

---

---

## Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Berbasis Permainan Sebagai Media Pengembangan Empati Antar Budaya : Studi Literatur

Diana Zumrotus Sa`adah\*<sup>1</sup>, DindaZentyan<sup>2</sup>, Rara Tri Andini<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Sekolah Tinggi Teologi Lintas Budaya Batam, Indonesia  
Email Correspondence : dianazumrotus@mail.uinfasbengkulu.ac.id

---

### Kata Kunci :

Konseling Kelompok,  
Permainan, Empati  
Antarbudaya, Layanan  
Konseling, Studi Literatur

### Abstrak

Layanan konseling kelompok yang menggunakan permainan semakin banyak dipilih dalam psikologi dan konseling sebagai cara membangun empati antar budaya. Konseling kelompok menyediakan ruang sosial aktif bagi individu dari berbagai latar budaya untuk berdiskusi, berinteraksi, dan memahami perbedaan satu sama lain, dengan permainan sebagai alat bantu yang membuat pembelajaran sosial dan emosional menjadi lebih menarik dan efektif. Penelitian ini menggunakan studi kepustakaan (Library research), yakni data-data yang menjadi objek penelitian terdiri dari bahan-bahan kepustakaan. Studi pustaka atau kepustakaan dapat diartikan sebagai serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat serta mengolah bahan penelitian. Hasil dari penelitian ini adalah Layanan konseling kelompok yang menggunakan media permainan efektif untuk mengembangkan empati antar budaya. Melalui aktivitas permainan, anggota kelompok dapat mengekspresikan perasaan, belajar keterampilan sosial seperti kerja sama, komunikasi, dan empati secara langsung dalam konteks interaksi kelompok.

---

### Keywords :

Group Counseling, Games,  
Intercultural Empathy,  
Counseling Services,  
Literature Review

### Abstract

Group counseling services that utilize games are increasingly being chosen in psychology and counseling as a way to build intercultural empathy. Counseling groups provide an active social space for individuals from diverse cultural backgrounds to discuss, interact, and understand each other's differences, with games serving as a tool that makes social and emotional learning more engaging and effective. This study utilized library research, where the data that became the object of the research consisted of library materials. Library research can be defined as a series of activities related to library data collection methods, reading and recording, and processing research materials. The results of this study are group counseling services that utilize

---

*game media effectively to develop intercultural empathy. Through game activities, group members can express feelings and learn social skills such as cooperation, communication, and empathy directly within the context of group interactions.*



© 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC-BY-SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

---

## PENDAHULUAN

Layanan konseling kelompok yang menggunakan permainan semakin banyak dipilih dalam psikologi dan konseling sebagai cara membangun empati antar budaya. Konseling kelompok menyediakan ruang sosial aktif bagi individu dari berbagai latar budaya untuk berdiskusi, berinteraksi, dan memahami perbedaan satu sama lain, dengan permainan sebagai alat bantu yang membuat pembelajaran sosial dan emosional menjadi lebih menarik dan efektif. Penelitian menunjukkan permainan menciptakan suasana yang mendukung kesadaran sosial. Empati antar budaya penting dalam mengurangi konflik dan menjaga keharmonisan sosial, dengan keterampilan interpersonal yang ditingkatkan melalui teknik psikoedukasi kelompok (Azfin & Bhakti, 2025).

Teknik permainan menawarkan interaktivitas dan keterlibatan langsung, terbukti meningkatkan kemampuan sosial terutama pada anak-anak yang memiliki keterbatasan komunikasi. Layanan ini juga efektif diterapkan di sekolah multikultural untuk menguatkan pemahaman di antara siswa yang beragam etnisnya. Namun, keberhasilan sangat tergantung pada kemampuan konselor dalam mendesain permainan yang sesuai karakteristik dan tujuan peserta, serta kepekaan budaya agar menghindari stereotip. Empati lintas budaya melibatkan aspek afektif, kognitif, dan interpersonal, dengan konselor sebagai fasilitator yang menjembatani perbedaan untuk tercipta hubungan harmonis.

