



Pelatihan Konseling Sebaya untuk Peningkatan Empati Remaja di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta

Peer Counseling Training to Enhance Empathy at the Youth Social Protection and Rehabilitation Center, Yogyakarta

Nur Fitriyani Hardi^{1*}, R.Najwa Alifia Zahro², Mohamad Nurfazilah³

^{1,2,3} Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 55281, Indonesia

* E-mail: nur.hardi@uin-suka.ac.id;

Abstrak

Kata Kunci: Masa remaja kerap ditandai tantangan emosi dan sosial, sehingga dukungan teman sebaya menjadi krusial dalam membangun empati dan keterampilan interpersonal. Artikel ini menjabarkan pelatihan konseling sebaya di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta yang bertujuan meningkatkan empati remaja. Sebanyak 26 peserta dengan beragam masalah sosial mengikuti rangkaian sesi yang mencakup pemaparan materi, diskusi kelompok terfokus (FGD), dan permainan peran (*role play*) konseling yang menekankan mendengarkan aktif, pemahaman perspektif, dan kepercayaan diri dalam interaksi sosial. Evaluasi pasca pelatihan menunjukkan peningkatan kemampuan peserta dalam mengenali dan menghargai perasaan orang lain serta perbaikan keterampilan interpersonal dalam konteks sehari-hari. Temuan ini mengindikasikan bahwa pelatihan konseling sebaya berpotensi menjadi model intervensi yang dapat direplikasi untuk memperkuat kapasitas empatik remaja dan menurunkan risiko pelanggaran norma sosial. Rekomendasi ke depan mencakup pentingnya penggunaan skala empati terstandar dan desain evaluasi yang lebih rigid untuk menguatkan bukti efektivitas program.

Abstract

Keywords: Adolescence is often characterized by emotional and social challenges, making peer support crucial for developing empathy and interpersonal skills. This article outlines a peer counseling training program at the Youth Social Protection and Rehabilitation Center in Yogyakarta aimed at enhancing adolescents' empathy. A total of 26 participants with diverse social issues took part in a series of sessions comprising material presentations, focus group discussions (FGDs), and counseling role-play exercises that emphasized active listening, perspective-taking, and confidence in social interactions. Post-training evaluations indicated improvements in participants' ability to recognize and appreciate others' feelings, as well as enhanced interpersonal skills in everyday contexts. These findings suggest that peer counseling training has the potential to serve as a replicable intervention model to strengthen adolescents' empathetic capacities and reduce the risk of social norm violations. Future recommendations include the use of standardized empathy scales and more rigorous evaluation designs to strengthen the evidence for the program's effectiveness.

e-ISSN: 2798-3684 / **Copyright** © 2025 Author(s)

License:  This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

Article info: Received: 21 Oktober 2025 | Accepted: 07 November 2025 | Online: 24 November 2025

How to cite this article: Fitriyani, H, N., Alifia, Z, R, N., & Nurfazilah, M. (2025). Pelatihan Konseling Sebaya untuk Peningkatan Empati Remaja di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Yogyakarta. *Bakti: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5 (2), 85-94.
<https://doi.org/10.51135/baktivol5iss2pp85-94>

1. Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa yang identik dengan konflik, karena pada masa perkembangan ini tiap individu mengalami perubahan yang sangat kompleks meliputi perubahan fisik, pola pikir, peran sosial, serta merupakan masa pencarian identitas untuk menjadi diri sendiri sebagai individu. Remaja sangat membutuhkan dukungan sebaya, rasa diterima serta kemampuan mengelola emosi agar mampu membangun relasi yang sehat dan keputusan yang bertanggungjawab. Namun masa potensial remaja dapat berkembang kearah yang positif maupun negatif. Hal tersebut tergantung dari kerentanan dan tantangan yang dihadapi dalam hidupnya. Misalnya konflik keluarga, perundungan, kekerasan, tekanan akademik, kesulitan ekonomi, atau penyalahgunaan teknologi.

Hurlock (1980) menjelaskan bahwa salah satu permasalahan remaja yang tersulit adalah masa sosial. Untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi dewasa, remaja harus membuat banyak penyesuaian baru. Hal terpenting dan tersulit adalah penyesuaian diri dengan meningkatkan pengaruh kelompok sebaya, perubahan dalam perilaku sosial, dalam seleksi persahabatan, nilai-nilai baru dalam dukungan dan penolakan sosial, dan nilai-nilai baru dalam seleksi pemimpin. Dalam menghadapi tantangan tersebut, remaja seringkali mengalami konflik sehingga sering menyebabkan perilaku-perilaku yang aneh, canggung dan kalau tidak bisa dikontrol dapat menjadi pelanggaran norma bahkan hukum. Oleh karenanya remaja sebaiknya diarahkan untuk dapat lebih berempati kepada orang lain ataupun lingkungan di sekitarnya.

