119

Setyawan, A. A., & Simbolon, D. (2018). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap hasil belajar matematika siswa SMK Kansai Pekanbaru. *Jurnal Penelitian Dan Pembelajaran Matematika*, 11(1)

Sihombing, J. J., Armyanti, I., & Triharja, A. A. (2023). Hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat empati dan kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura angkatan 2020. *Majalah Kedokteran Andalas*, 46(6), 973-995.

Subagio, H. (2013). Role Playing. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Sudirman, S. J., & Yuwono, S. (2019). *Dinamika Empati Pada Remaja Yang Kecanduan Gadget* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

Surianto, N. N., Dewi, C., & Siu, O. C. (2021). Pengaruh penggunaan smartphone terhadap kecerdasan emosional siswa kelas X SMA buddhis bodhicitta medan tahun pembelajaran 2020/2021. *Prosiding Bodhi Dharma*, 1(1), 52-61.

Syamsu Yusuf. (2014) Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja, (Bandung : Remaja Rosdakarya)

Syamsu Yusuf. (2016). *Konseling Individual*, Bandung: Refika Aditama.

Syukro, A. (2019). *Hubungan Tingkat Intelegensi Siswa dengan Hasil Belajar Pada Mata Pelajaran Ekonomi di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Pekanbaru* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU).

Taufik. (2012). *Empati Pendekatan Psikologi Sosial*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada

Tawaa, S. I. A., & Silaen, S. M. J. (2020). Hubungan antara kecerdasan emosional dan empati dengan perilaku bullying pada siswa smp negeri 242 lenteng agung jakarta selatan. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 4(2), 24-34.

Tiyas, E. N. (2017). *Pengaruh Empati Terhadap Kepedulian Sosial Pada Remaja* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).

Ulandari, Y., & Juliawati, D. (2019). Pemanfaatan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 1(1), 1-8.

Van der Linden, D., Pekaar, K. A., Bakker, A. B., Schermer, J. A., Vernon, P. A., Dunkel, C. S., & Petrides, K. V. (2017). Overlap between the general factor of personality and emotional intelligence: A meta-analysis. *Psychological bulletin*, 143(1), 36.

Wati, L., & Afandi, M. (2021). Empati Dalam Prespektif Teori Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy Albert Ellis. *Jurnal Administrasi Pendidikan dan Konseling Pendidikan*, 2(2), 117-123.

Yusuf, S. (2012). Psikologi perkembangan anak dan remaja

Yusuf, Syamsu dan Nurihasan, Juntika. (2012), Landasan Bimbingan Dan Konseling, Bandung: Rosda Karya