P ISSN : 2503 - 1708
E ISSN : 2722 - 7340

REALITA

Jurnal Bimbingan dan Konseling

JURNAL REALITA	VOLUME 11	NOMOR 2	EDISI Oktober 2026	P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340

Diterbitkan oleh:
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 11 Nomor 2 Edisi Oktober 2026 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita

REALITA

JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING

Penelitian dan Pengembangan Pendidikan

DEWAN REDAKASI

Pelindung : Rektor Universitas Pendidikan Mandalika
Penasehat : Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Penanggung Jawab : Ka. Program Studi Bimbingan dan Konseling

Editors in Chief

Hariadi Ahmad, M.Pd (Sinta ID: 259141) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Editors

Dr. I Made Sonny Gunawan, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6703866) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Prof. Dr. Arbin Janu Setiowati, M.Pd (SINTA ID: 6027283) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang, Malang, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Wiryo Nuryono, M.Pd (SINTA ID: 6003969) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Roro Umy Badriyah. M.Pd., Kons. (SINTA ID: 6672737) Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, Bali, Indonesia

Dr. Hasrul, S.PdI., M.Pd. (SINTA ID: 6894856) Pendidikan Guru Sekolah Dasar Institut Sains dan Pendidikan Kie Raha Maluku Utara, Ternate, Maluku Utara, Indonesia

Mustakim, M.Pd. (Sinta ID: 6875136) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Section Editors

Dr. Ari Khusumadewi, M.Pd (SINTA ID: 6011203) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Muthmainah, M.Pd (SINTA ID: 6040364) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

Dr. Hadi Gunawan Sakti, M.Pd (SINTA ID: 6110492) Teknologi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Dr. Haromain, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6158243) Admistrasi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Ahmad Muzanni, M.Pd (SINTA ID: 6074667) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Reviwers

Prof. Drs. Kusno, DEA., Ph.D, (SINTA ID: 6720430) Matematika Universitas Jember, Jember, Jawa Timur, Indonesia

Prof. Dr. Sutarto, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 5986995) Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Prof. Dr. Ahmad Sukri, S.Pd., M.Pd	(SINTA ID: 5986955) Pendidikan Biologi Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Prof. Dr. I Ketut Sukarma, M.Pd	Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Dr. A. Hari Witono, M.Pd. Kons	(SINTA ID: 6147134) Bimbingan dan Konseling Pendidikan Dasar Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Dr. Asep Sahrudin, S.Pd., M.Pd.	(SINTA ID: 5978981) Pendidikan Mantematika Universitas Mathla'ul Anwar Banten, Banten, Indonesia
Dr. Uli Agustina Gultom, S.Pd., M.Pd.	(SINTA ID: 6665219) Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Borneo Tarakan, Kalimantan Utara, Indonesia
Dr. Suciati Rahayu Widyastuti, S.Pd., M.Pd.	(SINTA ID: 6697553) Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon, Cirebon, Jawa Barat, Indonesia
Dr. Gunawan, M.Pd.	(SINTA ID: 5980767) Pendidikan Fisika Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Ginanjar Nugraheningsih, S.Pd. Jas., M.Or.	(SINTA ID: 6725241) Pendidikan Jasmani Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia
Dewi Ariani, S.Pd., M.Pd	(SINTA ID: 6004815) Pendidikan Ekonomi Universitas Mahaputra M. Yamin Solok, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
Dr. Rahmawati M, S.Pd., M.Pd.	(SINTA ID: 6129818) Universitas Muhammadiyah Kendari, Sulawesi Tenggara, Indonesia
Dita Kurnia Sari, M.Pd	(SINTA ID: 6990169) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia
St. Muriati, S.Pd., M.Pd	(SINTA ID: 6113561) Pendidikan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Bosowa Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia
Indra Zultiar, S.Pd., M.Pd.	(SINTA ID: 6657679) Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia
M. Samsul Hadi, M.Pd	(SINTA ID: 6901605) Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
B. Fitria Maharani, M.Si	(SINTA ID: 6743948) Farmasi Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Aluh Hartati, M.Pd	(SINTA ID: 6789075) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Ahmad Zainul Irfan, M.Pd	(SINTA ID: 6663273) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Baiq Sarlita Kartiani, M.Pd	(SINTA ID: 6188156) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Dra. Ni Ketut Alit Suarti, M.Pd	(SINTA ID: 6165599) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Eneng Garnika, M.Pd	(SINTA ID: 6162854) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Farida Herna Astuti, M.Pd	(SINTA ID: 6162869) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Ichwanul Mustakim, M.Pd	(SINTA ID: 6797055) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Jessica Festi Maharani, M.Pd,	(SINTA ID: 6699324) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Lalu Jaswandi, M.Pd	(SINTA ID: 6190316) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Dr. Nuraeni, S.Pd., M.Si	(SINTA ID: 6166292) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Nurul Iman, M.Pd	(SINTA ID: 6168197) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
M. Najamuddin, M.Pd	(SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
M. Zainuddin, M.Pd	(SINTA ID: 6809112) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Dr. M. Chaerul Anam, M.Pd	(Sinta ID: 6102038) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Mujiburrahman, M.Pd	(SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Raden Fanny Printi Ardi, M.Sn.	(SINTA ID: 5992672) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Reza Zulaifi, M.Pd	(Sinta ID: 6809087) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Suharyani., M.Pd.	(SINTA ID: 6162836) Pendidikan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Copyedit dan Layout

Adam Bachtiar, S.Kom., M.Mt.	(SINTA ID: 5992965) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Akbar Juliansyah, ST., M.Mt.	(SINTA ID: 6070577) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Dewi Rayani, S.Psi., MA	(SINTA ID: 6178454) Kesehatan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Sarilah, S.PdI., M.Pd	(SINTA ID: 6189104) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Dr. Khairul Huda, S.Pd., M.Pd	(SINTA ID: 6663284) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Ni Made Sulastri, S.Pd., M.Pd	(SINTA ID: 6196335) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
Drs. I Made Gunawan, M.Pd	Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Alamat Redaksi:
Redaksi Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling (**JRbk**)
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Universitas Pendidikan Mandalika
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59 A Mataram Telp. (0370) 638991
Email : realita@undikma.ac.id
Web : e-journal.undikma.ac.id

Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling menerima naskah tulisan penulis yang original (belum pernah diterbitkan sebelumnya) dalam bentuk *soft file, office word document* dengan *Submission* lansung di akun penulis yang telah dibuat melalui:
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita/user/register

Diterbitkan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 11 Nomor 2 Edisi Oktober 2026 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita

DAFTAR ISI **Halaman**

Juliana, Khairul Huda, Ichwanul Mustakim, dan Abdurrahman
Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Mindfulness* Terhadap Kecemasan Akademik Siswa MTs NW Sembalun 285-294

Wendy Putra Marjado, Abdurrahman dan Ichawanul Mustakim
Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan *Teknik Cognitive Restructuring* terhadap Fear of Missing Out (Fomo) pada Siswa 295-317

Novika Amalia, I Made Gunawan, dan Sarilah
Hubungan Antara Cyberbullying di Media Sosial dengan Kecemasan Sosial pada Siswa SMP Negeri 17 Mataram 318-324

Emmanuella Cristina Gunawan, Pascha Apriniancy Saragih, Laura Putri Hawini, Atrianna Damul, Jesika Tritety, Esterina, dan Romiaty
Pendidikan Inklusi dan BK dalam Pendidikan Inklusi 325-336

Aluh Hartati, Hariadi Ahmad, dan Baiq Sarlita Kartiani
Pengaruh Teknik Video Edukasi Terhadap Kesadaran Empati pada Siswa Smpn 24 Mataram 337-349

