

***Extraversion Pada Remaja Menggunakan Media Mirror Game
Untuk Meningkatkan Keterampilan Berempati***

**Alter Jordan Karundeng¹, Rismaida Napitupulu², Fajri Turohman³, Imam Rahmat³,
Yougi Syahputra⁶**

102222020@univbatam.ac.id

Program Studi Psikologi Universitas Batam

Abstrak : Empati merupakan salah satu aspek penting dalam bersosialisasi dan keadaan mental individu karena empati adalah sifat yang mengacu kepada perilaku seseorang dalam merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain. *Extraversion* juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku seseorang karena sifat *extraversion* yang mengacu terhadap energi seseorang dalam berinteraksi dengan hal di luar diri, sehingga juga berpengaruh terhadap empati yang dimiliki seseorang. Dewasa ini, empati seringkali menjadi topik perbincangan yang ramai dibicarakan dalam ranah ilmu psikologi dikarenakan banyak masalah sosial dan psikologis yang dikhawatirkan terjadi sebab adanya kekurangan empati. Eksperimen ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan berempati dengan menggunakan permainan *Mirror Game*. Eksperimen ini menggunakan skala *Big 5 Markers* sebagai alat ukur *extraversion*, dan *Interpersonal Reactivity Index* sebagai alat ukur *empathic concern*.

kata kunci : Empati, *Mirror Game*, *Empathic Concern*, *Extraversion*

Abstract : *Empathy is an important aspect of socialization and an individual's mental state because empathy is a trait that refers to a person's behavior in feeling what other people feel. Extraversion also has a significant influence on a person's behavior because extraversion refers to a person's energy in interacting with things outside themselves, so it also influences a person's empathy. Nowadays, empathy is often a hot topic of discussion in the realm of psychology because many social and psychological problems are feared to occur due to a lack of empathy. This experiment aims to improve empathy skills by using the Mirror Game. This experiment used the Big Five Markers scale as a tool to measure extraversion, and the Interpersonal Reactivity Index as a tool to measure empathic concern.*

kata kunci : *Empathy, Mirror Game, Empathic Concern, Extraversion*

Pendahuluan :

Keterampilan berempati adalah keterampilan yang harus dimiliki manusia, empati yang rendah dapat menandakan adanya sifat antisosial dan dapat menjadi halangan seseorang dalam berinteraksi atau dalam membentuk relasi dengan individu lainnya.(Andrianie et al., 2017) Masa digital yang dialami banyak remaja masa kini berarti adanya perubahan dalam cara berinteraksi dengan individu lainnya, media sosial menjadi salah satu pemicu perubahan ini.(Turnip & Siahaan, 2021) Interaksi sosial yang tidak langsung seperti via pesan pribadi dan telepon *Whatsapp*, *Instagram*, atau *telegram*, berarti pengguna menunjukkan empati dengan cara yang berbeda daripada interaksi sosial yang terjadi secara langsung.(Ivanikha, n.d.) Individu yang berusia remaja pada masa digital sudah terbiasa berinteraksi secara tidak langsung, namun mereka dapat lebih merasakan kenyamanan dan kesenangan ketika mereka berinteraksi secara langsung, hal ini menunjukkan adanya kesulitan dalam berempati yang disebabkan oleh maraknya penggunaan media sosial.(Lintang et al., 2022) Salah satu metode yang ditemukan peneliti untuk meningkatkan keterampilan berempati adalah *Mirror Game*, *Mirror Game* adalah latihan umum dalam terapi tari/gerakan dan terapi drama. *Mirror Game* digunakan untuk mengukur dan meningkatkan keterampilan berempati partisipan, *mirror game* yang diproposalkan kita menggunakan skala *Big 5* dan *Interpersonal Reactivity Index (IRI)* (*The Body Speaks: Using the Mirror Game to Link Attachment and Non-Verbal Behavior | Rinat Feniger-Schaal - Academia.Edu*, n.d.). *Big 5* adalah skala yang menggunakan lima subskala yang terdiri dari *openness*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, dan *neuroticism*.(Badriyah & Faradiba, 2018) sifat yang kita cari untuk mengukur keterampilan berempati adalah *extraversion*, *extraversion* mempunyai dua definisi, *extraversion* adalah sifat yang

