Vol. 5 No. 4 (2026) - November, pp 3607-3616 https://doi.org/10.59025/jq0zgg73

Jurnal Masyarakat Madani Indonesia
e-ISSN: 2829-6702
https://syadani.onlinelibrary.id/

Penguatan Empati Digital melalui Psikoedukasi Partisipatif pada Remaja Binaan Rumah Zakat Sulawesi Selatan

Irdianti[1], Nurfitriany Fakhri[1]

[1]*Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar*

INFO ARTIKEL

Diserahkan: 23/08/2026
Direvisi: 21/09/2026
Diterima: 12/10/2026
Diterbitkan: 02/11/2026

***Kata Kunci*:**

Instalasi Listrik,
Listrik 3 Fasa,
Panel Distribusi
Participatory Action Research (PAR)

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di daerah Dadaprejo, Junrejo Kota Batu, dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan tenaga kerja mitra Enha Bena Nusantara dalam hal instalasi panel distribusi listrik tiga fasa. Permasalahan yang dihadapi mitra adalah keterbatasa kemampuan tenaga kerja dalam pengelolaan sistem kelistrikan yang berdampak pada resiko gangguan operasional. Pendekatan yang dilakukan dalam kegiatan ini menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR). Pendekatan kegiatan ini dilakukan dengan melibatkan tenaga kerja mitra dengan menggabungkan teori dan praktik secara langsung yang meliputi prinsip instalasi kelistrikan tiga fasa, pemasangan komponen proteksi serta prosedur pengujian. Melalui pendekatan ini, tenaga kerja mitra mampu meningkatkan kemampuan terkait teknis instalasi listrik. Hasil kegiatan ini memberikan kontribusi berupa pengembangan kemampuan teknis tenaga kerja mitra. Secara teknis, tenaga kerja mitra telah mampu melakukan instalasi listrik pada panel distribusi tiga fasa. Selain itu, tenaga kerja mitra mampu untuk melakukan pemeliharaan dan perbaikan sistem kelistrikan secara mandiri. Hasil kegiatan pelatihan ini dapat mendoroing mitra sehingga dapat meningkatkan potensi usaha mitra dalam bidang reparasi mesin dengan kebutuhan khusus Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan potensi tenaga kerja mitra melalui penerapan teknologi sederhana dengan pendekatan partisipatif. Program ini diharapkan dapat menjadi model pengabdian berkelanjutan yang mampu meningkatkan kesejahteraan Masyarakat dan meningkatkan ekonomi lokal.

Corresponding author email: irdiantipsi@unm.ac.id

Copyright@ Author (2026). Published by Alesha Media Digital. This is an open access article under the CC BY SA license. All writings published in this journal are personal views of the author and do not represent the views of this journal and the author's affiliated institutions.

1. PENDAHULUAN

Interaksi melalui media digital memberi ruang bagi remaja untuk berkomunikasi dan membangun relasi, tetapi juga menghadirkan tantangan dalam memahami dampak pesan terhadap orang lain. Ketiadaan sebagian isyarat nonverbal dapat menyulitkan pengguna menafsirkan keadaan emosional lawan bicara. Anonimitas, invisibilitas, dan komunikasi asinkron merupakan faktor yang dapat mendorong pelemahan kendali perilaku dalam interaksi daring atau online disinhibition [1]. Karena itu, keterampilan menggunakan perangkat perlu disertai kemampuan memahami perspektif, mempertimbangkan perasaan, dan merespons orang lain secara bertanggung jawab. Kajian mengenai empati dalam interaksi yang dimediasi teknologi menekankan pentingnya dukungan situasional agar pengguna mampu memahami pengalaman emosional pihak lain [2].

Empati digital dalam kegiatan ini dipahami sebagai penerapan kemampuan memahami dan merasakan keadaan orang lain pada situasi komunikasi daring. Penguatannya relevan dengan pencegahan perundungan siber karena rendahnya empati berkaitan dengan keterlibatan sebagai pelaku, sebagaimana ditunjukkan dalam

tinjauan sistematis dan meta-analisis Zych dkk. [3]. Ang dan Goh juga memperlihatkan keterkaitan empati kognitif, empati afektif, dan gender dengan perilaku perundungan siber pada remaja [4]. Penelitian Hinduja dan Patchin menunjukkan bahwa empati yang lebih tinggi berkaitan dengan kecenderungan lebih rendah untuk melakukan perundungan siber, termasuk yang didasarkan pada ras atau agama [5]. Temuan tersebut memberi dasar untuk menempatkan penguatan empati sebagai salah satu komponen preventif, tanpa menganggapnya sebagai satu-satunya penentu perilaku digital.