Destri Aghnia Qintarani, Hasna Camillia, Lusiana Sekar Noorrahma, Nurani Istiqomah, dan Muhammad Rezza Septian
Pengaruh Media Sosial Terhadap Perkembangan Sosial dan Identitas Diri Siswa Kelas VIII SMPN 16 Cimahi 350-358

M. Farid Ramdani, Muhammad Catur Aryo Puspito, Fauzan Zaeni Zacky, dan M. Reza Septian
Hubungan Narasi Kesuksesan di Media Sosial Terhadap Kesiapan Karier Remaja dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling 359-375

Redinda Raysyah Rahmika, Farida Herna Astuti, Ahmad Muzanni, dan Mujiburrahman
Pengaruh Pendekatan Kognitif Terapi Terhadap Emosi Negatif Siswa SMPN 11 Mataram 376-385

Dito Putra Abdullah, Pangestu Cahya Dwi Sandy Mangku Atmojo, Dede Muhtar, dan Muhammad Rezza Septian
Peran Keterampilan Komunikasi Interpersonal Guru BK terhadap Efektivitas Layanan Bimbingan dan Konseling di SMAN 1 Ngamprah 386-406

M. Zainuddin, Reza Zulaifi, Khairul Huda, dan Ahmad Zainul Irfan
Efektivitas Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Games untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Teman Sebaya Siswa SD Negeri 2 Pringgajurang 407-415

Ichwanul Mustakim, Fathir Haris, dan Ani Endriani
Efektivitas Konseling Kelompok dengan Pendekatan Behavioristik dalam Mengubah Perilaku Negatif Menjadi Perilaku Positif pada Siswa SMPN 8 Satap Praya Barat 416-424

Desita Lia Monika, Intan Nur Aini, Nadya Ayu Maharani, Ditya Arum Pramesti, dan Ardityo Dharmawan
Makna Filosofis Siraman Sedudo dalam Membentuk Ketenangan Batin dan Kesadaran Sosial: Tinjauan Bimbingan dan Konseling 425-432

Saifuddin Akbar, Angelina, Calista Ramadhani Ersani, dan Ariqah Izdihar Masyithah
Relevansi Filosofi "Urip Mung Sawang Sinawang" dalam Bimbingan dan Konseling untuk Mengatasi Insecurity pada Mahasiswa 433-440

Niastanti Gulo, dan Antonius Ian Bayu Setiawan
Peningkatan Kematangan Karier Melalui Bimbingan Kelompok Teknik Role Play pada Peserta Didik SMA 441-451

Ghina Dhiya Zalfa, Warnanda Eka Saputri, Elya Anggun Wilujeng, Nadya Putri Salsabila, dan Pribadi Wahyu Santiko
Internalisasi Nilai Multikultural Sedekah Bumi di Dusun Sidolemu Sebagai Strategi Penguatan Karakter dalam Bimbingan dan Konseling 452-459

Faiza Salsabila, dan Ibrahim Alhakim
Profil Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X pada Sekolah Berbasis Asrama .. 460-472

Dian Putri Permatasari
Kecenderungan Penggunaan Tiktok Berlebihan pada Mahasiswa dan Dampaknya terhadap Proses Belajar 473-480

Sema Amalia, dan Shifa Sufya Aureliasari
Hubungan Komunikasi Keluarga dengan Kepekaan Sosial pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Semester 4 Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten 481-488

Adila Putri, Rahma Wira Nita, dan Rici Kardo
Rancangan Program Konseling Rational Emotive Behavior Therapy untuk Meminimalisir *Self-Harm* pada Peserta Didik di SMA Negeri 1 Sungai Rumbai 489-500

Rizka Nuruz Zahro, Richma Hidayati, dan Isyana Riya Umami
Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Murid Kelas X TO 3 SMK Negeri 2 Kudus 501-515

Silviana Herawati, dan Wiryo Nuryono
Adiksi Binge-Watching, Stres Akademik, dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Menengah Atas: Scoping Review 516-535

Nofalina Luhung, dan Yasintha Sari Pratiwi
Dinamika Psikologis Resiliensi Mahasiswi Pasca-Kehilangan Orang Tercinta: Sebuah Studi Eksploratif Menggunakan Metode Storyboard 536-545

Nur Kholifah, Richma Hidayati, dan Isyana Riya Umami
Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Media Mind Mapping untuk Meningkatkan Perencanaan Karir Murid Kelas XI TKR 4 SMK N 2 Kudus 546-560

Paulinus Alfrio Sonjaya, Romia Hari Susanti, dan Imam Ariffudin
Bimbingan Kelompok Teknik Role-Playing dalam Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal 561-572

Fathul Majid, Richma Hidayati, dan Isyana Riya Umami
Peningkatan *Self-Confidence* melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Cognitive Restructuring pada Murid Kelas X Teknik Otomotif 4 SMK Negeri 2 Kudus 573-583

Monatia Malik, Hasrul, dan Wachyudi Eksan
Eksplorasi Dampak Perilaku Bullying terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Siswa Sekolah Dasar di Kota Ternate 584-598

Nuraeni, dan Muhammad Iqbal
Pemetaan Disparitas Mutu Pendidikan Anak Usia Dini Berdasarkan Hasil Akreditasi antar Kabupaten/Kota di Nusa Tenggara Barat 599-612

Ni Nyoman Ayu Yuliantari, Lana Fauziah, Any Fatmawati, dan Amlul Maksud
Peningkatan Kesiapan Menghadapi Praktik Kerja Lapangan melalui Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing pada Siswa Kelas XI Bisnis Ritel 2 SMK Negeri 2 Mataram 613-630

Nidaan Khofia M, Rizki Agustiani Zain, dan Hariadi Ahmad
Peningkatan Kemampuan Regulasi Emosi dalam Mengatasi Konflik Melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing pada Siswa SMKN 2 Mataram 631-640

Anggrisa Eka Nur Trianuri, Anggi Septya Amanda, Annas Nurul Jannah, Arung Tirta Dwita Putri, Aulianke Putri Brelian, dan Sardulo Gembong
Analisis Studi Literatur Penerapan Computational Thinking dalam Meningkatkan Kemampuan Problem Solving Peserta Didik 641-652

Zakky Abdul Ghafur Zatnika, Wisnu Kurniawan, Muhammad Misbahul Huda, dan Siti Arifah
Efektivitas Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) untuk Mereduksi Nomophobia Siswa SMA 653-659

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 11 Nomor 2 Edisi Oktober 2026 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita
DOI: https://doi.org/10.33394/realita.v11i2.22313

PENGARUH TEKNIK VIDEO EDUKASI TERHADAP KESADARAN EMPATI PADA SISWA SMPN 24 MATARAM

Oleh:
Aluh Hartati*, Hariadi Ahmad, dan Baiq Sarlita Kartiani
Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika Mataram Nusa Tenggara Barat Indonesia
Bidang Studi Bimbingan dan Konseling Program Profesi Guru Pascasarjana dan Profesi Universitas Pendidikan Mandalika Mataram Nusa Tenggara Barat Indonesia
Email: aluhhartati@undikma.ac.id; hariadiahmad@undikma.ac.id; baiqsarlitakartiani@undikma.ac.id

*Corresponding Author
Info Artikel : Dikirim: 13-08-2026; Direview: 22-08-2026; Dipublis: 25-10-2026.
Cara Sitasi : Hartati. A., Ahmad. H., & Kartiani. S. B. 2026. Pengaruh Teknik Video Edukasi Terhadap Kesadaran Empati pada Siswa SMPN 24 Mataram. Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling, Volume 11 Nomor 2 Edisi Oktober 2026.