Empati dapat diartikan sebagai kemampuan untuk merasakan atau membayangkan pengalaman emosional orang lain. Kemampuan untuk berempati merupakan bagian penting dari perkembangan sosial dan emosional, yang mempengaruhi perilaku individu terhadap orang lain dan kualitas hubungan sosial. Rasa empati yang tinggi mendorong remaja agar lebih memahami dan peduli pada konsekuensi perilakunya kepada orang lain. Sehingga remaja lebih memilih perilaku prososial dan berusaha mengontrol diri untuk tidak melakukan pelanggaran norma sosial (Nasywa, Ningsih, Prilanitasari & Salma, 2025). Menurut Eisenberg (Suryawati, 2016) berpendapat bahwa ciri-ciri empati adalah proses individu berempati melibatkan aspek afektif dan kognitif. Aspek afektif yang dimaksud adalah kecenderungan seseorang untuk mengalami perasaan emosional orang lain yaitu ikut merasakan ketika orang lain merasa sedih, menangis, terluka, menderita, bahkan disakiti. Sedangkan aspek kognitif dalam empati difokuskan pada proses intelektual untuk memahami perspektif orang lain dengan tepat dan menerima pandangan mereka.

Penanaman rasa empati remaja dapat dilakukan dengan memberikan bimbingan konseling sebaya. Konseling sebaya (*peer counseling*) merupakan layanan bantuan konseling yang diberikan oleh teman sebaya yang telah terlebih dahulu diberikan pelatihan-pelatihan untuk menjadi konselor teman sebaya. Konselor sebaya dapat memberikan bantuan baik secara individual maupun kelompok kepada seluruh teman-temannya yang bermasalah. Terutama individu yang mengalami berbagai hambatan dalam perkembangan kepribadiannya ataupun dalam pengembangan sikap prososial. Tujuan konseling sebaya untuk membekali calon konselor sebaya agar mampu menggunakan keterampilan, mendengar aktif dan keterampilan memecahkan masalah yang dihadapi teman sesama remaja. Selain itu, mengembangkan kemampuan saling memperhatikan dan saling berbagi pengalaman dalam mengatasi masalah. Remaja dapat mengembangkan sikap-sikap positif yang diperlukan dalam membantu teman sebaya dalam menghadapi masalah (Marhani, Ellis, Gunawan & Fathoni, 2024).

Fungsi konseling sebaya menurut Suwarjo (2008) menjelaskan bahwa konseling sebaya membantu pemecahan masalah individu; membantu individu dalam membina dan mengembangkan hubungan dengan teman sebaya dan lingkungan sekolah; serta melakukan adaptasi atau penyesuaian sosial bagi individu terhadap lingkungan barunya. Interaksi antar individu adalah elemen dasar dalam kehidupan sosial manusia karena menjadi fondasi interaksi dari kelahiran hingga masa dewasa. Melalui hubungan dalam keluarga, persahabatan, cinta, dan

lingkungan profesional, individu tidak hanya menciptakan identitas diri dan nilai sosial, tetapi juga mengembangkan kemampuan beradaptasi dalam menghadapi tantangan hidup (Santrock, 2018).

Adapun lokasi penelitian yang dipilih untuk melakukan penelitian adalah Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Yogyakarta. BPRSR merupakan salah satu balai rehabilitasi yang dimiliki Dinas Sosial Provinsi DIY, yang terletak di Kecamatan Sleman, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Sesuai namanya, balai rehabilitasi ini berfokus pada remaja dengan kriteria yakni (1) Anak berhadapan dengan hukum dimana terdapat surat permohonan penitipan klien hukum remaja oleh badan penegak hukum; (2) Remaja bermasalah yang mendapatkan rujukan dari RW, RT, warga, keluarga, sekolah. Remaja PPKS di BPRSR memiliki permasalahan terkait pelanggaran norma sosial sehingga membutuhkan penanganan yang serius. Dari analisis hasil temuan diatas, maka pelaksanaan pelatihan konseling sebaya untuk meningkatkan empati remaja PPKS di BPRSR. Melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini, diharapkan remaja PPKS dapat memiliki rasa empati kepada teman sebaya sehingga mengurangi resiko tindakan melanggar norma diulangi kembali.