Mitra kegitan adalah Rumah Zakat Sulawesi Selatan, yang memiliki pembinaan remaja dan relawan pendamping di Kota Makassar. Berdasarkan identifikasi bersama mitra, pembinaan rutin belum secara khusus menyediakan pelatihan etika digital yang terstruktur untuk membahas aspek psikososial komunikasi daring. Untuk memetakan kebutuhan tersebut, tim melaksanakan survei kebutuhan pada 11 April 2026 terhadap 24 remaja binaan menggunakan kuesioner daring yang diisi secara mandiri. Kuesioner memuat profil responden, penggunaan media digital (lama penggunaan internet, perangkat, durasi akses harian, dan platform), delapan pernyataan berskala 1-5 tentang pengalaman dan sikap dalam komunikasi daring, serta dua pertanyaan terbuka tentang cara mengekspresikan ketidaksukaan dan merespons komentar yang menyinggung. Pengalaman terkait perundungan siber diidentifikasi melalui laporan diri pada satu pernyataan untuk setiap peran, yaitu pernah menjadi korban, pernah melihat orang lain menjadi korban, dan pernah melakukan tindakan yang termasuk perundungan siber. Responden dianggap memiliki pengalaman pada suatu peran apabila memilih setuju atau sangat setuju.

Hasil survei menunjukkan bahwa seluruh responden menggunakan telpon pintar, dan 22 responden (91,7%) hanya menggunakan perangkat tersebut untuk mengakses internet. Sebanyak 11 responden (45,8%) mengakses internet sedikitnya dua jam per hari. Terkait pengalaman perundungan siber, 4 responden (16,7%) melaporkan pernah menjadi korban, 3 responden (12,5%) pernah melakukan tindakannya, dan 10 responden (41,7%) pernah melihat orang lain menjadi korban. Seluruh responden menyatakan belum pernah mengikuti pelatikan etika digital yang terstruktur, karena hanya berupa laporan diri dengan satu butir untuk setiap peran, data ini hanya menjadi indikasi awal kebutuhan kelompok mitra. Data ini bukan diagnosis awal individual dan tidak dimaksudkan sebagai estimasi prevalensi perundungan siber pada remaja secara umum.

Permasalahan prioritas mitra terletak pada kebutuhan menghubungkan pengalaman penggunaan media digital dengan pemahaman konsekuensi sosial dan emosionalnya. Peserta memerlukan kesempatan untuk membedakan respons yang menyakiti dan yang mendukung, termasuk ketika berada pada posisi pengamat. Dalam konteks Indonesia, Fakhri dkk. menemukan hubungan antara kedamaian personal dan perilaku pengamat yang membela korban [6]. Penelitian tersebut memperkuat relevansi pembinaan respons pengamat, meskipun konstruk kedamaian personal berbeda dari empati digital yang menjadi fokus kegiatan ini. Jaringan pendampingan mitra menyediakan konteks yang memungkinkan pembelajaran tersebut ditindaklanjuti melalui pembinaan rutin.

Solusi yang ditawarkan berupa psikoedukasi partisipatif dan pelatihan keterampilan sosial emosional yang memadukan materi perundungan siber, etika komunikasi daring, pengambilan perspektif, dan refleksi. Pelatihan keterampilan empatik pada remaja telah dilaporkan meningkatkan empati dan menurunkan perundungan siber pada konteks penelitian sebelumnya [7]. Meta-analisis uji terkontrol juga memberikan dukungan terhadap kemungkinan pengembangan empati melalui pelatihan, dengan hasil yang bergantung pada karakteristik peserta dan pengukurannya [8]. Pendekatan pembelajaran berbasis pengalaman digunakan untuk menghubungkan pengalaman konkret, refleksi, pemahaman konsep, dan penerapan respons [9]. Kontribusi kegiatan ini terletak pada penerapan pendekatan tersebut dalam komunitas binaan Rumah Zakat Sulawesi Selatan berdasarkan kebutuhan mitra. Tujuannya adalah meningkatkan empati digital peserta dan mendokumentasikan penerimaan terhadap kegiatan sebagai dasar pengembangan pembinaan etika digital yang berkelanjutan.

2. METODE PELAKSANAAN

2.1 Mitra, Peserta, dan Pendekatan Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan bersama Rumah Zakat Sulawesi Selatan yang beralamat di Jalan A.P. Pettarani, Kelurahan Sinrijala, Kecamatan Panakkukang, Kota Makassar. Pendekatan yang digunakan adalah pendidikan masyarakat melalui psikoedukasi dan lokakarya partisipatif berbasis pengalaman. Analisis kebutuhan melibatkan 24 remaja binaan, sedangkan pelatihan inti pada 19 Juni 2026 diikuti 20 peserta berusia 15–21 tahun, terdiri atas 10 laki-laki dan 10 perempuan. Perbedaan jumlah peserta berkaitan dengan penyesuaian jadwal sekolah, pekerjaan, dan kegiatan pembinaan lainnya. Evaluasi perubahan empati digital menggunakan pengukuran sebelum dan sesudah kegiatan pada satu kelompok tanpa kelompok pembanding.

2.2 Tahapan Pelaksanaan

Tahap persiapan diawali pada 11 April 2026 melalui wawancara dan diskusi daring bersama pembina menggunakan Zoom, kemudian dilanjutkan dengan survei kebutuhan kepada remaja binaan. Survei memetakan penggunaan media digital, pengalaman terkait perundungan siber, dan riwayat pelatihan etika digital. Hasilnya digunakan untuk menentukan fokus materi. Koordinasi dengan mitra mencakup jadwal, tempat, mobilisasi peserta, dan dukungan pendamping. Tim kemudian menyusun materi dan instrumen evaluasi yang sesuai dengan situasi interaksi digital peserta.

