

**PSIKOEDUKASI MENUMBUHKAN EMPATI SOSIAL DI KALANGAN
MAHASISWA POLTEKNAKER CIRACAS**

Raja Oloan Tumanggor¹, Helpani Yulinta², Nurfathiyyah Farida Putri³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara

rajat@fpsi.untar.ac.id

ABSTRACT

This article discusses the application of psychoeducation to foster social empathy among students at the Ciracas Employment Polytechnic in East Jakarta. The psychoeducational methods used included interactive presentations, discussions, and experience sharing. The results of the psychoeducation showed a significant increase in students' social empathy levels after participating in the psychoeducation, characterized by greater emotional awareness and understanding of others' feelings. Psychosocial education plays a crucial role in developing empathy as social capital on campus.

Keywords: *psychoeducation, social empathy, students, employment polytechnic.*

ABSTRAK

Artikel ini membahas penerapan psikoedukasi untuk menumbuhkan empati sosial di kalangan mahasiswa Politeknik Ketenagakerjaan Ciracas, Jakarta Timur. Metode psikoedukasi yang digunakan meliputi pemaparan materi, diskusi, dan sharing pengalaman yang dilaksanakan secara interaktif. Hasil psikoedukasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam tingkat empati sosial mahasiswa setelah mengikuti psikoedukasi, yang ditandai dengan kesadaran emosional dan kemampuan memahami perasaan orang lain yang lebih tinggi. Pendidikan psikososial berperan penting dalam mengembangkan sikap empati sebagai modal sosial di lingkungan kampus.

Kata kunci: psikoedukasi, empati sosial, mahasiswa, politeknik ketenagakerjaan.

A. Pendahuluan

Politeknik Ketenagakerjaan atau dengan sebutan Polteknaker, merupakan Perguruan Tinggi Negeri dibawah Kementerian Ketenagakerjaan yang menyelenggarakan program pendidikan vokasi dalam disiplin ilmu

pengetahuan dan/atau teknologi dan keterampilan yang terkait dengan ketenagakerjaan, terdiri dari 3 (tiga) Program Studi (Prodi) yang dikembangkan oleh Polteknaker yaitu Prodi Relasi Industri (Sarjana Terapan), Keselamatan dan Kesehatan Kerja (Sarjana Terapan)

dan Manajemen Sumber Daya Manusia (D3/Ahli Madya). Politeknaker yang berada di Ciracas Jakarta Timur ini mendidik para mahasiswa menjadi tenaga yang handal dan kelak akan dikaryakan di lingkungan Departemen Ketenagakerjaan Republik Indonesia. Para mahasiswa berasal dari berbagai daerah di Indonesia.

Para mahasiswa di politeknik ketenagakerjaan menghadapi beberapa tantangan yang kompleks, termasuk perubahan cepat di dunia kerja yang menuntut penguasaan kemampuan teknis dan keterampilan non-teknis seperti komunikasi, kerja sama, dan pemecahan masalah. Tantangan tersebut diperparah oleh kondisi ketenagakerjaan yang dinamis dan kompetitif, serta kebutuhan akan kemampuan adaptasi dalam era digital serta perkembangan teknologi yang pesat. Untuk menghadapi tantangan ini, mahasiswa ketenagakerjaan perlu mengembangkan sikap empati sosial yang memadai, yang mencakup kemampuan memahami kebutuhan, permasalahan, dan keragaman sosial di lingkungan kerja dan masyarakat, sehingga mereka tidak hanya siap secara teknis tetapi juga memiliki

kepekaan dan tanggung jawab sosial dalam berinteraksi dengan sesama pekerja dan masyarakat luas.

Manfaat yang dapat diperoleh mahasiswa politeknik ketenagakerjaan bila mereka dibina dan dibimbing mengenai empati sosial sangat besar. Dengan empati sosial yang baik, mahasiswa akan lebih mampu mengembangkan keterampilan sosial seperti komunikasi efektif, empati, dan kerja sama tim yang solid. Hal ini tidak hanya meningkatkan kemampuan mereka dalam menyelesaikan masalah sosial dan kerja sama di tempat kerja, tetapi juga memperkuat hubungan harmonis dengan masyarakat sekitar, serta meningkatkan kesadaran sosial terhadap kebutuhan dan masalah lingkungan sekitar. Selain itu, empati sosial membentuk karakter mahasiswa untuk menjadi agen perubahan positif yang berkontribusi pada kesejahteraan masyarakat dan pembangunan sosial yang berkelanjutan. Dengan demikian, binaan empati sosial sangat penting dalam membentuk lulusan politeknik ketenagakerjaan yang tidak hanya kompeten secara teknis, tetapi juga bertanggung jawab sosial dan

memiliki integritas moral dalam dunia kerja.

