

PSIKOEDUKASI KRITIS TERHADAP LINGKUNGAN SOSIAL

Raja Oloan Tumanggor¹, Okta Febri Lestari²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara

¹rajai@fpsi.untar.ac.id, ²okta.705220284@stu.untar.ac.id

ABSTRACT

The problem of low critical attitudes and social awareness among high school students has become a particular challenge in shaping the character of young generations who are able to play an active role in society. Students are often less sensitive to social issues in their surrounding environment and are not yet trained to analyze situations critically and take appropriate actions. Therefore, this training program was designed to develop critical thinking and social awareness among high school students through a structured and interactive approach. The training aims to improve students' critical thinking skills and social sensitivity toward various situations within the school and community environment. The methods used include short lectures to provide basic understanding, question-and-answer sessions to deepen the material, and role-play activities designed to train empathy, communication, and direct analysis of social situations. Students became more capable of identifying social problems, showing empathy, and making appropriate decisions in various situations. Thus, this training proved effective in building students' character to become critical and socially aware individuals within their social environment.

Keywords: *psychoeducation, critical attitude, social awareness, social environment, students*

ABSTRAK

Permasalahan rendahnya sikap kritis dan kepedulian sosial pada siswa SMA menjadi tantangan tersendiri dalam membentuk karakter generasi muda yang mampu berperan aktif di masyarakat. Siswa sering kali kurang peka terhadap permasalahan sosial di lingkungan sekitarnya dan belum terlatih untuk menganalisis situasi secara kritis serta mengambil tindakan yang tepat. Oleh karena itu, pelatihan ini dirancang untuk membangun sikap kritis dan peduli pada lingkungan sosial siswa SMA melalui pendekatan yang terstruktur dan interaktif. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan kepekaan sosial siswa terhadap berbagai situasi di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Metode yang digunakan meliputi ceramah singkat untuk memberikan pemahaman dasar, sesi tanya jawab untuk memperdalam materi serta kegiatan role play (bermain peran) yang dirancang untuk melatih empati, komunikasi, dan analisis situasi sosial secara langsung. Siswa menjadi lebih mampu mengidentifikasi permasalahan sosial, menunjukkan empati, dan mengambil keputusan yang tepat dalam berbagai situasi. Dengan demikian, pelatihan ini efektif dalam membangun karakter siswa yang kritis dan peduli terhadap lingkungan sosialnya.

Kata Kunci: psikodukasi, kritis, peka, lingkungan sosial, siswa

A. Pendahuluan

Di era modern yang penuh dengan berbagai informasi dan tantangan sosial, kemampuan berpikir kritis dan kepedulian terhadap lingkungan sosial menjadi sangat penting bagi generasi muda, khususnya siswa SMA. Seringkali, siswa kurang peka terhadap masalah sosial di sekitar mereka dan kurang terlatih untuk menganalisis situasi secara kritis sehingga kurang mampu mengambil keputusan yang tepat dalam menghadapi permasalahan sosial. Kondisi ini dapat menghambat perkembangan karakter sosial yang bertanggung jawab dan empatik. Oleh karena itu, pelatihan yang fokus pada pengembangan sikap kritis dan kepedulian sosial sangat diperlukan agar siswa dapat menjadi agen perubahan yang mampu memahami dan menyelesaikan masalah sosial secara efektif serta berkontribusi positif di lingkungan mereka.

Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan berpikir kritis siswa dalam menganalisis dan menyikapi permasalahan sosial di lingkungan sekitar. Selain itu juga mau membangun sikap peduli dan empati siswa terhadap kondisi sosial di sekitarnya. Selain untuk melatih

keterampilan sosial siswa melalui pengalaman langsung dalam situasi sosial yang disimulasikan, juga sekaligus untuk mengukur perubahan sikap kritis dan kepedulian sosial siswa sebelum dan sesudah pelatihan.