Tahap pelaksanaan diawali dengan pengukuran sebelum kegiatan, kemudian dilanjutkan dengan edukasi mengenai perundungan siber, empati digital, regulasi emosi, dan etika komunikasi daring. Melalui diskusi dan curah pendapat, peserta mengidentifikasi interaksi yang berpotensi memicu konflik serta membahas respons yang tepat. Simulasi kasus dan bermain peran digunakan untuk melatih pengambilan perspektif sebagai korban, pelaku, dan pengamat. Latihan mindfulness atau kesadaran penuh serta refleksi diri diarahkan untuk mengenali emosi dan mempertimbangkan respons sebelum berkomunikasi secara daring. Karena pelatihan berlangsung satu hari, sesi kesadaran penuh dan refleksi dipadatkan.

Tahap evaluasi dilakukan melalui pengukuran setelah kegiatan, observasi partisipasi dalam diskusi dan latihan, serta penilaian kepuasan peserta. Mitra berkontribusi dalam fasilitasi analisis kebutuhan, penyediaan tempat, mobilisasi peserta, penugasan pendamping, dan diskusi evaluasi. Dalam kerangka pembelajaran berbasis pengalaman, diskusi dan simulasi memberi pengalaman untuk ditelaah melalui refleksi, dikaitkan dengan konsep empati, dan digunakan dalam latihan respons [9]. Penerapan respons pada kehidupan digital sehari-hari menjadi sasaran tindak lanjut dan belum diukur dalam evaluasi ini.

2.3 Instrumen dan Evaluasi Ketercapaian

Instrumen empati digital disusun dengan mengontekstualisasikan dimensi empati kognitif dan empati afektif dari Basic Empathy Scale [10]. Empati kognitif berkaitan dengan pemahaman keadaan emosional orang lain, sedangkan empati afektif berkaitan dengan keterlibatan perasaan terhadap keadaan tersebut. Kontekstualisasi dilakukan pada situasi interaksi remaja di ruang digital. Skor total digunakan untuk membandingkan kondisi sebelum dan sesudah kegiatan, dengan skor lebih tinggi menggambarkan empati digital yang lebih tinggi.

Evaluasi ketercapaian kegiatan dilakukan melalui pengukuran empati digital menggunakan Digital Communication Empathy Scale (DCES) versi bahasa Indonesia yang diadaptasi oleh fiandra dan Utami (2025). Instrumen ini mengukur empati dalam konteks komunikasi digital melalui lima dimensi yang terkonfirmasi dalam analisis Confirmatory Factor Analysis (CFA), yaitu Digital Perceived Empathic Accuracy, Digital Perspective-Taking, Digital Sympathy, Digital Empathic Anger, dan Digital Personal Distress. Dari 36 aitem awal, sebanyak 35 aitem dipertahankan setelah pengujian Exploratory Factor Analysis (EFA), sedangkan dimensi Digital Emotion Match tidak dipertahankan sebagai faktor tersendiri dalam model CFA. Contoh

indikator yang tercakup meliputi kemampuan memahami perasaan orang lain melalui komunikasi dari, mempertimbangkan perspektif orang lain melalui komunikasi daring, mempertimbangkan perspektif orang lain, menunjukkan kepedualian terhadap kesulitan yang dialami orang lain di dunia maya, merasakan kemarahan ketika seseorang menjadi korban perlakuan buruk secara daring, serta mengalami kecemasan atau ketidaknyamanan ketika menyaksikan penderitaan orang lain melalui media digital. Instrumen menggunakan skala Likert dengan enam pilihan respons, dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 6 (sangat setuju). Dengan asumsi seluruh 35 aitem diberi skor 1-6 dan dijumlahkan tanpa pembobotan, rentang skor total secara teoritis adalah 35-210, dengan skor lebih tinggi menunjukkan tingkat empati digital yang lebih tinggi. Hasil pengujian reliabilitas pada penelitian adaptasi menunjukkan koefisien Cronvach's alpha sebesar 0,974 untuk keseluruhan instrumen, sedangkan koefisien pada kelima dimensi berkisar antara 0,832-0,939 [10]. Selanjutnya, pengabdi melakukan pengujian reliabilitas kembali terhadap data ini dan memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,91.

Evaluasi kuantitatif mencakup rata-rata, simpangan baku, nilai minimum, dan maksimum skor sebelum serta sesudah kegiatan. Perbedaan skor dianalisis menggunakan uji t berpasangan. Statistik ini menilai perubahan rerata pada peserta yang sama, dengan prasyarat yang berkenaan dengan distribusi skor selisih. N-Gain dilaporkan sebagai indikator deskriptif tambahan untuk menggambarkan peningkatan relatif terhadap ruang peningkatan skor yang tersedia. Konsep gain ternormalisasi mengacu pada Hake [11]; penerapannya pada skala empati perlu dipahami sebagai ringkasan tambahan, bukan ukuran langsung perubahan perilaku perundungan siber.