berorientasi ke luar diri, khususnya kepada hubungan sosial. dan *extraversion* merupakan pendekatan energik terhadap dunia sosial dan material dan mencakup ciri-ciri seperti aktivitas bersosialisasi, ketegangan, dan emosi positif. *Interpersonal Reactivity Index (IRI)* adalah skala yang menghitung subskala *perspective taking*, *fantasy*, *empathic concern*, *personal distress*, subskala yang kita cari adalah *empathic concern* (Badriyah, 2019). *Empathic Concern* adalah menilai perasaan simpati dan kepedulian yang "berorientasi pada orang lain". Peneliti memiliki beberapa hipotesis yang akan diuji dalam eksperimen. Pertama, peneliti menduga bahwa permainan *mirror game* dapat membantu meningkatkan tingkat *Empathic Concern*. Kedua, peneliti menduga bahwa subjek yang memiliki tingkat *extraversion* di atas rata-rata dapat lebih berempati jika melalui permainan yang menggunakan gerakan atau khususnya *mirror game*. Ketiga, peneliti menduga bahwa subjek yang memiliki tingkat *extraversion* di bawah rata-rata akan kesulitan berempati atau mengikuti gerakan rekan mereka ketika bermain *mirror game*.

Bahan & Metode :

Eksperimen ini terdiri dari dua variabel, yaitu *Extraversion* sebagai variabel terikat, dan keterampilan berempati sebagai variabel bebas. Eksperimen ini menggunakan desain pre-test dan post-test untuk mengetahui adanya perubahan pada sampel dengan membandingkan data sebelum dan sesudah permainan *Mirror Game*. Peneliti mengambil sampel berjumlah 6 orang partisipan dari populasi mahasiswa dan mahasiswi baru program studi psikologi Universitas Batam angkatan ke-7 dengan menggunakan metode *systematic random sampling*.

Peneliti menggunakan satu kuesioner yang berdasarkan skala *Big 5* untuk mengukur *Extraversion*, dan dua kuesioner yang berdasarkan skala *Interpersonal Reactivity Index*. Peneliti

akan memberikan kuesioner pertama yang menggunakan *Big 5* untuk mengukur *extraversion*. Kuesioner ini berjumlah 16 pertanyaan yang dibagi menjadi dua jenis, 8 pertanyaan tersebut bernilai positif (+) untuk *extraversion*, dan 8 pertanyaan bernilai negatif (-) untuk *introversion*. Kuesioner kedua berdasarkan skala *Interpersonal Reactivity Index* untuk mengukur *empathic concern* sebelum permainan *Mirror Game*, kuesioner ini terdiri dari 16 pertanyaan yang dibagi menjadi dua jenis, 8 pertanyaan bernilai positif (+) untuk *Empathetical* dan negatif (-) untuk *Apathetical*. Kuesioner terakhir diberikan setelah *Mirror Game*, kuesioner terakhir terdiri dari 24 pertanyaan dan dibagi menjadi tiga sesi yang masing-masing mengandung 8 pertanyaan, 4 dari 8 pertanyaan tersebut bernilai positif (+) untuk *Empathetical*, 4 pertanyaan yang lain bernilai negatif (-) untuk *Apathetical*. *Mirror Game* dilaksanakan di antara kuesioner kedua dan ketiga, *Mirror Game* dibagi menjadi tiga sesi. Sesi pertama menggunakan gerakan dan tempo lagu yang sederhana, sesi kedua menggunakan gerakan yang rumit dengan tempo lagu yang berubah-ubah, lalu sesi ketiga menggunakan gerakan yang memiliki kesulitan dan kerumitan menengah dengan menggabungkan beberapa gerakan dengan gerakan dari sesi kedua.

Hasil dan Pembahasan:

Kuesioner 1 (*Big 5*) dan Kuesioner 2 (*I.R.I*)

Gambaran Partisipan

No.	Nama	sebelum		Sesudah	
		(-)	(+)	(-)	(+)
1.	Responden E.T.W	(-) 29	(+) 27	(-) 19	(+) 35

2.	Responden J.S	(-) 27 (+) 27	(-) 16 (+) 31
3.	Respondem R.A	(-) 32 (+) 26	(-) 14 (+) 32
4.	Responden L.M.H	(-) 29 (+) 22	(-) 23 (+) 24
5.	Responden M.L.S	(-) 26 (+) 24	(-) 22 (+) 34
6.	Responden V.A	(-) 28 (+) 24,6	(-) 16 (+) 32
	Rata-rata	(-) 28,5 (+) 25,1	(-) 18,33 (+) 31,33