Mahasiswa ketenagakerjaan di politeknik dihadapkan pada tuntutan yang menuntut penguasaan hard skills dan soft skills yang seimbang, terutama di era digital yang penuh tantangan (Sanusi, 2024). Empati sosial penting untuk membangun keterampilan sosial, kepekaan, serta kerja sama yang harmonis di masyarakat dan lingkungan kerja (PNN, 2025). Dengan empati sosial, mahasiswa dapat meningkatkan kontribusi positifnya terhadap masyarakat serta membangun hubungan yang harmonis, mendukung keberlanjutan sosial dan pembangunan karakter (Syaidansah, 2019; PNN, 2025).

Empati sosial merupakan salah satu tujuan atau hasil dari pendidikan di Politeknik Ketenagakerjaan (Polteknaker), karena lulusannya diharapkan tidak hanya menjadi pekerja yang kompeten, tetapi juga inovator, pemikir kritis, dan warga dunia yang bertanggung jawab. Polteknaker sendiri adalah PTN di bawah Kementerian Ketenagakerjaan yang fokus pada pendidikan vokasi terkait

ketenagakerjaan dengan pendidikan gratis.

Empati sosial dapat dilihat juga sebagai hasil pendidikan polteknaker dimana para mahasiswa menjadi warga dunia yang bertanggung jawab. Setelah lulus mereka juga diharapkan memiliki empati sosial untuk menjadi warga dunia yang bertanggung jawab, menunjukkan pemahaman dan kepedulian terhadap lingkungan sosial dan global. Selain keahlian teknis, Polteknaker bertujuan mengembangkan keterampilan non-teknis seperti inovasi, pemikiran kritis, dan tanggung jawab sosial dalam diri mahasiswanya, yang seringkali berhubungan dengan empati sosial.

B. Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan metode psikoedukasi dengan terlebih dahulu dilakukan pretes mengenai empati sosial di kalangan mahasiswa poteknaker. Kemudian dilanjutkan dengan penjelasan materi dari fasilitator yang meliputi pengertian empati sosial, faktor-faktor yang mempengaruhi empati sosial, pentingnya empati sosial bagi para mahasiswa polteknaker serta upaya

yang perlu dilakukan untuk mengasah dan mengembangkan empati sosial di kalangan mahasiswa. Kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab dan sharing pengalaman terkait empati sosial. Pada bagian penutup dilakukan posttes dengan maksud untuk melihat sejauh mana psikoedukasi ini efektif dapat menambah pemahaman dan penghayatan para mahasiswa mengenai empati sosial.

C. Hasil dan Pembahasan

Empati sosial secara psikologis dapat dipahami sebagai kemampuan seseorang untuk merasakan, memahami, dan merespons secara tepat keadaan, perasaan, serta kebutuhan orang lain di sekitarnya. Dalam ranah psikologi sosial, empati sosial merupakan variabel penting yang berhubungan dengan kepekaan, persepsi sosial, dan interaksi interpersonal. Menurut Sullivan (dalam Rothenberg, 1968), empati sosial adalah kemampuan untuk melihat dan membandingkan tingkah laku, perasaan, dan motif individu lain, yang menjadi dasar pengembangan hubungan sosial dan gambaran diri. Empati sosial melibatkan kesadaran terhadap

norma sosial dan nilai moral dalam masyarakat serta kemampuan mengarahkan diri sesuai nilai tersebut (Andriasworo, 2018). Individu dengan empati sosial yang matang mampu menanggapi peristiwa di lingkungan sosial dengan sikap penuh keterlibatan dan bertanggung jawab (Tondok, 2012; Putri, 2020).

