

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Empati

1. Pengertian Empati

Allport, 1965 (dalam Taufik, 2012:39) mendefinisikan empati sebagai perubahan imajinasi seseorang kedalam pikiran, perasaan dan perilaku orang lain. Allport juga menitikberatkan pada peranan imitasi di dalam empati.

Sementara itu Carl Roger (1951) menawarkan dua konsepsi (Taufik, 2012:39) *Pertama*, empati adalah melihat kerangka berpikir internal orang lain secara akurat. *Kedua*, dalam memahami orang lain tersebut individu seolah-olah masuk dalam diri orang lain sehingga bisa merasakan dan mengalami sebagaimana yang dirasakan dan dialami oleh orang lain, tetapi tanpa kehilangan identitas dirinya sendiri. Kalimat “tanpa kehilangan identitas dirinya sendiri” mengandung pengertian meskipun individu menempatkan dirinya pada posisi orang lain, namun dia tetap melakukan kontrol diri atas situasi yang ada, tidak dibuat-buat, dan tidak hanyut dalam situasi orang lain itu.

Sedangkan menurut Santrock, empati berarti bereaksi terhadap perasaan orang lain yang disertai dengan respons emosional yang serupa dengan perasaan orang lain. Menurutnya, meskipun empati dialami sebagai kondisi emosional, perasaan empati memiliki komponen kognitif

yaitu kemampuan untuk memahami kondisi psikologis dalam diri seseorang, atau yang biasa disebut sebagai pengambilan perspektif (Santrock, 2007:317).

Empati, menurut Goleman (2003) adalah merasakan yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif mereka, dan menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa empati adalah menempatkan diri dan ikut merasakan perasaan dan pikiran dari sudut pandang orang lain.

2. Komponen-komponen Empati

Para teoritikus kontemporer menyatakan bahwa empati terdiri atas dua komponen, kognitif dan afektif (Taufik, 2012:43). Selain dua komponen tersebut beberapa teoritikus lainnya menambahkan aspek komunikatif sebagai faktor ketiga. Komponen komunikatif sebagai jembatan yang menghubungkan keduanya, atau sebagai media ekspresi realisasi dari komponen kognitif dan afektif.

a. Komponen Kognitif

Komponen kognitif merupakan komponen yang menimbulkan pemahaman terhadap perasaan orang lain. Hal ini diperkuat oleh pernyataan beberapa ilmuwan bahwa proses kognitif sangat berperan penting dalam proses empati (Hoffman, 2000 dalam Taufik, 2012:44).

Selanjutnya Hoffman mendefinisikan komponen kognitif sebagai kemampuan untuk memperoleh kembali pengalaman-pengalaman masa lalu dari memori dan kemampuan untuk memproses informasi semantik melalui pengalaman-pengalaman.

Feshbach (1997) mendefinisikan aspek kognitif sebagai kemampuan untuk membedakan dan mengenali kondisi emosional yang berbeda. Eisenberg & Strayer (1987) menyatakan bahwa salah satu yang paling mendasar pada proses empati adalah pemahaman adanya perbedaan antara individu dan orang lain. Sehubungan dengan komponen ini, Schieman & Gundy (2000) mencirikan bahwa seseorang yang empatik memiliki keahlian-keahlian yang terkait dengan persoalan komunikasi, perspektif dan kepekaan dalam pemahaman sosio-emosional orang lain. Secara garis besar bahwa aspek kognitif dari empati meliputi aspek pemahaman atas kondisi orang lain.

Tanpa kemampuan kognitif yang memadai seseorang akan selalu meleset dalam memahami kondisi orang lain (*incongruence*). Karena realitas-realitas sosial yang dia tangkap tidak sesuai dengan realitas yang sebenarnya.

b. Komponen Afektif

Menurut definisi kontemporer, pada prinsipnya empati adalah pengalaman afektif. Dua komponen afektif diperlukan untuk terjadinya pengalaman empati, yaitu kemampuan untuk mengalami secara emosi dan tingkat reaktivitas emosional yang memadai, yaitu

kecenderungan individu untuk bereaksi secara emosional terhadap situasi-situasi yang dihadapi, termasuk emosi yang tampak pada orang lain.

Empati sebagai aspek afektif merujuk pada kemampuan menselaraskan pengalaman emosional pada orang lain. Aspek empati ini terdiri atas simpati, sensitivitas, dan sharing penderitaan yang dialami orang lain seperti perasaan dekat terhadap kesulitan-kesulitan orang lain yang diimajinasikan seakan-akan dialami oleh diri sendiri (Colley; 1998 dalam Taufik). Selanjutnya dia menambahkan, empati efektif merupakan suatu kondisi dimana pengalaman emosi yang sedang dirasakan oleh orang lain, atau perasaan mengalami bersama dengan orang lain.

Akurasi dari empati afektif ini berbeda-beda. Ada individu yang akurasinya lebih baik dan ada yang kurang baik. Akurasi yang baik yaitu apabila observer merasakan tentang kondisi target sesuai dengan apa yang sedang dirasakan oleh target pada waktu itu. Sebaliknya, akurasi yang rendah terjadi ketika yang dirasakan berbeda atau tidak sama dengan apa yang sedang dirasakan oleh target yang sedang dialami.

c. Komponen Komunikatif

Munculnya komponen yang ketiga ini didasarkan pada asumsi awal bahwa komponen kognitif dan afektif akan tetap terpisah bila keduanya tidak terjalin komunikasi. Menurut Wang, dkk (2003)

komponen empati komunikatif adalah ekspresi dari pikiran-pikiran empatik (*intellectual empathy*) dan perasaan-perasaan (*empathic emotions*) terhadap orang lain yang dapat diekspresikan melalui kata-kata dan perbuatan.