Ketercapaian tujuan utama ditelaah dari arah dan besarnya perubahan skor empati digital. Observasi selama diskusi, simulasi, bermain peran, dan refleksi digunakan sebagai informasi pendukung tentang keterlibatan peserta dalam proses pembelajaran. Kepuasan dinilai pada enam aspek, yaitu manfaat kegiatan, kualitas materi, kemudahan memahami materi, kepuasan terhadap kegiatan, pelayanan dan komunikasi tim, serta kecukupan sarana dan prasarana, menggunakan skala 1–5. Hasil observasi dan kepuasan diinterpretasikan secara deskriptif. Keduanya melengkapi evaluasi pelaksanaan, tetapi tidak menggantikan pengukuran perubahan empati atau perilaku digital.

3. HASIL & PEMBAHASAN

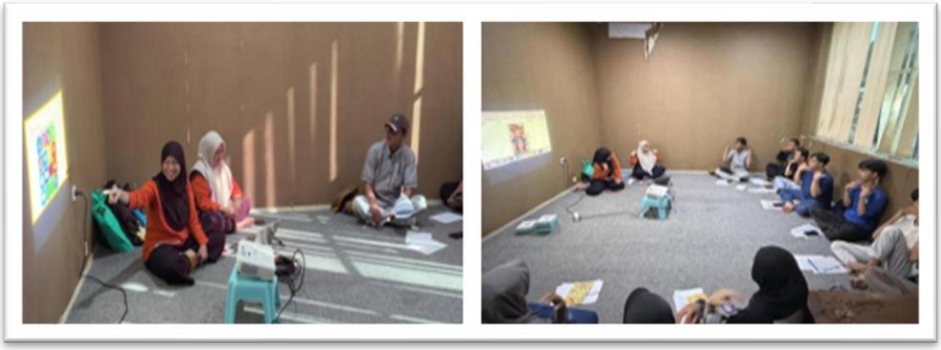
3.1 Kebutuhan Mitra dan Pelaksanaan Kegiatan

Analisis kebutuhan menunjukkan adanya kesenjangan antara penggunaan media digital dalam keseharian peserta dan pengalaman memperoleh pembinaan etika digital. Dominannya penggunaan telepon pintar pribadi serta belum adanya pelatihan terstruktur menjadi dasar pemilihan materi yang dekat dengan interaksi daring peserta. Tim mengintegrasikan pengenalan perundungan siber, etika komunikasi, regulasi emosi, dan pengambilan perspektif ke dalam aktivitas diskusi dan latihan. Koordinasi dengan mitra menghasilkan penyesuaian teknis kegiatan dengan ketersediaan tempat, pendamping, dan peserta. Dengan demikian, penyusunan program bertumpu pada kebutuhan kelompok sasaran yang teridentifikasi.

Pelatihan inti diikuti oleh 20 peserta pada 19 Juni 2026. Pada sesi edukasi dan diskusi, peserta memperoleh penjelasan mengenai dampak komunikasi daring dan kesempatan menelaah pengalaman yang relevan. Kegiatan dilanjutkan dengan simulasi kasus dan bermain peran untuk mempertemukan perspektif korban, pelaku, dan pengamat. Latihan kesadaran penuh dan refleksi memberi kesempatan untuk mengenali keadaan emosional sebelum menentukan respons. Dokumentasi tahapan tersebut disajikan pada Gambar 1 dan Gambar 2 sebagai pendukung uraian proses, bukan sebagai bukti tersendiri tentang perubahan kemampuan peserta.



Gambar 1. Penyampaian materi (kiri) dan diskusi serta curah pendapat (kanan).



Gambar 2. Simulasi kasus dan bermain peran (kiri) serta praktik kesadaran penuh (kanan).

Hasil observasi yang dilaporkan selama pelaksanaan menunjukkan bahwa peserta terlibat dalam mengidentifikasi perspektif korban, pelaku, dan pengamat serta mendiskusikan respons yang lebih konstruktif. Temuan ini mendukung keterlaksanaan metode partisipatif. Namun, tanpa skor observasi terstandar dan perbandingan pengamatan sebelum kegiatan, temuan tersebut belum dapat digunakan untuk menghitung besarnya perubahan keterampilan secara objektif. Pemisahan antara bukti proses dan bukti perubahan skor diperlukan agar hasil kegiatan diinterpretasikan secara proporsional.

Respons peserta yang terdokumentasi melalui lembar refleksi memberikan gambaran mengenai proses pembelajaran selama pelatihan. Pada sesi simulasi kasus, peserta [P03] menuliskan bahwa "Saya merasa sedih dan tidak nyaman ketika memerankan seseorang yang menerima komentar menyakitkan. Ternyata kata-kata di media sosial bisa membuat seseorang merasa terluka." Sementara itu, pada sesi bermain peran sebagai pengamat, peserta [P11] menyampaikan bahwa "Kalau melihat teman mendapatkan komentar buruk, saya tidak akan ikut menertawakan. Saya akan mencoba menghibur atau memberikan dukungan." Respons tersebut menunjukkan bahwa pengalaman memerankan posisi orang lain membantu peserta memahami perasaan korban dan mempertimbangkan respons yang lebih empatik ketika menyaksikan perundungan siber. Hal ini sejalan dengan proses refleksi dan konseptualisasi dalam pembelajaran berbasis pengalaman (experiential learning) [9]. Sebagai pembanding, pada survei awal sebagian besar respons peserta terhadap komentar yang menyinggung cenderung berupa mengabaikan atau memilih diam, sedangkan sebagian lainnya menyatakan akan membalas komentar tersebut.