Abstrak. Teknik Vidio Edukasi adalah merupakan media pembelajaran yang dibuat dalam bentuk video yang berisi materi pelajaran yang dikemas secara menarik, interaktif dan bersifat mendidik. Sedangkan Empati adalah suatu kemampuan seseorang untuk mengenali, mempersepsi, serta merasakan perasaan orang lain yang disertai dengan ungkapan dan tindakan. Rumusan masalah peneliti adalah: Apakah Ada Pengaruh Teknik Video Edukasi Terhadap Kesadaran Empati Pada Siswa SMPN 24 Mataram? Sedangkan tujuan penelitian adalah untuk mengetahui Pengaruh Teknik Video Edukasi Terhadap Kesadaran Empati Pada Siswa SMPN 24 Mataram. Populasi dalam penelitian ini adaah siswa kelas VII SMPN 24 Mataram yang berjumlah 53 siswa yang terdiri dari kelas VIIA: 29 dan kelas VIIB 24 Siswa. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode eksperimen dengan *one group pre-test and post test design*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah Angket sebagai metode pokok dan Observasi, dokumentasi, serta Wawancara sebagai metode pelengka. Serta analisis data menggunakan analisis statistik dengan rumus *t-test*. hasil analisis data diperoleh (13,705> 2.365)hal ini menunjukan bahw nilai r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan jumlah N= 8 orang. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa" Ada hubungan antara Teknik Vidio Edukasi terhadap Kesadaran Empati Siswa SMPN 24 Mataram.

Kata kunci: *Vedio Edukasi, Kesadaran Empati*

PENDAHULUAN

Masa remaja seringkali dihubungkan dengan mitos dan *stereotip* mengenai penyimpangan dan ketidakwajaran. Hal tersebut dapat dilihat dari banyaknya teori-teori perkembangan yang membahas ketidakselarasan, gangguan emosi dan gangguan perilaku sebagai akibat tekanan-tekanan yang dialami remaja karena perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya maupun akibat perubahan baikdirumah, sekolah, atau lingkungan pertemananannya. Setelah anak memasuki usia remaja mereka memasuki masa goncang karena pertumbuhan yang cepat disegala bidang dan berjalan tidak seimbang, yang menyebabkan mereka mengalami kesukaran. Perubahan jasmani yang begitu cepat tersebut menimbulkan kecemasan bagi para remaja sehingga menimbulkan kegoncangan emosi,

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 11 Nomor 2 Edisi Oktober 2026 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita
DOI: https://doi.org/10.33394/realita.v11i2.22313

kecemasan dan kekhawatiran. Berdasarkan uraian di tersebut, jelas bahwa salah satu kelompok yang rentan untuk ikut terbawa arus adalah para remaja, karena remaja memiliki karakteristik yang unik dan labil, disamping remaja dalam proses mencari identitas atau proses mencari jati diri. Sehingga Remaja perlu mendapatkan perhatian dan penanganan yang serius dalam masalah pendidikan salah satunya dalam pendidikan formal.

Sekolah merupakan suatu lembaga pendidikan formal sebagai tempat penyelenggaraan proses belajar mengajar untuk membimbing, mendidik, melatih, dan mengembangkan potensi peserta didik untuk mencapai tujuan pendidikan. Namun kurangnya bimbingan di sekolah menyebabkan kurangnya kesadaran empati siswa.Siswa menjadi acuh tak acuh dan lebih suka hidup menyendiri. Oleh karena itu pelayanan bimbingan di sekolah sangat diperlukan agar siswa dapat meningkatkan kesadaran empati.Selain itu, hal yang juga tidak kalah pentingnya adalah upaya memfasilitasi siswa agar mampu mengembangkan potensi diri atau mencapai tugas-tugas perkembangannya. Salah satunya adalah kesadaran akan berempati.

Empati merupakan kemampuan untuk mengenal, mengerti dan merasakan perasaan orang lain dengan ungkapan verbal dan perilaku, dan mengkomunikasikan pemahaman tersebut kepada orang lain. (Taufik, 2012). Secara umum empati juga di artikan sebagai kemampuan seseorang untuk ikut merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain. Kurangnya kesadaran empati menyebakan disharmoni. Fenomena yang terjadi di lokasi yaitu siswa di sekolah lebih canderung bergaul sesuai dengan kelompok-kelompok kecil yang mereka bangun sendiri, sehingga siswa yang lain akan merasa di asingkan dari kelompok-kelompok tersebut. Salah satu contoh yang terjadi di sekolah adalah siswa-siswi yang merasa pintar akan bergaul dengan sesamanya dan begitu pula siswa-siswi yang nakal hanya akan bergaul dengan sesamanya. Banyak juga perkelahian yang timbul karena kurang sepemahaman.Hal tersebut terjadi karena kurangnya kesadaran empati siswa.

Berdasarkan hasil observasi awal di SMPN 24 Mataram, banyak permasalahan yang dialami oleh siswa di sekolah. Salah satu cara atau bentuk dari kurangnya kesadaran akan berempati seperti: sering terjadinya perkelahian, siswa saling ejek dan konflik antar siswa. Hal ini merupakan perbedaan sosial yang berpangkal pada ketidak mampuan memaknai perbedaan terutama pada aspek budaya, bahasa, gender, etnis, dan agama. Seringkali perbedaan dipicu oleh perbedaan gagasan, cara berpikir, persepsi, prestasi, minat, dan bakat. Akibatnya muncul sikap subjektif, tidak menghargai, meremehkan, memaksakan kehendak merasa paling benar, suka menyalahkan, egois, kecewa, dan marah apabila pendapatnya tidak diterima.

Dalam rangka menciptakan pembelajaran yang berkualitas dibutuhkan kesanggupan guru untuk mau mengembangkan model-model dan media pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa yang dihadapi. Juga dituntut adanya kreativitas dan kecerdasan guru yang tinggi untuk mengkreasikan sumber-sumber, objek-objek pembelajaran yang ada dan memanfaatkannya secara proposional dan menarik untuk mewujudkan suasana belajar peserta didik secara aktif, tenang, dan peserta didik mampu mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya. Kecenderungan pembelajaran yang kurang menarik merupakan hal yang wajar yang dialami oleh guru, yang tidak

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 11 Nomor 2 Edisi Oktober 2026 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita
DOI: https://doi.org/10.33394/realita.v11i2.22313

memahami kebutuhan dari siswa tersebut. Siswa menganggap bahwa belajar melalui video lebih mudah dibandingkan melalui teks sehingga mereka lebih terdorong untuk lebih aktif di dalam berinteraksi dengan materi.

Media video adalah media yang dapat menggambarkan suatu objek yang bergerak bersama-sama dengan suara alamiah atau suara yang sesuai (Cecep dan Bambang, 2013), sedangkan edukasi adalah proses pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan potensi dirinya pada peserta didik dan mewujudkan proses pembelajaran yang lebih baik. Berdasarkan uraian tersebut, jelas bahwa pembelajaran yang baik, merupakan hal penting dalam upaya membentuk siswa menjadi manusia yang berkualitas, baik secara intelektual maupun spiritual. Tetapi tidak jarang guru belum mampu menciptakan kegiatan pembelajaran yang kreatif dan berkualitas, dan juga belum mampu mengembangkan model-model dan media pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa yang dihadapi sehingga siswa tidak tenang, mudah marah, dan emosional ketika proses pembelajaran berlangsung di kelas. Kegiatan belajar menggunakan video edukasi (video yang bersifat mendidik) merupakan salah satu tujuan untuk meningkatkan dan mengembangkan empati siswa sehingga dibutuhkan arahan dan bimbingan dari pendidik. Salah satu cara untuk mengembangkan empati siswa adalah menggunakan teknik vidio edukasi, akan tetapi teknik video edukasi ini belum pernah di lakukan di sekolah ini maka peneliti tertarik untuk meneliti di SMPN 24 mataram.

