

## KORELASI ANTARA *GENERATIONAL TRAUMA* DENGAN SIKAP EMPATIK PADA SISWA KELAS X DI SMA NEGERI 5 MEDAN

Rina Suryani<sup>1</sup>,Theresia Angelita Br Sembiring<sup>2</sup>

<sup>1</sup> rinasuryani@unimed.ac.id , <sup>2</sup> theamazingsei@gmail.com

Universitas Negeri Medan

### Abstract

*This study aims to examine the correlation between generational trauma and empathic attitudes among tenth-grade students at SMA Negeri 5 Medan. This research used a quantitative correlational design with a sample of 93 students selected through purposive sampling. Data were collected using validated questionnaires and analyzed using Product Moment correlation with SPSS. This research was conducted using a quantitative method with a correlational type, employing a Likert scale questionnaire instrument. The results showed a significant positive correlation ( $r = 0.669$ ;  $p < 0.05$ ) with a strong relationship level. The coefficient of determination ( $R^2 = 0.448$ ) indicates that generational trauma contributes 44.8% to empathic attitudes. These findings suggest that emotional experiences inherited across generations can shape students' sensitivity and social responses.*

**Keywords:** *Generational trauma, empathic attitude, guidance and counseling*

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara *generational trauma* dengan sikap empatik pada siswa kelas X di SMA Negeri 5 Medan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan sampel sebanyak 93 siswa. Teknik analisis data menggunakan korelasi Product Moment. Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif dengan jenis korelasional dengan menggunakan instrumen angket berskala *Likert*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan ( $r = 0,669$ ;  $p < 0,05$ ) dengan kategori kuat. Koefisien determinasi sebesar 44,8% menunjukkan bahwa *generational trauma* memberikan kontribusi terhadap sikap empatik siswa.

**Kata Kunci:** *Gennerational trauma, sikap empatik, bimbingan dan konseling*

---

## PENDAHULUAN

Remaja ada dalam fase perkembangan yang unik, mereka berada dalam transisi menuju kemandirian emosional dari orang tua namun masih memerlukan

figur kelekatan sebagai sumber rasa aman. Berdasarkan teori kelekatan Bowlby (1975), remaja terus menyesuaikan pola kelekatan yang terbentuk sejak masa kanak-kanak guna mencapai otonomi pribadi. Dalam masa ini, siswa dipandang sebagai individu dengan potensi besar yang memerlukan bimbingan dan karakter yang kuat untuk menjadi manusia yang utuh di masa depan. Pengembangan karakter yang baik, seperti yang diungkapkan oleh Fithriyana (2019), mencakup kemampuan untuk memahami, menunjukkan kepedulian, dan berinteraksi secara empatik dengan orang lain.

Permasalahan dalam perkembangan sikap empatik sering berakar pada permasalahan keluarga, khususnya *generational trauma* yang belum terselesaikan. Hal ini dapat muncul dari pola asuh yang penuh ketakutan, kekerasan, pengabaian afektif, hingga komunikasi yang tertutup, sebagaimana dikemukakan oleh Salberg dan Grand (2024). Siswa yang terdampak *generational trauma* dapat mengalami ketidakseimbangan empati, di mana mereka mungkin memiliki kepekaan berlebihan yang mengabaikan batasan emosional, atau justru menjadi tertutup dan kesulitan membangun kepercayaan.

Penelitian terdahulu yang menjadi salah satu landasan dalam studi ini adalah penelitian oleh Benz dkk. (2023) yang menunjukkan bahwa pengalaman masa lalu dapat memengaruhi jenis sikap empatik yang berkembang. Selain itu, Amping dkk. (2024) menemukan bahwa transmisi trauma terjadi melalui pola asuh dan lingkungan sosial, didukung oleh Cacace dan Summers (2025) yang menyatakan bahwa trauma diwariskan dari pola asuh. Dari temuan tersebut, penelitian ini mengisi celah penting untuk mengkaji hubungan *generational trauma* dengan sikap empatik siswa.