B. Metode Penelitian

Psikoedukasi ini dilaksanakan secara bertahap dan sistematis dengan metode sebagai berikut yaitu model ceramah dimana narasumber menyampaikan materi dasar mengenai pentingnya berpikir kritis dan kepedulian sosial, dilengkapi dengan contoh kasus nyata yang relevan dengan kehidupan siswa. Ceramah ini bertujuan memberikan pemahaman konseptual dan motivasi kepada peserta. Kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab berupa sesi dialog interaktif antara peserta dan narasumber untuk memperdalam pemahaman materi, mengklarifikasi konsep, serta membahas pengalaman atau pandangan peserta terkait isu sosial yang diangkat. Sebelum pelatihan dimulai, peserta mengisi pretest berupa angket sikap untuk mengukur tingkat awal kemampuan berpikir kritis dan kepedulian sosial. Setelah seluruh rangkaian pelatihan

selesai, peserta mengisi posttest yang sama untuk melihat perubahan sikap dan peningkatan kemampuan. Lalu dilanjutkan dengan sharing pengalaman dan role play. Peserta diajak berbagi pengalaman terkait situasi sosial yang pernah mereka alami atau amati. Kemudian, dilakukan kegiatan role play (bermain peran) dengan skenario yang menggambarkan masalah sosial di lingkungan sekolah atau masyarakat. Kegiatan ini bertujuan melatih empati, komunikasi, dan kemampuan analisis kritis secara praktis. Dengan metode yang terstruktur tersebut, pelatihan diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar yang menyeluruh dan efektif dalam membangun sikap kritis dan peduli sosial pada siswa SMA, sehingga mereka siap menjadi generasi yang lebih bertanggung jawab dan peka terhadap lingkungan sosialnya.

C. Hasil Pembahasan

Sikap kritis adalah kemampuan berpikir reflektif yang berfokus pada pengambilan keputusan yang tepat berdasarkan observasi, analisis, dan evaluasi informasi secara objektif. Berpikir kritis tidak hanya sekadar mengumpulkan informasi, tetapi juga

menilai kebenaran, relevansi, dan implikasi dari informasi tersebut untuk mengambil tindakan yang tepat¹. Dalam konteks sosial, sikap kritis memungkinkan seseorang untuk memahami permasalahan di lingkungan sosialnya secara mendalam dan mampu memberikan solusi yang konstruktif.

Sementara itu, sikap peduli terhadap lingkungan sosial adalah perasaan dan tindakan yang menunjukkan perhatian, tanggung jawab, dan keinginan untuk menjaga serta memperbaiki kondisi sosial di sekitar individu. Sikap ini mencakup kesadaran akan pentingnya keberagaman sosial, norma, dan nilai-nilai kemasyarakatan, serta keinginan untuk berkontribusi positif dalam kehidupan bermasyarakat. Sikap peduli sosial juga melibatkan empati, solidaritas, dan kesediaan untuk membantu orang lain yang membutuhkan.

Beberapa faktor yang memengaruhi seseorang memiliki sikap kritis dan peduli terhadap lingkungan sosial antara lain: Pertama, pendidikan dan pembelajaran kontekstual. Pendidikan yang mengintegrasikan pembelajaran berpikir kritis dengan konteks

kehidupan nyata sangat berperan dalam membentuk sikap kritis dan peduli. Pendekatan kontekstual mengaitkan materi pembelajaran dengan situasi dunia nyata peserta didik sehingga meningkatkan motivasi dan pemahaman mereka. Kedua, pengalaman sosial dan interaksi. Interaksi sosial yang intensif dan pengalaman langsung dalam menghadapi masalah sosial dapat meningkatkan kepekaan dan kemampuan berpikir kritis seseorang. Melalui pengalaman, siswa belajar memahami berbagai perspektif dan mengembangkan empati. Ketiga, nilai dan prinsip moral. Penanaman nilai-nilai seperti tanggung jawab, keadilan, solidaritas, dan integritas moral menjadi landasan penting dalam membentuk sikap peduli sosial. Prinsip-prinsip ini membantu individu menyadari pentingnya menjaga dan menghargai lingkungan sosialnya.