Empati adalah Rasa kesamaan perasaan yang dialami oleh diri dan orang lain, tanpa kebingungan antara satu dengan yang lain. Empati juga dapat diartikan sebagai suatu aktifitas untuk memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain, serta apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh yang bersangkutan (*observer, perceiver*) terhadap kondisi yang sedang dialami oleh orang lain, tanpa yang bersagkutan kehilangan control dirinya (Taufik, 2012), Sedangkan menurut Batson, (dalam Taufik, 2012) mengatakan bahwa empati sebagai respon emosional sesuai dengan kondisi yang dilihat pada orang lain. Ketika seseorang melihat orang lain dalam kondisi tertekan, bentuk-bentuk *Feeling* empatik yang bisa ditunjukan antar lain: simpati, perasaan iba, dan kelembutan.

Media video edukasi Menurut Hamdani (2011) merupakan kombinasi antara audio dan visual atau bisa disebut media pandang dengar. Selain itu, Daryanto (2011) menjelaskan bahwa media video merupakan segala sesuatu yang memungkinkan sinyal audio dapat dikombinasikan dengan gambar bergerak secara sekuensial. Achmad Munib (dalam Daryanto, 2011) berpendapat bahwa pendidikan adalah usaha sadar sistematis yang dilakukan oleh orang-orang yang diserahi tanggung jawab untuk mempengaruhi peserta didik sehingga mempunyai sifat dan sifat sesuai dengan cita-cita pendidikan. Dari pendapat diatas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa media video edukasi merupakan media pembelajaran yang dibuat dalam bentuk video yang berisi materi pelajaran yang dikemas secara menarik, interaktif dan bersifat mendidik. Video edukasi menyajikan informasi, memaparkan proses, menjelaskan konsep yang rumit, mengajarkan keterampilan, menyingkat waktu dan mempengaruhi sikap.

Seperti yang kita ketahui bahwa daya serap maupun daya ingat siswa terhadap materi pelajaran dapat meningkat secara signifikan jika proses perolehan informasi awalnya lebih besar melalui indra pendengaran dan penglihatan. Hal ini karena karakteristik

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 11 Nomor 2 Edisi Oktober 2026 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita
DOI: https://doi.org/10.33394/realita.v11i2.22313

video yang menyajikan gambar bergerak pada siswa dengan suara yang menyertainya. Media video edukasi sangat cocok untuk mengajarkan materi dalam ranah perilaku atau psikomotorik. Akan tetapi video mungkin saja kehilangan detail dalam pemaparan materi karena siswa harus mampu mengingat secara detail dari *scene* ke *scene.* Media video mempunyai kelemahan-kelemahan sebagai berikut (Daryanto, 2011): 1) *Fine details,* dimana video tidak dapat menampilkan objek sampai yang sekecil-kecilnya dengan sempurna. Jadi, dalam menulis naskah hindarilah visualisasi yang terlalu mendetail, 2) *Size information,* dimana video tidak dapat menampilkan objek dengan ukuran yang sebenarnya, 3) *Thrid Dimention,* dimana gambar yang diproyeksikan oleh video berbentuk dua dimensi. Untuk tampak seperti tiga dimensi dapat diatasi dengan mengatur pengambilan gambar, letak *property*, atau pengaturan cahaya, 4) *Opposition,* dimana pengambilan yang kurang tepat dapat menyebabkan timbulnya keraguan penonton dalam menafsirkan gambar yang dilihatnya, 5) *Setting,* kalau kita tampilkan adegan dua orang yang sedang bercakap-cakap di antara kerumunan banyak orang, akan sulit bagi penonton untuk menebak di mana kejadian tersebut berlangsung, 6) Material pendukung, dimana video membutuhkan alat proyeksi untuk dapat menampilkan gambar yang ada di dalamnya. Selain itu Cecep dan Bambang (2013) juga berpendapat bahwa media video memiliki kekurangan-kekurangan sebagai berikut: 1) Pengadaan film atau video umumnya memerlukan biaya mahal dan waktu yang banyak, 2) Pada saat film dipertunjukkan, gambar-gambar bergerak terus sehingga tidak semua siswa mampu mengikuti informasi yang ingin disampaikan melalui video tersebut, 3) Film dan video yang tersedia tidak selalu sesuai dengan kebutuhan dan tujuan belajar yang diinginkan, kecuali film dan video itu dirancang dan diproduksi khusus untuk kebutuhan sendiri.

Selain beberapa kelemahan yang telah dijelaskan, dalam penayangannya video tidak dapat berdiri sendiri. Media video ini membutuhkan alat pendukung seperti LCD untuk memproyeksikan gambar maupun speaker aktif untuk menampilkan suara agar terdengar jelas. Sifat komunikasi dalam penggunaan media video hanya bersifat satu arah, siswa hanya memperhatikan media video, hal inilah yang perlu diperhatikan oleh guru. Karena video edukasi bersifat dapat diulang-ulang maupun diberhentikan, maka guru bisa mengajak berkomunikasi dengan siswa tentang isi atau pesan dari video yang dilihat, maupun tanya jawab tentang video yang disimak. Jadi komunikasi tersebut tidak hanya satu arah.

Terlepas dari kekurangan-kekurangannya, adapun kelebihan-kelebihan dari media video edukasi. Menurut Hamdani (2011) kelebihan-kelebihan media video edukasi adalah sebagai berikut: 1) Sistem pembelajaran lebih inovatif dan interaktif, 2) Guru akan selalu dituntut untuk kreatif inovatif dalam mencari terobosan pembelajaran, 3) Mampu menggabungkan antara teks, gambar, audio, musik, animasi gambar, atau video dalam satu kesatuan yang saling mendukung guna tercapainya tujuan pembelajaran, 4) Mampu menimbulkan rasa senang selama proses PBM berlangsung. Hal ini akan menambah motivasi siswa selama proses PBM hingga didapatkan tujuan pembelajaran yang maksimal, 5) Mampu memvisualisasikan materi yang selama ini sulit untuk diterangkan hanya dengan penjelasan atau alat peraga yang konvensional, 6) Media penyimpanan yang relatif gampang dan fleksibel.

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 11 Nomor 2 Edisi Oktober 2026 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita
DOI: https://doi.org/10.33394/realita.v11i2.22313

Selain itu, media ini dalam batas-batas tertentu dapat juga menggantikan peran dan tugas guru, karena penyajian materi bisa diganti oleh media, dan guru bisa beralih menjadi fasilitator belajar, yaitu memberikan kemudahan bagi para siswa untuk belajar.

Media pembelajaran sangat dibutuhkan untuk mencapai suatu pembelajaran yang efektif dan maksimal. Penggunaan media video edukasi dalam proses sangatlah penting. Video menambah suatu dimensi baru terhadap pembelajaran. Berdasarkan pendapat dari Daryanto (2011) dan Sudjana & Rivai (dalam Azhar Arsyad, 2015) peneliti dapat menyimpulkan manfaat penggunaan media video edukasi dalam proses belajar siswa, yaitu 1) Pesan yang disampaikan lebih menarik perhatian, 2) Pesan yang disampaikan lebih efisien, 3) Pesan visual lebih efektif dalam arti penyajian visual dapat membuat siswa lebih berkonsentrasi, 5) Pembelajaran akan lebih menarik perhatian siswa sehingga dapat menumbuhkan motivasi belajar, 6) Bahan pelajaran akan lebih jelas maknanya sehingga dapat lebih dipahami oleh siswa dan memungkinkan menguasai dan mencapai tujuan pembelajaran, 7) Metode mengajar akan lebih bervariasi, tidak semata-mata komunikasi verbal melalui penuturan kata-kata oleh guru, sehingga siswa tidak bosan dan guru tidak kehabisan tenaga, apalagi kalau guru mengajar pada setiap jam pelajaran, 8) Siswa dapat lebih banyak melakukan kegiatan belajar sebab tidak hanya mendengarkan uraian guru, tetapi juga aktivitas lain seperti mengamati, memamerkan, melakukan demonstrasi, dan lain-lain.