Di SMA Negeri 5 Medan, rendahnya sikap empatik tercermin dari perilaku siswa yang kurang sopan, acuh tak acuh, hingga tindakan perundungan. Observasi guru BK menunjukkan bahwa siswa dengan masalah perilaku serius cenderung memiliki hubungan yang kurang harmonis dengan orang tua. Oleh karena itu, penelitian berjudul "Korelasi antara *Generational trauma* dengan Sikap Empatik pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 5 Medan Tahun Ajaran 2025/2026" dilakukan untuk menganalisis hubungan ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dampak *generational trauma* terhadap empati, dengan manfaat

teoretis bagi literatur psikologi pendidikan dan manfaat praktis sebagai referensi intervensi bagi guru BK, orang tua, serta pengembangan diri siswa.

Terdapat dua hal yang akan difokuskan pada penelitian ini, yaitu *generational trauma* dengan sikap empatik: Sikap empatik merupakan kemampuan kompleks individu untuk mengenali, memahami, dan menginternalisasi perasaan dan pemikiran orang lain agar mampu memberikan respons yang tepat dalam interaksi sosial (Chessick, 1985). Davis (2018) merinci kemampuan ini ke dalam dua aspek utama yang dijabarkan berikut:

1. Aspek Kognitif: Berasal dari kemampuan untuk berpikir dan memecahkan masalah. Ini mencakup *perspective taking*, yaitu kemampuan siswa menempatkan diri pada posisi orang lain untuk memahami pikiran dan alasan perasaan mereka, serta imajinasi, yakni kemampuan membayangkan diri pada situasi emosional tertentu berdasarkan skenario.
2. Aspek Afektif: Berasal dari kemampuan untuk memahami orang lain secara emosional. Hal ini terdiri dari *empathic concern*, yang ditandai dengan munculnya rasa peduli dan keinginan membantu teman, serta *personal distress*, yaitu reaksi kecemasan atau ketidaknyamanan yang muncul saat menyaksikan orang lain tertekan.

Pengembangan sikap empatik siswa sangat penting karena berfungsi sebagai dasar kesejahteraan psikologis dan hubungan sosial di lingkungan sekolah. Fentiani dkk. (2025) menegaskan bahwa empati memungkinkan interaksi yang mendukung antara siswa dengan guru maupun sesama teman, sehingga siswa dapat berkomunikasi lebih bijaksana. Wujud nyata sikap ini mencakup saling bantu, menghargai perbedaan, memberikan dukungan emosional, menghindari tindakan perundungan, serta tulus dalam memahami kondisi emosional orang lain.

Pembentukan sikap empatik sendiri dipengaruhi oleh interaksi dinamis antara faktor internal dan eksternal, yang penjabarannya adalah sebagai berikut:

1. Faktor Internal: Yang melibatkan kematangan kognitif, regulasi emosi yang stabil, serta pengalaman pribadi, dan  
Faktor Eksternal: Yang meliputi pola asuh serta keteladanan orang tua, kualitas hubungan yang suportif dengan guru dan teman sebaya,

pembelajaran sosial- emosional di sekolah, serta hambatan dari kondisi maladaptif seperti *generational trauma*.

*Generational trauma* ialah proses transmisi pengalaman traumatis yang tidak terselesaikan dari satu generasi ke generasi berikutnya secara emosional, relasional, dan biologis. Menurut Wolynn (2017), fenomena ini adalah warisan emosional dan biologis dari peristiwa traumatis yang diwariskan dari pola emosional, bahasa tubuh, hingga ekspresi. Salberg dan Grand (2024) menegaskan bahwa trauma ini ditransmisikan melalui mekanisme relasional tanpa sadar pada pola asuh. Hal ini juga beririsan dengan teori kelekatan Bowlby (1975), yang menekankan bahwa trauma emosional dapat diwariskan melalui pola keterikatan yang tak aman, seperti kecemasan atau kesulitan membangun kepercayaan.

Menurut Salberg dan Grand (2024) dalam pembentukannya, *generational trauma* mencakup empat aspek utama, yaitu yang akan dijelaskan berikut ini:

1. Aspek Psikologis (Intrapsikis): Yang ditandai dengan pewarisan emosi dan luka batin orang tua, di mana anak dapat menginternalisasi rasa sakit orang tua melalui *alienated identification*,
2. Aspek Relasional: Yang terjadi melalui hubungan pengasuhan, ditandai dengan keterikatan yang tak aman dan respons emosional yang kaku,
3. Aspek Sosial-Historis: Yang berakar pada trauma kolektif seperti perang atau kemiskinan, dengan indikator tekanan sosial dan rasa tidak nyaman secara sosial,
4. Aspek Neurobiologis dan Epigenetik: Yang meninggalkan jejak biologis berupa respons stres yang tinggi serta peniruan perilaku orang tua.