2. Pelaksanaan dan Metode

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) dilakukan di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR), Daerah Istimewa Yogyakarta pada tanggal 20 Oktober 2025. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan empati remaja PPKS di BPRSR Yogyakarta. Sasaran peneliti merupakan seluruh remaja pemerlu pelayanan kesejahteraan sosial (PPKS) di BPRSR Yogyakarta berjumlah 26 orang. Lokasi kegiatan bertempat di Aula lantai 2, Gedung BPRSR. Adapun metode yang digunakan dalam kegiatan ini berupa pemaparan materi tentang konseling sebaya, dilanjutkan dengan FGD bersama fasilitator untuk melakukan praktek konseling sebaya dalam bentuk *roleplay* secara berpasangan.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berfokus untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja PPKS sebagai konselor sebaya atau minimal dapat menunjukkan rasa empati terhadap permasalahan yang dihadapi oleh teman sebaya. Kegiatan ini dilakukan secara luring dengan berinteraksi langsung bersama peserta. Pada tanggal 20 Oktober 2025, kegiatan dimulai pukul 10.00 WIB yang diawali dengan pembukaan, ice breaking, lalu pemaparan materi yang disampaikan oleh mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi FGD yang dipimpin oleh beberapa mahasiswa dari Bimbingan dan Konseling Islam untuk mengukur pemahaman yang dimiliki PPKS setelah mendengarkan materi dan langsung mempraktekkan teknik dasar konseling terhadap teman satu kelompoknya secara berpasangan. Kegiatan pelatihan Teknik Dasar Konseling Untuk Menumbuhkan Rasa Empati Terhadap PPKS di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Dinas Sosial DIY. Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan melalui tahapan sebagai berikut:

3.1. Tahapan Pesiapan

Kegiatan kegiatan ini memerlukan waktu 1 minggu sebelum pelaksanaan pelatihan dimulai dengan persiapan waktu dan lokasi, materi yang akan disampaikan dan perizinan kepada pekerja sosial serta menyerahkan proposal kegiatan yang akan berlangsung. Dalam tahap persiapan kegiatan pelatihan ini melibatkan beberapa langkah penting. Pertama, memahami kebutuhan dan karakteristik yang dimiliki remaja BPRSR yang akan menjadi sasaran kegiatan. Kedua, mempersiapkan teknik yang sesuai dengan peserta kegiatan yaitu remaja. Metode kegiatan disesuaikan dengan karakteristik peserta sehingga membutuhkan praktik dan kegiatan motorik lainnya agar lebih memahami materi/teori. Misalnya *ice breaking*, *focused group discussion*

(FGD) dan *role playing* konseling sebaya. Ketiga, mempersiapkan materi dan alat bantu yang diperlukan seperti proyektor dan *sound*. Keempat, memastikan bahwa lingkungan kegiatan yang aman, nyaman, dan mendukung sehingga PPKS merasa bebas untuk menerima materi yang diberikan. Tahapan persiapan sangat penting untuk memastikan kelancaran dan keefektifan pelaksanaan kegiatan.

3.2. Tahapan Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan kegiatan ini sesuai dengan rencana pelaksanaan yang terdiri dari beberapa agenda antara lain (a) Pembukaan; (b) *Ice breaking* untuk menghangatkan suasana dan membuat situasi lebih ceria dan kondusif; (c) Pemaparan materi mengenai teknik dasar konseling; (d) *Focused group discussion* (FGD) yang digunakan untuk mendapatkan gambaran dari berbagai pendapat atau opini terhadap permasalahan yang dihadapi. Para peserta dibagi menjadi 4 kelompok untuk diminta mengemukakan pendapatnya; serta (e) *Roleplay* konseling sebaya yakni mempraktekkan teknik dasar konseling kepada teman sebaya. Dalam waktu antara 30 menit peserta diminta untuk melakukan praktik konseling sebaya secara berpasangan. Dalam praktik ini, salah satu peserta bertindak sebagai konselor dan peserta lainnya sebagai konseli/klien. Praktik konseling berisi kegiatan konseling sebaya dengan menceritakan berbagai masalah yang dialami konseli.

Pembukaan dilakukan dengan mengucapkan salam dan menyapa peserta, kemudian berkenalan dengan peserta kegiatan. Kegiatan selanjutnya adalah *ice breaking* untuk membangun hubungan yang baik, serta menciptakan suasana yang lebih akrab dan menyenangkan antara peserta dan fasilitator. Setelah itu, fasilitator memberikan materi konseling sebaya berisi penjelasan tentang keterampilan-keterampilan yang perlu dilakukan konselor saat proses konseling. Pertama, keterampilan empati yaitu konselor harus berusaha untuk memahami apa yang sedang dialami serta tidak menilai atau menerima apa adanya konseli. Dengan contoh kalimat yang dapat dikatakan konselor yaitu “*aku bisa bayangkan masalah kamu pasti berat banget, kamu keren banget sudah bertahan sejauh ini*”, atau bisa juga mengatakan “*wajar jika kamu merasa sedih dan marah seperti ini, dengan keadaan kamu yang seperti ini, tidak semua orang sekuat kamu untuk menghadapi masalah seperti ini*”. Selanjutnya, peserta diminta untuk mengulangi kata empati tersebut. Selain itu, peserta juga ditantang untuk dapat membuat contoh kalimat empati. Ada beberapa peserta yang dapat mencontohkan kalimat empati dengan tepat.