3.2 Perubahan Skor Empati Digital

Perbandingan skor sebelum dan sesudah kegiatan menunjukkan perubahan ke arah positif. Statistik deskriptif pada 20 peserta disajikan pada Tabel 1. Selisih dihitung dalam arah skor sesudah dikurangi skor sebelum kegiatan.

Tabel 1. Statistik deskriptif empati digital sebelum dan sesudah kegiatan (n = 20)

Statistik	Sebelum	Sesudah	Selisih	N-Gain	N-Gain (%)
Rata-rata	53,05	65,25	12,20	0,46	45,81
Simpangan baku	4,49	3,48	1,40	0,04	4,48
Minimum	46	59	9	0,38	38,24
Maksimum	61	71	15	0,53	52,63

Rata-rata skor empati digital meningkat dari 53,05 dengan simpangan baku 4,49 menjadi 65,25 dengan simpangan baku 3,48. Peningkatan rata-rata sebesar 12,20 poin menunjukkan bahwa, pada akhir kegiatan, peserta melaporkan empati digital yang lebih tinggi dibandingkan sebelum kegiatan. Rentang skor bergerak dari 46–61 menjadi 59–71. Simpangan baku sesudah kegiatan yang lebih kecil menggambarkan sebaran skor yang lebih sempit pada pengukuran akhir, tetapi tidak cukup untuk menyimpulkan bahwa kemampuan seluruh peserta telah seragam.

Rerata N-Gain yang dilaporkan sebesar 0,46 atau 45,81%. Nilai tersebut berada pada kategori sedang apabila menggunakan pengelompokan gain ternormalisasi, yaitu kurang dari 0,30 sebagai rendah, 0,30 sampai kurang dari 0,70 sebagai sedang, dan setidaknya 0,70 sebagai tinggi [11]. Karena pengelompokan tersebut berasal dari konteks evaluasi pembelajaran, penggunaannya di sini bersifat deskriptif. Angka 45,81% tidak dapat diartikan sebagai persentase penurunan perundungan siber ataupun persentase peserta yang berubah perilakunya. Fokus interpretasi tetap pada perubahan skor empati digital yang diukur segera setelah kegiatan.

Hasil uji t berpasangan yang dilaporkan pada evaluasi awal disajikan pada Tabel 2. Uji ini membandingkan skor peserta yang sama pada dua waktu pengukuran.

Tabel 2. Hasil uji t berpasangan skor empati digital

Perbandingan	t	df	p
Sesudah–sebelum kegiatan	38,97	19	< 0,001

Nilai p yang dilaporkan lebih kecil dari 0,001 dan menunjukkan perbedaan rerata pada pengukuran sebelum serta sesudah kegiatan menurut hasil uji tersebut. Meskipun demikian, signifikansi statistik tidak dengan sendirinya menunjukkan bahwa seluruh perubahan disebabkan oleh pelatihan. Tanpa kelompok pembanding, pengaruh pengulangan pengukuran, harapan peserta, dan faktor lain belum dapat dipisahkan dari kontribusi program. Oleh karena itu, temuan diposisikan sebagai perubahan skor dalam kelompok peserta setelah mengikuti kegiatan, bukan bukti kausal mengenai efektivitas pencegahan perundungan siber.

3.3 Penerimaan Peserta dan Peran Mitra

Evaluasi kepuasan memberikan gambaran penerimaan peserta terhadap isi dan penyelenggaraan kegiatan. Ringkasan hasil pada enam aspek disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Evaluasi kepuasan terhadap pelaksanaan kegiatan

Aspek evaluasi	Rata-rata (skala 1–5)
Manfaat kegiatan	4,95
Kualitas materi	4,90
Kemudahan memahami materi	4,81

Aspek evaluasi	Rata-rata (skala 1–5)
Kepuasan terhadap kegiatan	4,76
Pelayanan dan komunikasi tim	4,71
Kecukupan sarana dan prasarana	4,67

Seluruh aspek memperoleh skor rata-rata mendekati batas atas skala, yaitu 4,67–4,95. Manfaat kegiatan memperoleh penilaian tertinggi (4,95), diikuti kualitas materi (4,90), sedangkan kecukupan sarana dan prasarana memperoleh skor paling rendah secara relatif (4,67). Hasil ini menunjukkan bahwa peserta menerima isi dan penyelenggaraan kegiatan secara positif. Meskipun demikian, skor kepuasan hanya merepresentasikan penilaian peserta terhadap pengalaman mengikuti program, seperti relevansi materi, kemudahan memahami penyampaian, pelayanan, dan fasilitas. Kepuasan tidak dapat digunakan sebagai bukti bahwa empati digital meningkat, bahwa peserta telah mengubah perilaku komunikasi daring, atau bahwa kejadian perundungan siber berkurang. Bukti perubahan empati dalam kegiatan ini harus merujuk pada perbandingan skor instrumen sebelum dan sesudah kegiatan, sedangkan perubahan perilaku memerlukan pengukuran tersendiri pada waktu tindak lanjut. Dengan demikian, hasil kepuasan diposisikan sebagai indikator penerimaan dan kelayakan pelaksanaan program serta sebagai masukan untuk perbaikan kegiatan berikutnya.