Media pembelajaran yang telah dipilih agar dapat digunakan secara efektif dan efisien perlu menempuh langkah-langkah secara sistematis. Adapun langkah-langkah pelaksanaan video edukasi menurut Handriani, dkk (2015), yaitu: 1) Pembentukan rappor, bertujuan agar membuat siswa atau konseli merasa nyaman mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling yang menyertakan video edukasi, 2) Pemberian stimulan berbentuk film yang sesuai dengan permasalahan siswa atau aspek psikologis yang dikembangkan, dan usia siswa, 3) Refleksi dan diskusi, merupakan proses menelaah secara kritis tokoh-tokoh dan peristiwa yang terjadi di dalam video tersebut. Refleksi dan diskusi sangat penting karena merupakan proses penumbuhan kesadaran akan aspek psikologis yang dikembangkan, 4) Pengembangan komitmen, dipandu dengan pertanyaan yang terkait dengan pemahaman isi video, pertanyaan kritis atau refleksi yang berkaitan dengan penempatan diri pada posisi tokoh, dan bukan pertanyaan dengan jawaban salah dan benar tetapi jawaban yang dapat membuat siswa mengungkapkan jati diri, 5) Uji coba komitmen, bila kegiatan dilakukan dalam kelompok, setiap siswa perlu diberikan kesempatan untuk mengemukakan jawaban atau pendapat, 6) melakukan perbaikan diri berdasarkan hasil refleksi. Berdasarkan penjelasan diatas, langkah-langkah ini perlu dilakukan untuk memantapkan pemahaman peserta didik tentang materi yang dibahas dengan menggunakan media dan juga dimaksudkan untuk mengukur efektivitas pembelajaran yang telah dilakukannya.

Dari uraian di atas, sangatlah jelas bahwa media video edukasi merupakan salah satu penunjang dalam kegiatan belajar mengajar dan melalui media video edukasi siswa dapat mengetahui bagaimana sikap empati. Dengan menggunakan video edukasi diharapkan siswa dapat membentuk kesadaran diri yang baik menghilangkan sikap egois, mengembangkan kemampuan evaluasi dan kontrol diri, merasakan apa yang dirasakan individu lain, menghargai

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 11 Nomor 2 Edisi Oktober 2026 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita
DOI: https://doi.org/10.33394/realita.v11i2.22313

pendapat orang lain serta peka terhadap orang lain.

KAJIAN TEORI

Langkah-langkah pelaksanaan video edukasi menurut Handriani, dkk (2015), yaitu: 1) Pembentukan rappor, bertujuan agar membuat siswa atau konseli merasa nyaman mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling yang menyertakan video edukasi, 2) Pemberian stimulan berbentuk film yang sesuai dengan permasalahan siswa atau aspek psikologis yang dikembangkan, dan usia siswa, 3) Refleksi dan diskusi, merupakan proses menelaah secara kritis tokoh-tokoh dan peristiwa yang terjadi di dalam video tersebut. Refleksi dan diskusi sangat penting karena merupakan proses penumbuhan kesadaran akan aspek psikologis yang dikembangkan, 4) Pengembangan komitmen, dipandu dengan pertanyaan yang terkait dengan pemahaman isi video, pertanyaan kritis atau refleksi yang berkaitan dengan penempatan diri pada posisi tokoh, dan bukan pertanyaan dengan jawaban salah dan benar tetapi jawaban yang dapat membuat siswa mengungkapkan jati diri, 5) Uji coba komitmen, bila kegiatan dilakukan dalam kelompok, setiap siswa perlu diberikan kesempatan untuk mengemukakan jawaban atau pendapat, 6) melakukan perbaikan diri berdasarkan hasil refleksi. Berdasarkan penjelasan diatas, langkah-langkah ini perlu dilakukan untuk memantapkan pemahaman peserta didik tentang materi yang dibahas dengan menggunakan media dan juga dimaksudkan untuk mengukur efektivitas pembelajaran yang telah dilakukannya.

Video edukasi dalam layanan bimbingan dan konseling bukan sekadar media penyampai informasi, tetapi menjadi stimulus yang mendorong peserta didik untuk memahami diri, memahami orang lain, melakukan refleksi, dan mengembangkan perilaku yang lebih adaptif. Pembentukan rapport. Tahap awal untuk membangun hubungan yang aman, nyaman, dan terbuka antara konselor dengan peserta didik. Kondisi ini penting agar siswa bersedia terlibat aktif dalam proses bimbingan. Pemberian stimulus berupa video, Video dipilih sesuai dengan permasalahan, karakteristik perkembangan, usia, serta aspek psikologis yang ingin dikembangkan. Video berfungsi sebagai pengalaman belajar yang konkret dan menarik. Refleksi dan diskusi, Peserta didik diajak menganalisis tokoh, konflik, peristiwa, dan nilai yang terdapat dalam video. Tahap ini membantu siswa menghubungkan isi video dengan pengalaman dan kondisi dirinya sehingga tumbuh kesadaran psikologis. Pengembangan komitmen, Siswa diarahkan untuk menentukan pemahaman, sikap, atau perubahan yang ingin dilakukan. Pertanyaan bersifat reflektif dan terbuka sehingga siswa dapat mengungkapkan pemikiran serta pengalaman dirinya. Uji coba komitmen, Peserta didik diberikan kesempatan untuk menyampaikan pendapat dan menguji pemahaman atau komitmen yang telah dibentuk melalui interaksi dan diskusi. Dalam kegiatan kelompok, tahap ini juga melatih keterbukaan dan penghargaan terhadap perspektif orang lain. Perbaikan diri, Tahap akhir berupa penerapan hasil refleksi dalam kehidupan nyata. Siswa diarahkan untuk memperbaiki sikap atau perilaku berdasarkan kesadaran yang diperoleh selama proses bimbingan.

Empati adalah Rasa kesamaan perasaan yang dialami oleh diri dan orang lain, tanpa kebingungan antara satu dengan yang lain. Empati juga dapat diartikan sebagai suatu aktifitas untuk memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain, serta apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh yang bersangkutan (observer, perceiver)

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 11 Nomor 2 Edisi Oktober 2026 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita
DOI: https://doi.org/10.33394/realita.v11i2.22313

terhadap kondisi yang sedang dialami oleh orang lain, tanpa yang bersagkutan kehilangan control dirinya (Taufik, 2012). Empati merupakan kemampuan psikologis yang memungkinkan seseorang memahami pengalaman, pikiran, perasaan, dan kondisi orang lain dari sudut pandang orang tersebut. Empati tidak sekadar berarti ikut merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, tetapi juga melibatkan proses memahami mengapa seseorang berpikir, merasa, dan bertindak dengan cara tertentu. Dengan demikian, individu yang memiliki empati berusaha menempatkan dirinya dalam perspektif orang lain tanpa kehilangan identitas, penilaian rasional, dan kontrol terhadap dirinya sendiri. Dalam konsep tersebut terdapat beberapa unsur penting. Pertama, memahami pikiran orang lain, yaitu kemampuan untuk menangkap perspektif, pertimbangan, atau cara pandang individu terhadap suatu situasi. Kedua, memahami perasaan orang lain, yaitu kemampuan mengenali dan memahami keadaan emosional yang sedang dialami oleh individu lain. Ketiga, kesadaran terhadap diri sendiri, yang ditunjukkan melalui kemampuan observer atau perceiver untuk tetap mengendalikan respons pribadi ketika memahami pengalaman orang lain. Oleh karena itu, empati berbeda dengan sekadar merasa kasihan atau ikut terbawa emosi. Seseorang yang berempati dapat memahami kesedihan, kecemasan, kekecewaan, maupun kegembiraan orang lain, tetapi tidak harus kehilangan kontrol atas emosinya sendiri. Kondisi ini penting karena empati yang efektif membutuhkan keseimbangan antara keterlibatan emosional dan kemampuan regulasi diri. Dalam konteks bimbingan dan konseling, empati merupakan salah satu kemampuan interpersonal yang sangat penting bagi konselor. Konselor perlu mampu memahami pengalaman konseli berdasarkan sudut pandang konseli, bukan semata-mata berdasarkan penilaian atau pengalaman pribadi konselor. Melalui empati, konselor dapat membangun hubungan konseling yang aman, menerima, dan penuh kepercayaan sehingga konseli lebih terbuka dalam mengungkapkan pikiran, perasaan, serta permasalahan yang dialaminya.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Menurut Sugiyono (2014) metode eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan, sedangkan Suharsimi (2014) berpendapat bahwa metode eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu. Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa penelitian eksperimen merupakan metode dalam penelitian yang mencari pengaruh perlakuan variabel bebas terhadap variabel terikat.