Hasil dari kuesioner pertama menyatakan bahwa kemungkinan skor yang paling tinggi untuk *extraversion* (+) dan *introversion* (-) adalah 40, sedangkan kemungkinan skor yang paling rendah adalah 8, rata-rata skor *extraversion* berjumlah 25, dan rata-rata skor *introversion* berjumlah 28. Dalam kuesioner pertama, 50% dari subjek penelitian memiliki skor *extraversion* di atas rata-rata, 50% dari subjek penelitian juga memiliki skor *introversion* yang di atas rata-rata, 33% dari subjek memiliki skor *extraversion* dan *introversion* yang di atas rata-rata, jumlah subjek yang memiliki skor *extraversion* yang sesuai dengan rata-rata hanya berjumlah satu, jumlah subjek yang memiliki skor *extraversion* dan *introversion* yang di bawah rata-rata berjumlah satu. Dan hasil dari kuesioner kedua dibandingkan dengan kuesioner satu dapat menjelaskan bahwa hasil *extraversion* subjek lebih tinggi dibanding dengan kuesioner pertama, dan berdasarkan tabel ini adalah mayoritas subjek mempunyai

nilai empathical yang diatas rata-rata, dan mayoritas mempunyai nilai introversion dibawah rata-rata, beserta

Kuesioner 3 (I.R.I)

No.	Jumlah sesi	Hasil	
		<i>Apathetical</i>	<i>Empathetical</i>
1.	Sesi Pertama	(-) 20	(+) 33
2.	Sesi Kedua	(-) 21	(+) 28,6
3.	Sesi Ketiga	(-)20,32	(+) 31
4	Rata rata	(-) 20,44	(+) 30,86

Hasil dari kuesioner kedua jika dibandingkan dengan seluruh kuesioner 3 juga dapat membuktikan serangkaian hipotesis yang dimiliki peneliti. Perubahan rata-rata skor *Empathic Concern* (+) dan *Apathy* (-) sangatlah drastis, rata-rata skor *Empathic Concern* (+) dan *Apathy* (-) pada kuesioner kedua berjumlah 28 dan 25, sedangkan rata-rata skor *Empathic Concern* dan *Apathy* pada kuesioner kedua yang dilaksanakan setelah dilakukannya *mirror game* adalah 20 dan 33. Peneliti menemukan bahwa pada 33% subjek yang memiliki skor *extraversion* dan *introversion* yang di atas rata-rata, terjadi peningkatan pada skor *Empathic Concern* sebanyak 2-4 poin dan *Apathy* sebanyak 1-4 poin. Peneliti menemukan pada subjek yang memiliki skor *extraversion* dan *introversion* di bawah rata-rata, bahwa skor *Empathic Concern* tidak berubah dan skor *Apathy* hanya bertambah 1 point.

Keterbatasan

1. Peneliti menyadari adanya kekurangan skala *Big 5 Marker* tidak dapat bekerja secara optimal .
2. Peneliti menyadari bahwa penggunaan *Interpersonal Reactivity index* dengan hanya mengamati *Empathic Concern* akan mengurangi keakuratan pengukuran.
3. peneliti menyadari adanya keterbatasan dalam penyampaian dan pengarahan saat permainan *mirror game*.

PENUTUP

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil data yang telah didapat dari ketiga kuesioner dan hasil observasi yang dilakukan terhadap partisipan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa eksperimen ini menguji pengaruh *extraversion* seseorang dengan menggunakan skala *big 5*, Peneliti juga melakukan perbandingan kuesioner dengan 3 agar sebuah penelitian tersebut mendapat hasil yang lebih baik. Peneliti menemukan bahwa pada 33% subjek yang memiliki skor *extraversion* dan *introversion* yang di atas rata-rata, terjadi peningkatan pada skor *Empathic Concern* sebanyak 2-4 poin dan *Apathy* sebanyak 1-4 poin. Peneliti menemukan pada subjek yang memiliki skor *extraversion* dan *introversion* di bawah rata-rata, bahwa skor *Empathic Concern* tidak berubah dan skor *Apathy* hanya bertambah 1 point.

Penelitian ini yang mana mengukur kemampuan mahasiswa dengan menguji pengaruh permainan game, berdasarkan perbedaan respon subjek introvert dan ekstrovert guna meningkatkan keterampilan empati.