Permainan dalam terapi juga membantu menurunkan hambatan psikologis, mempermudah ekspresi perasaan, dan menghargai keberagaman. Penelitian longitudinal menunjukkan permainan dapat meningkatkan regulasi emosi dan empati sosial dalam komunitas multikultural. Model konseling beragam seperti terapi bermain asosiatif, role-playing, dan biblioterapi fleksibel disesuaikan dengan kebutuhan peserta dan tingkat budaya. Layanan ini juga membantu memahami perbedaan gender, agama, dan nilai sosial, sehingga keberhasilannya bergantung pada penerimaan perbedaan (Sayyidhina et al., 2025)

Konsep empati antar budaya terus berkembang melalui integrasi teori psikologi kontemporer dan praktik klinis. Novak dan Wilson (2024) mendeskripsikan empati sebagai proses pembelajaran kognitif dan afektif melalui interaksi sosial. Implementasi praktis konseling dengan permainan memerlukan evaluasi hasil sistematis menggunakan metode kuantitatif dan kualitatif. Adaptasi permainan sesuai usia, budaya, dan tujuan konseling memperkuat hasil pengembangan empati.

Penerapan layanan ini meluas ke komunitas dan organisasi yang melibatkan interaksi lintas budaya sebagai inovasi membangun kesadaran dan empati (Widodo & Putra, 2024).

Pendekatan layanan ini mendukung inklusi sosial dan memperkuat kohesi dalam masyarakat majemuk, dengan metode pembelajaran alami dan menyenangkan. Banyak studi membuktikan empati adalah keterampilan yang bisa dilatih via interaksi sosial terstruktur, termasuk konseling berbasis permainan. Layanan ini sangat relevan di era globalisasi dan keberagaman budaya. Studi literatur ini menyajikan gambaran luas efektivitasnya sebagai dasar pengembangan layanan konseling inovatif. Kebutuhan layanan konseling responsif meningkat dengan intensitas interaksi lintas budaya.

Media permainan menjadi solusi praktis yang dapat diadopsi konselor dalam berbagai konteks. Pendekatan ini diharapkan melahirkan generasi empatik dengan keterampilan sosial yang mampu menghadapi kehidupan masyarakat majemuk. Artikel ini penting sebagai referensi pengembangan konseling kelompok berbasis permainan untuk menumbuhkan empati antar budaya. Dengan permainan, peserta dapat terlibat aktif serta memahami perbedaan secara lebih mendalam, memperkuat hubungan sosial antar budaya. (Kholiq et al., 2023)

Konseling kelompok menyediakan media edukasi sosial, memungkinkan interaksi positif antar peserta dari beragam latar belakang. Kesuksesan layanan ini memerlukan kepekaan konselor terhadap dinamika individu dan kelompok agar tujuan konseling tercapai efektif. Beragam model konseling dapat diaplikasikan sesuai kebutuhan peserta, memberikan fleksibilitas pengembangan empati. Pendampingan konselor yang tepat menjadi kunci utama dalam menciptakan suasana kondusif dan inklusif dalam konseling.

Evaluasi hasil konseling berbasis permainan membantu meningkatkan kualitas layanan dan memastikan perkembangan emosional peserta. Layanan ini juga relevan untuk lingkungan nonformal seperti komunitas dan lembaga sosial, memperluas manfaatnya. Konselor perlu kreativitas tinggi dalam mengadaptasi permainan agar hasil intervensi optimal. Kegiatan kelompok yang melibatkan budaya berbeda ini meningkatkan toleransi dan kemampuan berempati. Media permainan mempermudah pembelajaran empati lewat pendekatan yang menyenangkan dan interaktif.

