

STUDI META ANALISIS: EFEKTIVITAS CINEMA THERAPY DALAM MENINGKATKAN EMPATI PESERTA DIDIK

Sandya Nathaniel Amouzegar¹
Firmanto Adi Nurcahyo^{1*}

¹Program Studi Psikologi, Universitas Udayana, Bali, Indonesia

Keywords/Kata kunci

Cinema therapy, effectiveness, empathy, meta-analytic, student.

Cinema therapy, efektivitas, empati, meta analisis, peserta didik, siswa.

ABSTRACT/ABSTRAK:

The decline in empathy among students has become a critical concern in the field of education. One intervention that shows promising potential to enhance empathy is cinema therapy. This study aims to evaluate the effectiveness of cinema therapy in improving student's empathy using a meta-analytic approach. Relevant literatures were identified through Google Scholar with inclusion criteria involving experimental studies that reported N, mean, and SD for both pre-test and post-test data. Seventeen eligible articles were analyzed using Jamovi software version 2.6.44. The results indicate that cinema therapy demonstrates a high effect size. However, substantial heterogeneity among studies and indications of publication bias were observed. These findings highlight the relevance of cinema therapy as an educational interevention that effectively fosters emotional awareness and enchances student's empathy. This study supports the application of cinema therapy as an evidence-based intervention to enhance empathy in students. Nevertheless, future research should consider potential moderating factors such as age and participant's socio-cultural backgrounds.

Kemampuan empati yang menurun pada kalangan peserta didik menjadi perhatian penting dalam dunia pendidikan. Salah satu intervensi yang menunjukkan potensi untuk meningkatkan empati adalah *cinema therapy*. Studi ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas *cinema therapy* dalam meningkatkan empati peserta didik melalui pendekatan meta analisis. Pencarian literatur relevan melalui Google Scholar dengan kriteria inklusi penelitian eksperimen yang menyertakan data N, mean, dan SD, serta prates dan pascates. Tujuh belas artikel yang memenuhi kriteria dianalisis menggunakan *software* Jamovi 2.6.44. Hasil menunjukkan bahwa *cinema therapy* memiliki nilai *effect size* yang tinggi. Namun, heterogenitas antar studi sangat tinggi dan terdapat indikasi bias publikasi. Temuan ini menegaskan bahwa *cinema therapy* relevan digunakan sebagai intervensi pendidikan yang efektif dalam menumbuhkan kesadaran emosional dan meningkatkan empati peserta didik. Studi ini mendukung penggunaan *cinema therapy* sebagai intervensi berbasis bukti dalam peningkatan empati, namun faktor moderator seperti usia dan latar belakang sosial partisipan perlu dipertimbangkan dalam penelitian lanjutan.

* Korespondensi mengenai isi artikel dapat dilakukan melalui: adinurcahyo@unud.ac.id

Manusia selalu terlibat dalam interaksi sosial dengan individu lain. Perkembangan kehidupan sosial menuntut individu memiliki kemampuan empati. Empati merujuk pada reaksi individu terhadap pengalaman orang lain dan menjadi dasar terbentuknya perilaku sosial yang positif sejak masa kanak-kanak (Bulgarelli & Jones, 2023; Riess, 2017). Empati dapat menjadi salah satu aspek fundamental dalam mendukung keberfungsian sosial individu secara optimal.

Empati dapat dibedakan menjadi dua bentuk: (a) empati kognitif, yaitu kemampuan untuk mengenali dan memahami keadaan batin individu lain, termasuk pikiran, persepsi, dan intensi serta (b) empati afektif, yaitu respons emosional terhadap perasaan yang dialami individu lain (Thompson et al., 2022; Yu & Chou, 2018). Kedua komponen tersebut berperan dalam memungkinkan individu untuk memberikan respons yang sesuai terhadap pengalaman individu lain tanpa mencampurkannya dengan pengalaman pribadi.

Empati dalam kehidupan sosial manusia memiliki peran yang sangat penting, terutama bagi peserta didik dalam konteks pendidikan. Empati berperan penting dalam menurunkan agresivitas, meningkatkan perilaku prososial, mendukung kepedulian terhadap orang lain, serta meningkatkan kemampuan interpersonal (Taufik, 2012). Signifikansi tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mulyawati et al. (2022), yang memperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh signifikan antara empati terhadap perilaku prososial peserta didik SDN Cilendek 01 Kota Bogor. Selain pada peserta didik jenjang sekolah dasar, empati memiliki pengaruh terhadap perilaku pro sosial peserta didik SMP Negeri 2 Sawahan Kabupaten Madiun (Lestari et al., 2020). Empati mendukung perkembangan moral dan perilaku prososial, tetapi banyak

peserta didik belum mampu mengaplikasikannya secara optimal.

Sejumlah penelitian menunjukkan penurunan empati pada peserta didik di berbagai jenjang pendidikan. Siswa SMA mengalami penurunan empati yang dipengaruhi faktor kepribadian dan hasil belajar serta pada siswa SMP menunjukkan empati rendah akibat perilaku perundungan (Dewi, 2023; Pujiastuti et al., 2022). Penurunan serupa juga ditemukan pada mahasiswa di beberapa program studi (Gustini, 2017; Ratusmanga, 2021). Pada siswa sekolah dasar, sebagian besar menunjukkan perilaku prososial rendah yang berkaitan dengan empati (Mulyawati et al., 2022). Temuan ini menegaskan perlunya intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan empati peserta didik.

Beberapa upaya peningkatan empati belum menunjukkan hasil yang memadai. Intervensi anti perundungan tidak menghasilkan perubahan signifikan pada empati siswa (Iswan & Royanto, 2019). Selain itu, metode ceramah dinilai kurang efektif karena tidak memberi ruang bagi siswa untuk memahami dan merespons emosi orang lain secara aktif (Afifah et al., 2024). Hal tersebut menunjukkan bahwa dalam menangani empati pada peserta didik memerlukan media yang aktif, atraktif, serta relevan sebagai sarana dalam layanan bimbingan dan konseling pendidikan. Salah satu media tersebut adalah dengan menggunakan film.