Rancangan dalam suatu penelitian merupakan keseluruhan dari proses pemikiran dan penentuan tentang hal-hal yang dilakukan peneliti yang dimulai dari persiapan hingga sampai dengan pelaksanaan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut penelitian ini akan sangat ditentukan oleh jenis kegiatan yang dilakukan oleh peneliti. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif (penelitian statistik). Metode kuantitatif menggunakan data berupa angka dengan berbagai klasifikasi yakni berbentuk nilai rata-rata dan nilai maksimum. Data tersebut merupakan bukti yang dipergunakan untuk menguji hipotesis

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 11 Nomor 2 Edisi Oktober 2026 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita
DOI: https://doi.org/10.33394/realita.v11i2.22313

dengan menunjukan perbedaan, perbandingan dan hubungan antara data yang satu dengan yang lainnya. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *One Group Pre-test and Post-test Design.* Di dalam desain ini observasi dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen. Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian. Menurut Sugiyono (2014) Sampel adalah sebagian dari populasi itu. Sedangkan menurut Suharsimi (2010). Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Untuk memperoleh data yang dibutuhkan dalam penelitian diperlukan alat pengumpul data atau instrumen penelitian. Menurut Mahmud (2011) instrumen penelitian adalah alat yang digunakan dalam mengumpulkan data sebagai salah satu bagian penting dalam penelitian. Sedangkan ahli lain menjelaskan instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti (Sugiyono, 2014). Berdasarkan uraian di atas disimpulkan bahwa instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data tentang objek penelitian.

Penelitian disamping perlu menggunakan metode yang tepat, juga perlu memilih teknik dan alat pengumpulan data yang relevan, sehingga memungkinkan diperolehnya data yang objektif. Dalam penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode angket sebagai metode pokok, metode observasi, serta dokumentasi dan wawancara sebagai metode pelengkap. Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun kedalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain (Sugiyono, 2014).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, penggunaan teknik video edukasi memiliki relevansi yang kuat dalam meningkatkan kesadaran empati pada siswa. Temuan ini dapat dipahami karena video edukasi tidak hanya berfungsi sebagai media penyampaian informasi, tetapi juga memberikan pengalaman belajar yang bersifat visual, emosional, reflektif, dan kontekstual. Melalui penyajian tokoh, alur peristiwa, konflik, serta konsekuensi dari perilaku tertentu, siswa memperoleh kesempatan untuk mengamati kondisi orang lain dan memahami perasaan, pikiran, serta sudut pandang yang berbeda dari dirinya. Kondisi tersebut menjadi penting dalam pengembangan empati, terutama pada siswa SMP yang sedang berada pada tahap perkembangan sosial dan emosional. Empati menurut Taufik (2012) merupakan kemampuan untuk memahami apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh orang lain tanpa kehilangan kontrol terhadap diri sendiri. Dengan demikian, kesadaran empati tidak hanya berkaitan dengan kemampuan merasakan keadaan emosional orang lain, tetapi juga mencakup kemampuan memahami perspektif orang lain dan meresponsnya secara tepat. Dalam konteks kehidupan sekolah, kemampuan tersebut diperlukan agar siswa mampu menghargai perbedaan, mengendalikan respons terhadap konflik, memahami perasaan teman, serta membangun hubungan sosial yang lebih positif.

Permasalahan yang ditemukan melalui observasi awal di SMPN 24 Mataram menunjukkan adanya berbagai

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 11 Nomor 2 Edisi Oktober 2026 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita
DOI: https://doi.org/10.33394/realita.v11i2.22313

perilaku yang mengindikasikan rendahnya kesadaran empati, seperti perkelahian, saling mengejek, konflik antarsiswa, kurangnya penghargaan terhadap pendapat orang lain, kecenderungan menyalahkan, memaksakan kehendak, serta munculnya sikap subjektif dan egois. Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa konflik antarsiswa tidak semata-mata disebabkan oleh perbedaan pendapat, tetapi juga berkaitan dengan ketidakmampuan siswa dalam memahami dan menghargai perspektif orang lain. Perbedaan budaya, bahasa, gender, etnis, agama, gagasan, minat, bakat, maupun prestasi dapat menjadi sumber konflik apabila tidak disertai kemampuan memahami keberagaman. Dalam konteks tersebut, teknik video edukasi dapat menjadi salah satu strategi layanan bimbingan dan konseling yang relevan karena memberikan stimulus yang konkret dan dekat dengan pengalaman sosial siswa. Menurut Handriani dkk. (2015), pelaksanaan video edukasi dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu pembentukan rapport, pemberian stimulus berupa film atau video yang sesuai dengan permasalahan dan karakteristik perkembangan siswa, refleksi dan diskusi, pengembangan komitmen, uji coba komitmen, serta perbaikan diri berdasarkan hasil refleksi. Setiap tahapan memiliki kontribusi terhadap proses pembentukan kesadaran empati siswa.

Tahap pertama adalah pembentukan rapport. Tahap ini penting karena siswa perlu merasakan suasana yang aman, nyaman, dan tidak menghakimi sebelum mengikuti kegiatan. Dalam pengembangan empati, rasa aman memungkinkan siswa lebih terbuka dalam mengungkapkan pengalaman, perasaan, maupun pandangannya terhadap konflik sosial yang ditampilkan dalam video. Guru BK atau konselor tidak hanya berperan sebagai penyampai materi, tetapi juga sebagai fasilitator yang menciptakan suasana interaksi yang mendukung keterbukaan siswa. Tahap kedua adalah pemberian stimulus berupa video edukasi. Video yang relevan dengan kehidupan siswa dapat menghadirkan situasi sosial secara lebih konkret dibandingkan penyampaian materi secara verbal semata. Ketika siswa menyaksikan tokoh yang mengalami penolakan, ejekan, konflik, perbedaan pendapat, atau permasalahan sosial lainnya, siswa dapat mengamati ekspresi, tindakan, dan konsekuensi yang dialami tokoh. Proses observasi tersebut dapat membantu siswa memahami bahwa tindakan yang dianggap sederhana oleh dirinya dapat memberikan dampak emosional terhadap orang lain. Dengan demikian, video menjadi stimulus yang dapat menghubungkan pengetahuan dengan pengalaman emosional. Tahap ketiga adalah refleksi dan diskusi. Tahap ini merupakan bagian penting dalam meningkatkan kesadaran empati karena siswa tidak hanya diminta menonton, tetapi juga diarahkan untuk menelaah secara kritis peristiwa dan karakter yang terdapat dalam video. Siswa dapat diajak mempertanyakan mengapa tokoh melakukan tindakan tertentu, bagaimana perasaan tokoh, apa yang menyebabkan konflik, serta bagaimana seharusnya seseorang merespons situasi tersebut. Melalui diskusi, siswa belajar melihat suatu persoalan dari berbagai sudut pandang. Proses ini secara konseptual berkaitan erat dengan empati karena siswa dilatih untuk memahami kondisi psikologis orang lain sebelum memberikan penilaian.