Individu yang mengalami *generational trauma* menunjukkan karakteristik spesifik, seperti mewarisi emosi atau kenangan yang bukan miliknya. Dampaknya pada siswa sangat signifikan, mencakup gangguan identitas diri yang menyebabkan kecemasan berlebih, hambatan relasional dengan figur otoritas di sekolah, penurunan konsentrasi akibat stres kronis, hingga pola reaksi emosional yang berlebihan terhadap situasi kecil di kelas. Keseluruhan aspek ini menegaskan bahwa *generational trauma* adalah luka keluarga yang mengakar, di mana siswa secara tidak langsung “membawa” beban emosional yang belum terselesaikan dari leluhurnya ke lingkungan akademik.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional untuk menguji hubungan antara *generational trauma* (variabel X) dan sikap empatik (variabel Y). Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 5 Medan selama dua bulan pada semester genap tahun ajaran 2025/2026. Populasi penelitian mencakup 359 siswa kelas X, dengan sampel sebanyak 93 siswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria tingkat *generational trauma* tinggi, sebagaimana diukur melalui instrumen *screening* yang merujuk pada teori Salberg dan Grand (2024).

Desain penelitian mengikuti rancangan korelasional Karl Pearson, di mana hubungan antarvariabel dianalisis untuk menentukan arah dan tingkat keeratan hubungan tanpa manipulasi variabel (Sugiyono, 2019). Instrumen pengumpulan data berupa angket berskala Likert yang diuji validitas dan reliabilitasnya menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS 20. Uji validitas dilakukan dengan uji *product moment*, Sementara uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan kriteria reliabel jika nilai koefisien  $r_{11} \geq 0,6$

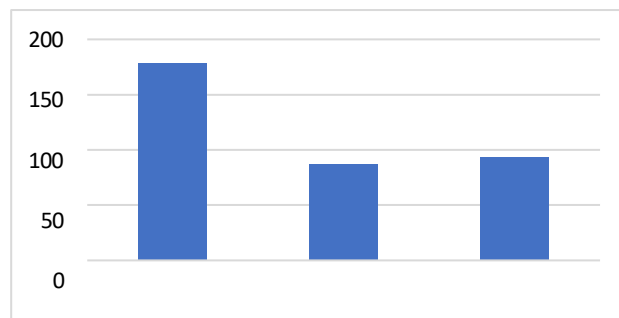
Analisis data diawali dengan uji asumsi, yakni uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* dan uji linearitas untuk memastikan data memenuhi syarat analisis korelasi linear. Uji hipotesis dilakukan dengan rumus *product moment* (Sugiyono, 2019), diikuti dengan interpretasi kekuatan hubungan berdasarkan interval koefisien  $r$ : 0,00–0,199 (sangat rendah), 0,200–0,399 (rendah), 0,400–0,599 (sedang), 0,600–0,799 (kuat), dan 0,800–1,000 (sangat kuat). Terakhir, kekuatan pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat ditentukan menggunakan koefisien determinasi ( $KD = r^2 \times 100\%$ ), yang memberikan gambaran sejauh mana variasi sikap empatik dapat dijelaskan oleh *generational trauma*.

Analisis data diawali dengan uji asumsi, yakni uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* dan uji linearitas untuk memastikan data memenuhi syarat analisis korelasi linear. Uji hipotesis dilakukan dengan rumus *product moment* (Sugiyono, 2019), diikuti dengan interpretasi kekuatan hubungan berdasarkan interval koefisien  $r$ : 0,00–0,199 (sangat rendah), 0,200–0,399 (rendah), 0,400–0,599 (sedang), 0,600–0,799 (kuat), dan 0,800–1,000 (sangat kuat). Terakhir, kekuatan pengaruh variabel

bebas terhadap variabel terikat ditentukan menggunakan koefisien determinasi ( $KD = r^2 \times 100\%$ ), yang memberikan gambaran sejauh mana variasi sikap empatik dapat dijelaskan oleh *generational trauma*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil *screening*, diketahui bahwa siswa yang memiliki kategori tingkat *generational trauma* tinggi sebanyak 93 siswa (25.91%), pada kategori rendah adalah sebanyak 179 (49.86%) siswa, kategori sedang sebanyak 87 (24.23%) siswa. Frekuensi dari banyaknya siswa pada tiap kategori juga dapat dilihat pada grafik berikut:



**Gambar 1.** Frekuensi pada Tiap Kategori *Generational trauma*

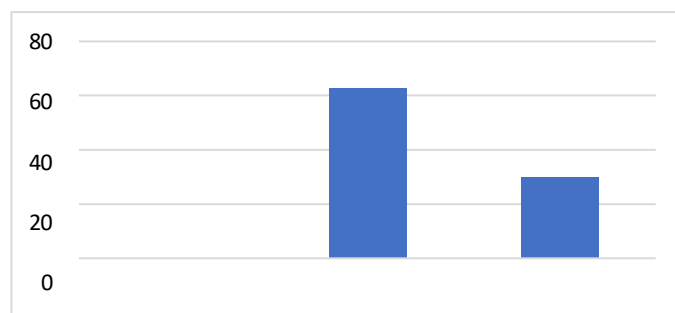
Dalam penelitian ini, sampel penelitian memiliki 2 kriteria penting yang harus dipenuhi. Tujuannya adalah agar data yang didapatkan sejalan dengan penelitian yang dilakukan. Kriteria-kriteria tersebut ialah:

1. Siswa/i kelas X SMA Negeri 5 Medan tahun ajaran 2025/2026,
2. Siswa/i yang memiliki skor *generational trauma* tinggi berdasarkan instrumen *screening* yang dikembangkan oleh Salberg dan Grand (Salberg & Grand, 2024) dalam buku "*Transgenerational Trauma*".

Sampel dalam penelitian dipilih dari siswa dengan tingkat *generational trauma* tinggi, sehingga sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 93 orang siswa (25.91% dari 359 orang siswa).

Sementara itu, berdasarkan hasil angket penelitian yang telah diberikan pada sampel penelitian yang memenuhi kriteria, diketahui bahwa seluruh siswa pada kategori sikap empatik rendah adalah sebanyak 0 (0%) siswa, kategori sedang

sebanyak 63 (67,7%) siswa, dan kategori tinggi sebanyak 30 (32,3%) siswa. Frekuensi dari banyaknya siswa pada tiap kategori dapat dilihat pada grafik berikut:



**Gambar 2.** Frekuensi pada Tiap Kategori Sikap Empatik

Setelah mengetahui gambaran umum dari *generational trauma* dan sikap empatik, kita dapat merujuk ke hasil uji hipotesis. Uji hipotesis adalah suatu upaya yang dilakukan untuk menghasilkan keputusan, yaitu apakah keputusan akhir menerima atau menolak hipotesis tersebut. Tujuan dari uji hipotesis yaitu untuk membuktikan apakah ada hubungan antara *generational trauma* dengan sikap empatik siswa kelas X SMA Negeri 5 Medan. Semakin tinggi tingkat *generational trauma* siswa, maka semakin tinggi pula sikap empatik mereka.

Pengujian hipotesis ini menggunakan SPSS20 *for Windows* dan tercantum pada tabel berikut ini:

**Tabel 1.** Hasil Uji Regresi

| ANOVA <sup>a</sup> |            |                |    |             |        |       |
|--------------------|------------|----------------|----|-------------|--------|-------|
| Model              |            | Sum of Squares | Df | Mean Square | F      | Sig.  |
| 1                  | Regression | 2704.325       | 1  | 2704.325    | 69.842 | 0.000 |
|                    | Residual   | 3529.118       | 91 | 38.782      |        |       |
|                    | Total      | 6233.443       | 92 |             |        |       |

Sumber: Pengolahan SPSS20

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan bahwa nilai F hitung sebesar 69,842 dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ , sehingga hal ini membuktikan bahwa terdapat adanya pengaruh *generational trauma* (X) dengan variabel sikap empatik (Y). Dengan begitu, maka hipotesis penelitian ini diterima.