Jadi, dapat diambil kesimpulan bahwa empati terdiri dari 3 komponen, yaitu komponen kognitif yang berupa pemahaman atas kondisi orang lain, komponen afektif yang berarti kemampuan menyelaraskan pengalaman emosional pada orang lain dan komponen komunikatif yang menjembatani antara komponen kognitif dan afektif.

3. Proses empati

Davis (1996) menggolongkan proses empati kedalam empat tahapan, yaitu:

a. *Antecedents*

Antecedents yaitu kondisi-kondisi yang mendahului sebelum terjadinya proses empati. Meliputi karakteristik observer (personal), target atau situasi yang terjadi saat itu. Empati sangat dipengaruhi oleh kapasitas pribadi observer. Kemampuan empati yang tinggi, salah satunya dipengaruhi oleh kapasitas intelektual untuk memahami apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh orang lain, atau kemampuan untuk memahami apa yang terjadi pada orang lain. Juga dipengaruhi oleh riwayat pembelajaran individu sebelumnya termasuk sosialisasi terhadap nilai-nilai yang terkait dengan empati. Namun, karakteristik

yang paling penting adalah perbedaan individual, dimana ada individu-individu yang secara natural cenderung untuk berempati terhadap situasi yang dihadapi.

b. *Processes*

Terdapat tiga jenis proses empati, yaitu *non-cognitive processes*, *simple cognitive processes*, dan *advance cognitive processes*. Pertama, *non-cognitive processes*. Pada proses ini terjadinya empati disebabkan oleh proses-proses non kognitif, artinya tanpa memerlukan pemahaman terhadap situasi yang terjadi.

Kedua, *simple cognitive processes*. Pada jenis empati ini hanya membutuhkan sedikit proses kognitif. Misalnya jika seseorang melihat tanda-tanda kurang nyaman pada orang lain atau juga pada saat itu antara observer dan target keduanya sama-sama berada pada situasi yang kurang nyaman akan membuat observer mudah berempati. Atau ketika kita datang pada acara pernikahan dan wisuda maka kita akan menunjukkan sikap bahagia, sebaliknya saat kita menghadiri acara pemakaman tentu saja kita akan menunjukkan perasaan duka cita. Empati yang kita munculkan tidak membutuhkan proses yang mendalam, karena situasi-situasi tersebut mudah dipahami.

Ketiga, *advance cognitive processes*. Pada proses ini kita dituntut untuk mengerahkan kemampuan kognitif kita. Hoffman (1984) menyebutnya dengan *language mediated association*, dimana munculnya empati merupakan akibat dari ucapan atau bahasa yang

disampaikan target. Misalnya ketika ada seorang istri mengatakan “saya telah diceraikan oleh suami”. Barangkali ketika mengatakan kalimat itu, target tidak menunjukkan wajah sedih, ia datar-datar saja mengatakannya. Namun observer meresponnya dengan sikap empatik. Sikap empatik yang ditunjukkan oleh observer ini merupakan proses yang mendalam, membutuhkan pemahaman yang tinggi terhadap situasi yang sedang terjadi.

c. *Intrapersonal Outcomes*

Hasil dari proses berempati salah satunya adalah hasil intrapersonal, terdiri atas dua macam *affective outcome* dan *non affective outcome*. *Affective outcome* terdiri atas reaksi-reaksi emosional yang dialami oleh observer dalam merespons pengalaman-pengalaman target.

Affective outcome dibagi lagi ke dalam dua bentuk, yaitu *parallel* dan *reactive outcomes*. *Parallel outcome* sering disebut dengan *emotion matching*, yaitu adanya keselarasan antara yang kita rasakan dengan yang dirasakan atau dialami oleh orang lain. Misalnya kita dapat memahami masalah sesungguhnya yang dialami oleh target. Kita melakukan proses atau marah ketika melihat target diperlakukan tidak adil.

Reactive outcomes didefinisikan sebagai reaksi-reaksi afektif terhadap pengalaman-pengalaman orang lain yang berbeda.

d. *Interpersonal Outcomes*

Bila *intrapersonal outcomes* itu berefek pada diri observer maka *interpersonal outcomes* berdampak kepada hubungan antara observer dengan target. Salah satu bentuk dari *interpersonal outcomes* adalah munculnya *helping behavior* (perilaku menolong). Selain perilaku menolong, empati juga dihubungkan dengan perilaku agresif. Menurut Davis empati berhubungan negatif dengan perilaku agresif. Semakin baik akurasi empati maka akan semakin kecil terjadinya perilaku agresif.

Dari uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa proses empati terdiri dari 4 tahap, yakni *antecedents* yang merupakan kondisi-kondisi yang mendahului sebelum terjadinya proses empati. Setelah itu, *processes* yang terdiri dari 3 proses di dalamnya yaitu *non-cognitive processes*, *simple cognitive processes*, dan *advance cognitive processes*. Tahap yang ketiga adalah *Intrapersonal Outcomes* yang berupa hasil dari proses empati, dan yang terakhir ada tahap *interpersonal outcomes* yakni dampak kepada hubungan antara observer dengan target setelah proses empati.

