

**PENGEMBANGAN *WORKBOOK* EMPATI UNTUK PESERTA DIDIK  
SMA NEGERI DI JAKARTA**



*Intelligentia - Dignitas*

**Oleh:**

**MUTHMAINNAH RAMADHANI**

**1106620040**

**SKRIPSI**

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar  
Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA  
UJIAN/ SIDANG SKRIPSI**

Judul : Pengembangan *Workbook* Empati untuk Peserta Didik  
SMA Negeri di Jakarta


Nama Mahasiswa : Muthmainnah Ramadhani

Nomor Registrasi : 1106620040


Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Tanggal Ujian : 31 Januari 2025



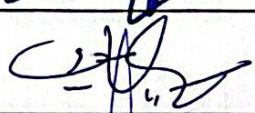
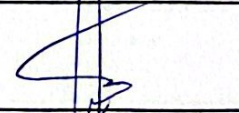

**Dosen Pembimbing I**

  
Dr. Eka Wahyuni, MAAPD  
NIP. 197309151999032003

**Dosen Pembimbing II**

  
Dr. Happy Karlina M., M.Pd., Kons  
NIP. 197908192005012002

**Panitia Ujian/ Sidang Skripsi**

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Aip Badrujaman, M.Pd (Penanggung Jawab)*		26 Februari 2025
Karta Sasmita, M.Si., Ph.D (Wakil Penanggung Jawab)**		26 Februari 2025
Dr. Karsih, M.Pd (Ketua Penguji)***		14 Februari 2025
Dr. Susi Fitri, M.Si., Kons (Anggota)****		14 Februari 2025
Hilma Fitriyani, M.Pd (Anggota)****		13 Februari 2025

Catatan:

\*Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan

\*\*Wakil Dekan I/Wakil Penanggungjawab

\*\*\*Ketua Penguji/Koordinator Program Studi

\*\*\*\*Dosen Penguji selain Pembimbing dan Koordinator Program Studi

# PENGEMBANGAN *WORKBOOK* EMPATI UNTUK PESERTA DIDIK SMA NEGERI DI JAKARTA

(2025)

MUTHMAINNAH RAMADHANI

BIMBINGAN DAN KONSELING

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk pengembangan *workbook* empati untuk peserta didik SMA Negeri di Jakarta. Hasil studi dokumentasi dari catatan konseling peserta didik bahwa interaksi sosial yang ada di peserta didik terdapat diskriminasi, *bullying* verbal, hingga fenomena individualistis, hal ini disebabkan adanya kesenjangan identitas kelas sosial yang ada di sekolah. Penelitian menggunakan metode *Research and Development* dengan model ADDIE yang dikembangkan oleh Florida State University (1975) yang terdiri dari lima tahap: *Analyze, Design, Develop, Implement, dan Evaluate*. Pada tahap analisis, penelitian menggunakan instrumen *Interpersonal Reactivity Index* oleh Davis (1980) sebanyak 188 responden dengan hasil pengambilan perspektif (24%), Imajinasi (35%), kepedulian empati (17%), dan tantangan pribadi (24%), tahap desain menghasilkan rancangan desain buku kerja, dan tahap pengembangan menghasilkan 11 misi yaitu Mengenal Empati, Manfaat Empati di Kehidupan, 4 Faktor Terbentuknya Empati, Perjalanan Detektif Perasaan, Mengelola Emosi Diri, Perjalanan Memaknai Bahasa Tubuh, Perjalanan Mendengarkan dengan Perasaan Orang lain, Menghadapi Ketidakadilan, *Diary* Empati, Empati di Lingkungan Sekitar, dan Evaluasi Empati. Hasil validasi menunjukkan buku ini sangat layak untuk digunakan, hasil uji materi (83,9%), uji media (94%), dan uji keterbacaan peserta didik (91,25%). Untuk penelitian selanjutnya, buku kerja empati dapat dikembangkan pada tahap implementasi dan evaluasi untuk menguji efektivitasnya dalam meningkatkan empati peserta didik.

**Kata kunci : Buku Kerja, Empati, Peserta Didik, Pengembangan**

**DEVELOPMENT OF AN EMPATHY WORKBOOK FOR STATE HIGH  
SCHOOL STUDENTS IN JAKARTA**

**(2025)**

**MUTHMAINNAH RAMADHANI  
GUIDANCE AND COUNSELING**

**ABSTRACT**

*This study aims to develop an empathy workbook for high school students in Jakarta. Documentation studies from student counseling records indicate the presence of discrimination, verbal bullying, and individualistic tendencies in student interactions, caused by social class identity gaps in schools. The study employs the Research and Development method with the ADDIE model, developed by Florida State University (1975), consisting of five stages: Analyze, Design, Develop, Implement, and Evaluate. In the analysis stage, the study uses the Interpersonal Reactivity Index instrument by Davis (1980) with 188 respondents, resulting in perspective-taking (24%), imagination (35%), empathic concern (17%), and personal distress (24%). The design stage produces a workbook draft, while the development stage results in 11 missions: Knowing Empathy, Benefits of Empathy in Life, Four Factors of Empathy Formation, Detective Journey of Feelings, Managing Self-Emotions, Understanding Body Language, Listening with Others' Feelings, Facing Injustice, Empathy Diary, Empathy in the Surroundings, and Empathy Evaluation. Validation results show that the workbook is highly suitable for use, with material testing (83.9%), media testing (94%), and student readability testing (91.25%). Future research may focus on the implementation and evaluation stages to assess its effectiveness in enhancing students' empathy.*