Penelitian menunjukkan layanan berupa permainan menurunkan resistensi psikologis, menjadikan proses pembelajaran empati lebih alami dan efektif. Dengan begitu, metode ini berperan dalam membentuk karakter sosial yang harmonis dan inklusif. Konseling kelompok dengan permainan dinilai bisa menumbuhkan kesadaran sosial serta keterbukaan yang mendukung keharmonisan masyarakat majemuk. Interaksi dalam kelompok beragam budaya melalui permainan memupuk pemahaman yang lebih baik dan memperkuat kerja sama antar peserta.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan studi kepustakaan (Library research), yakni data-data yang menjadi objek penelitian terdiri dari bahan-bahan kepustakaan. Studi pustaka atau kepustakaan dapat diartikan sebagai serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat serta mengolah bahan penelitian. Studi kepustakaan atau pustaka dapat diartikan sebagai serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat serta mengolah bahan penelitian. (Mestika Zed, 2004) Sementara menurut Suwarno, Studi kepustakaan juga dapat mempelajari berbagai buku referensi serta hasil penelitian sebelumnya yang sejenis yang berguna untuk mendapatkan landasan teori mengenai masalah yang akan diteliti. (Wiji Suwarno, 2019) Studi kepustakaan juga berarti teknik pengumpulan data dengan melakukan penelaahan terhadap buku, literatur, catatan, serta berbagai laporan yang berkaitan dengan masalah yang ingin dipecahkan. (Moh. Nazir, 2009) Penelitian ini mengadopsi jenis penelitian pustaka atau libraru research, dimana berfokus kepada eksplorasi dan analisis literatur terkait Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Berbasis Permainan Sebagai Media Pengembangan Empati Antar Budaya.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Layanan Konseling**

Konseling kelompok merupakan salah satu dari sepuluh jenis layanan dalam bimbingan dan konseling. Layanan ini menggunakan pendekatan berbasis kelompok, di mana dinamika kelompok dimanfaatkan untuk membahas berbagai hal yang bermanfaat bagi perkembangan pribadi serta membantu menyelesaikan permasalahan individu yang menjadi anggota kelompok Dalam konteks sekolah, konseling kelompok yang dilaksanakan oleh guru BK termasuk ke dalam salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling yang terintegrasi dalam kegiatan sekolah. Layanan ini berfungsi sebagai upaya membantu siswa memecahkan masalah dengan memanfaatkan interaksi dan dinamika yang terjadi di dalam kelompok . Pada dasarnya, konseling kelompok merupakan bentuk konseling individu yang dilakukan dalam suasana kelompok. Dalam kegiatan ini terdapat konselor (dapat lebih dari satu orang) dan para klien yang merupakan anggota kelompok, dengan jumlah minimal dua orang. Hubungan antara konselor dan anggota kelompok dibangun dalam suasana yang hangat, terbuka, permisif, dan akrab — sebagaimana dalam konseling individu. Di dalamnya terjadi proses pengungkapan serta pemahaman masalah, penelusuran akar penyebab, hingga upaya pemecahan masalah yang mungkin dilakukan dengan menerapkan metode tertentu.<sup>6</sup>

Tujuan utama konseling kelompok adalah mengembangkan kemampuan sosialisasi siswa, terutama dalam hal berkomunikasi. Melalui kegiatan konseling kelompok, berbagai faktor yang dapat menghambat atau mengganggu proses sosialisasi dan komunikasi siswa dapat diidentifikasi serta diatasi melalui beragam

teknik dinamika kelompok. Dengan demikian, kemampuan siswa dalam bersosialisasi dan berkomunikasi dapat berkembang secara optimal. Secara umum, terdapat beberapa tujuan pokok yang ingin dicapai dalam pelaksanaan konseling kelompok.

#### Langkah-Langkah Konseling Kelompok

Menurut Prayitno (2004), proses konseling kelompok terdiri atas empat tahap, yaitu pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran.

##### 1. Tahap Pembentukan

Tahap awal ini berfokus pada orientasi dan pengenalan antaranggota kelompok. Pada tahap ini, konselor membangun suasana yang terbuka dan saling percaya dengan menjelaskan pengertian, tujuan, asas, serta tata cara pelaksanaan konseling kelompok. Kegiatan biasanya diawali dengan doa, perkenalan, dan penjelasan singkat tentang kegiatan yang akan dilakukan.