4. Aspek-aspek Empati

Feshbach dkk (Carlledge & Milburn, 1995 dalam Proborani) menyebutkan aspek-aspek kemampuan empati tersebut, yaitu :

- a. Rekognisi dan diskriminasi dari perasaan

Rekognisi dan diskriminasi dari perasaan adalah kemampuan menggunakan informasi yang relevan untuk memberi nama dan mengidentifikasi emosi.

b. Pengambilan perspektif dan peran

Pengambilan perspektif adalah kemampuan memahami bahwa individu lain melihat dan menginterpretasikan situasi dengan cara yang berbeda, serta kemampuan mengambil dan mengalami sudut pandang orang lain. Kemampuan pengambilan peran kognitif dan afektif (*cognitive and affective role taking ability*) adalah kemampuan untuk berpikir tentang sesuatu yang dipikirkan orang lain dan menyimpulkan perasaan orang lain.

c. Responsivitas emosional

Responsivitas emosional adalah kemampuan untuk mengalami dan menyadari emosinya sendiri.

Dari penjabaran diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek empati ada 3, yaitu (1) Rekognisi dan diskriminasi dari perasaan, (2) Pengambilan perspektif dan peran, (3) Responsivitas emosional

5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Empati

Shapiro (1997) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi empati yaitu:

a. Faktor kognitif.

Bertambah matangnya wawasan dan ketrampilan kognitif, anak-anak secara bertahap belajar mengenali tanda-tanda kesedihan

orang lain dan mampu menyesuaikan kepeduliannya dengan perilaku yang tepat;

b. Faktor bawaan

Anak laki-laki sama sosialnya dengan anak perempuan tetapi anak laki-laki cenderung lebih suka memberikan bantuan fisik atau bertindak sebagai pelindung. Sedangkan anak perempuan lebih suka memberikan dukungan psikologis misalnya menghibur anak lain yang sedang sedih;

c. Faktor pendidikan

Pendidikan khususnya pendidikan agama mengambil peranan penting dalam pelaksanaan empati tersebut. Penerapan akan pendidikan agama dalam kehidupan sehari-hari justru efektif dalam mempengaruhi anak.

d. Keluarga

Penerapan peraturan keluarga yang jelas, konsisten dan tidak mudah memberikan keringanan kepada anak serta tuntutan akan tanggung jawab kepada anak tanpa adanya imbalan apapun akan mempengaruhi serta menghasilkan anak yang peduli, tanggung jawab, peka dan lebih penyayang.

e. Pengalaman akan perilaku empati

Praktek akan perilaku simpatik dapat mempengaruhi hidup manusia. Pelaksanaan kebaikan secara acak dan melibatkan diri dalam kegiatan bermasyarakat akan mengajari anak akan

pengalaman untuk melakukan perilaku empati serta lebih peduli pada orang lain.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan faktor yang mempengaruhi empati yaitu: a. Faktor kognitif; b. Faktor bawaan; c. Faktor pendidikan; d. Keluarga; e. Pengalaman akan perilaku empati.

6. Perkembangan Empati

Para teoritikus awal memandang empati sebagai trait atau karakter yang stabil, dapat diukur, namun tidak dapat diajarkan (Cronbach, 1955 dalam Taufik 2012). Dengan kalimat lain, para teoritikus awal berpendapat bahwa empati merupakan being yang diturunkan oleh Sang Pencipta atau dibawa oleh individu sejak lahir atau merupakan faktor keturunan. Orangtua yang empatik akan melahirkan anak-anak yang empatik pula. Pendapat tersebut tentu saja mematahkan upaya-upaya pembelajaran dari pada guru dan orangtua dalam memberikan pendidikan empati kepada anak-anaknya.

Sementara itu, peneliti yang datang belakangan telah menemukan bahwa treatment-treatment yang diarahkan kepada pembelajaran empati dapat meningkatkan kemampuan empati. Penelitian pada anak-anak menemukan bahwa ekspresi-ekspresi empatik yang ditunjukkan oleh orangtua kepada anak-anaknya dapat menjadi model atau sarana bagi anak-anak untuk meningkatkan empati dan perilaku prososial.

Dalam penelitian lainnya ditemukan ketika guru menanamkan nilai-nilai empati kepada murid-muridnya, para murid lebih suka mengadopsi nilai-nilai empati itu dengan cara mencontoh perilaku sang guru dan menerapkan nilai-nilai empati yang diajarkan (Kremer & Dietzen, 1991 dalam Taufik, 2012).

Bukti-bukti penelitian yang datang kemudian itu telah menolak statemen awal yang menyatakan bahwa empati tidak dapat diajarkan. Tentunya hal ini sangat tergantung dari model pembelajaran yang diberikan. Penelitian yang dilakukan oleh Kremer dan Dietzen menunjukkan bahwa keteladanan dari para guru atau orangtua dapat menjadi sarana untuk meningkatkan empati. Artinya pengajaran empati tidak memerlukan media yang spesifik, melainkan berbagai media lainpun asalkan mengandung faktor-faktor empati dapat digunakan sebagai sarana untuk meningkatkan empati.

a. Permulaan Empati

Sekitar 80 tahun silam, para peneliti telah menemukan bahwa bayi 4 bulan akan menangis ketika dia mendengar ada bayi lain yang menangis. Temuan ini mendukung pernyataan bahwa seorang bayi memiliki kapasitas alamiah untuk berempati, meskipun seseorang dapat membantahnya dengan mengeluarkan alasan bahwa anak usia empat bulan telah dapat belajar menghubungkan tekanan-tekanan pada orang lain dengan kondisi tekanan pada diri sendiri.