Tahap keempat adalah pengembangan komitmen. Pada tahap ini siswa diarahkan untuk menghubungkan pesan video dengan pengalaman dan perilakunya sendiri. Pertanyaan reflektif seperti “Bagaimana perasaanmu jika

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 11 Nomor 2 Edisi Oktober 2026 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita
DOI: https://doi.org/10.33394/realita.v11i2.22313

berada pada posisi tokoh tersebut?", "Apa yang akan kamu lakukan apabila mengalami situasi yang sama?", atau "Bagaimana seharusnya kamu memperlakukan teman yang memiliki perbedaan denganmu?" dapat membantu siswa melakukan pengambilan perspektif. Pertanyaan semacam ini tidak menuntut jawaban benar atau salah, melainkan mendorong siswa untuk mengenali pemikiran, perasaan, dan kecenderungan perilakunya sendiri. Tahap kelima adalah uji coba komitmen. Siswa diberikan kesempatan untuk mengemukakan pendapat dan menunjukkan pemahamannya dalam situasi kelompok. Proses ini penting karena kesadaran empati perlu diwujudkan dalam interaksi sosial, bukan hanya berhenti pada pemahaman kognitif. Ketika siswa mendengarkan pendapat teman yang berbeda, mereka secara tidak langsung belajar menghargai perspektif orang lain, mengendalikan respons, serta menerima keberagaman pemikiran. Tahap terakhir adalah perbaikan diri berdasarkan hasil refleksi. Tahap ini menunjukkan bahwa tujuan penggunaan video edukasi bukan hanya meningkatkan pemahaman siswa mengenai empati, tetapi mendorong perubahan perilaku. Siswa diarahkan untuk mengevaluasi perilaku yang selama ini dilakukan, mengenali perilaku yang kurang sesuai, dan menentukan tindakan perbaikan. Dalam konteks masalah yang ditemukan di SMPN 24 Mataram, perbaikan tersebut dapat diwujudkan melalui perilaku tidak mengejek teman, menghargai perbedaan, mendengarkan pendapat orang lain, menghindari tindakan agresif, serta menyelesaikan konflik melalui komunikasi yang lebih konstruktif.

Secara keseluruhan, pengaruh teknik video edukasi terhadap kesadaran empati dapat dijelaskan melalui proses stimulus–refleksi–internalisasi–implementasi. Video memberikan stimulus sosial dan emosional; refleksi membantu siswa memahami makna peristiwa; diskusi mendorong pengambilan perspektif; pengembangan dan uji coba komitmen membantu menginternalisasi nilai empati; sedangkan perbaikan diri mengarahkan siswa untuk menerapkan pemahaman tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, teknik video edukasi dapat dipandang sebagai media yang mendukung proses bimbingan dan konseling yang tidak hanya berorientasi pada transfer pengetahuan, tetapi juga pada pengembangan kesadaran sosial dan emosional siswa. Penggunaan video yang sesuai dengan usia, karakteristik perkembangan, dan permasalahan siswa memungkinkan proses layanan menjadi lebih kontekstual dan bermakna. Apabila dilaksanakan secara sistematis sesuai tahapan Handriani dkk. (2015), teknik ini berpotensi membantu siswa mengembangkan kemampuan memahami perasaan dan perspektif orang lain, menghargai perbedaan, mengurangi perilaku konflik, serta membangun hubungan sosial yang lebih positif. Oleh karena itu, peningkatan kesadaran empati melalui teknik video edukasi tidak hanya dapat dilihat dari kemampuan siswa menjelaskan pengertian empati, tetapi terutama dari perubahan cara siswa memandang orang lain, memahami perasaan dan perspektif teman, merespons perbedaan, serta menerapkan perilaku yang lebih menghargai dalam kehidupan sekolah. Hal tersebut memperkuat argumentasi bahwa teknik video edukasi dapat digunakan sebagai salah satu alternatif strategi layanan bimbingan dan konseling dalam mengembangkan kesadaran empati siswa di SMPN 24 Mataram.

Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan dua kali yaitu sebelum diberikan konseling dengan menampilkan video edukasi dan sesudah diberikan

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 11 Nomor 2 Edisi Oktober 2026 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita
DOI: https://doi.org/10.33394/realita.v11i2.22313

konseling dengan menampilkan video edukasi. Berdasarkan landasan teori yang telah diajukan, dibandingkan dengan analisis data yang diperoleh melalui penelitian dengan menggunakan analisis statistik dengan rumus *t-test*, ternyata hipotesis nol (Ho) yang berbunyi: Tidak Ada Pengaruh Teknik Video Edukasi Terhadap Kesadaran Empati Siswa SMPN 24 Mataram ditolak, dan hipotesis alternatif (Ha) yang berbunyi: Ada Pengaruh Teknik Video Edukasi Terhadap Kesadaran Empati Siswa SMPN 24 Mataram diterima. Dengan demikian, bahwa teknik video edukasi mempunyai peranan yang positif dalam membantu siswa yang mengalami masalah terkait dengan kuraangnya kesadaran empati siswa.

Kepada pihak sekolah seperti guru bimbingan konseling, hendaknya tetap melaksanakan konseling dengan menggunakan teknik video edukasi yang dilaksanakan secara intensif dan terprogram, karena terbukti bahwa teknik video edukasi akan membantu siswa yang kurang memiliki kesadaran empati, dan betul-betul memanfaatkan teknik video edukasi yang ada di sekolah, serta memiliki konsep-konsep perilaku positif yang berguna dalam kehidupan sehari-hari sebagai makluk sosial.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan bab IV maka dapat disimpulkan bahwa: Ada Pengaruh Teknik Video Edukasi Terhadap Kesadaran Empati Siswa SMPN 24 Mataram. Dengan kata lain bahwa hipotesis nol (Ho) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) diterima. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa nilai terhitung sebesar 13,705 dan nilai tabel dengan taraf signifikansi 5% dengan N= 7 lebih besar dari nilai tabel yaitu (13,705>2,365) sehingga dapat disimpulkan "**signifikan**".

Berdasarkan kesimpulan di atas peneliti mengajukan beberapa saran sebagai bahan pertimbangan sebagai berikut: Kepada Kepala Sekolah, hendaknya selalu menjalin kerjasama yang baik dengan orang tua/wali murid, guru pembimbing, guru bidang studi, wali kelas serta pihak-pihak yang lain serta memberikan motivasi dalam meningkatkan kesadaran empati pada siswa SMPN 24 Mataram. Kepada para guru mata pelajaran, agar tetap memberikan bimbingan kepada siswa untuk membantu siswa dalam meningkatkan sikap empati di dalam kelas. Kepada Guru Bimbingan dan Konseling, hendaknya pelaksanaan Konseling dengan teknik video edukasi dilakukan secara terprogram dan bervariasi untuk membantu siswa dalam meningkatkan kesadaran empati siswa. Kepada wali siswa, dapat berguna sebagai informasi dalam memberikan arahan dan bimbingan untuk membantu meningkatkan kesadaran empati siswa di rumah maupun di sekolah. Kepada siswa sendiri, agar menjadi informasi serta menambah wawasan akan pentingnya sikap empati dalam kehidupan dan masa depan. Kepada peneliti lain, diharapkan kepada peneliti lain yang berminat meneliti kembali tentang masalah ini, agar mengadakan penelitian yang lebih mendalam dan lebih luas khususnya mengenai aspek-aspek yang belum terungkap dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Ali, Mohammad. dan Mohammad Asrori. 2012. Psikologi Remaja PerkembanganPeserta Didik. Jakarta: PT. Bumi Aksara

Arikunto. 2014. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Jakarta: PT Rineka Cipta.