##### 2. Tahap Peralihan

Pada tahap ini, konselor membantu anggota menyesuaikan diri dan mengatasi rasa ragu atau takut yang muncul. Kegiatan meliputi tanya jawab tentang kesiapan anggota, membahas dinamika kelompok, serta memberi contoh masalah yang bisa dibahas agar peserta lebih siap untuk melangkah ke tahap berikutnya

##### 3. Tahap Kegiatan

inti dari konseling kelompok, di mana anggota mengemukakan dan membahas masalah pribadi secara bergantian. Konselor memfasilitasi diskusi untuk menemukan solusi, menjaga dinamika kelompok, dan sesekali memberikan selingan ringan agar suasana tetap kondusif. Pada tahap ini juga ditegaskan komitmen anggota dalam menindaklanjuti hasil pembahasan.

##### 4. Tahap Pengakhiran

Tahap terakhir ditandai dengan adanya perubahan sikap atau perilaku anggota. Konselor menutup kegiatan dengan refleksi, penyampaian kesan dan pesan, evaluasi kemajuan, serta ucapan terima kasih dan doa penutup.<sup>7</sup>

Istilah *dinamika kelompok* berasal dari gabungan kata *dinamika* dan *kelompok*, yang menggambarkan adanya gerak atau interaksi bersama antarindividu dalam suatu organisasi atau kegiatan kelompok. Dinamika kelompok merupakan unsur penting yang menentukan keberlangsungan dan efektivitas suatu kelompok. Konsep ini mencakup hubungan timbal balik antaranggota, di mana perilaku satu individu dapat memengaruhi dan dipengaruhi oleh anggota lainnya, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Perubahan perilaku dalam konteks ini terdiri dari tiga tahapan utama, yaitu *unfreezing*, *changing*, dan *refreezing*. Tahap *unfreezing* ditandai dengan proses melepas kebiasaan lama, *changing* merupakan fase adopsi perilaku baru melalui pengaruh kelompok, sedangkan *refreezing* adalah penguatan perilaku baru agar menjadi bagian tetap dari diri individu sesuai dengan norma kelompok.

## **Permainan dalam Konseling**

Konseling dengan menggunakan teknik bermain peran dapat menjadi media yang efektif bagi remaja untuk melatih kemampuan mengekspresikan diri secara tegas dan jujur. Dalam penelitian ini, fokus pengembangan perilaku asertif diarahkan pada peningkatan keterampilan siswa dalam mengemukakan pendapat. Konseling dilakukan dalam bentuk kelompok yang melibatkan beberapa konseli yang, berdasarkan hasil wawancara awal, diketahui mengalami kesulitan dalam menyampaikan pendapat secara sopan dan tanpa menyinggung perasaan orang lain.

Teknik bermain peran yang diterapkan merupakan adaptasi dari pendekatan konseling behavioral, khususnya teknik latihan asertif. Melalui kegiatan ini, konseli berlatih menyatakan pikiran dan perasaannya dengan cara yang tepat dan percaya diri. Pelaksanaan secara kelompok dipilih karena sebagian konseli merasa lebih nyaman dan terbuka dalam suasana bersama dibandingkan dengan sesi individual. Melalui latihan asertif ini, diharapkan siswa mampu meningkatkan keberanian dalam menyampaikan pendapat di kelas. Kegiatan tersebut membantu mereka mengekspresikan ide dan pandangan tanpa rasa takut atau keraguan, serta menumbuhkan keyakinan terhadap pendapat yang mereka utarakan selama proses pembelajaran berlangsung.