Temuan temuan penelitian Hoffman (1978) dapat menjadi bukti bahwa bayi memiliki kapabilitas untuk mempelajari hubungan-hubungan yang sederhana, dan mereka barangkali telah mempelajari kondisi tekanan-tekanan psikologis pada orang lain dengan ketidaknyamanan yang mereka rasakan. Misalkan ketika ibu dalam kondisi marah atau bertengkar dengan ayah, bayi bisa merasakan ketidaknyamanan situasi itu, respon yang dia berikan dengan menangis.

Dari berbagai penelitian tersebut Dovidio, Piliavin, Schroeder & Penner (2006) menyimpulkan bahwa bayi pada usia 1-2 hari memang belum bisa berempati, namun telah memiliki potensi-potensi untuk berempati, dan potensi-potensi ini yang nantinya harus terus digali oleh orangtua dan guru agar nantinya menjadi pribadi yang berempati.

b. Kecenderungan Perkembangan Empati

Martin L. Hoffman adalah salah satu ilmuwan pendukung ide bahwa empati memiliki basis *genetic* atau empati itu diturunkan oleh orangtua kepada anak-anaknya. Namun, Hoffman (1990, dalam Taufik) tidak memercayai bahwa empati yang sebenarnya baru muncul setelah anak-anak melampaui beberapa tahapan perkembangan empati, menurutnya tahapan perkembangan itu memang ada, namun tidak menjadi prasyarat mutlak bagi seseorang untuk melakukan empati secara sesungguhnya.

Menurutnya tahapan awal dan paling primitif adalah *global empathy*. Hoffman menggunakan istilah ini untuk menggambarkan tangisan bayi yang baru dilahirkan. Menurutnya selama tahun pertama, anak-anak tidak memiliki *sense* tentang diri mereka sebagai individu yang unik yang terpisah dan berbeda dengan orang-orang disekitarnya, karena dia belum dapat membedakan diri mereka dengan orang lain.

Hoffman (1990) dalam Taufik memberikan contoh yang jelas bagaimana anak-anak merespon tahapan-tahapan ini pada perkembangan mereka. Seorang bayi perempuan berusia 11 bulan melihat bayi lainnya jatuh dan mulai menangis. Bayi perempuan itu terlihat seakan-akan mau menangis lalu “meletakkan ibu jarinya kedalam mulut dan menelusupkan kepalanya ke tubuh ibunya, hal itu biasa ia lakukan ketika dirinya sedang terluka”. *Feeling* yang sedang dialami oleh anak usia 11 bulan ini menunjukkan indikator-indikator empati, karena dia telah memahami penderitaan orang lain. Namun, Hoffman mengatakan bahwa ini adalah bentuk dari *self-centered emotional response*, tidak bisa menimbulkan keinginan pada diri anak untuk menolong. Yang dimaksud dengan *self-centered emotional response* yaitu respons emosional sebatas pada lingkup dunia yang bersangkutan, artinya ketika usia 11 bulan itu memahami kesedihan anak lain ia hanya bisa diekspresikan untuk dirinya sendiri, atau bisa dikatakan sebagai empati pasif.

Seiring bertambahnya waktu, ketika anak mencapai usia 1 tahun, dia sudah mulai menyadari bahwa dia secara fisik berbeda dengan orang lain, dan dia telah mencapai kesadarannya meskipun itu belum sempurna. Dia mulai bisa memahami bahwa orang lain sedih, sementara dia sendiri belum bisa memahami kesedihan dirinya. Tetapi empati mereka masih berorientasi pada diri mereka sendiri. Yaitu dia hanya sebatas tahu kalau orang lain sedih maka sedihnya orang lain itu situasinya seperti dia sedang sedih. Si anak belum bisa membedakan tentang bermacam-macam kesedihan yang disebabkan oleh factor yang berbeda-beda. Dengan kata lain dia menggunakan respons empatik yang sama (*self-centered*) meskipun dia menemukan stimulus empati (kesedihan pada orang) secara berbeda-beda.

Respon empatik yang biasanya dilakukan oleh anak-anak usia satu tahun hingga dua tahun adalah dengan memberikan mainan yang dia miliki kepada anak lain yang menjadi target empatinya, atau “melindungi atau mengamankan” target dengan memeluknya atau kadang-kadang dengan menghadirkan ibunya (Dovidio dkk, 2006 dalam Taufik, 2012:95).

Pada usia anak mencapai 2 atau 3 tahun, empati mereka lebih berkembang. Pada usia ini mereka sudah memahami bahwa stimulus yang berbeda dapat direspons secara berbeda pula. Pada tahapan usia ini mereka mulai memahami bermacam kondisi emosional dan makna-makna istilah untuk berbagai keadaan yang berbeda. Seperti

kekecewaan, kesedihan karena kehilangan sesuatu, bahkan perasaan buruk tentang diri sendiri (misalnya harga diri rendah).