Film adalah suatu media yang mudah diakses dan dapat dimanfaatkan dalam layanan konseling sebagai sarana penyampaian informasi dan eksplorasi psikologis peserta didik (Arsyad, 2011). Film atau *cinema* merupakan media yang merepresentasikan pola perilaku melalui karakter, alur, tema dan teknik penyuntingan, sehingga dapat dianalisis menggunakan teori psikologi dan metode pengajaran (Khusumadewi & Juliantika,

2018). Pendekatan film dalam pengembangan karakter dan kesejahteraan telah dijabarkan secara komprehensif sebagai strategi intervensi yang dapat membentuk kekuatan karakter dan aspek emosional individu (Niemiec & Wedding, 2014). Dalam film, karakter-karakter dan berbagai pola perilaku akan ditampilkan sesuai dengan tema dari film tertentu, sehingga dapat diterapkan pada peserta didik sebagai bentuk terapi

Cinema therapy adalah teknik penggunaan film dalam proses terapeutik sebagai metafora untuk memfasilitasi perubahan psikologis (Powell et al., 2006; Tylikowska, 2016). Teknik *cinema therapy* dapat meningkatkan kesadaran diri, memperluas perspektif, dan memotivasi perubahan konstruktif (Gregerson, 2010; Hamilton, 2024; Sacilotto et al., 2022). Selain itu, *cinema therapy* menjadi pendekatan yang dapat memberikan pengaruh positif melalui film terhadap kondisi psikologis klien (Robiah, 2012). Survei terhadap psikolog berlisensi menunjukkan bahwa film sering digunakan dan 88% psikolog tersebut menganggap film efektif untuk tujuan terapeutik (Gregerson, 2010). Dengan demikian, *cinema therapy* dapat memberikan dampak positif untuk meningkatkan pertumbuhan dan wawasan individu mengenai aspek psikologis yang dimiliki, terutama pada empati peserta didik.

Peserta didik saat ini yang sebagian besar termasuk Generasi Z memiliki karakteristik sebagai *digital natives* yang sangat responsif terhadap media visual. Berdasarkan penelitian Karakuttikaran & Kolachina (2024), Generasi Z memiliki kecenderungan empati yang perlu difasilitasi melalui metode yang sesuai dengan gaya belajar visual mereka. Dengan demikian, *cinema therapy* berpotensi menjadi intervensi pendidikan yang efektif dalam meningkatkan empati peserta didik masa kini.

Penggunaan *cinema therapy* dalam penelitian pendidikan terus meningkat (Biahimo et al., 2025). Meskipun teknik *cinema therapy* telah digunakan dalam berbagai intervensi pendidikan, jumlah cakupan penelitian masih minim, terutama dalam konteks skala besar atau desain eksperimental yang kuat (Syahriar et al., 2022). Oleh karena itu, meta analisis menjadi penting dalam mengumpulkan dan mengevaluasi bukti yang ada guna memperkuat dasar ilmiah dari teknik *cinema therapy*.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan meta analisis dengan mencari literatur terkait variabel *cinema therapy* dan empati serta melibatkan 124 literatur yang bersumber dari berbagai jurnal.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua tahap, yaitu seleksi data dan pencarian literatur sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan dalam penyeleksian data. Kedua tahapan tersebut dapat dijelaskan secara rinci sebagai berikut.

Seleksi Data

Studi meta analisis ini menggunakan penelitian eksperimen yaitu *pre-experimental* atau *quasi experimental* dengan intervensi *cinema therapy* terhadap empati peserta didik. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah artikel ilmiah yang diterbitkan secara resmi diterbitkan dalam waktu 10 tahun terakhir (2016-2025). Selain itu, literatur dan jurnal yang telah ditentukan harus mencantumkan data statistika berupa data *N*, *M*, dan *SD* dari masing-masing pretest dan pascates. Literatur dan jurnal yang secara definisi mengarah pada konsep empati meski tidak secara langsung menyebutkan empati tetap

menjadi kriteria inklusi dalam penelitian ini. Variabel relevan yang menjadi kriteria inklusi, yakni: sikap kepedulian, perilaku prososial, keterampilan sosial, sikap altruistik, dan kemampuan interpersonal.

Adapun kriteria eksklusi dalam penelitian ini merupakan jurnal yang tidak bertujuan untuk mengetahui efektivitas *cinema therapy* terhadap empati peserta didik. Selain itu, jurnal yang memiliki akses terbatas dan penelitian yang tidak menggunakan metode eksperimen serta tidak mencantumkan data statistika.