Keterlibatan Rumah Zakat Sulawesi Selatan sejak persiapan membantu menjaga kesesuaian program dengan kebutuhan sasaran. Mitra memfasilitasi pertemuan analisis kebutuhan, menyediakan tempat, memobilisasi peserta, dan menugaskan pendamping komunitas. Keterlibatan dalam diskusi evaluasi serta komitmen untuk mengintegrasikan penguatan ke dalam pembinaan rutin merupakan modal awal keberlanjutan. Namun, komitmen tersebut belum dapat disamakan dengan bukti bahwa tindak lanjut telah terlaksana atau menghasilkan perubahan perilaku. Oleh karena itu, diperlukan pembagian peran dan jadwal yang disepakati bersama agar keberlanjutan program dapat dilaksanakan dan dievaluasi secara realistis.

3.4 Makna Temuan dan Implikasi Pengembangan

Perubahan skor empati digital dapat dipahami melalui keterkaitan antara isi materi dan kesempatan berlatih. Materi memberi bahasa konseptual untuk mengenali dampak komunikasi, sementara diskusi dan bermain peran memungkinkan peserta menelaah suatu situasi dari posisi yang berbeda. Secara konseptual, rangkaian ini menghubungkan pengalaman, refleksi, pemahaman, dan latihan penerapan sebagaimana dijelaskan dalam pembelajaran berbasis pengalaman [9]. Penjelasan tersebut merupakan interpretasi atas rancangan program; kontribusi masing-masing komponen belum dapat ditentukan karena seluruh kegiatan diberikan sebagai satu paket.

Arah peningkatan skor sejalan dengan penelitian pelatihan keterampilan empatik pada remaja [7] dan meta-analisis pelatihan empati [8]. Kesamaan arah tersebut mendukung relevansi pendekatan penguatan kapasitas sosial emosional. Namun, perbedaan karakteristik peserta, durasi, instrumen, dan desain evaluasi membatasi perbandingan langsung besarnya hasil antarprogram. Selain itu, hubungan antara empati dan perundungan siber dalam studi korelasional [3], [5] tidak membuktikan bahwa peningkatan skor empati pada kegiatan ini otomatis diikuti penurunan tindakan perundungan. Klaim tentang pencegahan perlu diuji melalui pengukuran perilaku yang sesuai pada tindak lanjut.

Latihan perspektif pengamat memperluas fokus pembinaan dari pengendalian tindakan menyakiti menuju kemampuan merespons ketika orang lain menjadi sasaran. Hu dkk. menunjukkan hubungan positif antara empati dan perilaku membantu korban, dengan keterlibatan penilaian moral di internet [12]. Temuan tersebut memberi dasar bagi pembahasan respons pengamat dalam pelatihan ini. Penelitian Fakhri dkk. mengenai kedamaian personal dan perilaku pengamat yang membela korban juga menegaskan relevansi dimensi respons

sosial dalam konteks Indonesia [6]. Implikasi praktisnya adalah perlunya kegiatan lanjutan yang melatih pilihan respons aman dan suportif serta mengevaluasi apakah respons tersebut benar-benar diterapkan.

Komponen kesadaran penuh dan refleksi ditujukan untuk memberi jeda sebelum peserta bereaksi terhadap pesan daring. Arah tersebut sejalan dengan pendekatan digital ethics of care yang menekankan kesempatan untuk mempertimbangkan dampak respons terhadap orang lain [13]. Meta-analisis Hu dkk. memberikan dukungan terhadap pengaruh intervensi berbasis mindfulness pada empati dalam beragam konteks [14]. Namun, bukti dari intervensi dengan dosis dan populasi berbeda tidak dapat langsung diterapkan pada sesi singkat dalam program ini. Dengan demikian, kesadaran penuh lebih tepat diposisikan sebagai komponen pendukung yang mekanisme dan kontribusinya masih perlu dievaluasi.

Keunggulan kegiatan terletak pada kesesuaian materi dengan kebutuhan mitra, penggunaan situasi digital yang dekat dengan pengalaman peserta, dan dukungan pendamping komunitas. Pendekatan partisipatif memungkinkan peserta berlatih mengaitkan konsep dengan respons dalam kasus yang dibahas. Tantangan pelaksanaan mencakup penyesuaian kehadiran dari 24 responden asesmen menjadi 20 peserta pelatihan, waktu kegiatan satu hari, dan pemadatan sesi refleksi. Penilaian sarana yang relatif lebih rendah juga dapat menjadi dasar peninjauan kebutuhan fasilitas. Aspek-aspek tersebut penting dipertimbangkan dalam pengulangan program agar keterlibatan peserta dan ruang latihan tetap terjaga.