Tahapan final dari model perkembangan empati menurut Hoffman, terjadi pada akhir usia anak-anak. Pada tahapan ini anak dapat mengalami empati dalam merespons kondisi kehidupan orang lain, tidak hanya terfokus pada diri sendiri. Reaksi-reaksi tersebut dapat diperoleh atau dipelajari oleh anak seiring dengan makin intensifnya mereka berteman atau berinteraksi dengan kawan-kawan sepermainannya yang berasal dari latar belakang yang berbeda-beda.

Sekitar usia 10 hingga 12 tahun, individu mengembangkan empati bagi orang lain yang hidup dalam lingkungan yang kurang menguntungkan (Damon dalam Santrock, 2007:317). Kepedulian anak-anak tidak lagi terbatas pada perasaan dari orang-orang khusus di situasi-situasi yang langsung teramati oleh mereka. Lebih dari itu, anak-anak usia 10 hingga 12 tahun memperluas kepedulian mereka terhadap masalah-masalah umum yang dialami oleh orang-orang yang hidup di lingkungan yang kurang menguntungkan, seperti orang-orang yang miskin, cacat, terkucil secara sosial, dan lain sebagainya. Kepekaan yang baru ini dapat menggiring anak-anak yang lebih besar untuk bertindak secara altruistik dan perasaan-perasaan positif seperti empati ini dapat berkontribusi bagi perkembangan moral remaja.

Sementara itu pada orang dewasa, menurut Goleman empati lebih terkait dengan gender (Goleman, 2003:520). Hasil dari sekian banyak

penelitian, ada pendapat bahwa wanita rata-rata lebih mampu berempati: mempunyai perasaan sama seperti yang dirasakan oleh orang lain, artinya ketika seseorang merasa sedih atau bahagia, itu dirasakan pula oleh wanita yang ada di dekatnya. Data tersebut menunjukkan bahwa wanita lebih cenderung mengalami penyesuaian perasaan yang spontan ini terhadap orang lain daripada kaum pria.

Uji empati yang dilakukan kepada orang dewasa yaitu berupa penayangan potongan-potongan video yang disaring sedemikian rupa, sehingga kata-kata yang diucapkan tidak terdengar secara jelas, tetapi ekspresi wajah dan nada bicara tetap jelas. Hasil dari uji video itu menyatakan bahwa 80 persen wanita menunjukkan hasil lebih baik disbanding rata-rata kaum pria ketika harus menebak emosi yang sesungguhnya tengah dirasakan oleh orang dalam tayangan.

Kemampuan mengindra pikiran tertentu pada orang lain, tampaknya perbedaan jenis kelamin tidak ada pengaruhnya. Metode eksperimen untuk mengukur ketepatan empati ini yaitu subjek penelitian diminta menonton seluruh video tentang sebuah percakapan kemudian ia harus mengevaluasi pikiran-pikiran serta perasaan yang tersembunyi di balik penampilan seseorang.

Dalam uji ini, wanita secara tersirat diminta membuktikan diri bahwa mereka mampu berempati sesudah diberi sugesti dari peneliti bahwa empati adalah ciri khas kaum wanita. Motivasi demikianlah yang membuat wanita lebih mampu dalam berempati. Sedangkan pada

kaum pria, sebenarnya mereka memiliki kemampuan yang tersembunyi, tetapi kurang motivasi untuk berempati disbanding kaum pria. Sejauh ini pria memandang dirinya harus tampak jantan. Peka menurut mereka akan dapat membuat mereka tampak lemah. Sebagaimana kata William Ickes, salah seorang tokoh peneliti empati, “jika pria kadang-kadang tampak tidak peka di depan umum, itu lebih menunjukkan citra yang ingin mereka tampilkan ketimbang kemampuan berempati yang mereka miliki” (Goleman, 2003:523).

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tahap perkembangan empati yaitu dimulai dari bayi yang disebut dengan *global empathy*. Indikator yang dapat dilihat dari mereka adalah melalui tangisannya. Pada usia 1 tahun anak mulai menunjukkan empati mereka namun masih berorientasi pada dirinya, seperti kesedihannya. Lebih lanjut lagi pada usia 2-3 tahun empati mereka lebih berkembang, seperti mereka telah merasakan kekecewaan, sedih karena kehilangan sesuatu. Tahap final perkembangan empati terjadi pada usia anak-anak. Disini anak telah merespon kondisi kehidupan orang lain, tidak hanya fokus pada dirinya sendiri. Pada saat remaja, sekitar usia 10-12 tahun empati anak sudah berkembang, mereka mulai memerdulikan lingkungan yang kurang menguntungkan, seperti orang miskin, cacat dan sebagainya. sementara pada tingkatan dewasa, seseorang telah mampu mengindra atau mengevaluasi pikiran dan perasaan yang dirasakan oleh orang lain.

B. Anak Prasekolah

1. Pengertian Anak Prasekolah

Anak usia prasekolah merupakan fase perkembangan individu sekitar 2-6 tahun, ketika anak memiliki kesadaran tentang dirinya sebagai pria atau wanita, dapat mengatur diri dalam buang air (*toilet training*), dan mengenal beberapa hal yang dianggap berbahaya (mencelakakan dirinya) (Yusuf, 2006:162).

Anak prasekolah termasuk kedalam masa anak-anak awal, yaitu antara usia 2-6 tahun (Desmita, 2006:127). Sedangkan menurut Kartini Kartono (2007) masa kanak-kanak awal merupakan masa dimana anak bersifat egosentris, mempunyai relasi sosial dengan benda-benda dan manusia yang sifatnya sederhana dan primitif, dan ada kesatuan jasmani dan rohani yang hampir tidak terpisahkan sebagai satu totalitas.