DAFTAR PUSTAKA

- Andrianie, S., Ariyanto, R. D., & Nawantara, R. D. (2017). meningkatkan keterampilan empati siswa sekolah dasar melalui paket bimbingan peningkatan empati. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v1n2.p66-72>
- Badriyah, L. (2019). Uji Validitas Konstruk Empati terhadap Agresivitas Remaja dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia)*, 2(6), Article 6. <https://journal.uinjkt.ac.id/index.php/jp3i/article/view/10754>
- Badriyah, L., & Faradiba, A. T. (2018). hubungan faktor kepribadian extraversion dan prestasi akademik. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1), Article 1. <https://doi.org/10.24912/jmishumse.n.v2i1.1685>
- Ivanikha, O. (n.d.). *Psikologi Universitas Medan Area*.
- Lintang, G., Melintania, M., & Haya, Z. N. (2022). Pengaruh Penggunaan Ponsel Pada Remaja Terhadap Interaksi Sosial: Indonesia. *JKOMDIS: Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial*, 2(3), 400–407. <https://doi.org/10.47233/jkomdis.v2i3.346>
- The Body Speaks: Using the Mirror Game to Link Attachment and Non-verbal Behavior / Rinat Feniger-Schaal—Academia.edu*. (n.d.). Retrieved December 13, 2023, from https://www.academia.edu/78093381/The_Body_Speaks_Using_the_Mirror_Game_to_Link_Attachment_and_Non_verbal_Behavior
- Turnip, E. Y., & Siahaan, C. (2021). *etika berkomunikasi dalam era media digital*. 3
- Adhila, B. T. A., & Raymond, R. (2021). The Effect Of Lifestyle, Price And Promotion On Purchase Decision Of Consumers Kasta Coffee Batam. *Zona Manajerial: Program Studi Manajemen (S1) Universitas Batam*, 11(1), 15-27.
- BAHRI, N. I., & Raymond, R. (2021). Pengaruh Promosi, Desain Tempat Dan Kualitas Pelayanan Terhadap Keputusan Pembelian Disetara Coffee Batam. *SCIENTIA JOURNAL: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 4(4).
- Elyana, E. (2021). *Pengaruh Kualitas Produk, Kepercayaan, Dan Brand Image Terhadap Keputusan Pembelian Produk Pakaian Secara Online Di Kota Batam* (Doctoral dissertation, Prodi Manajemen).
- Ngaliman, N., Satriawan, B., & Raymond, R. (2024). kunjungan pengabdian masyarakat dan bakti sosial ke muallaf center di jembatan iii barelang, kota batam, kepulauan riau. *Jurnal Pengabdian Ibnu Sina*, 3(1), 50-57.
- Usvita, M., Desda, M. M., Saununu, S. J., Indrawan, M. G., Herlina, H., Raymond, R., ... & Eka, A. P. B. (2023). *Manajemen Pemasaran E-Commerce*. CV. Gita Lentera.
- Indrawan, M. G., & Raymond, R. (2020). Pengaruh Norma Subjektif Dan Return Ekspektasian Terhadap Minat Investasi Saham Pada Calon Investor Pada Program Yuk Nabung Saham Di Kota Batam. *Jurnal Akrab Juara*, 5(3), 156-166.
- Indrawan, M. G., & Siregar, D. L. (2021). Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kepuasan Pelanggan Smartphone Samsung Di Kota Batam. *Jurnal Ekobistek*, 81-87.
- Indrawan, M. G., & Raymond, R. (2019). Pengaruh Suku Bunga Sertifikat