Keterbatasan evaluasi meliputi jumlah peserta yang kecil, penggunaan satu kelompok tanpa pembanding, pengukuran segera setelah kegiatan, dan ketergantungan pada laporan diri. Karakteristik psikometrik instrumen yang telah dikontekstualisasikan juga perlu didokumentasikan lebih lengkap agar perubahan skor dapat ditafsirkan dengan lebih kuat. Observasi pelaksanaan belum memberikan ukuran perubahan perilaku yang terstandar, sedangkan kepuasan hanya menggambarkan penerimaan peserta. Karena itu, hasil tidak digeneralisasikan kepada seluruh remaja atau dipakai untuk menyimpulkan keberhasilan menurunkan perundungan siber secara langsung.

Sebagai tindak lanjut yang realistis, tim pengabdi dan Rumah Zakat Sulawesi Selatan dapat menyepakati rancangan pendampingan selama tiga bulan setelah pelatihan. Pada bulan pertama, pendamping komunitas dapat memfasilitasi satu sesi penguatan singkat (sekitar 30–45 menit) yang mengulas kembali ciri perundungan siber, empati digital, dan pilihan respons aman ketika menyaksikan korban. Pada bulan kedua, peserta dapat mengikuti diskusi kasus atau bermain peran singkat dengan contoh situasi yang mereka temui di ruang digital; pendamping membantu peserta menyusun langkah respons, seperti tidak ikut menyebarkan konten yang merendahkan, memberi dukungan secara aman, menyimpan bukti bila diperlukan, dan melapor kepada orang dewasa tepercaya atau pihak platform. Pada bulan ketiga, mitra dapat mengadakan refleksi kelompok dan pengukuran tindak lanjut. Tim pengabdi dapat mendukung mitra melalui penyediaan panduan fasilitasi, lembar kasus, dan instrumen evaluasi, sedangkan pembina Rumah Zakat mengoordinasikan jadwal, kehadiran, dan pelaksanaan sesi dalam kegiatan pembinaan rutin. Rancangan ini merupakan usulan tindak lanjut yang perlu disepakati bersama mitra, bukan kegiatan yang telah dilaksanakan dalam program yang dilaporkan.

Evaluasi tindak lanjut sebaiknya memisahkan sekurang-kurangnya tiga keluaran: (1) empati digital, yang diukur kembali menggunakan instrumen yang sama; (2) respons perilaku dalam situasi perundungan siber, misalnya kecenderungan membantu korban, tidak meneruskan konten yang menyakiti, atau mencari bantuan; dan (3) keterlaksanaan program, seperti jumlah sesi yang terlaksana, kehadiran, serta penyelesaian latihan kasus. Jika memungkinkan, pengukuran dilakukan segera setelah sesi penguatan dan sekitar tiga bulan setelah pelatihan, dengan tetap menjaga kerahasiaan jawaban peserta. Mitra juga dapat menggunakan catatan refleksi anonim atau daftar periksa pendamping untuk mendokumentasikan praktik yang dilaporkan, tanpa menganggap laporan tersebut sebagai verifikasi langsung atas seluruh perilaku daring. Pengukuran perlu membedakan empati digital, perilaku membantu korban, keterlibatan sebagai pelaku atau korban, serta kepuasan terhadap program. Meta-analisis Polanin dkk. menunjukkan bahwa program pencegahan dapat

menurunkan perundungan siber dan viktimisasi ketika hasil perilaku tersebut diukur secara langsung [15]. Temuan itu mendukung perlunya evaluasi lanjutan yang lebih kuat, termasuk kelompok pembanding bila memungkinkan. Dengan rancangan tersebut, mitra dapat menilai apakah perubahan skor empati digital bertahan dan apakah perubahan itu disertai kecenderungan respons digital yang lebih suportif. Tanpa pengukuran perilaku dan tindak lanjut, keberhasilan program tetap terbatas pada perubahan skor segera setelah kegiatan dan penerimaan peserta terhadap pelaksanaan program.