Dari perspektif etika, empati sosial merujuk pada kesadaran moral dan tanggung jawab etis individu dalam berinteraksi dengan orang lain dan lingkungan sosial. Etika sosial sebagai seperangkat nilai dan norma yang dipegang bersama menuntut seseorang untuk menghargai, menghormati, dan bersikap adil dalam konteks sosial agar tercipta keharmonisan dan keadilan dalam masyarakat (Inca, 2025). Empati sosial etis berarti mampu membaca dan merespons kondisi sosial dengan mempertimbangkan nilai-nilai moral yang berlaku, seperti kejujuran, keadilan, dan solidaritas. Hal ini mendorong individu menjadi lebih bertanggung jawab terhadap konsekuensi sosial dari tindakan mereka serta menumbuhkan sikap tolong-menolong dan rasa kepedulian

yang tulus tanpa pamrih (Ansorkroya, 2024).

Dengan demikian, empati sosial secara psikologis menekankan aspek kognitif dan afektif dalam merespons situasi sosial, sedangkan dari perspektif etika menekankan aspek normatif dan moral yang mengarahkan tindakan sosial yang benar dan adil. Kombinasi kedua aspek ini sangat penting untuk membentuk individu yang tidak hanya peka terhadap lingkungan sosial tetapi juga memiliki integritas dan tanggung jawab sosial yang tinggi. Dari perspektif psikologis, empati sosial adalah kemampuan untuk merasakan dan memahami perasaan serta pengalaman orang lain secara langsung, termasuk keterlibatan emosional dan pemahaman kognitif terhadap keadaan orang lain tanpa kehilangan diri sendiri. Empati ini memungkinkan interaksi sosial yang penuh pengertian dan dukungan antar individu dalam jaringan sosial.

Dari sudut pandang filosofis, empati adalah proses aktif pengandaian diri sebagai orang lain (the "as if" condition), di mana seseorang mampu merasakan kesenangan atau penderitaan orang lain seolah-olah itu dirinya, namun

tetap menyadari bahwa itu adalah perasaan orang lain. Ini menuntut kesadaran diri yang kuat dan batasan agar tidak kehilangan jati diri. Secara sosiologis empati sosial merupakan kemampuan untuk memahami perasaan dan pengalaman orang lain sehingga dapat menumbuhkan rasa pengertian terhadap kesetaraan, keadilan, dan membantu mencegah diskriminasi sosial. Empati sosial juga berfungsi mempromosikan inklusi sosial dan memperbaiki kesalahan sosial dalam masyarakat.

Faktor-faktor yang mempengaruhi empati sosial

Empati sosial dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berasal dari aspek internal dan eksternal individu. Secara internal, faktor kognitif memegang peranan penting, di mana kemampuan seseorang untuk memahami dan menafsirkan keadaan emosional orang lain sangat dipengaruhi oleh kecerdasan verbal atau kemampuan bahasa yang dimilikinya (Taufik, 2012). Selain itu, faktor biologis seperti perbedaan gender juga turut memengaruhi tingkat empati; perempuan cenderung memiliki kemampuan empati yang lebih baik dibandingkan laki-laki dalam beberapa situasi

(Taufik, 2012). Faktor psikologis lain seperti mood atau perasaan seseorang turut memengaruhi kemampuan berempati, di mana kondisi emosional yang baik akan mempermudah seseorang untuk merasakan keadaan orang lain (Taufik, 2012).

Dari sisi sosial, sosialisasi merupakan faktor utama yang membentuk empati, karena proses interaksi sosial sejak dini membantu individu memahami dan merasakan emosi orang lain serta mendorong kesiapan untuk berempati (Lestari, 2022). Status sosial ekonomi juga berpengaruh, di mana individu dengan status ekonomi rendah cenderung lebih peka terhadap kondisi lingkungan sosialnya dibandingkan dengan mereka yang berstatus ekonomi tinggi karena perbedaan konteks pengalaman hidup (Taufik, 2017). Selain itu, hubungan dekat seperti dalam keluarga atau pasangan dapat meningkatkan akurasi empati karena adanya interaksi intens dan pengalaman bersama (Taufik, 2017).

Faktor-faktor tersebut saling berinteraksi membentuk kemampuan empati sosial, yang tidak hanya melibatkan aspek kognitif dan

emosional, tetapi juga sosial dan pengalaman kontekstual. Ini menjadikan empati sebagai landasan penting bagi perilaku prososial dan hubungan sosial yang sehat.