Keempat, lingkungan keluarga dan sekolah. Lingkungan yang mendukung, seperti keluarga yang memberikan contoh sikap peduli dan sekolah yang mendorong diskusi kritis, sangat mempengaruhi pembentukan sikap siswa. Guru yang mampu mengembangkan karakter siswa secara efektif juga menjadi

faktor kunci. Kelima, kesadaran dan pengetahuan tentang Isu Sosial. Pemahaman yang baik tentang kondisi sosial dan masalah yang dihadapi masyarakat mendorong seseorang untuk lebih peduli dan kritis dalam menanggapi situasi tersebut.

Ciri-ciri Orang yang Memiliki Karakter Berpikir Kritis

Berpikir kritis adalah kemampuan untuk menganalisis, mengevaluasi, dan mengambil keputusan secara rasional berdasarkan bukti dan logika. Menurut berbagai literatur dan penelitian, ciri-ciri utama orang yang berpikir kritis meliputi: Pertama, mengenal secara rinci bagian-bagian dari keseluruhan masalah. Pemikir kritis mampu mengurai suatu masalah menjadi komponen-komponen kecil yang jelas sehingga dapat dianalisis satu per satu secara mendalam. Kedua, pandai mendeteksi dan mengidentifikasi permasalahan. Mereka tidak hanya menerima informasi secara mentah, tetapi mampu mengenali inti masalah dan aspek-aspek penting yang perlu diperhatikan. Ketiga, membedakan ide yang relevan dan tidak relevan. Orang kritis selektif dalam menerima informasi, hanya mengambil yang

sesuai dan berguna untuk menyelesaikan masalah. (Fikriansyah, 2023).

Keempat, membedakan fakta dari opini atau pendapat. Mereka mampu memisahkan data objektif dengan interpretasi subjektif, sehingga tidak mudah terjebak pada informasi bias. Kelima, menggunakan logika dan bukti dalam pengambilan keputusan. Keputusan dibuat berdasarkan analisis yang sistematis dan bukti yang valid, bukan hanya berdasarkan asumsi atau emosi. Keenam, mampu menguji asumsi dan argumen secara kritis. Mereka tidak menerima begitu saja asumsi yang ada, tetapi menguji keabsahan dan konsistensinya dengan fakta dan pengalaman. Ketujuh, berpikir analitis dan sistematis. Berpikir kritis menguraikan masalah secara terstruktur, menghubungkan data dan kesimpulan dengan cara yang logis dan teratur. Kedelapan, memiliki sikap skeptis dan terbuka. Mereka skeptis terhadap informasi yang diterima, namun tetap terbuka terhadap ide dan perspektif baru yang berbeda. Sembilan, mampu melihat masalah dari berbagai sudut pandang. Orang kritis mempertimbangkan berbagai perspektif untuk memperoleh

gambaran yang utuh dan menghindari kesimpulan prematur. Sepuluh, mampu menarik kesimpulan yang tepat dan membuat prediksi. Mereka dapat menyimpulkan hasil analisis dengan akurat dan memprediksi konsekuensi dari keputusan yang diambil. Sebelas, tidak mudah terpengaruh oleh informasi yang tidak akurat atau bias. Pemikir kritis menghindari kesalahan logika dan bias kognitif, serta berusaha mencari kebenaran yang objektif. Duabelas, komunikasi yang jelas dan efektif. Mereka mampu mengungkapkan ide dan argumen secara sistematis dan mudah dipahami oleh orang lain.

Sementara itu sikap peduli sosial adalah kesadaran dan tindakan positif terhadap kondisi sosial di sekitar. Ciri-ciri orang yang peduli terhadap lingkungan sosial antara lain: Pertama, empati yang tinggi. Mereka mampu merasakan dan memahami perasaan orang lain, terutama yang mengalami kesulitan atau ketidakadilan sosial. Kedua, kesadaran sosial yang kuat. Memiliki perhatian yang besar terhadap masalah sosial dan kondisi lingkungan di sekitarnya, serta menyadari pentingnya peran individu dalam perubahan sosial. Ketiga,