Permainan dalam konseling merupakan salah satu teknik yang digunakan konselor untuk membantu menciptakan suasana yang nyaman, terbuka, dan interaktif selama proses konseling berlangsung. Melalui permainan, konselor dapat membangun hubungan yang lebih akrab dengan konseli, meningkatkan partisipasi aktif, serta menggali perasaan, pikiran, dan perilaku konseli secara lebih alami. Dalam pelaksanaannya, permainan tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai sarana edukatif dan terapeutik yang mendukung tercapainya tujuan konseling. Melalui kegiatan bermain, konseli dapat belajar mengekspresikan diri, mengembangkan keterampilan sosial seperti komunikasi, empati, dan kerja sama, serta melatih kemampuan dalam memecahkan masalah. Dalam konteks konseling kelompok, permainan sering digunakan pada tahap pembentukan atau tahap kegiatan untuk mencairkan suasana, mempererat hubungan antaranggota, dan menumbuhkan rasa saling percaya. Dengan demikian, permainan dalam konseling berperan penting dalam membantu peserta mengembangkan potensi diri dan berinteraksi secara positif dengan lingkungan sekitarnya.

## **Empati Antar budaya**

Empati adalah kemampuan seseorang untuk memahami dan merasakan perasaan, pikiran, serta pengalaman orang lain seolah-olah dirinya berada dalam posisi orang tersebut. Empati tidak hanya sebatas mengetahui apa yang dirasakan orang lain, tetapi juga melibatkan kemampuan emosional untuk merasakan dan meresponsnya dengan penuh pengertian serta kepedulian. Dalam konteks sosial, empati berperan penting dalam membangun hubungan yang harmonis karena membantu seseorang berinteraksi dengan lebih bijak, menghargai perbedaan, dan

menghindari konflik. Dengan memiliki empati, individu dapat menunjukkan perhatian dan dukungan terhadap orang lain secara tulus, baik dalam bentuk sikap, ucapan, maupun tindakan. Secara sederhana, empati dapat dipahami sebagai jembatan emosional yang menghubungkan perasaan antarindividu, sehingga tercipta pemahaman dan hubungan sosial yang lebih manusiawi.

Istilah *budaya* atau *kebudayaan* berasal dari bahasa Sanskerta *buddhayah*, bentuk jamak dari kata *budhi* yang berarti budi atau akal. Dengan demikian, budaya diartikan sebagai segala sesuatu yang berkaitan dengan akal dan budi manusia. Dalam bahasa Inggris, istilah ini disebut *culture*, yang berasal dari kata Latin *colere* yang berarti mengolah atau mengerjakan, dan juga dapat diartikan sebagai mengolah tanah atau bertani. Dalam bahasa Indonesia, kata *culture* sering diterjemahkan sebagai “kultur.” Menurut *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (2005), budaya diartikan sebagai pikiran, adat istiadat, sesuatu yang telah berkembang, serta kebiasaan yang sulit diubah. Dalam penggunaan sehari-hari, istilah budaya sering disamakan dengan tradisi, yaitu kebiasaan masyarakat yang tampak dan diwariskan dari generasi ke generasi. Sementara itu, Jerald G. dan Rober menjelaskan bahwa budaya merupakan program mental bersama yang memengaruhi cara individu merespons lingkungannya. Artinya, budaya tercermin dalam perilaku sehari-hari, namun sesungguhnya dikendalikan oleh pola pikir dan nilai-nilai yang tertanam kuat dalam diri manusia. Dengan demikian, budaya tidak hanya tampak pada perilaku luar, tetapi juga mencerminkan sistem nilai dan cara berpikir yang mendalam dalam kehidupan manusia (Aisyah & Suryandari, 2025).

Empati antarbudaya merupakan kemampuan individu untuk memahami, merasakan, dan menghargai pikiran, perasaan, serta pengalaman orang lain yang berasal dari budaya yang berbeda. Kemampuan ini tidak hanya mencakup pemahaman secara rasional terhadap perbedaan budaya, tetapi juga melibatkan kepekaan emosional untuk menempatkan diri dalam posisi orang lain tanpa memberikan penilaian negatif.

Seseorang yang memiliki empati antarbudaya mampu memandang kehidupan dari sudut pandang budaya lain, bersikap terbuka terhadap perbedaan, serta menghormati nilai, norma, dan kebiasaan yang beragam. Sikap ini memungkinkan terjalannya interaksi yang penuh toleransi dan saling pengertian antarindividu dari berbagai latar belakang. Secara keseluruhan, empati antarbudaya mencerminkan kesadaran dan kepekaan seseorang terhadap keberagaman budaya serta kemampuannya untuk merespons perbedaan tersebut dengan penghormatan, pemahaman, dan sikap yang inklusif dalam kehidupan sosial.