Peninjauan Literatur

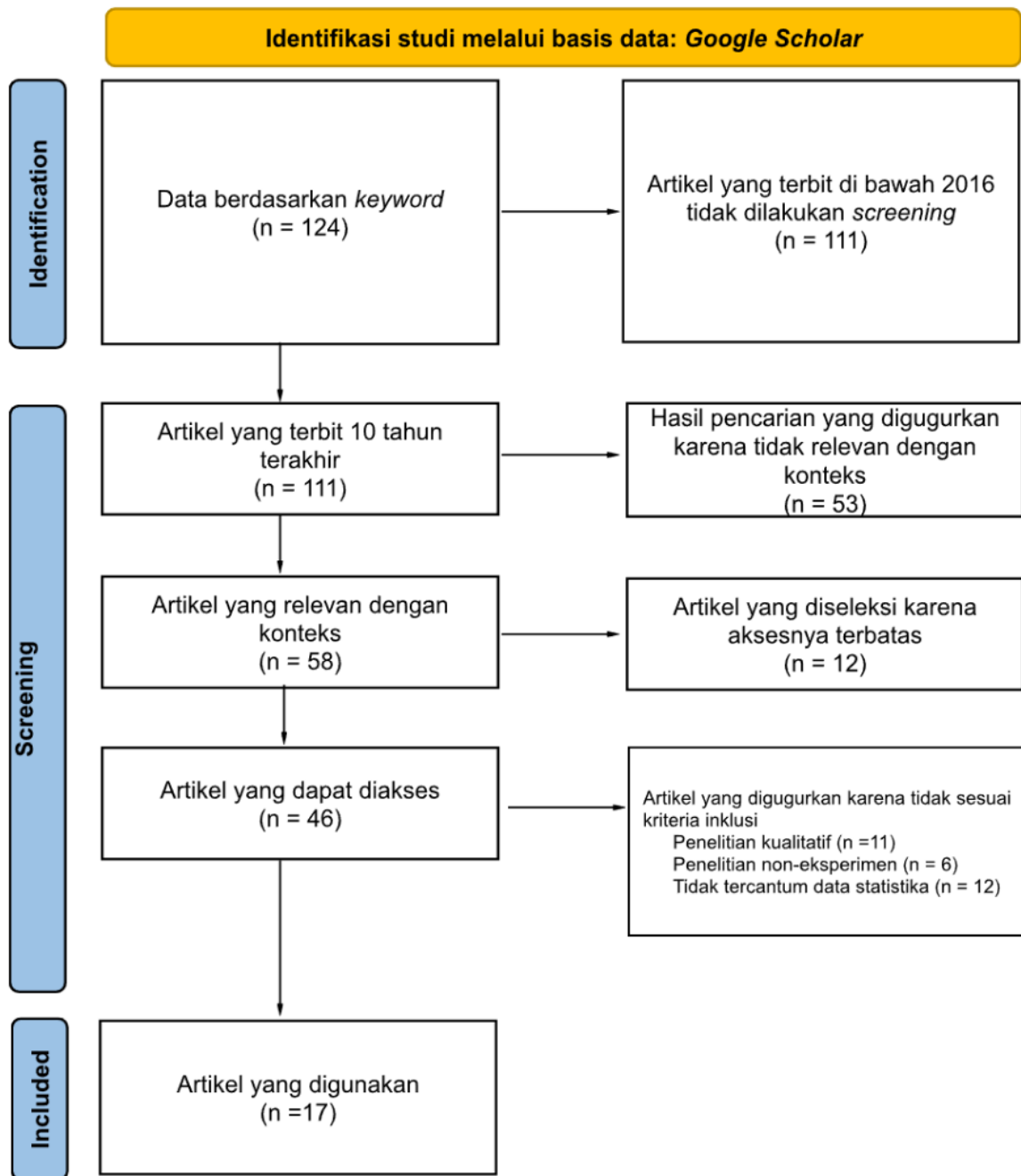
Proses peninjauan literatur dilakukan oleh penulis utama dengan supervisi penulis kedua untuk memastikan ketepatan pemilihan artikel berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Ekstraksi data dilakukan menggunakan lembar kerja terstruktur yang memuat informasi jumlah sampel (N), nilai M dan SD pada pretest dan pascates, jenis desain penelitian, serta informasi karakteristik peserta yang tersedia dalam artikel. Setelah ekstraksi awal, penulis kedua memeriksa kembali konsistensi data dan kesesuaian kategori

untuk meminimalkan kesalahan pencatatan. Setiap ketidaksesuaian dicocokkan kembali dengan sumber asli, dan keputusan akhir ditetapkan melalui diskusi bersama.

Pencarian Literatur

Pencarian literatur digunakan dengan mengacu pada *Google Scholar* sebagai *database* jurnal yang digunakan. Pencarian literatur dilakukan dengan menggunakan kata kunci “efektivitas”, “*cinema therapy*”, “empati”, “siswa”, “peserta didik”, dan “meta analisis”.

Dari 124 literatur yang ditemukan, penulis melakukan seleksi pada jurnal yang di bawah tahun 2016. Seleksi jurnal tahap pertama menghasilkan sebanyak 111 jurnal. Setelah itu, dilakukan penyaringan pada jurnal yang relevan dengan konteks penelitian dan dapat diakses, sehingga 39 artikel jurnal. Pada tahap akhir, ditemukan 21 artikel yang dianggap memenuhi kriteria yaitu penelitian eksperimen *pre-experimental* atau *quasi experimental* serta mencantumkan data N , M , dan SD . Gambar 1 pada halaman berikut ini memaparkan proses seleksi jurnal untuk studi meta-analisis.



Gambar 1.

Alur Seleksi Jurnal Menggunakan Diagram Prisma 2020

Hasil Seleksi Literatur

Tabel 1. Rangkuman Data Literatur

Peneliti	Metode Penelitian	Alat Ukur	Hasil Penelitian
Bahri et al. (2022)	<i>Pre experimental design, one-group pretest-posttest design</i>	Skala Likert	Hasil analisis uji <i>wilcoxon</i> menunjukkan peningkatan empati melalui <i>cinema therapy</i>
Novitasari et al. (2022)	<i>Pre experimental design, one group pretest-posttest design</i>	Instrumen empati	Hasil analisis uji <i>wilcoxon</i> menunjukkan peningkatan empati melalui <i>cinema therapy</i>
Auliyah & Flurentin (2024)	<i>One group pretest-posttest design</i>	Skala empati dan pedoman eksperimen	Hasil analisis uji <i>wilcoxon</i> menunjukkan peningkatan empati melalui <i>cinema therapy</i>
Mahesa dan Setiawati (2022)	<i>One group pretest-posttest design</i>	Kuesioner empati dengan skala Likert	Hasil analisis uji <i>wilcoxon</i> menunjukkan peningkatan empati melalui <i>cinema therapy</i>
Natasya et al. (2023)	<i>Quasi-experimental, one group pretest-posttest design</i>	Skala Empati Davis (1983) yang diterjemahkan oleh Elvin (2001)	Hasil analisis uji t menunjukkan peningkatan empati melalui <i>cinema therapy</i>
Mardiah dan Ma'rifah (2024)	<i>Pre-experimental design, one-group pretest-posttest design</i>	IRI (Interpersonal Reactivity Index)	Hasil analisis pada skor <i>pretest-posttest</i> menunjukkan peningkatan empati melalui <i>cinema therapy</i>
Juliantika dan Khusumadewi (2017)	<i>Pre-experimental design, one group pretest and posttest design</i>	Angket empati dengan skala Likert	Hasil analisis uji t menunjukkan peningkatan empati melalui <i>cinema therapy</i>
Mufiqoh et al. (2018)	<i>One group pretest-posttest design</i>	Skala Empati	Hasil analisis uji <i>wilcoxon</i> menunjukkan peningkatan empati melalui <i>cinema therapy</i>
Latifah dan Susanti (2016)	<i>Quasi experiment, pre-test and post-test group</i>	Skala empati siswa	Hasil analisis uji <i>wilcoxon</i> menunjukkan peningkatan empati melalui <i>cinema therapy</i>
Zaki et al. (2024)	<i>One group pre-testing post-test randomized design</i>	Skala kuisisioner	Rata-rata skor <i>post-test</i> dibandingkan dengan skor <i>pre-test</i> , menunjukkan perbedaan yang signifikan sehingga terjadi peningkatan empati melalui <i>cinema therapy</i>