- Bank Indonesia dan Nilai Kurs Terhadap Risiko Sistematis Saham Perusahaan Sektor Keuangan Yang Terdaftar Di Bursa Efek Indonesia. *JIM UPB (Jurnal Ilmiah Manajemen Universitas Putera Batam)*, 7(1), 78-87.
- Mardika, N. H., & Raymond, R. (2018, October). Analisis Persepsi Masyarakat Dalam Memilih Perbankan Syariah Di Kota Batam. In *Prosiding Seminar Nasional Ilmu Sosial dan Teknologi (SNISTEK)* (No. 1, pp. 115-120).
- Maslan, A., Elisa, E., & Raymond, R. (2019). Pembuatan Media Promosi Berbasis Web, Sistem Administrasi, dan Manajemen Pemasaran pada Mitra Kelompok Usaha Bersama (KUB) Nelayan di Kelurahan Pulau Temoyong, Batam. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 4(4), 491-500.
- Putra, D. G., & Raymond, R. (2019). Pengaruh Dana Pihak Ketiga Dan Kecukupan Modal Terhadap Profitabilitas Pada Bank Riau Kepri Kota Batam. *SCIENTIA JOURNAL: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 1(2).
- Raymond, R., Siregar, D. L., Putri, A. D., Indrawan, M. G., & rahmat Yusran, R. (2023). pelatihan pencatatan biaya bahan baku untuk meningkatkan kinerja keuangan umkm ikan hias: The Training for Recording of Raw Material Costs to Improve the Financial Performance of UMKM Ornamental Fish. *PUAN INDONESIA*, 5(1), 53-62.
- Raymond, R., Siregar, D. L., Putri, A. D., Indrawan, M. G., & Simanjuntak, J. (2023). Pengaruh disiplin kerja dan beban kerja terhadap kinerja karyawan pada pt tanjung mutiara perkasa. *JURSIMA*, 11(1), 129-133.
- Raymond, R. (2018). Peningkatan Kinerja Pemasaran Melalui Pelatihan Perencanaan Bagi Kelompok Usaha Kerajinan Taufan Handrycraft Di Kota Batam. *J-ABDIPAMAS (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 2(1), 105-110.
- Raymond, R. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kemiskinan Di Propinsi Kepulauan Riau. *Akrab Juara: Jurnal Ilmu-ilmu Sosial*, 2(3), 14-24.
- Raymond, R., Siregar, D. L., Putri, A. D., Indrawan, M. G., & rahmat Yusran, R. (2023). Pelatihan Pencatatan Biaya Bahan Baku Untuk Meningkatkan Kinerja Keuangan Umkm Ikan Hias: The Training for Recording of Raw Material Costs to Improve the Financial Performance of UMKM Ornamental Fish. *PUAN INDONESIA*, 5(1), 53-62.
- Raymond, R., Siregar, D. L., Putri, A. D., Indrawan, M. G., & Simanjuntak, J. (2023). Pengaruh disiplin kerja dan beban kerja terhadap kinerja karyawan pada pt tanjung mutiara perkasa. *Jursima (Jurnal Sistem Informasi dan Manajemen)*, 11(1), 129-133.
- Siregar, D. L., Indrawan, M. G., Putri, A. D., Rosiska, E., & Raymond, R. (2023). Development Of Product Packaging Design In Income Increasing Business Group Of Prosper Family (Uppks) Friends Kitchen In Batam City: Pengembangan Desain Kemasan Produk Pada Kelompok Usaha Peningkatan Pendapatan Keluarga Sejahtera (UPPKS) Sahabat Kitchen Di Kota Batam. *PUAN INDONESIA*, 4(2), 279-284.
- UPB, J. I. M. (2017). Pengaruh Likuiditas Dan Solvabilitas Terhadap Profitabilitas Pada PT Indosat Tbk. *JIM UPB (Jurnal Ilmiah Manajemen Universitas Putera Batam)*, 5(1), 110-118.
- Indrawan, M. G., & Raymond, R. (2022). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Loyalitas Konsumen pada Produk Kosmetik di Kota Batam. *Jurnal Humaniora*

- dan Ilmu Pendidikan, 1(2), 121-128.*
- Karnadi, V., & Siregar, D. L. (2022). Pembinaan studi kelayakan bisnis bagi anggota persatuan perantau sariak sungai abu (pessas) kota batam. *Puan indonesia, 4(1), 111-118.*
- Raymond, R., Siregar, D. L., Indrawan, M. G., Rosiska, E., & Sibuea, T. H. (2022). FAKTOR FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PROFITABILITAS PADA PERUSAHAAN YANG TERDAFTAR DI BEI. *Zona Keuangan: Program Studi Akuntansi (SI) Universitas Batam, 12(3).*
- Indrawan, M. G., Wibisono, C., & Widia, E. (2022). THE DETERMINATION OF PRODUCTS, PRICES, PROMOTION OF EDUCATIONAL QUALITY THROUGH THE LECTURERS SATISFACTION OF BATAM UNIVERSITY IN THE COVID 19 PANDEMIC ERA. *Academy of Strategic Management Journal, 21, 1-13.*
- Rosiska, E., Siregar, D. L., Raymond, R., & Putri, A. D. (2022). Pemberdayaan Media Pemasaran Bagi Kelompok UKM Sagulung Kota Batam. *Jurnal Pengabdian Barelang, 4(2).*