Kemudian, kekuatan hubungan antara kedua variabel dapat dilihat dengan melakukan uji korelasi menggunakan SPSS20 *for Windows*. Melalui pengujian tersebut, hasil yang didapatkan ialah sebagai berikut:

**Tabel 2.** Hasil Uji Korelasi

|                            |                                             | <i>Generational trauma</i> | Sikap Empatik          |
|----------------------------|---------------------------------------------|----------------------------|------------------------|
| <i>Generational trauma</i> | Pearson Correlation<br>Sig. (2-tailed)<br>N | 1<br>-<br>9<br>3           | 0.669**<br>0.000<br>93 |
| Sikap Empatik              | Pearson Correlation<br>Sig. (2-tailed)<br>N | 0.669**<br>0.000<br>93     | 1<br>-<br>9<br>3       |

*Sumber: Pengolahan SPSS20*

Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi ( $r$ ) antara variabel *generational trauma* (X) dan sikap empatik (Y) adalah 0,669 dengan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ , sehingga memiliki tingkat korelasi kuat yang berada pada rentang 0,60-0,699 dan memiliki sifat positif. Jika ditinjau dari kekuatan hubungan, nilai koefisien korelasi sebesar 0,669 berada pada kategori korelasi kuat (rentang 0,60 – 0,799). Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel erat dan memiliki keterkaitan yang berarti dalam konteks penelitian. Selain itu, arah korelasi yang positif mengartikan bahwa semakin tinggi tingkat *generational trauma* yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi pula sikap empatik yang mereka tunjukkan.

Temuan ini sejalan dengan pendapat Salberg & Grand (2024) bahwa pengalaman emosional yang diwariskan dari generasi sebelumnya tidak selalu berdampak negatif, tetapi juga dapat membentuk kepekaan emosional individu terhadap orang lain. Siswa yang mengalami *generational trauma* cenderung memiliki sensitivitas yang lebih tinggi terhadap kondisi emosional orang lain, sehingga lebih mudah untuk memahami, merasakan, dan merespons perasaan tersebut secara empatik.

Temuan pada penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Wendt et al. (2022) yang hasilnya menunjukkan bahwa individu yang pernah mengalami trauma di masa lalu cenderung lebih dapat menunjukkan sikap empatik. Ini dikarenakan individu yang pernah mengalami trauma lebih mampu untuk merasakan penderitaan orang lain,

sehingga dapat membuat mereka tak ingin orang lain mengalami penderitaan yang pernah mereka rasakan sebelumnya.

Kemudian, untuk melihat seberapa besar variabel *generational trauma* (X) memengaruhi sikap empatik (Y), maka dilakukan uji nilai korelasi dari kedua variabel. Hasil pengujian tersebut adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.** Uji Nilai Korelasi

| Model Fit Measures                               |       |                |                    |                        |
|--------------------------------------------------|-------|----------------|--------------------|------------------------|
|                                                  |       |                | Overall Model Test |                        |
| Model                                            | R     | R <sup>2</sup> | Adjusted R Square  | Std. Error of Estimate |
| 1                                                | 0,669 | 0,448          | 0,445              | 5,20                   |
| Note. Models estimated using sample size of N=93 |       |                |                    |                        |

Sumber: Pengolahan SPSS20

Selanjutnya, untuk mengetahui seberapa besar kontribusi variabel *generational trauma* terhadap sikap empatik, dilakukan analisis koefisien determinasi. Dari hasil perhitungan, diperoleh nilai R<sup>2</sup> sebesar 0,448 (44,8%). Hal ini artinya, *generational trauma* memberi kontribusi sebesar 44,8% terhadap variasi sikap empatik siswa. Sementara itu, sisanya sebesar 55,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, baik yang bersifat internal (*perspective taking*, *empathic concern*, regulasi emosi, pengalaman pribadi, kematangan kognitif, dan kepribadian) maupun faktor eksternal (pola asuh orang tua, kualitas hubungan dengan guru dan teman sebaya, pembelajaran sosial-emosional di sekolah, serta kondisi maladaptif dalam keluarga) (Davis, 2018).

Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun *generational trauma* memiliki pengaruh yang besar terhadap sikap empatik, terdapat pula berbagai faktor lain yang berperan dalam membentuk sikap empatik siswa. Oleh karena itu, pengembangan sikap empatik tak hanya bergantung pada latar belakang keluarga, tetapi juga dipengaruhi oleh proses pembelajaran dan interaksi sosial yang berlangsung dalam kehidupan sehari-hari.

Selanjutnya, dilakukan pula pengujian korelasi pada tiap aspek dari variabel *generational trauma* (X) pada variabel sikap empatik (Y). Hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.** Uji Korelasional Aspek *Generational trauma* dengan Sikap Empatik

| Model Korelasi | Aspek                      | rtabel | Koefisien Korelasi (r) | r <sup>2</sup> | KD (%) | Beta | Sig.  |
|----------------|----------------------------|--------|------------------------|----------------|--------|------|-------|
| X1 → Y         | Psikologis (Intrapsikis)   | 0,202  | 0,612                  | 0,374          | 37,4   | 0,61 | 0,000 |
| X2 → Y         | Relasional                 |        | 0,585                  | 0,342          | 34,2   | 0,58 | 0,000 |
| X3 → Y         | Sosial-Historis            |        | 0,567                  | 0,321          | 32,1   | 0,56 | 0,000 |
| X4 → Y         | Neurobiologis & Epigenetik |        | 0,499                  | 0,249          | 24,9   | 0,49 | 0,000 |

Sumber: Pengolahan SPSS20

Dari tabel tersebut, diketahui bahwa nilai signifikan untuk aspek psikologis ialah 0,000. Hal ini selaras dengan nilai Sig. (2-tailed)  $0,000 < 0,05$  (5%), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aspek psikologis dengan sikap empatik. Nilai koefisien  $r = 0,612$  artinya kekuatan korelasi aspek psikologis dengan sikap empatik adalah sedang. Lalu, koefisien determinasi ( $r^2$ ) adalah 0,374 yang artinya kontribusi aspek psikologis terhadap sikap empatik adalah 37,4% yang dimana fenomena psikologis yang disebut alienated identification (anak menginternalisasi rasa sakit orang tua seperti miliknya) dapat memengaruhi bagaimana anak menunjukkan sikap empatik (Bowbly, 1975).

Nilai signifikan (Sig. (2-tailed)) untuk aspek relasional adalah 0,000. Hasil nilai koefisien  $r = 0,585$  menunjukkan bahwa kekuatan korelasi aspek relasi dengan sikap empatik adalah sedang. Sedangkan koefisien determinasi ( $r^2$ ) adalah 0,342 artinya kontribusi aspek relasi pada sikap empatik adalah sebesar 34,2%. Ini sejalan dengan pendapat Davis (2018) yang menyatakan bagaimana hubungan antara anak dan orang tua, khususnya dalam hal saling menyikapi perasaan satu sama lain, sangat memengaruhi sikap empatik siswa.

Diketahui bahwa nilai signifikan (Sig. (2-tailed)) untuk aspek sosial-historis adalah 0,000, yang dimana hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aspek sosial-historis dengan sikap empatik. Hasil nilai koefisien  $r = 0,567$  menunjukkan bahwa kekuatan korelasi aspek sosial-historis dengan sikap empatik adalah sedang. Sedangkan koefisien determinasi ( $r^2$ )

adalah 0,321 yang artinya kontribusi aspek sosial-historis terhadap sikap empatik adalah sebesar 32,1%. Adanya hubungan ini didukung oleh pendapat Salberg & Grand, dimana aspek sosio-historis dapat membuat cara orang tua mencontohkan sikap empatik kepada anak menjadi kurang hangat, yang dimana ini juga berpengaruh pada sikap empatik anak itu sendiri.

Diketahui bahwa nilai signifikan (Sig. (2-tailed)) untuk aspek neurobiologis & epigenetik adalah 0,000, yang dimana ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aspek neurobiologis & epigenetik dengan sikap empatik. Hasil nilai koefisien  $r = 0,499$  menunjukkan bahwa kekuatan korelasi aspek neurobiologis & epigenetik dengan sikap empatik adalah sedang. Sedangkan koefisien determinasi ( $r^2$ ) adalah 0,249 yang artinya kontribusi aspek neurobiologis & epigenetik terhadap sikap empatik adalah sebesar 24,9%. Hal ini sejalan dengan teori Bowlby (1975) yang menyatakan bahwa jarang terjadi, tetapi aspek neurobiologis & epigenetik seperti stres genetik dapat mempengaruhi bagaimana siswa menunjukkan sikap empatik.