Peneliti	Metode Penelitian	Alat Ukur	Hasil Penelitian
Rochmawati et al. (2022)	<i>One group pretest-posttest design</i>	Angket empati	Hasil analisis uji <i>wilcoxon</i> menunjukkan peningkatan empati melalui <i>cinema therapy</i>
Azlina (2022)	<i>One group pretest post-test</i>	Angket dengan skala Likert	Rata-rata skor <i>post-test</i> dibandingkan dengan skor <i>pre-test</i> , menunjukkan perbedaan yang signifikan
Kusuma & Wirastania (2025)	<i>Pre-experimental one-group pretest-posttest design</i>	Skala pengukuran berbentuk skala Likert	Hasil analisis uji <i>wilcoxon</i> menunjukkan peningkatan kemampuan interpersonal melalui <i>cinema therapy</i>
Aprilianty et al. (2025)	<i>one group pretest posttest design</i>	Skala empati	Rata-rata skor <i>post-test</i> dibandingkan dengan skor <i>pre-test</i> , menunjukkan perbedaan yang signifikan sehingga terjadi peningkatan empati melalui <i>cinema therapy</i>
Maretha et al. (2020)	<i>one group pretest-posttest</i>	Skala Likert	Hasil analisis uji <i>wilcoxon</i> menunjukkan peningkatan sikap kepedulian melalui <i>cinema therapy</i>
Sulistyowati dan Setiawati (2016)	<i>one group pre-test and post-test design</i>	Angket	Hasil analisis uji <i>wilcoxon</i> menunjukkan peningkatan perilaku prososial melalui <i>cinema therapy</i>
Habsyah (2020)	<i>Pretest-posttest group design</i>	Angket keterampilan sosial	Rata-rata skor <i>post-test</i> dibandingkan dengan skor <i>pre-test</i> , menunjukkan perbedaan yang signifikan sehingga terjadi peningkatan keterampilan sosial melalui <i>cinema therapy</i>

Teknik Analisis Data

Studi meta analisis ini bertujuan untuk melihat efektivitas *cinema therapy* terhadap empati. Efektivitas tersebut dapat dilihat dari *effect size* dengan menggunakan *software* JAMOV 2.6.44. Penelitian yang dilakukan oleh (Marfo & Okyere, 2019), menunjukkan hasil bahwa *effect size* dapat digunakan dalam studi meta analisis serta memberikan estimasi yang lebih akurat. Menurut Brydges (2019), kategori *effect size* pada konteks studi psikososial dapat terbagi menjadi *small effect size* ($g \leq .17$), *medium effect size*

($g \geq .17$ hingga $\leq .84$), serta *large effect size* ($g \geq .84$). Heterogenitas kajian meta analisis ini disajikan dengan menggunakan nilai I^2 dalam bentuk persen. Tingkat heterogenitas dibagi menjadi rendah (0-25%), sedang (25-50%), tinggi (50-75%), dan sangat tinggi (> 75%) (Higgins & Thompson, 2002). Bias dalam kajian meta analisis ini dapat ditemukan dari nilai *Egger's regression* ($p < .05$) (Bowden et al., 2015).

Effect size dihitung untuk perubahan *pre-test* ke *post-test* pada tiap studi. Perhitungan dilakukan dengan langkah berikut: (1) menghitung selisih rata-