Jadi, anak prasekolah adalah anak yang belum memasuki bangku sekolah dasar, namun telah mengikuti kelompok-kelompok bermain seperti Taman kanak-kanak, playgroup, dan sebagainya sebagai persiapan menuju ke jenjang akademik selanjutnya.

2. Karakteristik Perkembangan Anak Prasekolah

a. Perkembangan fisik

Selama masa anak-anak awal, pertumbuhan fisik berlangsung lambat dibandingkan dengan tingkat pertumbuhan selama masa bayi (Desmita, 2006:128). Pertumbuhan fisik yang lambat ini berlangsung

sampai mulai munculnya tanda-tanda pubertas, yakni kira-kira 2 tahun menjelang anak matang secara seksual dan pertumbuhan fisik kembali berkembang pesat. Meskipun selama anak-anak pertumbuhan fisik mengalami perlambatan, namun keterampilan-keterampilan motorik kasar dan motorik halus justru berkembang pesat.

Rata-rata tubuh anak-anak bertambah tinggi sebanyak 5 cm dan berat badannya naik antara 2-3 kg per tahun selama masa kanak-kanak awal (Santrock, 2011:7). Anak-anak perempuan hanya sedikit lebih pendek dan lebih ringan dibandingkan dengan anak laki-laki selama bertahun-tahun, perbedaan tersebut berlanjut hingga pubertas. Sedangkan menurut Yusuf, anak usia tiga tahun rata-rata tingginya sekitar 80-90 cm, dan beratnya sekitar 10-13 kg; sedangkan pada usia lima tahun, tingginya sudah mencapai sekitar 100-110 cm.

Di antara perkembangan fisik yang sangat penting selama masa anak-anak awal ialah perkembangan otak dan sistem syaraf yang berkelanjutan. Pada saat bayi mencapai 2 tahun, ukuran otaknya rata-rata 75% dari otak orang dewasa, dan pada usia 5 tahun, ukuran otaknya telah mencapai sekitar 90% otak orang dewasa (Yeterian & Pandya, 1988 dalam Desmita, 2006:128).

Pertumbuhan otak selama awal masa anak-anak disebabkan oleh penambahan jumlah dan ukuran urat saraf yang berujung di dalam dan di antara daerah-daerah otak. Ujung-ujung urat saraf itu terus bertumbuh setidak-tidaknya hingga masa remaja. Beberapa

pertambahan ukuran otak juga disebabkan oleh pertambahan *myelination*, yaitu suatu proses dimana sel-sel urat saraf ditutup dan disekat dengan suatu lapisan sel-sel lemak. Proses ini berdampak terhadap peningkatan kecepatan informasi yang berjalan melalui sistem urat saraf. Beberapa ahli psikologi perkembangan percaya bahwa *myelination* adalah penting dalam pematangan sejumlah kemampuan anak-anak.

Perkembangan fisik pada masa anak-anak ditandai dengan berkembangnya keterampilan motorik, baik kasar maupun halus. Sekitar usia 3 tahun, anak sudah dapat berjalan dengan baik, dan sekitar usia 4 tahun anak hamper menguasai cara berjalan orang dewasa. Usia 5 tahun anak sudah terampil menggunakan kakinya untuk berjalan dengan berbagai cara, seperti maju mundur, jalan cepat dan pelan-pelan, melompat dan menjingkrak, berlari kesana kemari, memanjat, dan sebagainya yang semuanya dilakukan dengan lebih halus dan bervariasi.

b. Perkembangan Kognitif

Menurut Piaget, perkembangan kognitif pada usia ini berada pada periode preoperasional, yaitu tahapan dimana anak belum mampu menguasai operasi mental secara logis. Yang dimaksud dengan operasi adalah kegiatan-kegiatan yang diselesaikan secara mental bukan fisik.

Pada tahap tersebut, anak-anak mulai untuk mewakili dunia dengan kata-kata, citra, dan gambar-gambar (Santrock, 2011:45).

Meskipun berpikir melalui symbol ini dipandang lebih maju dari berpikir periode sensorimotor, namun kemampuan berpikir ini masih mengalami keterbatasan, diantaranya:

- 1) *Egocentrisme*, yang maksudnya bukan egois atau sombong, namun merujuk kepada diferensiasi diri, lingkungan orang lain yang tidak sempurna dan kecenderungan untuk mempersepsi, memahami dan menafsirkan sesuatu berdasarkan sudut pandangan sendiri.
- 2) *Kaku dalam berpikir (rigidity of thought)*, salah satu karakteristik berpikir pra-operasional adalah kaku (*frozen*). Salah satu contohnya berpikirnya bersifat *centration* (memusat), yaitu kecenderungan berpikir atas dasar satu dimensi, baik mengenai objek maupun peristiwa.
- 3) *Semilogical reasoning*. Anak-anak mencoba untuk menjelaskan peristiwa-peristiwa alam yang misterius, yang dialaminya dalam kehidupan sehari-hari.

c. Perkembangan Emosional

Pada usia 4 tahun, anak sudah mulai menyadari akunya, bahwa akunya (dirinya) berbeda dengan bukan Aku (orang lain atau benda). Kesadaran ini diperoleh dari pengalamannya, bahwa tidak setiap keinginannya dipenuhi oleh orang lain atau benda lain.