Gambar 1. Pemaparan Materi Teknik Dasar Konseling

Peserta juga diberikan edukasi tentang “dorongan minimal” sebagai keterampilan kedua. Dorongan minimal adalah respon singkat baik secara verbal maupun non-verbal yang bertujuan

untuk mendorong konseli bercerita atau terbuka. Contoh dorongan minimal yaitu menganggukkan kepala dan mengatakan “*emmm iya*”, “*terus*”, “*okee*”, atau “*lalu*”. Teknik ini juga bertujuan agar lawan bicara merasa di perhatikan dan didengarkan. Keterampilan ketiga adalah pertanyaan terbuka. Fasilitator memberikan pemahaman dasar mengenai pertanyaan terbuka yang digunakan agar teman sebaya banyak memberikan informasi atau menceritakan permasalahan yang sedang dihadapinya. Contoh pertanyaan terbuka misalnya, “*Kesibukan apa yang sedang kamu lakukan saat ini?*”; “*Coba ceritakan kondisi keluarga kamu saat ini?*”; atau “*Bagaimana kami bisa kuat menghadapi semuanya?*”. Setelah itu peserta diminta membuat pertanyaan terbuka dengan kalimat lain selain contoh yang diberikan fasilitator. Peserta berinisial EP memberikan contoh kalimat “*Apa yang lagi kamu rasain saat ini?*”. Kemudian peserta lain berinisial KRN memberikan contoh kalimat yaitu “*Apa dampak masalah itu kepada kamu?*”. Lalu fasilitator meminta peserta lain untuk memberikan apresiasi dengan bertepuk tangan.

Keterampilan keempat adalah eksplorasi yang artinya menggali informasi yang sekiranya belum jelas. Contoh kalimat yang dapat dikatakan konselor, “*Tadi masalah apa yang paling berat yang pernah kamu hadapi?*” atau “*Keputusan untuk apa?*”. Selanjutnya adalah keterampilan konfrontasi yang biasanya dilakukan ketika ada perbedaan perkataan yang diucapkan ataupun menggali konsistensi apa yang dikatakan konseli. Contoh kalimatnya adalah “*Tadi kamu mengatakan kalo kamu tidak suka sama si A, tapi kenapa kamu masih saja mau menolongnya?*”. Lalu fasilitator meminta peserta untuk membuat contoh kalimat lain serupa. Peserta berinisial AG memberikan contoh yaitu “*Katanya mau keluar tapi kok buat pelanggaran*”, lalu peserta lain berinisial NE memberikan contoh lainnya “*Katanya mau pinter tapi kok ga pernah belajar*”. Keterampilan konseling yang terakhir adalah *summary* yakni kemampuan untuk meringkas semua yang diceritakan oleh konseli. Contohnya, “*Oke jadi permasalahan kamu ini sama A ya, karena si A ini sering mengejek fisik kamu, jadi kamu marah dan tersinggung atas apa yang dikatakan. Wajar sih kalo kamu marah, aku juga pasti tersinggung kalo ada diposisi kamu, tapi kamu udah bisa kontrol emosi kamu waktu ketemu dia itu keren sih*”.

Materi berikutnya adalah penyampaian asas konseling mengenai etika yang harus diterapkan dalam melakukan konseling. Adapun asas dalam konseling terdiri dari empat asas yaitu kerahasiaan, keterbukaan, kesukarelaan dan kemandirian. Pertama, kerahasiaan adalah berarti merahasiakan apapun yang diceritakan oleh konseli serta tidak boleh menceritakannya kepada orang lain. Kedua, keterbukaan yaitu sikap terbuka satu sama lain dan memberikan rasa aman kepada konseli untuk dapat bercerita kepada konselor sehingga ia bisa bercerita secara bebas dan tidak ada yang ditutup-tutupi. Ketiga, kesukarelaan yaitu sikap tidak memaksakan konseli untuk menceritakan masalahnya. Terakhir asas keempat adalah kemandirian yaitu menyerahkan segala keputusan kepada konseli agar ia memiliki kemampuan untuk mandiri dan mengenali diri sendiri, serta melatihnya untuk dapat mengambil keputusan sendiri.