bertanggung jawab terhadap lingkungan sosial. Orang yang peduli merasa memiliki kewajiban moral untuk menjaga dan memperbaiki kondisi sosial di komunitasnya. Keempat, sikap terbuka dan menghargai keberagaman. Mereka menerima perbedaan latar belakang, budaya, dan pandangan dengan sikap toleran dan inklusif. Kelima, aktif dalam kegiatan sosial. Orang peduli biasanya terlibat dalam kegiatan sosial, seperti gotong royong, bakti sosial, atau membantu sesama yang membutuhkan. Keenam, memiliki rasa solidaritas dan kebersamaan. Mereka menunjukkan sikap saling membantu dan mendukung antaranggota masyarakat dalam menghadapi permasalahan bersama. Ketujuh, berorientasi pada solusi dan perubahan positif. Sikap peduli tidak hanya sebatas perasaan, tetapi juga diwujudkan dalam tindakan konkret untuk memperbaiki lingkungan sosial.

Orang yang berpikir kritis cenderung memiliki sikap peduli sosial yang lebih baik karena kemampuan analisis kritis membantu mereka memahami akar masalah sosial dengan lebih mendalam dan objektif. Dengan berpikir kritis, mereka dapat menilai berbagai alternatif solusi dan

memilih tindakan yang paling efektif untuk membantu lingkungan sosialnya. (Putri, 2023).

Upaya Meningkatkan Sikap Kritis dan Kepedulian terhadap Lingkungan Sosial

Untuk meningkatkan sikap kritis dan kepedulian sosial pada siswa, beberapa hal perlu dilakukan secara sistematis dan berkelanjutan. Pertama, pengintegrasian pembelajaran berpikir kritis dalam kurikulum. Kurikulum perlu dirancang agar siswa tidak hanya menghafal materi, tetapi juga dilatih untuk menganalisis, mengevaluasi, dan mengambil keputusan berdasarkan fakta dan argumen yang logis. Pembelajaran dengan pendekatan kontekstual sangat dianjurkan untuk menghubungkan teori dengan praktik nyata. Kedua, penggunaan metode pembelajaran interaktif. Metode seperti diskusi, debat, studi kasus, dan role play dapat melatih siswa berpikir kritis dan meningkatkan empati mereka terhadap masalah sosial. Role play khususnya efektif untuk mensimulasikan situasi sosial sehingga siswa dapat merasakan dan memahami berbagai perspektif.

Ketiga, pemberian pengalaman langsung melalui Kegiatan Sosial.

Melibatkan siswa dalam kegiatan sosial seperti gotong royong, bakti sosial, atau program pengabdian masyarakat dapat meningkatkan kesadaran dan kepedulian mereka terhadap lingkungan sosial. Keempat, Pengembangan Karakter Melalui Pendidikan Nilai. ah dan keluarga perlu menanamkan nilai-nilai moral seperti keadilan, tanggung jawab, dan solidaritas secara konsisten agar siswa memiliki landasan yang kuat dalam bersikap peduli dan kritis.

Kelima, melakukan evaluasi sikap secara berkala melalui kuesioner dan refleksi diri membantu siswa menyadari perkembangan sikap kritis dan kepedulian sosial mereka serta mendorong perbaikan berkelanjutan. Keenam, Mendorong komunikasi dan diskusi terbuka. Lingkungan belajar yang mendukung komunikasi terbuka dan diskusi kritis akan memfasilitasi siswa untuk berani mengemukakan pendapat dan menghargai pendapat orang lain, sehingga sikap kritis dan peduli dapat tumbuh secara alami.

D. Kesimpulan

Sikap kritis dan peduli terhadap lingkungan sosial merupakan dua variabel penting yang saling terkait