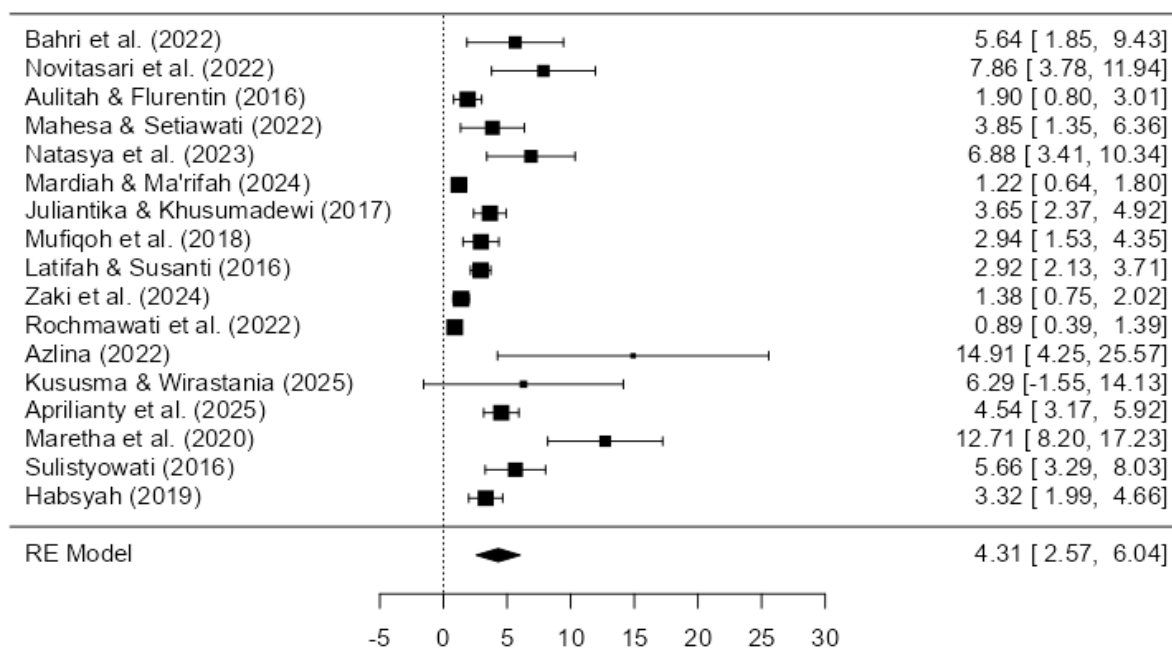
rata (*mean difference*) antara prates dan pascates, (2) mengestimasi standar deviasi gabungan yang sesuai desain prates dan pascates, serta (3) mengaplikasikan koreksi bias *small-sample* untuk menghasilkan *Hedges' g*. Varian *effect size* untuk setiap studi dihitung berdasarkan ukuran sampel dan standar deviasi yang dilaporkan sehingga memungkinkan pemodelan *random-effects*. Analisis utama dilakukan menggunakan perangkat lunak JAMOV versi 2.6.44 dengan modul *meta-analysis*. Jika beberapa studi melaporkan ukuran efek dalam bentuk selain *mean* atau *SD*, nilai-nilai tersebut dikonversi ke dalam *Hedges' g* menggunakan prosedur konversi standar.

Kontrol bias publikasi dilakukan dengan beberapa indikator, yaitu *funnel plot*,

uji Egger, *Kendall's tau*, serta perhitungan *fail-safe N*. Analisis sensitivitas sederhana dilakukan dengan memeriksa perubahan nilai *effect size* setelah mengeluarkan satu studi secara bertahap untuk memastikan bahwa hasil keseluruhan tidak dipengaruhi secara ekstrem oleh satu studi tertentu. Langkah-langkah tersebut bertujuan meningkatkan transparansi dan kredibilitas analisis.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini diperoleh dari meta analisis yang telah dilakukan melalui *software* JAMOV 2.6.44. Berdasarkan analisis yang dilakukan, gambar 2 pada halaman berikut memaparkan *forest plot* dari pengukuran efek setiap studi.



Gambar 2.

Forest Plot Cinema Therapy

Analisis efektivitas *cinema therapy* dalam meningkatkan empati peserta didik melalui hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan bahwa intervensi *cinema therapy* memiliki nilai *effect size* dengan hasil sebesar 4,31 (CI = 2,574 s.d. 6,039), seperti yang tertera pada tabel 2.

Heterogenitas (I^2) pada hasil analisis menunjukkan angka sebesar 97.01% sesuai pada tabel 3.

Effect size sebesar 4,31 menunjukkan bahwa *cinema therapy* memberikan dampak perubahan empati yang sangat besar pada peserta didik. Dalam

konteks pendidikan, peningkatan sebesar ini mencerminkan bahwa penggunaan film mampu memperkuat kesadaran emosional

dan kemampuan memahami perspektif orang lain secara signifikan dibandingkan pendekatan konvensional.

Tabel 2. *Random-Effects Model Cinema Therapy*

	<i>g</i>	<i>SE</i>	<i>z</i>	<i>p</i>	CI Lower Bound	CI Upper Bound
<i>Intercept</i>	4.31	0.884	4.87	< .001	2.574	6.039

Tabel 3. *Heterogeneity Statistics Cinema Therapy*

τ	τ^2	I^2	H^2	R^2	<i>df</i>	<i>Q</i>	<i>p</i>
3.321	11.0298 (SE= 5.887)	97.01%	33.447	.	16.000	118.165	< .001

Tabel 4. *Publication Bias Assessment*

Test Name	Value	<i>p</i>
<i>Fail-Safe N</i>	1880,000	< .001
<i>Kendall's Tau</i>	.397	.027
<i>Egger's Regression</i>	5.315	< .001

Nilai *egger's regression* pada tabel 4 adalah 5.315 ($p = < .001$), yang menandakan adanya bias publikasi.

PEMBAHASAN

Hasil meta-analisis menunjukkan bahwa *cinema therapy* memiliki efektivitas yang sangat tinggi dalam meningkatkan empati peserta didik. Hal tersebut dibuktikan oleh nilai *effect size Hedges* sebesar 4.31 dengan rentang kepercayaan 95% antara 2.574 hingga 6.039 ($p < .001$). Berdasarkan kriteria klasifikasi Brydges (2019), nilai tersebut dikategorikan sebagai *large effect size* ($g \geq 0,84$). yang mengindikasikan bahwa intervensi *cinema therapy* memiliki dampak signifikan dalam meningkatkan empati peserta didik.

Pada gambar 2 *Forest Plot Cinema therapy*, seluruh studi menunjukkan peningkatan empati, ditandai dengan *effect size* yang konsisten berada pada sisi positif dan interval kepercayaan yang tidak menyentuh garis nol. Hal tersebut menegaskan bahwa hasil yang dimiliki signifikan secara statistik (Vetter, 2019). Letak *summary effect* atau *diamond* yang

juga jauh di sisi kanan serta memiliki lebar yang relatif sempit, mencerminkan efektivitas intervensi yang tinggi dan presisi estimasi yang baik (Stephenson, 2017).