Tahapan pelaksanaan diakhir dengan melakukan FGD dan dilanjutkan *roleplay* konseling sebaya. Para peserta dipandu untuk membentuk kelompok yang lebih kecil untuk menggali isu atau kebutuhan peserta, serta mengetahui pemahaman peserta terkait materi yang telah disampaikan sebelumnya. Selanjutnya, peserta diarahkan secara berpasangan berlatih melakukan konseling sebaya. Satu peserta berperan sebagai konselor, sedangkan satu peserta lainnya berperan sebagai konseli yang bercerita. Tujuan *roleplay* ini adalah guna melatih keterampilan konseling dasar peserta meliputi mendengarkan aktif, empati, refleksi, dan sebagainya. Konseling

sebaya bermanfaat untuk memberikan lingkungan yang positif dan dukungan lingkungan yang aman untuk remaja.

Gambar 2. Focus Group Discussion dan Roleplay



3.3. Tahap Pengakhiran

Tahap pengakhiran merupakan tahap penutup kegiatan pelatihan konseling sebaya. Pada tahap ini dilakukan dengan menyampaikan kesimpulan dari hasil kegiatan. Peserta juga diberikan motivasi untuk terus berkembang dan menjadi lebih baik dengan menerapkan apa yang sudah diajarkan melalui pelatihan konseling sebaya. Diharapkan peserta mampu membantu orang lain dan bermanfaat pada masyarakat di lingkungan sekitarnya. Fasilitator mengucapkan terimakasih kepada seluruh peserta karena telah berkenan untuk mengikuti kegiatan ini dengan antusias.

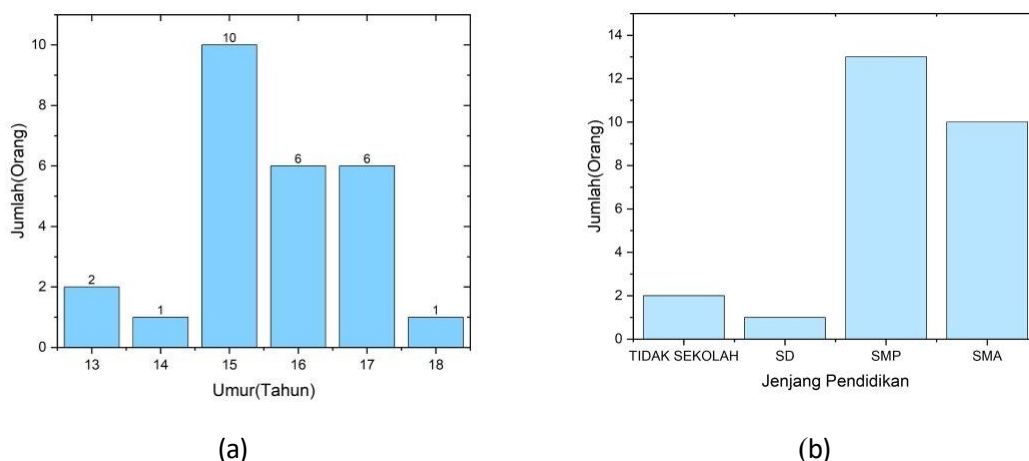
Adapun hasil dan pembahasan dengan analisis hasil pemahaman PPKS mengenai teknik dasar konseling. Analisis hasil diperoleh dari pemaparan pemahaman setiap PPKS dan mempraktekan penggunaan teknik dasar konseling kepada teman sebaya pada saat sesi FGD. Berikut tabel profil dan pemahaman PPKS di BPRSR mengenai teknik dasar konseling. Berikut adalah data demografi peserta kegiatan, antara lain:

Tabel 1. Profil Peserta Pelatihan

No	Initial	Umur	Jenis Kelamin	Pendidikan Terakhir	Jenis Kasus
1	EP	17 Tahun	Laki-laki	SMP	Lakalantas (ABH)
2	AGT	16 Tahun	Laki-laki	SMP	Lakalantas (ABH)
3	WY	17 tahun	Laki-laki	SD	Curanmor (ABH)
4	KRN	13 Tahun	Laki-laki	SMP	Mabuk (Tetirah Sekolah)
5	DN	15 Tahun	Laki-laki	SMA	Senjata Tajam (ABH)
6	TG	16 Tahun	Laki-laki	SMP	Lakalantas (ABH)
7	AM	15 Tahun	Laki-laki	Tidak Bersekolah	Curanmor (ABH)
8	CK	14 Tahun	Laki-laki	Tidak Bersekolah	Senjata Tajam (ABH)
9	SY	17 Tahun	Laki-laki	SMA	Bolos (Tetirah Sekolah)
10	AT	17 Tahun	Laki-laki	SMP	Mabuk (Tetirah Keluarga)
11	IM	15 Tahun	Laki-laki	SMA	Tawuran (ABH)
12	FA	17 Tahun	Laki-laki	SMA	Mencuri (Tetirah Sekolah)
13	FD	16 Tahun	Laki-laki	SMP	Tawuran (ABH)
14	FR	15 Tahun	Laki-laki	SMP	Mabuk (Tetirah Sekolah)
15	RZ	15 Tahun	Laki-laki	SMA	Pemerasan (ABH)
16	MD	18 Tahun	Laki-laki	SMA	Pencabulan (ABH)