Pentingnya empati sosial bagi mahasiswa poltekknaker

Empati sosial memiliki urgensi tinggi bagi mahasiswa politeknik ketenagakerjaan di Indonesia karena berperan penting dalam membentuk karakter yang responsif terhadap realitas sosial dan dunia kerja yang dinamis. Mahasiswa dengan empati yang baik mampu membangun hubungan interpersonal yang harmonis, yang sangat dibutuhkan dalam konteks kerja tim dan kolaborasi profesional. Empati membantu mahasiswa untuk merespons perasaan dan kebutuhan orang lain secara tepat sehingga menciptakan lingkungan sosial yang positif dan mendukung pencapaian tujuan bersama (Novita, 2024). Di dunia ketenagakerjaan yang penuh tantangan, empati memudahkan pemahaman terhadap perspektif rekan kerja dan atasan, yang pada gilirannya memperlancar komunikasi dan mengurangi konflik.

Selain itu, empati sosial membangun kesadaran terhadap isu-

isu sosial dan keadilan, menumbuhkan motivasi mahasiswa untuk berkontribusi dalam perubahan positif di masyarakat dan tempat kerja. Empati juga memperkuat kemampuan kepemimpinan, karena pemimpin yang empatik mampu memahami kebutuhan bawahannya sehingga dapat mengambil keputusan yang adil dan manusiawi. Mahasiswa yang terbina empati sosialnya akan lebih siap menjadi agen perubahan yang berkontribusi pada lingkungan kerja yang inklusif, harmonis, dan produktif. Dengan rendahnya empati yang ditemukan pada generasi muda saat ini, terutama mahasiswa, mendidik empati sosial di politeknik ketenagakerjaan menjadi sangat krusial agar mereka dapat bersaing sekaligus berperan sosial secara optimal (Novita, 2024; PNN, 2025).

Cara mengasah dan mengembangkan empati sosial

Mengasah dan mengembangkan empati sosial di kalangan mahasiswa politeknik ketenagakerjaan (Polteknaker) dapat dilakukan secara sistematis melalui beberapa cara yang efektif. Pertama, aktivitas mendengarkan secara aktif sangat krusial, di mana mahasiswa

diajarkan untuk tidak hanya mendengar secara pasif, tetapi berusaha memahami perasaan dan perspektif orang lain tanpa menghakimi atau memotong pembicaraan. Sikap ini membangun dasar empati yang kuat karena menumbuhkan rasa hormat dan pengertian terhadap orang lain (MinDi, 2023).

Kedua, keterlibatan dalam kegiatan sosial dan pengabdian masyarakat seperti bakti sosial, donor darah, atau proyek kemanusiaan dapat memperluas wawasan mahasiswa mengenai kondisi sosial yang beragam. Pengalaman langsung ini meningkatkan kesadaran sosial dan empati melalui interaksi nyata dengan berbagai lapisan masyarakat (PNN, 2025). Kegiatan lapangan ini juga melatih mahasiswa untuk merasakan dan memahami kondisi orang lain dari perspektif yang lebih luas dan konkret.

Ketiga, pembelajaran reflektif secara berkala dianjurkan untuk mengevaluasi dan mengembangkan empati secara sadar. Mahasiswa didorong untuk secara rutin menanyakan pada diri sendiri sejauh mana mereka telah mampu berempati dan mencari cara

meningkatkan kemampuan tersebut tanpa merasa terlalu keras mengevaluasi diri (MinDi, 2023).

Keempat, pengembangan keterampilan komunikasi interpersonal menjadi kunci karena empati erat kaitannya dengan cara seseorang berinteraksi. Mahasiswa dilatih untuk menggunakan bahasa yang sensitif dan menyesuaikan sikap sesuai konteks sosial sehingga komunikasi berjalan efektif dan membangun hubungan harmonis (Novita, 2024).

Kelima, pembinaan karakter dan pelatihan yang terintegrasi dalam kurikulum politeknik, termasuk pembelajaran nilai-nilai Pancasila yang menumbuhkan rasa keadilan, kekeluargaan, dan solidaritas, sangat mendukung terbentuknya empati sosial yang matang (JPTAM, 2025).

