

# PELATIHAN EMPATI UNTUK MENINGKATKAN EMPATI PADA *CAREGIVER* ORANG DENGAN BIPOLAR

## ABSTRAK

Abraham Haposan Teofilus Sianipar

[200810439@student.mercubuana-vogva.ac.id](mailto:200810439@student.mercubuana-vogva.ac.id)

Empati diperlukan pada *caregiver* yang sedang merawat orang dengan bipolar, sehingga *caregiver* dapat memahami pikiran dan merasakan perasaan dari ODB yang dirawat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian pelatihan empati dalam meningkatkan empati pada *caregiver* ODB . Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada perbedaan empati pada *caregiver* orang dengan bipolar sebelum dan setelah diberi pelatihan empati. Subjek dalam penelitian ini berjumlah lima orang yang merupakan *caregiver informal* ODB (keluarga atau teman), dan berdomisili di Yogyakarta, memiliki skor pretest skala empati dalam kategori sedang hingga rendah dan dipilih berdasarkan hasil screening dengan Skala empati yang telah dilakukan. Pengumpulan data menggunakan skala *Interpersonal Reactivity Index* (IRI) dari Davis (1980) yang telah diterjemahkan Netty Widiastuti (2018), dengan koefisien reliabilitas 0,908. Teknik analisis data yang digunakan yakni uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Hasil yang diperoleh, nilai Z sebesar  $-2.023$  dengan  $p = 0,043$  ( $p < 0,05$ ), lalu untuk skor empati pada *pretest* menghasilkan nilai rata-rata 76,40 dan standar deviasi sebesar 5,897, lalu untuk skor empati pada *posttest* menghasilkan nilai rata-rata 101,20 dan standar deviasi sebesar 7,918. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat empati subjek sebelum dan setelah pelatihan empati diberikan. Hal ini menandakan bahwa hipotesis pada penelitian ini diterima.

*Kata Kunci: Empati, Pelatihan Empati, Caregiver*

**EMPATHY TRAINING TO IMPROVE EMPATHY IN CAREGIVERS OF  
INDIVIDUALS WITH BIPOLAR DISORDER**

**ABSTRACT**

**Abraham Haposan Teofilus Sianipar**

[200810439@student.mercubuana-vogya.ac.id](mailto:200810439@student.mercubuana-vogya.ac.id)

*Empathy is necessary for caregivers who are caring for individuals with bipolar disorder, enabling them to understand the thoughts and feel the emotions of the patients they care for. This study aims to determine the effect of empathy training on increasing empathy in caregivers of individuals with bipolar disorder (BPD). The hypothesis proposed in this study is that there is a difference in empathy among caregivers of individuals with bipolar disorder before and after receiving empathy training. The subjects of this study were five informal caregivers (family or friends) of individuals with bipolar disorder, residing in Yogyakarta, who had moderate to low pretest empathy scores and were selected based on screening results using the empathy scale. Data collection used the Interpersonal Reactivity Index (IRI) scale from Davis (1980), translated by Netty Widiastuti (2018), with a reliability coefficient of 0.908. The data analysis technique used was the Wilcoxon Signed Ranks Test. The results obtained showed a Z value of -2.023 with  $p = 0.043$  ( $p < 0.05$ ). The pretest empathy scores had a mean of 76.40 and a standard deviation of 5.897, while the posttest empathy scores had a mean of 101.20 and a standard deviation of 7.918. These results indicate that there is a difference in the level of empathy among the subjects before and after the empathy training was given, thus confirming the hypothesis of this study.*

Keywords: *Empathy, Empathy Training, Caregiver*