**Keywords:** *Workbook, Empathy, Students, Development*

*Intelligentia - Dignitas*

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertandatangan di bawah ini adalah mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Muthmainnah Ramadhani

NIM : 1106620040

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "**Pengembangan *Workbook* Empati Untuk Peserta Didik SMA Negeri Jakarta**" adalah sebagai berikut:

1. Disusun dan diselesaikan sepenuhnya oleh saya sendiri, dengan perbaikan berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian yang dilakukan pada periode Maret 2024 hingga Januari 2025
2. Tidak melakukan penyalinan skripsi karya orang lain atau melakukan plagiasi, serta bukan merupakan terjemah dari karya orang lain. Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan saya bersedia menerima sanksi apabila saya terbukti melakukan pelanggaran etika akademik.

Jakarta, 22 Januari 2025

Yang membuat pernyataan,



Muthmainnah Ramadhani



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Muthmainnah Ramadhani  
NIM : 1106620040  
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Pendidikan/Bimbingan dan Konseling  
Alamat email : ramadhanimuthmainnah@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

**Pengembangan *Workbook* Empati untuk Peserta didik SMA Negeri di Jakarta**

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 22 Februari 2025

Penulis,

Muthmainnah Ramadhani

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

*“And that each person will only have what they endeavoured towards, the outcome of their endeavoured will be seen in their record, then they will be fully rewarded”*

(QS An-Najm 39-41)

### PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim, skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Terimakasih kepada Ibunda tercinta dan almarhum ayahanda tercinta berkat doa dan kasih sayangnya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Terimakasih kepada Dr. Eka Wahyuni, MAAPD, dan Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons yang telah membimbing dan mendorong saya selama penyusunan skripsi sampai selesai serta seluruh dosen Bimbingan dan Konseling UNJ yang telah memberikan banyak ilmu kepada saya selama masa perkuliahan
3. Untuk kakak-kakakku yang selalu memberi dukungan secara moril dan materil, terimakasih sudah menjadi kakak yang baik di hidupku, dan terimakasih juga untuk abang-abangku yang selalu mendukungku
4. Sahabat seperjuanganku yaitu Ica, Salsa, Adilah yang selalu membantu, mendukung, dan memberi semangat untuk bisa menyelesaikan skripsi ini, terimakasih sudah selalu hadir dan selalu ada.
5. Sobat Depok, Lindya sheilla yang selalu menghiburku disela-sela stressku mengerjakan skripsi, terimakasih ya sudah menghibur.
6. Terakhir, aku ingin berterimakasih kepada diriku sendiri yang bisa melewati ini.

*Intelligentia - Dignitas*

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Puji dan Syukur kita panjatkan kepada Allah Subhanahu Wata'ala atas segala pertolongan, rahmat, dan kasih sayang-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengembangan *Workbook* Empati untuk Peserta Didik SMA Negeri di Jakarta”. Skripsi ini ditulis untuk memenuhi Sebagian persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana Pendidikan pada program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta. Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Ucapan terima kasih tersebut peneliti sampaikan kepada:

1. Ibu Dr. Karsih, M.Pd selaku Koordinator Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta yang telah mendorong peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Dr. Eka Wahyuni, MAAPD selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan dan mendukung penuh peneliti sehingga peneliti menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Ibu Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons selaku dosen pembimbing akademik yang selalu memberikan motivasi hingga peneliti menyelesaikan skripsi.
4. Ibu Geminia Grace A.R., S.Pd., M.M selaku Koordinator Guru BK SMAN 14 Jakarta, Ibu Fadlun, S.Pd., Ibu Dwi Herusuwita, S.Pd., dan Ibu Meliza Octaviani, S.Pd., selaku Guru BK SMAN 14 Jakarta yang telah mengizinkan dan mendukung proses penelitian.

Peneliti menyadari bahwa tidak ada yang sempurna dalam penyusunan skripsi ini, oleh karena itu peneliti meminta maaf sedalam-dalamnya serta sangat terbuka dalam menerima masukan serta saran positif untuk penelitian ini kedepannya. Akhir kata, peneliti ucapkan terima kasih .