Dengan penerapan cara-cara tersebut, mahasiswa Politeknaker tidak hanya menjadi ahli teknis, tetapi juga pribadi yang mampu memahami, menghargai, dan bersikap adil terhadap orang lain, sehingga mereka siap menjadi manusia handal dan beretika di bidang ketenagakerjaan.

D. Kesimpulan

Psikoedukasi yang mencakup pengertian empati sosial, faktor-faktor yang mempengaruhinya, pentingnya empati sosial bagi mahasiswa Politeknik Ketenagakerjaan Ciracas, serta cara-cara efektif untuk mengasah dan memajukan empati sosial terbukti menjadi pendekatan yang efektif dalam meningkatkan kesadaran dan kemampuan empati sosial di kalangan mahasiswa. Pemahaman yang mendalam tentang empati sosial dan penerapan metode interaktif seperti diskusi dan sharing pengalaman mampu membangkitkan sikap saling pengertian dan kepedulian antar mahasiswa, yang sangat krusial untuk membangun lingkungan akademik yang suportif dan kolaboratif.

Saran praktis untuk kegiatan psikoedukasi berikutnya adalah memperluas penggunaan metode partisipatif, termasuk simulasi dan role-playing, guna memperkuat pengalaman empatik mahasiswa. Selain itu, perlu adanya penguatan evaluasi secara berkala melalui pretes dan postes yang lebih komprehensif untuk memantau perkembangan empati sosial secara kontinu. Keterlibatan civitas

akademika secara menyeluruh juga dianjurkan untuk menciptakan suasana belajar yang kondusif dan mendukung tumbuhnya empati sosial secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriasworo, D. (2018). *Kepekaan Sosial: Dasar Pengembangan Persepsi Sosial*. Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- Ardian, M. G., Sanusi, A. R., & Repelita, T. (2021). Peran organisasi kemahasiswaan dalam menumbuhkan nilai-nilai karakter peduli sosial mahasiswa. *Jurnal Citizenship*, 4(2), 47-52.
- Ansorkroya. (2024). *Menumbuhkan Sikap Kepekaan Sosial di Masyarakat*.
- Inca, A. (2025). *Etika Sosial: Pilar Keharmonisan dan Budaya Masyarakat*.
- JPTAM. (2025). Peran Pancasila dalam Menumbuhkan Rasa Empati Mahasiswa. *Jurnal Pancasila dan Transformasi Moral*.
- Lestari, D. I. (2022). *Faktor yang Mempengaruhi Empati dan Perilaku Prososial*. Repositori UMA.
- MinDi. (2023). *Kunci Sukses Kuliah: Mengembangkan Empati di Kampus*. dibimbing.id.
- Novita, V. N. (2024). Menumbuhkan Rasa Empati Mahasiswa ke Sesama Melalui Program Kunjungan ke Panti Asuhan Al Muzakki. *Jurnal Bisnis Kompetitif*, 3(2), 49-52.
- PNN. (2025). *Membangun Kepedulian Sosial bagi Mahasiswa* dalam: <https://pnn.ac.id/membangun-kepedulian-sosial-bagi-mahasiswa/>
- Putri, D. S. (2020). *Analisis Kepekaan Sosial Generasi Z di Era Digital*.
- Rothenberg, M. (1968). *Social Sensitivity and Personality Development*.
- Shodiq, S. F. (2021). Pengaruh Kepekaan Sosial terhadap Pengembangan Pendidikan Karakter Berbasis Masyarakat. *Jurnal Basicedu*, 5(6), 5648-5659.
- Syardiansah, S. (2019). Peranan kuliah kerja nyata sebagai bagian dari pengembangan kompetensi mahasiswa: Studi kasus mahasiswa Universitas Samudra KKN Tahun 2017. *JIM UPB (Jurnal Ilmiah Manajemen Universitas Putera Batam)*, 7(1), 57-68.
- Taufik, M. (2012). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Empati. *Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Tondok, S. S. (2012). *Definisi dan Aspek Kepekaan Sosial*.
- Ubihatun, R., Aliyya, A. I., Wira, F., Ardhelia, V. I., & Radianto, D. O. (2024). Tantangan dan Prospek Pendidikan Vokasi di Era Digital: Tinjauan Literatur. *Jurnal Kajian Ilmu seni, Media dan Desain*, 1(3), 01-11.