Beberapa jenis emosi yang berkembang pada masa anak, yaitu sebagai berikut,

- 1) Takut, yaitu terancam oleh suatu objek yang dianggap membahayakan.
- 2) Cemas, yaitu perasaan takut yang bersifat khayalan, yang tidak ada objeknya. Contoh perasaan cemas saat anak berada di kamar yang gelap, takut hantu dan sebagainya.
- 3) Marah, merupakan perasaan tidak senang, atau benci baik terhadap orang lain, diri sendiri, atau objek tertentu, yang diwujudkan dalam bentuk verbal atau nonverbal. Perasaan marah ini merupakan reaksi terhadap situasi frustrasi yang dialaminya, yaitu perasaan kecewa atau perasaan tidak senang karena adanya hambatan terhadap pemenuhan keinginannya.
- 4) Cemburu, yaitu perasaan tidak senang terhadap orang lain yang dipandang telah merebut kasih sayang dari seseorang yang telah mencurahkan kasih sayang kepadanya. Seperti kakak cemburu pada adiknya yang telah merebut kasih sayang orang tuanya.
- 5) Kegembiraan, kesenangan, kenikmatan, yaitu perasaan yang positif, nyaman, karena terpenuhi keinginannya.
- 6) Kasih sayang, yaitu perasaan senang untuk memberikan perhatian, atau perlindungan terhadap orang lain, hewan atau benda. Kasih sayang anak kepada orangtua dan saudaranya sangat dipengaruhi oleh iklim emosional dalam keluarga. Apabila orangtua dan

saudaranya menaruh kasih sayang kepada anak, maka dia pun akan menaruh kasih sayang kepada mereka.

- 7) *Phobia*, yaitu perasaan takut terhadap objek yang tidak patut ditakutinya (takut yang abnormal) seperti takut ulat, takut kecoa dan takut air.
- 8) Ingin tahu (*curiosity*), yaitu perasaan ingin mengenal, mengeyahui segala sesuatu atau objek-objek, baik yang bersifat fisik maupun nonfisik.

Orangtua memainkan peran penting dalam membantu anak-anak mengelola emosi mereka. Hal tersebut bergantung pada bagaimana mereka berbicara dengan anak-anak tentang emosi, orangtua dapat mengambil pendekatan “melatih emosi” atau “mengabaikan emosi” (Gottman, 2009 dalam Santrock, 2011:90). Orangtua yang melatih emosi memantau emosi anak-anak mereka, melihat emosi negatif anak-anak mereka sebagai kesempatan untuk mengajar mereka, membantu mereka untuk melabeli emosi, dan melatih mereka untuk menangani emosi secara efektif. Sebaliknya, orangtua yang mengabaikan emosi terlihat dari perilaku mereka yang menolak, mengabaikan, atau mengubah emosi negatif.

d. Perkembangan Sosial

Pada usia prasekolah (terutama mulai usia 4 tahun), perkembangan sosial anak sudah tampak jelas, karena mereka sudah mulai aktif

berhubungan dengan teman sebayanya. Tanda-tanda perkembangan sosial pada tahap ini adalah:

- 1) Anak mulai mengetahui aturan-aturan, baik di lingkungan keluarga maupun dalam lingkungan bermain
- 2) Sedikit demi sedikit anak sudah tunduk pada peraturan
- 3) Anak mulai menyadari hak atau kepentingan orang lain
- 4) Anak mulai dapat bermain bersama anak-anak lain, atau teman sebaya (*peer group*).

Seiring dengan perkembangan sosial anak, perkembangan empatinya pun juga semakin terlihat. Pada usia anak mencapai 2 atau 3 tahun, empati mereka lebih berkembang. Pada usia ini mereka sudah memahami bahwa stimulus yang berbeda dapat direspons secara berbeda pula.

Pada tahapan usia ini mereka mulai memahami bermacam kondisi emosional dan makna-makna istilah untuk berbagai keadaan yang berbeda. Seperti kekecewaan, kesedihan karena kehilangan sesuatu, bahkan perasaan buruk tentang diri sendiri (misalnya harga diri rendah).

Kematangan penyesuaian sosial anak akan sangat terbantu apabila anak dimasukkan ke dalam taman kanak-kanak. TK sebagai “jembatan bergaul” merupakan tempat yang memberikan peluang kepada anak untuk belajar memperluas pergaulan sosialnya, dan menaati peraturan (kedisiplinan). TK dipandang mempunyai kontribusi yang baik bagi perkembangan sosial anak, karena alasan-alasan berikut.

- 1) Suasana TK sebagian masih seperti suasana keluarga
- 2) Tata tertibnya masih longgar, tidak terlalu mengikat kebebasan anak
- 3) Anak berkesempatan untuk aktif bergerak, bermain, dan riang gembira yang kesemuanya mempunyai nilai pedagogis
- 4) Anak dapat mengenal dan bergaul dengan teman sebaya yang beragam (multi budaya), baik etnis, agama dan budaya.

Usia anak prasekolah dapat dikatakan sebagai masa bermain, karena setiap waktunya diisi dengan kegiatan bermain. Yang dimaksud dengan kegiatan bermain disini adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan kebebasan batin untuk memperoleh kesenangan. Permainan mempunyai arti sangat penting bagi perkembangan kehidupan anak-anak (Desmita, 2006:141). Fungsi sosial dalam permainan dapat meningkatkan perkembangan sosial anak. Khususnya dalam permainan fantasi dengan memerankan suatu peran, anak belajar memahami orang lain dan peran-peran yang akan dimainkan dikemudian hari setelah tumbuh menjadi orang dewasa.