## SIMPULAN

Secara teoritis, hasil penelitian ini sejalan dengan pandangan bahwa pengalaman emosional yang intens, termasuk trauma, dapat meningkatkan kemampuan individu dalam memahami emosi orang lain. Individu yang pernah mengalami tekanan emosional cenderung lebih mampu mengenali perasaan serupa pada orang lain, sehingga memunculkan respon empatik yang lebih kuat. Dalam konteks ini, *generational trauma* dapat menjadi salah satu faktor yang memperkaya pengalaman emosional siswa.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif, kuat, dan signifikan antara *generational trauma* dengan sikap empatik pada siswa kelas X SMA Negeri 5 Medan. *Generational trauma* memberikan kontribusi yang cukup besar dalam membentuk sikap empatik siswa, meskipun bukan satu-satunya faktor yang memengaruhinya. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang komprehensif dalam memahami dan mengembangkan kedua aspek tersebut dalam konteks pendidikan.

## REFERENSI

- Amping, D. R., Adiyanti, M. G., & Ludji, I. (2024). Intergenerational Trauma: Exploring Transmission Mechanisms in Post-Conflict Families. *Bisma The Journal of Counseling*, 8(2). <https://doi.org/10.23887/bisma.v8i2.85107>
- Benz, A. B. E., Dimitroff, S. J., Jeggle, C., Gaertner, R. J., Meier, M., Unternaehrer, E., Bentele, U. U., Denk, B. F., Klink, E. S. C., & Pruessner, J. C. (2023). Increased empathic distress in adults is associated with higher levels of childhood maltreatment. *Scientific Reports*, 13(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-023-30891-7>
- Bowlby, J. (1975). *Attachment Theory, Separation Anxiety, and Mourning*. American Handbook of Psychiatry.
- Cacace, A., & Summers, S. J. (2025). Intergenerational Trauma in Phenomenological Research-A Systematic Review. *Journal of Loss and Trauma*, 1–36.
- Chessick, R. D. (1985). *Empathy*. International Psychotherapy Institute.
- Davis, M. H. . (2018). *Empathy : a social psychological approach*. Routledge, Taylor & Francis Group.
- Fentiani, S. A., Zakiyah, Z. Q., Noviyanti, D., Sijabat, S. S., Fahma, Z. R., Khaila, N., Achdiani, Y., & Fatimah, S. N. (2025). Meningkatkan Empati dan Pemahaman dalam Keluarga Melalui Storytelling. *JISPENDIORA Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan Dan Humaniora*, 4(2), 282–293. <https://doi.org/10.56910/jispendiora.v4i2.2270>
- Fithriyana, E. (2019). Menumbuhkan Sikap Empati Melalui Pendidikan Karakter Berbasis Kearifan Lokal Pada Sekolah Berasrama. *Al Ulya: Jurnal Pendidikan Islam*, 4(1), 42–54. <https://doi.org/10.22373/jid.v15i2.582>
- Salberg, J., & Grand, S. (2024). *Transgenerational Trauma: A Contemporary Introduction* (Vol. 01). Routledge Publishing.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Dan Pengembangan Research Dan Development*. Alfabeta.
- Wendt, F. R., Warrier, V., Pathak, G. A., Koenen, K. C., Stein, M. B., Krystal, J. H., Pietrzak, R. H., Gelernter, J., Goldfarb, E. V., Baron-Cohen, S., & Polimanti, R. (2022). Polygenic scores for empathy associate with posttraumatic stress severity in response to certain traumatic events. *Neurobiology of Stress*, 17. <https://doi.org/10.1016/j.ynstr.2022.100439>
- Wolynn, Mark. (2017). *It Didn't Start With You: How Inherited Family Trauma Shapes Who We Are and How to End the Cycle*. Penguin Books, an imprint of Penguin Random House LLC.
- Yuli, M., Arita, M., & Maratun, N. (2022). Pengaruh Empati Terhadap Perilaku Prososial Peserta Didik Sekolah Dasar. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 12(2), 150–160.