No	Initial	Umur	Jenis Kelamin	Pendidikan Terakhir	Jenis Kasus
17	TT	16 Tahun	Laki-laki	SMA	Senjata Tajam (ABH)
18	NE	13 Tahun	Laki-laki	SMP	Obat-obatan (Tetirah Sekolah)
19	AY	15 Tahun	Laki-laki	SMP	Mabuk (Tetirah Sekolah)
20	BG	17 Tahun	Laki-laki	SMA	Pencabulan (ABH)
21	BY	15 Tahun	Laki-laki	SMP	Senjata Tajam (ABH)
22	FD	16 Tahun	Laki-laki	SMA	Pencabulan (ABH)
23	GL	15 Tahun	Laki-laki	SMP	Obat-obatan (ABH)
24	SD	15 Tahun	Laki-laki	SMP	Pencabulan (ABH)
25	MG	16 Tahun	Laki-laki	SMA	Senjata Tajam (ABH)
26	ATR	15 Tahun	Laki-laki	SMP	Penganiayaan (ABH)

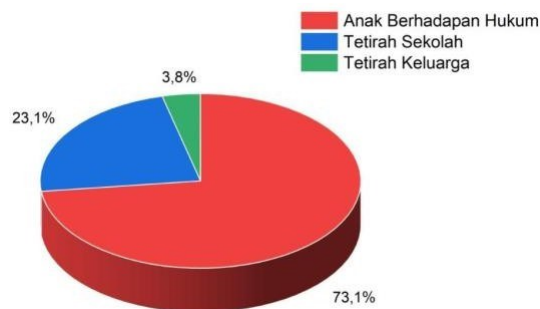
Berdasarkan data peserta kegiatan diatas dapat disimpulkan beberapa hal terkait jenis kelamin, umur, tingkat pendidikan, dan jenis kasus. Hasil kesimpulan yang pertama adalah seluruh peserta berjenis kelamin laki-laki yang merupakan remaja PPKS yang sedang menjalani rehabilitasi sosial di BRPSR Yogyakarta. Selain itu, Peserta kegiatan ini memiliki rentang usia mulai 13 tahun hingga 18 tahun. Sebaran usia memperlihatkan konsentrasi pada kelompok remaja pertengahan. Peserta paling banyak berusia 15 tahun sebanyak 10 peserta, kemudian usia 16 dan 17 tahun masing-masing 6 peserta; dan sisanya berusia 13 tahun (2 peserta), 14 tahun (1 peserta), dan 18 tahun (1 peserta). Secara umum, permasalahan paling dominan berkaitan dengan pelanggaran yang berisiko tinggi, dan terjadi terutama pada rentang usia 15–18 tahun. Selain itu, data memperlihatkan tingkat pendidikan peserta yang sangat bervariasi mulai dari tidak bersekolah hingga jenjang pendidikan SMA. Mayoritas berada pada pendidikan menengah dengan SMP sebagai kelompok terbesar berjumlah 13 orang (50,0%), disusul berpendidikan SMA sebesar 38,5%. Sementara itu, peserta yang tidak bersekolah hanya sebesar 7,7% dan yang berpendidikan SD hanya sebesar 3,8%.



Gambar 3. Profil Peserta Pelatihan (a) Sebaran Umur dan (b) Pendidikan Remaja PPKS

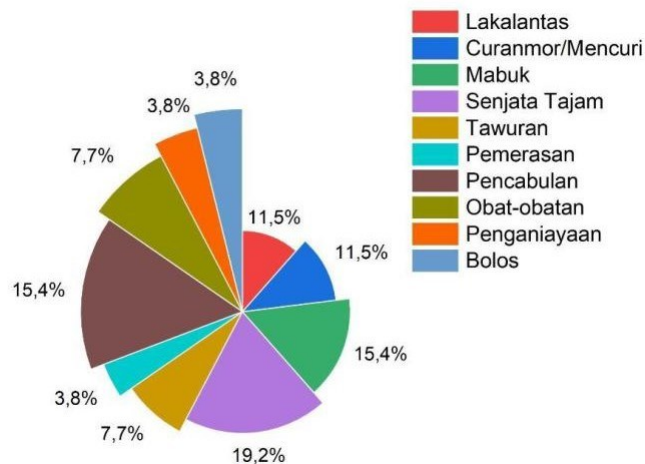
Data pada grafik dibawah ini menunjukkan bahwa remaja PPKS di BPRSR Yogyakarta mayoritas tercatat sebagai Anak Berhadapan dengan Hukum yaitu sebesar 73,1%. Pada kategori tetirah sekolah atau dititipkan oleh sekolah sebesar 23,1% sedangkan kategori tetirah keluarga adalah sebesar 3,8%. Berdasarkan data tersebut, peserta yang menjalani rehabilitasi sosial di BPRSR kebanyakan karena kasus pelanggaran hukum. Namun demikian, usia pelaku yang masih