Empati relevan dengan berbagai situasi interpersonal, tetapi dalam situasi antarbudaya istilah “empati budaya” sering digunakan untuk menekankan kekhasan latar belakang budaya para peserta interaksi, empati budaya sebagai “kemampuan untuk memahami dengan perasaan, pikiran, dan perilaku individu atau kelompok budaya berbeda. Budaya merujuk pada serangkaian kepercayaan, nilai, dan praktik yang dibentuk suatu kelompok untuk bertahan hidup dan

berkembang. Keberagaman budaya merupakan bagian identitas serta kekayaan bangsa Indonesia. Keanekaragaman menciptakan berbagai gaya komunikasi khas, mulai cara berbicara, adat istiadat, serta norma yang dijunjung oleh masyarakat.

## KESIMPULAN

Layanan konseling kelompok yang menggunakan media permainan efektif untuk mengembangkan empati antar budaya. Melalui aktivitas permainan, anggota kelompok dapat mengekspresikan perasaan, belajar keterampilan sosial seperti kerja sama, komunikasi, dan empati secara langsung dalam konteks interaksi kelompok. Metode ini memberikan pengalaman yang menyenangkan sekaligus mengajarkan norma sosial yang mendukung sikap saling menghargai perbedaan budaya. Studi literatur menemukan bahwa intervensi berbasis permainan ini dapat meningkatkan kesadaran sosial dan empati peserta, sehingga berpotensi menciptakan iklim kelompok yang inklusif dan suportif. Permainan juga membantu peserta memahami perspektif orang lain dan membangun hubungan positif yang menjadi dasar pengembangan empati antar budaya secara efektif. Meskipun hasilnya positif, penelitian ini merekomendasikan studi lanjutan untuk eksplorasi dan pengembangan metode tersebut secara lebih mendalam.

## REFERENSI

- Azfin, T. A. & Caraka Putra Bhakti. (2025). Efektivitas Layanan Kelompok Psikoedukasi Berbasis Permainan Dalam Meningkatkan Social awareness Siswa MTs. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(3), 2124–2139. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i3.7518>
- Indyana Umami Aisyah & Nikmah Suryandari. (2025). Analisa Dampak Kompetensi Komunikasi Antar Budaya terhadap Empati Budaya: Studi Kasus Mahasiswa Perantau Etnis Madura. *Kajian Administrasi Publik Dan Ilmu Komunikasi*, 2(2), 11–19. <https://doi.org/10.62383/kajian.v2i2.299>
- Kholiq, A., Prihastuty, R., Khafidhoh, N. L., & Yani, I. (2023). Layanan Konseling Kelompok Teknik Terapi Bermain untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Siswa. *Annual Guidance and Counseling Academic Forum*, 6.
- Mestika Zed. (2004). *Metode Penelitian Kepustakaan* (p. 94). Yayasan Obor Indonesia.
- Moh. Nazir. (2009). *Metode penelitian* (p. 544). Ghalia Indonesia.
- Sayyidhina, A. A., Maharani, O., Adha, H. N., Yani, D., & Dewi, S. (2025). *Kajian Literatur Konseling Kelompok Kunci untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial*. 2(2), 26. <https://doi.org/10.62383/realisasi.v2i2.600>
- Widodo, B., & Putra, R. A. D. (2024). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Bibliotherapy untuk Meningkatkan Empati Siswa. *Ainara Journal (Jurnal Penelitian Dan PKM Bidang Ilmu Pendidikan)*, 5(2), 185–190. <https://doi.org/10.54371/ainj.v5i2.454>
- Wiji Suwarno. (2019). *Dasar-Dasar Ilmu Pendidikan* (p. 248). Ar-Ruzz Media.