Temuan tersebut memperkuat hasil-hasil studi sebelumnya yang menyatakan bahwa penggunaan film sebagai media intervensi psikologis efektif dalam memfasilitasi perkembangan afektif, melalui proses identifikasi emosional, refleksi, dan pemahaman terhadap perspektif orang lain (Gregerson, 2010; Hesley & Hesley, 2001). Proses ini terjadi ketika peserta didik menempatkan diri dalam posisi karakter dalam film, sehingga mereka mampu merasakan emosi yang serupa dan memahami situasi dari sudut pandang yang berbeda, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan empati secara signifikan. Temuan meta-analisis ini juga memperkuat pengembangan teori empati berbasis media film, yang menekankan bahwa paparan narasi visual mampu mengaktifkan proses

pengambilan perspektif, resonansi emosional, dan keterlibatan imajinatif sebagai jalur utama terbentuknya empati pada peserta didik. Kesesuaian *cinema therapy* dengan karakteristik peserta didik Generasi Z turut memperkuat implikasi temuan meta-analisis ini. Sebagai generasi yang akrab dengan media visual, Generasi Z lebih mudah terlibat secara emosional melalui narasi film (Li et al., 2025), sehingga intervensi ini dapat memicu proses pengambilan perspektif secara intensif. Hal tersebut mendukung asumsi bahwa *cinema therapy* relevan secara perkembangan bagi peserta didik masa kini.

Meskipun demikian, nilai heterogenitas yang sangat tinggi ($I^2 = 97.01\%$) menunjukkan adanya perbedaan substansial antar studi yang disebabkan oleh sejumlah faktor yang tidak menjadi variabel utama tetapi memiliki efek penting pada hasil akhir (von Hippel, 2015). Variabilitas tersebut menuntut perhatian khusus dalam melakukan generalisasi temuan.

Selain heterogenitas yang sangat tinggi, Hasil uji *Egger's regression* adalah 5.750 dengan $p < .001$. Hal tersebut mengindikasikan adanya bias publikasi, sehingga kemungkinan terdapat studi dengan hasil negatif atau non-signifikan yang tidak terpublikasi (Bowden et al., 2015).

Keterbatasan akses terhadap beberapa artikel ilmiah, terutama yang tidak dipublikasikan secara terbuka, juga turut menjadi hambatan dalam memperoleh studi dengan hasil negatif atau non-signifikan. Oleh karena hal tersebut, Hasil ini menjadi suatu pertimbangan bagi peneliti selanjutnya untuk menafsirkan *effect size* secara hati-hati dan melakukan pencarian literatur yang lebih luas serta komprehensif, dengan memanfaatkan berbagai *search engine* akademik seperti Scopus atau PubMed, serta menggunakan *keyword* dengan kombinasi yang lebih beragam.

Penelitian meta analisis ini menggunakan sampel peserta didik dari berbagai jenjang pendidikan. Namun, pada beberapa literatur tidak ditemukan informasi seperti usia rata-rata dan latar belakang sosial peserta. Sedangkan, aspek tersebut berperan dalam perkembangan empati peserta didik. Empati dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya adalah pertambahan usia, kematangan afektif, serta kapasitas kognitif (Yaqin, 2021). Artinya, semakin tinggi tingkat kematangan emosional dan usia individu, maka potensi untuk mengembangkan empati juga semakin besar. Usia serta latar belakang sosial yang berbeda akan membentuk empati yang berbeda pula pada peserta didik.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian meta analisis ini menunjukkan bahwa *cinema therapy* memiliki efektivitas yang sangat tinggi dalam meningkatkan empati peserta didik. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa *cinema therapy* dapat menjadi intervensi psikologis yang signifikan dalam memfasilitasi perkembangan empati pada peserta didik. Namun demikian, Hasil analisis menunjukkan tingkat heterogenitas yang sangat tinggi serta adanya indikasi bias publikasi yang signifikan. Selain itu, penelitian ini memiliki kelemahan berupa keragaman usia dan latar belakang sosial partisipan yang belum terstandarisasi, sehingga dapat mempengaruhi konsistensi efektivitas intervensi antar studi. Secara keseluruhan, temuan dalam penelitian ini memberikan kontribusi penting bagi praktik bimbingan dan konseling, khususnya dengan menyediakan dasar empiris bagi konselor sekolah untuk mengintegrasikan media film sebagai strategi intervensi yang efektif dalam pengembangan empati peserta didik.

Saran

Beberapa saran yang dapat diberikan untuk penelitian selanjutnya antara lain: (1) penelitian meta analisis selanjutnya sebaiknya mempertimbangkan variabel moderator seperti usia, jenjang pendidikan, dan latar belakang sosial partisipan. Faktor-faktor tersebut dapat mempengaruhi efektivitas *cinema therapy* dalam meningkatkan empati; (2) Penelitian selanjutnya dapat melakukan pencarian literatur yang lebih luas, termasuk *grey literature* untuk meminimalisasi bias publikasi. Hal ini dapat memberikan

gambaran yang lebih objektif terhadap efektivitas *cinema therapy*; (3) Replikasi studi eksperimental dengan metodologi yang lebih seragam perlu dilakukan, sebab pada penelitian ini masih ditemukan heterogenitas yang sangat tinggi; (4) Terakhir, penelitian selanjutnya perlu mempertimbangkan variabel moderator lain seperti gender dan latar belakang budaya, mengingat kedua faktor tersebut berpotensi memengaruhi cara peserta didik memproses pengalaman emosional dan merespons intervensi berbasis media film.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, E. N., Astutik, D., Masitoh, S., & Khoidah, I. A. (2024). Pembentukan empati siswa melalui pengembangan metode pembelajaran aqidah akhlak di madrasah ibtidaiyah. *Social Science Academic*, 2(2), 163–180.
<https://doi.org/10.37680/ssa.v2i2.5795>
- Aprilianty, E. O., Mahdum, M., & Khadijah, K. (2025). Pengaruh konseling kelompok dengan teknik sosiodrama menggunakan media film untuk meningkatkan empati siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Pekanbaru. *QISTINA: Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 4(1), 198–208.
<https://doi.org/10.57235/qistina.v4i1.6060>
- Arsyad, A. (2011). *Media Pembelajaran* (Cetakan ke-15). Rajawali Pers.
- Auliyah, A., & Flurentin, E. (2024). Efektifitas penggunaan media film untuk meningkatkan empati siswa kelas VII SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 1(1), 19–26.
<https://citeus.um.ac.id/jkbkAvailableat:https://citeus.um.ac.id/jkbk/vol1/iss1/18>
- Azlina, Y. (2022). Efektifitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *cinema therapy* dalam meningkatkan komunikasi interpersonal pada siswa SMP XYZ. *Akrab Juara : Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*, 7(2), 29.
<https://doi.org/10.58487/akrabjuara.v7i2.1791>
- Bahri, S., Nurbaity, N., & Arifah, R. (2022). Efektivitas *cinema therapy* berbasis animasi dalam meningkatkan empati siswa kelas VII-A SMP Muhammadiyah Kampung Pisang. *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*, 8(2), 142–149.
<https://doi.org/10.15548/atj.v8i2.4660>
- Biahimo, N. U. I., Gobel, I. A., & Umar, L. (2025). Efektivitas terapi empati untuk menurunkan perilaku bullying pada anak sekolah dasar di SDN 3 Telaga Jaya kabupaten Gorontalo. *The Shine Cahaya Dunia S-1 Keperawatan*, 10(01).
<https://doi.org/10.35720/tscs1kep.v10i01.637>