Selama tahun-tahun prasekolah, hubungan dengan orang tua atau pengasuhnya merupakan dasar bagi perkembangan emosional dan sosial anak. Sejumlah ahli mempercayai bahwa kasih sayang orangtua atau pengasuh selama beberapa tahun pertama kehidupan merupakan

kunci utama perkembangan sosial anak, meningkatkan kemungkinan anak memiliki kompetensi secara sosial dan penyesuaian diri yang baik pada tahun-tahun prasekolah dan sesudahnya. Ada tiga tipe pengasuhan orangtua yang biasa kita kenal yakni otoriter, demokratis dan permisif. Ketiga tipe pengasuhan tersebut sangat berpengaruh terhadap perkembangan sosial anak.

Jadi, karakteristik perkembangan anak prasekolah terbagi kedalam 4 tipe yaitu perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan emosional, serta perkembangan sosial.

C. Empati Dalam Perspektif Islam

Empati merupakan kemampuan untuk menempatkan perasaan pada orang lain, dengan kata lain ikut peduli dengan sesuatu yang dialami oleh orang lain. Hal ini bisa ditunjukkan dalam berbagai situasi, seperti saat ada kerja bakti di lingkungan tempat tinggal, saat ada bencana alam, saat melihat orang lain tengah dalam kerepotan dan lain sebagainya. Sebenarnya tidak hanya itu, empati lebih luas lagi yakni memberi saran yang membangun pada orang lain, memudahkan urusan, mentaati peraturan dan lain-lain. Dalam hal ini, Allah telah berfirman dalam Surat Al-Maidah ayat 2 :

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ ۖ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۖ إِنَّ اللَّهَ

شَدِيدُ الْعِقَابِ ﴿٢﴾

Artinya: *dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah Amat berat siksa-Nya*

Empati sering juga disebut dengan kepedulian. Yakni kesanggupan untuk peka terhadap kebutuhan orang lain, kesanggupan untuk turut merasakan perasaan orang lain serta menempatkan diri dalam keadaan orang lain. Rasulullah SAW telah bersabda "*Jalinan kasih sayang antara kaum muslimin ibarat satu tubuh. Bila ada satu anggota tubuh sakit maka anggota tubuh lainnya akan merasakan hal yang sama.*" (HR. Bukhari dan Muslim).

Dalam haditsnya yang lain, Rasulullah SAW menyebutkan manfaat dari saling membantu sesama, yakni:

مَنْ كَانَ فِي حَاجَةِ أَخِيهِ فَأَعَانَ اللَّهَ فِي حَاجَتِهِ وَمَنْ فَرَجَ عَنْهُ بِهَا
كُرْبَةً مِنْ كُرْبِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ

“Barang siapa yang mencukupi kebutuhan saudaranya, niscaya Allah akan memenuhi kebutuhannya, dan barang siapa yang melepaskan satu kesusahan yang dialami oleh seorang muslim, maka Allah akan menghindarkannya dari satu kesusahan di hari kiamat.” (HR.Muslim)

Salah satu wujud dari rasa empati seseorang adalah kasih sayang yang diberikan pada orang lain. Kasih sayang hakikatnya adalah

kelembutan hati dan kehalusan jiwa yang terdorong untuk mudah memaafkan dan berbuat baik (Abdullah, 2007:326).

Rasulullah SAW telah mencontohkan sifat kasih sayang ini dalam kehidupan sehari-hari beliau. Ini menunjukkan bahwa Rasulullah memiliki rasa empati yang tinggi. Hal ini tergambar dalam sebuah kisah beliau dengan cucunya. Ketika Rasulullah SAW sedang shalat, Hasan masuk dan menaiki punggung beliau ketika beliau sedang sujud. Rasulullah memelankan (memperpanjang) sujudnya sampai Hasan turun. Ketika selesai para sahabat bertanya, “Mengapa Anda memanjangkan sujudmu, ya Rasulullah?” Rasulullah SAW berkata, “*Anakku menaikiku dan saya tidak ingin mempercepatnya.*”

Demikianlah betapa Rasulullah mengasihi cucu beliau sehingga merelakan sujudnya diperlama agar Hasan tidak terjatuh dari punggung beliau. Selain dengan keluarganya, Rasulullah juga menunjukkan rasa kasih sayangnya kepada sahabat beliau. Sebagaimana yang disampaikan oleh Abdullah bin Masud “*Rasulullah tidak pernah berpanjang-panjang dalam memberikan nasehat kepada kami karena beliau takut kami akan bosan*” (Abdullah, 2007:331).

Kasih sayang Rasulullah juga ditunjukkan kepada umatnya yaitu beliau memudahkan mereka. Sebagaimana sabda beliau, “*Kalau seandainya saya tidak menyayangi umatku, maka saya akan menyuruh*

mereka untuk bersiwak setiap kali wudhu.” (HR. Imam Malik dan asy-Syafi’i)

Rasulullah SAW begitu memiliki empati yang tinggi. Hal ini terbukti dengan sikap yang ditunjukkan beliau dalam memberikan kasih sayang baik kepada keluarga, sahabat maupun umatnya.