dibawah umur sehingga mereka menjalani rehabilitasi sosial. Adapun beberapa remaja menjalani rehabilitasi karena titipan atau tetirah dari sekolah, sedangkan titipan atau tetirah dari keluarga adalah yang paling sedikit.



Gambar 4. Status Remaja PPKS

Remaja PPKS yang merupakan peserta pelatihan melakukan pelanggaran aturan dan norma sosial yang cukup beragam. Berdasarkan jenis kasus yang paling sering muncul adalah kepemilikan atau keterlibatan dengan senjata tajam sebesar 19,2%, diikuti perilaku mabuk dan pencabulan yang masing-masing sebesar 15,4%. Selain itu, kasus lakalantas serta curanmor/mencuri masing-masing sebesar 11,5%. Kasus tawuran dan obat-obatan masing-masing sebesar 7,7%, sedangkan kasus pemerasan, penganiayaan, dan bolos masing-masing hanya sebesar 3,8%.



Gambar 5. Jenis Kasus Remaja PPKS

Berdasarkan data-data diatas diperoleh informasi tentang karakteristik peserta pelatihan konselor sebaya. Hal tersebut memperkuat alasan dalam melaksanakan pelatihan di BPRSR karena remaja membutuhkan dukungan dan psikoedukasi untuk meningkatkan keterampilan sosialnya. Salah satu upaya yang dilakukan adalah melaksanakan pelatihan konseling sebaya untuk meningkatkan empati remaja PPKS di BPRSR Yogyakarta. Jika dikaji lebih mendalam, konseling merupakan interaksi yang berarti hubungan timbal balik antara konselor dan konseli, baik secara langsung (*face to face*) maupun dengan cara tidak langsung dengan memanfaatkan teknologi komunikasi (*e-counseling*). Pada hakikatnya interaksi konseling yang baik adalah interaksi primer yaitu kontak langsung atau tatap muka antara konselor dan konseli sehingga ada kehangatan psikologis (*warm*). Dalam kontak langsung konselor dan konseli dapat bersalaman,

senyum, mengamati mimik, mendengar nada, dan irama berbicara (Saidah & Annajih, 2024). Hasil penelitian dari Mustika, Hendrati dan Ratnasari (2024) dengan judul “*Pengembangan Modul Pelatihan Konselor Sebaya Bagi Mahasiswa di Usia Emerging Adulthood*” menunjukkan adanya peningkatan secara signifikan pada pemahaman partisipan mengenai teori kesehatan mental secara umum dan keterampilan partisipan setelah diberikan pelatihan konselor sebaya.

Melalui konseling sebaya, peserta dapat meningkatkan rasa empati terhadap orang lain. Empati dibangun berdasarkan pada kesadaran diri yaitu mengenali perasaan-perasaan diri dan mengetahui hubungan antara pikiran, perasaan dan reaksi terhadap suatu peristiwa. Makin kita terbuka pada emosi diri sendiri, semakin terampil kita membaca dan memahami sudut pandang orang lain. Karena setiap orang memiliki sudut pandang yang berbeda satu sama lain maka kemampuan untuk memahami sudut pandang orang lain menjadi sangat penting untuk terciptanya proses komunikasi yang efektif (Ratu, Helma & Putra, 2021). Jurnal dari Salmiati, Hasbahuddin dan Bakhtiar (2018) terbukti bahwa kegiatan konseling sebaya memiliki manfaat bagi remaja. Salah satunya untuk mengantisipasi munculnya perilaku negatif remaja (kenakalan remaja). Konseling sebaya dapat menambah pengetahuan dan keterampilan, serta remaja merasa diberikan penghargaan dan perhatian sehingga cenderung melakukan kegiatan positif dalam lingkungan sosialnya.