- Bowden, J., Davey Smith, G., & Burgess, S. (2015). Mendelian randomization with invalid instruments: Effect estimation and bias detection through Egger regression. *International Journal of Epidemiology*, 44(2), 512–525.
<https://doi.org/10.1093/ije/dyv080>
- Brydges, C. R. (2019). Effect size guidelines, sample size calculations, and statistical power in gerontology. *Innovation in Aging*, 3(4), 1–8.
<https://doi.org/10.1093/geroni/igz036>
- Bulgarelli, C., & Jones, E. J. H. (2023). The typical and atypical development of empathy: How big is the gap from lab to field? *JCPP Advances*, 3(1).
<https://doi.org/10.1002/jcv2.12136>
- Dewi, P. F. S. (2023). Pelatihan empati untuk menurunkan perilaku bullying pada pelaku bullying siswa SMP. *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*, 15(1), 51–62.
<https://doi.org/10.20885/intervensi-psikologi.vol15.iss1.art5>
- Gregerson, M. B. (2010). *The cinematic mirror for psychology and life coaching* (M. B. Gregerson, Ed.). Springer New York.
<https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1114-8>
- Gustini, N. (2017). Empati kultural pada mahasiswa. *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*, 1(1), 17–34.
<https://doi.org/10.17509/jomsign.v1i1.6049>
- Habsyah, N. Y. (2020). Penerapan cinema therapy dalam meningkatkan keterampilan sosial peserta didik kelas VIII. *QUANTA: Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 4(1), 20–37.
<https://doi.org/10.22460/q.v4i1p21-37.1621>
- Hamilton, J. (2024). Movies on the couch: The MOVIE model of film therapy. *Counselling and Psychotherapy Research*, 24(2), 385–389.
<https://doi.org/10.1002/capr.12658>
- Hesley, J. W., & Hesley, J. G. (2001). *Rent two films and let's talk in the morning: Using popular movies in psychotherapy*. J. Wiley.
- Higgins, J. P. T., & Thompson, S. G. (2002). Quantifying heterogeneity in a meta-analysis. *Statistics in Medicine*, 21(11), 1539–1558.
<https://doi.org/10.1002/sim.1186>
- Iswan, A. H., & Royanto, L. R. M. (2019). Intervensi perilaku perundungan pada siswa sekolah dasar sebagai pelaku. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 9(2), 122–134.
<https://doi.org/10.26740/jptt.v9n2.p122-134>
- Juliantika, Y. T., & Khusumadewi, A. (2017). Penerapan cinema therapy untuk meningkatkan empati siswa kelas X Multimedia di SMKN 1 Driyorejo. *Jurnal BK UNESA*, 7(3), 243–255.
- Karakuttikaran, C., & Kolachina, A. (2024). “Me, an empath?”: Value priorities and trait empathy among millennials and generation Z. *The International Journal of Indian Psychology*, 12(1), 1471–1485.
<https://doi.org/10.25215/1201.137>
- Khusumadewi, A., & Juliantika, Y. T. (2018). The effectiveness of cinema therapy to improve student empathy. *Vances in Social Science, Education and Humanities Research*, 212, 566–569.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.2991/icei-18.2018.124>

- Kusuma, N. R., & Wirastania, A. (2025). Pengaruh media film “Ranah 3 Warna” dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa sekolah menengah atas. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 12(1), 61–75.
<https://doi.org/10.29407/nor.v12i1.25056>
- Latifah, L., & Susanti, R. H. (2016). Upaya meningkatkan empati siswa SMP Muhammadiyah 1 Malang melalui penggunaan teknik sinema terapi. *Jurnal Konseling Indonesia*, 1(2), 88–95.
<https://doi.org/https://doi.org/10.21067/jki.v1i2.2154>
- Lestari, W. D., Anggriana, T. M., & Pratama, B. D. (2020). Pengaruh empati dan bystander effect terhadap perilaku prososial siswa SMP. *Prosiding SNBK (Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling)*, 4(1), 1–10.
- Li, Q., Liu, P., & Zheng, Z. (2025). Virtual sociality and identity construction: Understanding Gen Z emotional engagement in digital entertainment communities. In *Research Square* (pp. 1–24).
<https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-6915331/v1>
- Mahesa, D. Y., & Setiawati, D. (2022). Penerapan layanan bimbingan kelompok teknik cinematherapy untuk meningkatkan rasa empati pada siswa kelas IX SMP Negeri 2 Purwosari. *Jurnal BK UNESA*, 12(4), 1023–1031.
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/46997>
- Mardiah, R., & Ma’rifah, I. (2024). The effectiveness of cinema therapy in increasing empathy in students of english education study program. *Journal of Psychology and Social Sciences*, 2(4), 137–143.
<https://doi.org/10.61994/jpss.v2i4.881>
- Maretha, T., Susanti, R. H., & Sari, E. K. W. (2020). Keefektifan teknik cinema therapy untuk meningkatkan sikap altruistik siswa kelas VIII di SMPN 1 Gondanglegi kabupaten Malang. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 5(2), 54–61.
<https://doi.org/10.21067/jki.v5i2.4438>
- Marfo, P., & Okyere, G. A. (2019). The accuracy of effect-size estimates under normals and contaminated normals in meta-analysis. *Heliyon*, 5(6), e01838.
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e01838>
- Mufiqoh, A., Sugiharto, D. Y. P., & Anni, C. T. (2018). The effectiveness of group guidance with film media to improve students’ empathy and social interaction. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 7(2), 96–100.
<https://doi.org/10.15294/jubk.v7i2.24390>
- Mulyawati, Y., Marini, A., & Nafiah, M. (2022). Pengaruh empati terhadap perilaku prososial peserta didik sekolah dasar. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 12(2), 150–160.
<https://doi.org/10.24246/j.js.2022.v12.i2.p150-160>
- Natasya, D., Nabilah, H., & Setiawan, P. A. (2023). The effectiveness of film therapy in increasing empathy among students. *Journal of Psychology Today*, 1(4), 242–249.
<https://digamed.net/index.php/psychologytoday/article/view/199>