Azwar. Saifuddin. 2007. Metode Penelitian . Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Daryanto, 2011. *Media Pembelajaran*. Bandung: PT. Sarana Tutorial Nuraini Sejahtera

Goleman Daniel.2004. Kecerdasan Emosi(EmotionalIntellegence). Gramedia Pustaka Utama.

Hamdani. 2011. *Strategi Belajar Mengajar.* Bandung: CV Pustaka Setia.

Handarini, dkk. 2015. Workshop Biblio-Edukasi dan Sinema-Edukasi Bagi Konselor Pendidikan. Malang: Universitas Negeri Malang.

Hariadi Ahmad dan Aluh Hartati. 2016. *Panduan Pelatihan Self Advocacy Siswa SMP untuk Konselor Sekolah.* LPP Mandala. Mataram

Hariadi Ahmad dan Aluh Hartati. 2016. *Penerapan Teknik Structure Learning Approach dalam Meningkatkan Self Advocacy* Mahasiswa Prodi BK IKIP Mataram. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 1 No 2 Edisi Oktober 2016. Hal 117 – 127. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram

Hariadi Ahmad dan Dini Kurnia. 2017. *Pengaruh Teknik Biblio Edukasi Terhadap Rasa Rendah Diri Pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 8 Mataram*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 2 No 1 Edisi April 2017. Hal 194 – 202. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram

Hariadi Ahmad, Aluh Hartati, dan Nuraeni. 2018. *Penerapan Teknik Structure Learning Approach (SLA) dalam Meningkatkan Kesadaran Empati Diri Siswa Madrasah Aliyah Al Badriyah*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 3 No 2 Edisi Oktober 2018. Hal 600 – 605 Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram.

Hariadi Ahmad, dan Lalu Andry Adifa Maulana. 2019. *Pengaruh Teknik Video Edukasi Terhadap Berfikir Positif Siswa SMPN 16 Mataram*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 4 No 1 Edisi April 2019. Hal 727 – 741. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram. https://doi.org/10.33394/realita.v4i1.2153

Hariadi Ahmad. 2013. *Pengembagan Panduan Pelatihan Self Advocacy Siswa SMP*. Malang. Program Studi Bimbingan dan Konseling, Pascasarjana, Universitas Negeri Malang.

Hariadi Ahmad. 2021. *Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menegah Pertama*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 6 No 2 Edisi Oktober 2021. Hal 1354 – 1364. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

Hariadi Ahmad. 2023. Hubungan Etika Pergaulan dengan Konsep Diri Siswa SMA di Kabupaten Sumbawa Barat. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 8 No 1 Edisi April 2023. Hal 1933 – 1945. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

Hasrul dan Hariadi Ahmad. 2021. *Mereduksi Prasangka Etnik Siswa dengan Teknik Restructuing Cognitive Suatu*

Krangka Konseptual. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 6 No 1 Edisi April 2021. Hal 1213 – 1222. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

Kusno, Sutarto, Muzanni, A., Ahmad, H., Rahman, A., Hardiani, N. 2022. Improving Content Knowledge and Technological Skill of University Instructors: A Case Study for Online Learning Implementation during and after the COVID-19 Pandemic. Hong Kong journal of Social Sciences. Volume 59, Spring-Summer 2022, Pages 232-241.

Kustandi, Cecep, dan Sutipjo, Bambang 2016. *Media Pembelajaran Manual dan Digita*l.Bogor:Ghalia Indonesia.

Mahmud, 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: CV Pustaka Setia

Mahmud. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan.* Bandung: CV Pustaka Setia.

Mira Baunti, 2012. Pengaruh Intensitas Hubungan Sosial Keluarga Terhadap Sikap Empati Pada Siswa SMA Hang Tuah 3 Mataram Tahun Pelajaran 2011/2012

Siti Hartina Mbele, 2017. Pengaruh Media Vidio Edukasi Terhadap Prilaku Marah Pada Siswa Kelas VIII SMPN 18 Mataram Tahun Pelajaran 2016/2017. IKIP Mataram

Sugiyono. 2014. MetodePenelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta

Suharsimi, Arikunto., 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Jakarta: PT Rineka Cipta.

Suharsimi. Arikunto., 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta

Taufik, 2012. *Empati*(*Pendekatan Psikologi Sosial)*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada

Zulfan Saam, *Psikologi Konseling,*Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)
Volume 11 Nomor 1 Edisi April 2025 P-ISSN: 2503 – 1708
Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika E-ISSN: 2722 – 7340
https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita

UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling
Gedung Dwitiya Lt.3. Jln Pemuda 59A Mataram-NTB 83125 Tlp (0370) 638991
e-mail: realita@undikma.ac.id; web: e-journal.undikma.ac.id

PEDOMAN PENULISAN

1. Naskah merupakan hasil penelitian, pengembangan atau kajian kepustakaan di bidang pendidikan, pengajaran, pembelajaran, bimbingan dan konseling, dan Psikologi.
2. Naskah merupakan tulisan asli penulis dan belum pernah dipublikasikan sebelumnya dalam jurnal ilmiah lain.
3. Naskah dapat ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.
4. Penulisan naskah mengikuti ketentuan sebagai berikut:

Program	MS Word	Margin kiri	3.17 cm
Font	Times New Roman	Margin kanan	3.17 cm
Size	12	Margin atas	2.54 cm
Spasi	1.0	Margin bawah	2.54 cm
Ukuran kertas	A4	Maksimum 20 halaman	

5. Naskah ditulis dengan **sistematika** sebagai berikut: Judul (huruf biasa dan dicetak tebal), nama-nama penulis (tanpa gelar akademis), instansi penulis (program studi, jurusan, universitas), email dan nomor telpon penulis, abstrak, kata kunci, pendahuluan (tanpa sub-judul), kajian teori (tanpa sub-judul), metode penelitian (tanpa sub-judul), hasil dan pembahasan, simpulan dan saran (tanpa sub-judul), dan daftar pustaka.

   Judul secara ringkas dan jelas menggambarkan isi tulisan dan ditulis dalam huruf kapital. Keterangan tulisan berupa hasil penelitian dari sumber dana tertentu dapat dibuat dalam bentuk catatan kaki. Fotocopy halaman pengesahan laporan penelitian tersebut harus dilampirkan pada draf artikel.

   Nama-nama penulis ditulis lengkap tanpa gelar akademis.

   Alamat instansi penulis ditulis lengkap berupa nama sekolah atau program studi, nama jurusan, nama perguruan tinggi, kabupaten/kota, dan provinsi. Penulis yang tidak berafiliasi pada sekolah atau perguruan tinggi dapat menyertakan alamat surat elektronik/email, nomor telpon / WhatsApp aktif penaggung jawab artikel.

   Abstrak ditulis dalam 2 (dua) bahasa: Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Naskah berbahasa Inggris didahului abstrak berbahasa Indonesia. Naskah berbahasa Indonesia didahului abstrak berbahasa Inggris. Panjang abstrak tidak lebih dari 500 kata. Jika diperlukan, tim redaksi dapat menyediakan bantuan penerjemahan abstrak kedalam bahasa Inggris.

   Kata kunci (key words) dalam bahasa yang sesuai dengan bahasa yang dipergunakan dalam naskah tulisan dan berisi 3-5 kata yang benar-benar dipergunakan dalam naskah tulisan.

   Daftar Pustaka ditulis dengan berpedoman pada Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Mandalika.

JURNAL REALITA	VOLUME 11	NOMOR 2	EDISI Oktober 2026	P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340

Alamat Redaksi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Universitas Pendidikan Mandalika
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59A Mataram
Telp. (0370) 638991
Email : realita@undikma.ac.id
Web : e-journal.undikma.ac.id

ISSN 2722-7340
9 772722 734013
9 772503 170009