4. Kesimpulan

Pelatihan konseling sebaya dapat menjadi salah satu cara efektif untuk meningkatkan rasa empati di kalangan remaja. Dengan meningkatkan kemampuan mendengarkan aktif, memahami perasaan orang lain, menghargai perbedaan, dan meningkatkan kepercayaan diri dalam berinteraksi dengan orang lain, remaja dapat menjadi lebih empatik dan memiliki hubungan interpersonal yang lebih baik dengan teman sebaya. Kegiatan pelatihan teknik dasar konseling telah berhasil meningkatkan rasa empati peserta. Setelah diberikan pelatihan konseling sebaya, peserta memiliki kemampuan memahami dan menghargai perasaan orang lain, serta meningkatkan kepercayaan diri dalam berinteraksi dengan orang lain. Kegiatan ini telah mencapai tujuannya dalam meningkatkan empati dan kemampuan interpersonal peserta, sehingga dapat menjadi model untuk kegiatan serupa di masa depan.

Kontribusi Penulis

N.F.H, R.N.A.Z, dan M.N. berperan dalam merumuskan konsep kegiatan dan merancang metode. N.F.H. bertanggung jawab dalam menyusun laporan kegiatan dan publikasi, R.N.A.Z. menyampaikan materi kegiatan, serta M.N. berkontribusi dalam mendukung kegiatan melalui pendokumentasian pelaksanaan kegiatan.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Kepala Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Remaja Yogyakarta serta pekerja sosial balai rehabilitasi atas dukungannya. Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta atas dukungannya. Selain itu, kepada peserta kegiatan ini yaitu Remaja PPKS di BPRSR atas partisipasi aktif.

Pendanaan

Dana pelaksanaan kegiatan ini bersumber dari pendanaan mandiri tim pengabdian kepada masyarakat.

Pernyataan Konflik Kepentingan

Para penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan dalam artikel, dan menyatakan tidak menggunakan teknologi intelegensi buatan (*artificial intelligence*) dalam penulisan artikel ini.

Daftar Pustaka

- Edy, D. F., Putri, R. D., Hasanuddin, A. S., & Fatmawiyati, J. (2025). *Konselor Sebaya Berintegritas: Buku Ajar Penguatan Karakter dan Empati*. Penerbit: Kramantara JS.
- Fitriyah, L., Munawwaroh, F., Rohmah, L., Umami, L., & Fitriyah, N. (2023). Pengembangan Modul Pelatihan dan Bahan Konseling bagi Konselor Sebaya Remaja di Sekolah Menengah. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Konseling*, 1(3), 994-1005.
- Hurlock, E.B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Gramedia.
- Marhani, I., Ellis, R., Gunawan, C.E. & Fathoni, A.R. (2024). *Pengantar Bimbingan dan Konseling Belajar*. Jakarta: Gita Lentera.
- Mustika, T., Hendrati, W. & Ratnasari, Y. (2024). Pengembangan Modul Pelatihan Konselor Sebaya Bagi Mahasiswa. *Psyche 165 Journal*, 17 (3), 181-187, <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v17i3.377>.
- Nasywa, D.K., Ningsih, N.M., Prilanitasari & Salma, S.A. (2025). Positivity in Connection: Menumbuhkan Empati dan Apresiasi dalam Relasi pada Remaja (Mustika Jaya). *Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 15 (3), 151-160. Prefix DOI: 10.8734/Musytari.v1i2.365.
- Ratu, D. Helma, H & Putra, F. (2021). Rancangan Program Pengembangan Kecerdasan Emosi dalam Apek Empati Berbasis Teknologi Informasi. *Jurnal Counseling Care*, 5(2), 54-61.
- Suryawati, N.M.R. (2016). Konseling Teman Sebaya untuk Meningkatkan Empati Siswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 16 (2).
- Salmiati, Hasbahuddin & Bakhtiar, M.I. (2018). Pelatihan Konselor Sebaya sebagai Strategi Pemecahan Masalah Siswa. MATAPPA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 1(1), <https://doi.org/10.31100/matappa.v1i1.117>.
- Sari, M. R., & Hartini, N. (2022). Implementasi Pelatihan Konseling Sebaya dalam Meningkatkan Empati Remaja Calon Konselor Panti Asuhan Aisyiyah. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 11(4), 715-726.
- Saidah, I., & Annajih, M.Z.H. (2024). Konsep Dasar Bimbingan dan Bimbingan Konseling. Pamekasan: Alifba Media.
- Santrock, J. W. (2018). *Life-Span Development (17 th edition)*. New York: McGraw-Hill.
- Suwarjo. (2008). Konseling Teman Sebaya (*Peer Counseling*) untuk Mengembangkan Resiliensi Remaja. Seminar Pengembangan Ilmu Pendidikan. Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan. Fakultas Ilmu Pendidikan: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Yuliasari, H. (2020). Pelatihan konselor sebaya untuk meningkatkan self awareness terhadap perilaku beresiko remaja. *Jurnal Psikologi Insight Departemen Psikologi*, 4(1), 63-72.