dalam membentuk karakter siswa yang bertanggung jawab dan empatik. Sikap kritis memungkinkan siswa untuk menganalisis dan memahami masalah sosial secara mendalam, sementara sikap peduli mendorong mereka untuk berkontribusi positif dalam kehidupan bermasyarakat. Faktor-faktor seperti pendidikan kontekstual, pengalaman sosial, nilai moral, dan lingkungan yang mendukung sangat berperan dalam pembentukan sikap tersebut. Untuk meningkatkan sikap kritis dan kepedulian sosial, diperlukan metode pembelajaran yang nteraktif, pengalaman langsung, pendidikan nilai, serta evaluasi dan refleksi yang berkelanjutan. Saran praktis bagi siswa adalah jangan ragu untuk mengajukan pertanyaan dan berdiskusi tentang masalah sosial. Aktif Bertanya dan Berdiskusi: Jangan ragu untuk mengajukan pertanyaan dan berdiskusi mengenai isu sosial yang ada di sekitar, agar kemampuan berpikir kritis terus terasah. Selain itu berpartisipasi dalam Kegiatan Sosial: Ikut serta dalam kegiatan sosial di sekolah atau masyarakat untuk meningkatkan empati dan kepedulian. Kemudian membiasakan refleksi diri: Luangkan waktu untuk merenungkan

sikap dan tindakan sendiri terhadap lingkungan sosial agar terus berkembang menjadi pribadi yang lebih peduli, seperti menghargai perbedaan. menerima dan menghargai keberagaman sosial sebagai bagian dari kehidupan bermasyarakat yang sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, A., Kasmiati, K., & Salsabilla, S. (2021). Membangun Jiwa Peduli, Kritis, dan Kreatif Generasi Muda terhadap Pencarian Masalah Sosial yang Terjadi di Tengah Masyarakat. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(2), 473-484. <https://ejournal.stpmataram.ac.id/JIP/article/view/675>
- Fikriansyah, I. (2023). Berpikir kritis: Pengertian, Karakteristik dan Manfaatnya. <https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-6841722/berpikir-kritis-adalah-pengertian-karakteristik-dan-manfaatnya>
- Halimah, N. (2025). Menerapkan Berpikir Kritis Dalam Kehidupan Sehari-Hari: Studi Kasus Penanganan Berita Hoaks. *Journal of Media and Communication* | E-ISSN: 3063-9581, 1(3), 40-44. <https://jurnal.globalscients.com/index.php/jmc/article/view/158>
- Lily (2024). 7 Contoh Berpikir Kritis dalam Kehidupan Sehari-Hari di Rumah dan di Lingkungan. <https://mamikos.com/info/contoh-berpikir-kritis-dalam-kehidupan-sehari-hari-pljr/>
- Listiyani, L. A., Wahyuwardhani, S., Melani, A., Sari, N. W., & Hikmah, S. (2025). Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak melalui Metode Roleplay dan Modeling di Komunitas Harapan Pasar Johar. *Karya Nyata: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(1), 09-17.
- Puspitasari, E., Sumarmi, S., & Amirudin, A. (2016). *Integrasi berpikir kritis dan peduli lingkungan melalui pembelajaran geografi dalam membentuk karakter peserta didik SMA* (Doctoral dissertation, State University of Malang). <https://media.neliti.com/media/publications/211816-integrasi-berpikir-kritis-dan-peduli-lin.pdf>
- Putri, W.A. (2023). 10 Karakteristik Orang yang Memiliki Pemikiran Kritis, Apakah Kamu Termasuk Salah Satunya? <https://www.liputan6.com/citizen6/read/5437044/10-karakteristik-orang-yang-memiliki-pemikiran-kritis-apakah-kamu-termasuk-salah-satunya>
- Rahmawati, H. (2015). Pengembangan Instrumen Intensi Perilaku Peduli Lingkungan pada Mahasiswa dan Faktor-Faktor Pembentuknya. *Jurnal Sains Psikologi*, 5(1), 1-43. <https://fpsi.um.ac.id/pengembangan-instrumen-intensi-perilaku-peduli-lingkungan-pada-mahasiswa-dan-faktor-faktor-pembentuknya/>
- Suarjana, I. (2020). *Pengembangan Instrumen Kemampuan Berpikir Kritis dan Sikap Peduli Lingkungan Tema 8 Pada Peserta Didik Kelas IV SD* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Ganesha). https://ejournal-pasca.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_pendas/article/view/3345
- Tondok, M. S. (2012). Melatih kepekaan sosial anak. *Harian Surabaya*, 2. <https://repository.ubaya.ac.id/3476/1/Melatih%20Kepekaan%20Sosial%20Anak.pdf>