

**HUBUNGAN WELAS ASIH DIRI DAN EFIKASI DIRI KONSELING
DENGAN EMPATI PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING
TINGKAT AKHIR ANGKATAN 2021**



ALIVA KARINA MUYASSAR

1108822006

Tesis Yang Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian
Persyaratan untuk Gelar Magister

**PROGRAM STUDI MAGISTER BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2025

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING
DIPERSYARATKAN UNTUK UJIAN TESIS**

Pembimbing I



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

NIP.197908192005012002

Tanggal : 29 Juli 2025

Pembimbing II



Dr. Eka Wahyuni, S.Pd., MAAPD

NIP. 197309151999032003

Tanggal: 29 Junli 2025

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Magister Bimbingan Konseling



Dr. Eka Wahyuni, S.Pd., MAAPD

NIP. 197309151999032003

Tanggal: 29 Juli 2025

Nama : Aliva Karina Muyassar

No. Registrasi : 1108822006

Angkatan : 2022

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan welas asih diri dan efikasi diri konseling terhadap empati pada mahasiswa bimbingan dan konseling tingkat akhir UNJ dan UNTIRTA angkatan 2021. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi berganda dan regresi berganda. Populasi pada penelitian ini yaitu mahasiswa BK tingkat akhir UNJ 2021 berjumlah 71 mahasiswa dan mahasiswa BK tingkat akhir UNTIRTA 2021 berjumlah 88 mahasiswa sehingga secara keseluruhan berjumlah 159 mahasiswa. Semenata, sampel pada penelitian ini yaitu menggunakan seluruh populasi dan termasuk kedalam teknik sampling jenuh atau sensus. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan 3 instrumen pertama, *self compassion scale* (SCS) yang dikembangkan oleh (K. D. Neff et al., 2019) kedua yaitu *counseling self estimate inventory* (COSE) yang dikembangkan oleh (Larson, 1990) dan instrumen ketiga yaitu *empathy assessment scale* (EAS) yang dikembangkan oleh (Malakcioglu, 2022), dimana ketiga instrumen tersebut sudah diuji validitas dan reliabilitas. Hasil penelitian ini diketahui bahwa: (1) terdapat hubungan positif yang signifikan antara welas asih diri dengan empati ($t_{hitung} = 3,689 > 1,974$ dan nilai sig $0,002 < 0,05$) (2) terdapat hubungan positif yang signifikan antara self efikasi diri konseling dengan empati ($t_{hitung} = 4,043 > 1,974$ dan nilai sig $0,003 < 0,05$), (3) terdapat hubungan positif yang signifikan antara welas asih diri dan efikasi diri konseling secara bersama-sama dengan empati (Empati = $55,005 + 0,029$ (welas asih diri) + $0,034$ (efikasi diri konseling)). Implikasi: hasil dari penelitian ini menunjukkan welas asih diri berkontribusi sebesar 54% kepada empati, dan efikasi diri konseling berkontribusi sebesar 46,6% kepada empati, ini menunjukkan bahwa welas asih diri dan efikasi diri konseling berhubungan dengan empati. pentingnya memiliki dan meningkatkan welas asih diri dan efikasi diri konseling untuk meningkatkan empati pada mahasiswa BK tingkat akhir. Penelitian ini memperkaya model teoritis yang menjelaskan pembentukan dan pengembangan empati, khususnya dalam konteks bimbingan dan konseling. Dengan memahami bagaimana welas asih diri dan efikasi diri konseling berkontribusi pada empati.