Depok, 17 Januari 2025

Peneliti,  
Muthmainnah Ramadhani



## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN/ SIDANG SKRIPSI</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA</b> .....	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Pembatasan Masalah .....	9
C. Rumusan Masalah .....	9
D. Tujuan Penelitian.....	9
E. Manfaat Penelitian .....	10
<b>BAB II KAJIAN TEORITIK</b> .....	<b>8</b>
A. Empati .....	8
1. Pengertian Empati.....	8
2. Empati pada Remaja .....	9
3. Aspek Empati.....	11
4. Faktor yang mempengaruhi empati .....	16
5. Manfaat Empati dalam Kehidupan .....	18
6. Strategi Meningkatkan Empati .....	18
B. Buku Kerja ( <i>Workbook</i> ).....	20
a. Definisi.....	20
b. Prinsip Mengembangkan Buku Kerja.....	21
c. Kelebihan Buku Kerja.....	22
d. Kekurangan Buku Kerja .....	22

C. Penelitian Relevan.....	22
D. Kerangka Konsep Pengembangan.....	24
E. Rancangan Model.....	24
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>27</b>
A. Tujuan Penelitian.....	27
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	27
1. Tempat Penelitian.....	27
2. Waktu Penelitian.....	27
C. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	27
D. Prosedur Pengembangan.....	29
1. <i>Analyze</i> (Analisis).....	29
2. <i>Design</i> (Desain).....	29
3. <i>Development</i> (Pengembangan).....	30
4. <i>Implementation</i> (Implementation).....	30
5. <i>Evaluation</i> (Evaluasi).....	30
E. Instrumen Penelitian.....	30
a. Angket Studi Pendahuluan.....	30
c. Angket Uji Ahli Media.....	32
d. Angket Uji keterbacaan.....	33
G. Teknis Analisis Data.....	33
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>37</b>
A. Deskripsi Hasil Proses Pengembangan.....	37
1. Analisis ( <i>analyze</i> ).....	37
2. Desain ( <i>Design</i> ).....	42
3. Pengembangan ( <i>Development</i> ).....	43
4. Implementasi ( <i>Implementasi</i> ).....	46
5. Evaluasi ( <i>Evaluation</i> ).....	46
B. Nama Produk.....	46
C. Karakteristik Produk.....	47
D. Analisis Data.....	47

E.    Prosedur Pemanfaatan Produk.....	51
F.    Pembahasan Hasil Penelitian .....	53
G.    Batasan Penelitian .....	55
<b>BAB V KESIMPULAN .....</b>	<b>58</b>
A.    Kesimpulan.....	58
B.    Implikasi.....	59
C.    Saran.....	59
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>61</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>68</b>



*Intelligentia - Dignitas*

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 <i>Interpersonal Reactivity Index</i> .....	31
Tabel 3. 2 Penafsiran skor likert.....	31
Tabel 3. 3 Angket uji ahli materi.....	32
Tabel 3. 4 Angket Uji ahli media .....	32
Tabel 3. 5 Angket Uji ahli keterbacaan .....	33
Tabel 3. 6 Kategori persentase kelayakan .....	34
Tabel 4. 1 Hasil uji ahli materi .....	48
Tabel 4. 2 Hasil uji ahli media .....	48
Tabel 4. 3 Hasil uji keterbacaan peserta didik.....	49
Tabel 4. 4 Saran Ahli Materi .....	49
Tabel 4. 5 Saran Ahli Media.....	50



*Intelligentia - Dignitas*

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konsep Pengembangan.....	24
Gambar 3. 1 Alur penelitian R&D model ADDIE .....	28
Gambar 4. 1 Hasil Analisis Instrumen IRI.....	40
Gambar 4. 2 Cover Buku Kerja.....	42
Gambar 4. 3 Isi Buku Kerja .....	43



*Intelligentia - Dignitas*

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian .....	68
Lampiran 2. Instrumen Studi Pendahuluan IRI Davis .....	69
Lampiran 3. Hasil Pengisian Instrumen IRI Davis .....	76
Lampiran 4. Kerangka Content Workbook .....	82
Lampiran 5. Surat izin uji ahli materi .....	98
Lampiran 6. Lembar Uji Ahli Materi .....	99
Lampiran 7. Surat izin uji ahli media .....	101
Lampiran 8. Lembar Uji Ahli Media .....	102
Lampiran 9. Lembar Uji Keterbacaan Peserta Didik .....	106
Lampiran 10. Hasil uji ahli materi .....	108
Lampiran 11. Hasil Uji Ahli Media .....	110
Lampiran 12. Hasil Uji Keterbacaan Peserta Didik .....	112
Lampiran 13. Buku Kerja Empati .....	113
Lampiran 14. Deskripsi Revisi Hasil Sidang Skripsi .....	120
Lampiran 15. Daftar Riwayat Hidup Peneliti .....	122

*Intelligentia - Dignitas*