4. KESIMPULAN

Psikoedukasi partisipatif berbasis pengalaman pada remaja binaan Rumah Zakat Sulawesi Selatan telah dilaksanakan melalui analisis kebutuhan, koordinasi, pelatihan, dan evaluasi. Setelah kegiatan, rata-rata skor empati digital pada 20 peserta meningkat dari 53,05 menjadi 65,25 atau sebesar 12,20 poin, sedangkan skor kepuasan berkisar antara 4,67 dan 4,95 pada skala 1–5. Sebelum program, kelompok sasaran belum memperoleh pelatihan etika digital yang terstruktur; kegiatan ini menyediakan pengalaman belajar yang menggabungkan edukasi, diskusi, simulasi, bermain peran, kesadaran penuh, dan refleksi. Keunggulan program terletak pada kesesuaian dengan kebutuhan mitra dan keterlibatan pendamping komunitas. Namun, keterbatasan waktu, desain tanpa kelompok pembanding, serta belum adanya pengukuran perilaku dan tindak lanjut membatasi kesimpulan pada perubahan skor segera setelah kegiatan. Penguatan berkala, pelengkapan bukti kualitas instrumen, dan evaluasi perilaku digital diperlukan untuk menilai keberlanjutan manfaat serta kontribusinya terhadap pencegahan perundungan siber.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdi mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Universitas Negeri Makassar atas pendanaan melalui skema Pemberdayaan Berbasis Masyarakat, Program Kemitraan Masyarakat (PKM) PNBP Fakultas Psikologi Tahun Anggaran 2026. Terima kasih juga disampaikan kepada Rumah Zakat Sulawesi Selatan atas kesediaan menjadi mitra, dukungan fasilitas dan pendampingan, serta partisipasi aktif dalam persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

[1] J. Suler, “The online disinhibition effect,” CyberPsychology & Behavior, vol. 7, no. 3, pp. 321–326, 2004, doi: 10.1089/1094931041291295.

[2] C. Mossner and S. Walter, “Shaping social media minds: Scaffolding empathy in digitally mediated interactions?,” Topoi, vol. 43, no. 3, pp. 645–658, 2024, doi: 10.1007/s11245-024-10034-x.

[3] I. Zych, A. C. Baldry, D. P. Farrington, and V. J. Llorent, “Are children involved in cyberbullying low on empathy? A systematic review and meta-analysis of research on empathy versus different cyberbullying roles,” Aggression and Violent Behavior, vol. 45, pp. 83–97, 2019, doi: 10.1016/j.avb.2018.03.004.

[4] R. P. Ang and D. H. Goh, “Cyberbullying among adolescents: The role of affective and cognitive empathy, and gender,” Child Psychiatry & Human Development, vol. 41, no. 4, pp. 387–397, 2010, doi: 10.1007/s10578-010-0176-3.

[5] S. Hinduja and J. W. Patchin, “Bias-based cyberbullying among early adolescents: Associations with cognitive and affective empathy,” The Journal of Early Adolescence, vol. 42, no. 9, pp. 1204–1235, 2022, doi: 10.1177/02724316221088757.

[6] N. Fakhri, F. Firdaus, Irdianti, S. Buchori, and R. A. Fakhri, “Personal peacefulness and cyber-bystanding of internet users in Indonesia,” Jurnal Pendidikan Agama Islam, vol. 21, no. 1, pp. 234–246, 2024, doi: 10.14421/jpai.v21i1.8511.

[7] A. A. M. S. Salem et al., "Empathic skills training as a means of reducing cyberbullying among adolescents: An empirical evaluation," International Journal of Environmental Research and Public Health, vol. 20, no. 3, Art. no. 1846, 2023, doi: 10.3390/ijerph20031846.

[8] E. Teding van Berkhout and J. M. Malouff, "The efficacy of empathy training: A meta-analysis of randomized controlled trials," Journal of Counseling Psychology, vol. 63, no. 1, pp. 32–41, 2016, doi: 10.1037/cou0000093.

[9] A. Y. Kolb and D. A. Kolb, "Learning styles and learning spaces: Enhancing experiential learning in higher education," Academy of Management Learning & Education, vol. 4, no. 2, pp. 193–212, 2005, doi: 10.5465/amle.2005.17268566.

[10] K. Fiandra and R. H. Utami, "Adaptation of the Digital Communication Empathy Scale (DCES) in Indonesian version on adolescence to early adulthood," Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang), vol. 16, no. 2, pp. 23–50, 2025, doi: 10.24036/rap.v16.i2.2.

[11] R. R. Hake, "Interactive-engagement versus traditional methods: A six-thousand-student survey of mechanics test data for introductory physics courses," American Journal of Physics, vol. 66, no. 1, pp. 64–74, 1998, doi: 10.1119/1.18809.

[12] Y. Hu, T. Zhang, H. Shi, and C. Fan, "Empathy and bystander helping behavior in cyberbullying among adolescents: The mediating role of internet moral judgment and the moderating role of internet self-efficacy," Frontiers in Psychology, vol. 14, Art. no. 1196571, 2023, doi: 10.3389/fpsyg.2023.1196571.

[13] M. O'Reilly, N. Kiyimba, and D. Levine, "Promoting a digital ethics of care: A digital cognitive interruption to facilitate U.K. adolescents' empathy in online spaces," Journal of Children and Media, vol. 19, no. 2, pp. 307–326, 2025, doi: 10.1080/17482798.2024.2411417.

[14] Z. Hu et al., "Effectiveness of mindfulness-based interventions on empathy: A meta-analysis," Frontiers in Psychology, vol. 13, Art. no. 992575, 2022, doi: 10.3389/fpsyg.2022.992575.

[15] J. R. Polanin et al., "A systematic review and meta-analysis of interventions to decrease cyberbullying perpetration and victimization," Prevention Science, vol. 23, no. 3, pp. 439–454, 2022, doi: 10.1007/s11121-021-01259-y.