Kata kunci: Welas asih diri, Efikasi Diri Konseling, dan Empati

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-compassion and counseling self-efficacy on empathy in final-year guidance and counseling students of UNJ and UNTIRTA class of 2021. This study is a quantitative correlational study. The data analysis techniques used are multiple correlation analysis and multiple regression. The population in this study were 71 final-year guidance and counseling students of UNJ class of 2021 and 88 final-year guidance and counseling students of UNTIRTA class of 2021, resulting in a total of 159 students. Meanwhile, the sample in this study used the entire population and included in the saturated or census sampling technique. Data collection in this study used three instruments: the first, the self-compassion scale (SCS) developed by (K. D. Neff et al., 2019), the second, the counseling self-estimate inventory (COSE) developed by (Larson, 1990), and the third, the empathy assessment scale (EAS) developed by (Malakcioglu, 2022), where all three instruments have been tested for validity and reliability. The results of this study show that: (1) there is a significant positive relationship between self-compassion and empathy ($t \text{ count} = 3.689 > 1.974$ and $\text{sig value } 0.002 < 0.05$) (2) there is a significant positive relationship between counseling self-efficacy and empathy ($t \text{ count} = 4.043 > 1.974$ and $\text{sig value } 0.003 < 0.05$), (3) there is a significant positive relationship between self-compassion and counseling self-efficacy together with empathy ($\text{Empathy} = 55.005 + 0.029 (\text{self-compassion}) + 0.034 (\text{counseling self-efficacy})$). Implications: the results of this study show that self-compassion contributes 54% to empathy, and counseling self-efficacy contributes 46.6% to empathy, this shows that self-compassion and counseling self-efficacy are related to empathy. The importance of developing and enhancing self-compassion and counseling self-efficacy to enhance empathy in final-year guidance and counseling students. This research enriches the theoretical model that explains the formation and development of empathy, particularly in the context of guidance and counseling. By understanding how self-compassion and counseling self-efficacy contribute to empathy.

Keywords: Self-Compassion, Counseling Self-Efficacy, and Empathy

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Lengkap : Aliva Karina Muyassar

NIM : 1108822006

Tempat/Tanggal Lahir : Bekasi, 12 Juni 1998

Program : Magister

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Dengan ini menyatakan bahwa tesis dengan judul “Hubungan Welas Asih Diri Dan Efikasi Diri Konseling Dengan Empati Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Tingkat Akhir” merupakan karya sendiri tidak mengandung plagiat dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila ditemukan di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 17 Juli 2025

Yang menyatakan,



Aliva karina Muyassar

NIM. 1108822006

PERNYATAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Aliva Karina Muyassar

No Registrasi : 1108822006

Menyatakan bahwa saya telah mempublikasi hasil penelitian Tesis saya sebagai berikut:

1. Aliva Karina Muyassar, Happy Karlina Marjo, Eka Wahyuni. (2025). Hubungan *Self-Compassion* dan Empati Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Tingkat akhir. Berdasarkan hasil review, artikel tersebut dinyatakan diterima untuk dipublikasikan di jurnal pada Volume 7, Nomor 1, Tahun 2026. Artikel tersebut akan tersedia secara online di Link <https://jurnalalkhairat.org/ojs/index.php/jkpi> .
2. Desiminasi “*The Relationship Between Self-Compassion And Counseling Self-Efficacy With Empathy In Final-Level Guidance And Counseling Students: A Literature Review*”. ICST 2025 UNESA.

Jakarta, 17 Juli 2025



Aliva Karina Muyassar

NIM. 1108822006



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: 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 : Aliva Karina Muyassar
NIM : 1108822006
Fakultas/Prodi : FIP / Bimbingan Konseling
Alamat email : Yanasa12698@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Hubungan welas Asih Diri dan Efikasi Diri Konseling
Dengan Empati Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling
Tingkat Akhir Angkatan 2021

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 15 Agustus 2025

Penulis

(Aliva Karina Muyassar)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur yang tak terhingga kepada Allah SWT, yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang yang senantiasa memberikan kesehatan dan kesempatan kepada penulis. Pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan penyusunan tesis yang berjudul “Hubungan Welas Asih Diri Dan Efikasi Diri Konseling Terhadap Empati Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Tingkat Akhir”.

Tesis ini ditulis dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan pada Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta (UNJ).

Penulis menyadari bahwa tesis ini dapat diselesaikan berkat dukungan dan bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis berterimakasih kepada semua pihak yang secara langsung maupun tidak langsung memberikan kontribusi dalam penyelesaian tesis ini. Secara khusus pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Aip Badrujaman, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.
2. Dr. Eka Wahyuni, MAAPD selaku Koordinator Program Magister Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.
3. Terima kasih kepada Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktunya memberikan masukan dukungan kepada penulis sehingga dapat sampai pada tahap ini.
4. Bapak dan ibu dosen pengajar program studi bimbingan dan konseling di pascasarjana UNJ yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi penulis selama mengikuti perkuliahan.
5. Kedua orang tua penulis serta keluarga besar yang selalu memberikan dukungan baik moril dan materil kepada penulis juga do'a yang selalu dipanjatkan kepada Allah SWT, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini dengan baik.
6. Suami dan anakku tersayang yang selalu sabar dan ikhlas mendukung setiap proses yang dilalui selama perkuliahan ini, walau jadi semakin sedikit waktu untuk bersama.
7. Rasa Hormat dan terima kasih kepada Kaprodi BK S1 UNJ, Kaprodi BK S1 UNTIRTA serta seluruh mahasiswa yang sudah ikut andil didalam penelitian ini.