- Niemiec, R. M. , & Wedding, Danny. (2014). *Positive psychology at the movies: Using films to build character strengths and well-being* (Revised Edition). Hogrefe Publishing.
- Novitasari, Z., Cahyaningrum, V. D., Setyoningsih, Y. D., & Susilo, H. (2022). Penerapan bimbingan kelompok dengan teknik cinematherapy untuk meningkatkan empati siswa SMA Negeri 1 Malo. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 9(2), 177–186. <https://doi.org/10.29407/nor.v9i2.18130>
- Powell, M. L., Newgent, R. A., & Lee, S. M. (2006). Group cinematherapy: Using metaphor to enhance adolescent self-esteem. *The Arts in Psychotherapy*, 33(3), 247–253. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2006.03.004>
- Pujiastuti, M., Kusdaryani, W., & Lestari, F. W. (2022). Analisis faktor penyebab menurunnya kemampuan berempati siswa SMAN 1 Dempet Demak. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(3), 685–693. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i3.4463>
- Ratusmanga, H. (2021). *Deskripsi empati mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo* [Skripsi, tidak diterbitkan]. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo.
- Riess, H. (2017). The science of empathy. *Journal of Patient Experience*, 4(2), 74–77. <https://doi.org/10.1177/2374373517699267>
- Robiah, F. (2012). *Efektivitas penggunaan cinema therapy untuk meningkatkan motivasi berprestasi siswa MTs* [Skripsi, tidak diterbitkan]. Universitas Negeri Malang Jurusan Bimbingan dan Konseling.
- Rochmawati, F., Suryanti, & Sudibyo, E. (2022). Pengembangan perangkat bimbingan melalui bermain peran (role playing) dan terapi bioskop sains (sciencecinematherapy) untuk meningkatkan empati siswa SD. *PENDIPA Journal of Science Education*, 6(1), 201–208. <https://doi.org/10.33369/pendipa.6.1.201-208>
- Sacilotto, E., Salvato, G., Villa, F., Salvi, F., & Bottini, G. (2022). Through the looking glass: A scoping review of cinema and video therapy. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.732246>
- Stephenson, J. (2017). Explaining the forest plot in meta-analyses. *Journal of Wound Care*, 26(11), 611–612. <https://doi.org/10.12968/jowc.2017.26.11.611>
- Sulistyowati, E., & Setiawati, D. (2016). Pemanfaatan cinema therapy dalam bimbingan kelompok untuk pemahaman tentang meningkatkan perilaku prososial siswa kelasVIII di SMP Negeri 2 Menganti. *Jurnal BK UNESA*, 6(2). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/15195>
- Syahriar, C. W., Djannah, W., & Makhmudah, U. (2022). Keefektifan cinema therapy untuk meningkatkan efikasi diri siswa SMK. *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling*, 3(1), 50–59. <https://doi.org/10.20961/jpk.v3i1.28962>

- Taufik. (2012). *Empati pendekatan psikologi sosial*. Raja Grafindo Persada.
- Thompson, N. M., van Reekum, C. M., & Chakrabarti, B. (2022). Cognitive and affective empathy relate differentially to emotion regulation. *Affective Science*, 3(1), 118–134.
<https://doi.org/10.1007/s42761-021-00062-w>
- Tylikowska, A. (2016). Filmoterapia jako narzędzie zmiany psychologicznej: Możliwe mechanizmy działania i zastosowania. *Annales Universitatis Paedagogicae Cracoviensis Studia Psychologica*, 9(1), 127–141.
<https://studia-psychologica.uken.krakow.pl/article/view/5628>
- Vetter, T. R. (2019). Systematic review and meta-analysis: Sometimes bigger is indeed better. *Anesthesia & Analgesia*, 128(3), 575–583.
<https://doi.org/10.1213/ANE.0000000000004014>
- von Hippel, P. T. (2015). The heterogeneity statistic I² can be biased in small meta-analyses. *BMC Medical Research Methodology*, 35(15), 1–8.
<https://doi.org/10.1186/s12874-015-0024-z>
- Yaqin, A. (2021). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi empati dan metode pengembangannya. *TARBIYA ISLAMIA: Jurnal Pendidikan Dan Keislaman*, 11(1), 1–10.
<https://doi.org/https://doi.org/10.36815/tarbiya.v11i1.1080>
- Yu, C.-L., & Chou, T.-L. (2018). A dual route model of empathy: A neurobiological prospective. *Frontiers in Psychology*, 9.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02212>
- Zaki, N. M., Amriyadi, S. M., & Klisnawati, J. (2024). The effectiveness of film therapy in developing empathy for university students in Faculty Of Science And Technology UIN Raden Fatah Palembang. *Indonesian Journal of Multidisciplinary Sciences (IJoMS)*, 3(2), 261–267.
<https://doi.org/10.59066/ijoms.v3i2.530>