8. Terima kasih kepada Perpustakaan Pascasarjana yang telah menyediakan fasilitas dan sumber daya yang sangat membantu dalam penelitian ini.
9. Terima kasih kepada teman-teman seperjuangan Mahasiswa S2 BK 2022 dan 2023 yang saling menyemangati, memotivasi, dan saling berbagi informasi dan pengetahuan.

Semoga bantuan dan jasa baik yang telah diberikan kepada penulis mendapat balasan dari Allah SWT., Penulis telah berusaha dengan semaksimal mungkin dalam menyelesaikan tesis ini, namun penulis menyadari tesis ini masih terdapat kekurangan, baik dari segi isi maupun tata bahasa, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan tesis ini. Kiranya isi tesis ini dapat bermanfaat bagi kita semua khususnya dalam memperkaya Ilmu Pendidikan di bidang Bimbingan dan Konseling.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih

Jakarta, 17 Juli 2025

Aliva Karina Muyassar

NIM. 1108822006

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
ABSTRACT.....	ii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH	iii
PERNYATAAN PUBLIKASI.....	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Pembatasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah.....	10
E. Manfaat Penelitian	10
1. Secara Teoritis	10
2. Secara Praktis.....	11
F. <i>State of the Art</i> Penelitian	11
BAB II.....	14
KAJIAN PUSTAKA.....	14
A. Kajian Teori	14
1. Empati.....	14
a. Empati	14
b. Dimensi Empati	17
c. Faktor – Faktor Empati	17
2. Welas asih diri (<i>Self-Compassion</i>).....	18
a. Definisi Welas asih diri (<i>Self-Compassion</i>)	18
b. Komponen Welas asih diri.....	19

a. Definisi Efikasi Diri Konseling.....	20
b. Efikasi Diri untuk Empati Mahasiswa Bimbingan dan konseling	21
c. Faktor yang dapat menentukan Efikasi Diri konseling	22
B. Kerangka Berpikir.....	23
C. Hipotesis	30
BAB III	31
METODOLOGI PENELITIAN.....	31
A. Metode dan Desain Penelitian	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
C. Populasi dan Sampel Peneliti.....	32
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	33
1. Welas asih diri.....	33
2. Efikasi Diri Konseling	34
3. Empati	34
E. Teknik Pengumpulan Data.....	35
1. Skala <i>Self-Compassion Scale</i> (SCS)	35
2. Skala <i>Counselling Self Estimate Inventory</i> (COSE)	36
3. Skala <i>Empathy Assessment Scale</i> (EAS)	37
F. Teknik Analisis Data	38
G. Uji Instrumen Penelitian	40
H. Uji Hipotesis	40
BAB IV	42
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	42
A. Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	42
B. Analisis Deskriptif	42
C. Uji Prasyarat Analisis	51
D. Pembahasan Hasil Penelitian	71
E. Keterbatasan Penelitian.....	78
BAB V	79
KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	79
A. KESIMPULAN.....	79
B. IMPLIKASI	79
C. REKOMENDASI	80

DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN.....	91
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	106



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	29
-------------------------------------	----



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Populasi Penelitian Mahasiswa BK Tingkat Akhir UNJ	32
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Welas asih diri	36
Tabel 3. 3 Rumus Kategorisasi Self-Compassion Scale	36
Tabel 3. 4 Blue Print Counselling Self Estimate Inventory (COSE)	37
Tabel 3. 5 Rumus Kategorisasi Counselling Self Estimate Inventory	37
Tabel 3. 6 Blue Print Empathy Assessment Scale (EAS)	38
Tabel 3. 7 Rumus Kategorisasi Empathy Assessment Scale	38
Tabel 4. 1 Demografi Mahasiswa BK Tingkat Akhir UNJ dan UNTIRTA Angkatan 2021 yang diperoleh pada bulan Mei 2025	42
Tabel 4. 2 Pedoman Kategori Variabel X1	43
Tabel 4. 3 Hasil Distribusi Frekuensi Welas asih diri	43
Tabel 4. 4 Data Welas asih diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling UNJ dan UNTIRTA	43
Tabel 4. 5 Data Welas asih diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling	44
Tabel 4. 6 Data Welas asih diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling	45
Tabel 4. 7 Pedoman Kategori Variabel X2	45
Tabel 4. 8 Hasil Distribusi Frekuensi Efikasi Diri Konseling	46
Tabel 4. 9 Data Efikasi Diri Konseling Mahasiswa Bimbingan dan Konseling UNJ dan UNTIRTA	46
Tabel 4. 10 Data Efikasi Diri Konseling Mahasiswa Bimbingan dan Konseling UNJ dan UNTIRTA Per-indikator	47
Tabel 4. 11 Data Efikasi Diri Konseling Mahasiswa Bimbingan dan Konseling	48
Tabel 4. 12 Pedoman Kategori Variabel Y	48
Tabel 4. 13 Hasil Distribusi Frekuensi Empati	49
Tabel 4. 14 Data Empati Mahasiswa Bimbingan dan Konseling UNJ dan UNTIRTA	49
Tabel 4. 15 Data Empati Mahasiswa Bimbingan dan Konseling UNJ dan UNTIRTA	50
Tabel 4. 16 Data Empati Mahasiswa BK	51
Tabel 4. 17 Hasil Uji Normalitas UNJ	52
Tabel 4. 18 Hasil Uji Normalitas UNTIRTA	53
Tabel 4. 19 Hasil Uji Normalitas Keseluruhan	54
Tabel 4. 20 Hasil Uji Linearitas welas asih diri (X1) dengan Empati (Y) UNJ	55
Tabel 4. 21 Hasil Uji Linearitas efikasi diri konseling (X2) dengan empati (Y) UNJ	55
Tabel 4. 22 Hasil Uji Linearitas Self Compassion (X1) dan Empati (Y) UNTIRTA	56
Tabel 4. 23 Hasil Uji Linearitas efikasi diri konseling (X2) dengan empati (Y) UNTIRTA	56
Tabel 4. 24 Hasil Uji Linearitas welas asih diri (X1) dan Empati (Y) Keseluruhan	57
Tabel 4. 25 Hasil Uji Linearitas Efikasi diri konseling (X2) dan Empati (Y) Keseluruhan	57
Tabel 4. 26 Hasil Uji Multikolinearitas UNJ	58
Tabel 4. 27 Hasil Uji Multikolinearitas UNTIRTA	59
Tabel 4. 28 Hasil Uji Multikolinearitas Keseluruhan	59
Tabel 4. 29 Hasil Uji Heteroskedastisitas UNJ	60
Tabel 4. 30 Hasil Uji Heteroskedastisitas UNTIRTA	61
Tabel 4. 31 Hasil Uji Heteroskedastisitas Keseluruhan	61

Tabel 4. 32 Hasil Korelasi Regresi Linier Berganda UNJ.....	62
Tabel 4. 33 Hasil Korelasi Regresi Linear Berganda UNTIRTA.....	63
Tabel 4. 34 Hasil Korelasi Regresi Linear Berganda Keseluruhan	64
Tabel 4. 35 Hasil Uji t UNJ	65
Tabel 4. 36 Hasil Uji t UNTIRTA	65
Tabel 4. 37 Hasil Uji t Keseluruhan.....	66
Tabel 4. 38 Hasil Uji f UNJ	67
Tabel 4. 39 Hasil Uji f UNTIRTA.....	68
Tabel 4. 40 Hasil Uji f Keseluruhan	68
Tabel 4. 41 Hasil Uji Koefisien Determinasi UNJ	69
Tabel 4. 42Hasil Uji Koefisien Determinasi UNTIRTA	69
Tabel 4. 43Hasil Uji Koefisien Determinasi Welas asih diri dan Empati.....	70
Tabel 4. 44Hasil Uji Koefisien Determinasi Efikasi Diri Konseling dan Empati	70
Tabel 4. 45 Hasil Uji Koefisien Determinasi Keseluruhan.....	71



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian	92
Lampiran 2 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	94
Lampiran 3 Izin Penggunaan Instrumen	96
Lampiran 4 Lembar Penilaian Ahli.....	98
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	100
Lampiran 6 Hasil Verifikasi Desiminasi dan Artikel Ilmiah	102
Lampiran 7 Loa Jurnal.....	103
Lampiran 8 Loa Diseminasi.....	104
Lampiran 9 Sertifikat Diseminasi	105

