

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Empati

1. Pengertian Empati

Empati berasal dari kata *empathia* yang berarti ikut merasakan. Istilah ini, pada awalnya digunakan oleh para teoritikus estetika untuk pengalaman subjektif orang lain. Kemudian pada tahun 1920-an seorang ahli psikologi Amerika, E. B. Tichener, untuk pertama kalinya menggunakan istilah *mimikri motor* untuk istilah empati. Istilah Tichener menyatakan bahwa empati berasal dari peniruan secara fisik atas beban orang lain yang kemudian menimbulkan perasaan serupa dalam diri seseorang.²⁶

Menurut M Umar dan Ahmadi Ali, empati adalah suatu kecenderungan yang dirasakan seseorang untuk merasakan sesuatu yang dilakukan orang lain andaikan ia berada dalam situasi orang lain,²⁷ sedangkan Patton berpendapat bahwa, empati bermakna memposisikan diri pada posisi orang lain. Meskipun ini tidak mudah, tetapi sangat perlu jika seseorang ingin memiliki rasa kasih kepada orang lain serta ingin

²⁶D. Goleman, *Kecerdasan Emosional*. (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 1996), hlm 139.

²⁷M Umar dan Ahmadi Ali, *Psikologi Umum*. (Surabaya: Bina Ilmu, 1992), hlm 68.

memahami dan memperhatikan orang lain. Berangkat dari pengertian ini dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa dibutuhkan waktu untuk mendekati diri sebagai hal yang dapat mempererat persahabatan dan menunjukkan kesediaan untuk membantu orang lain.²⁸

Gagasan bahwa empati menuntut tindakan berbagi emosi memiliki riwayat yang panjang dalam psikologi. Suatu teori paling awal, William Mc Dougall, pada tahun 1908 mengusulkan bahwa selama simpati, keadaan fisik orang pertama dibangkitkan dalam fisik orang kedua, setelah 80 tahun Leslie Brothers mengajukan pendapat bahwa memahami emosi orang lain menuntut bahwa kita mengalami emosi yang sama dengan kadar tertentu, dan pada 1992 Robert Levenson dan Anna Reuf, melaporkan kemiripan detak jantung pada partner-partner yang memiliki diskusi emosi mengajukan pendapat bahwa kemiripan fisiologis ini bisa menjadi basis empati.²⁹

Preston dan De Waal berpendapat bahwa dalam momen empati, baik emosi maupun pikiran, individu dipersiapkan sepanjang jalur yang sama dengan orang lain. Mendengar teriakan ketakutan dari orang lain, secara spontan ia akan memikirkan apa yang mungkin menyebabkan rasa takut mereka. Dari perspektif kognitif, individu berbagi “representasi”

²⁸ Reivich, K dan Shaltc, A. *The Reselience Faktor* (New York: Broadway Books, 2002), hlm 159.

²⁹ *Ibid.* 2002, hlm 468.

mental, suatu rangkaian gambar, asosiasi, dan pikiran tentang kesusahan orang lain.³⁰

Penularan emosi dalam kaitannya dengan kesusahan orang lain akan membangkitkan keadaan intens yang sama dalam diri pengamat sebagaimana halnya dalam diri seseorang yang mengalami kesusahan dengan memperlembut batas antar dirinya dengan orang lain. Di dalam empati, si pengamat mengikuti keadaan emosi serupa meskipun lebih lemah namun tetap mempertahankan batas dirinya dengan orang lain secara jelas.³¹

Menurut Goleman, empati adalah kemampuan untuk memahami perasaan dan masalah orang lain, berpikir dengan sudut pandang mereka, serta menghargai perbedaan perasaan orang lain tentang berbagai hal.³²

Empati adalah kemampuan meletakkan diri sendiri dalam posisi orang lain dan menghayati pengalaman tersebut untuk melihat situasi dari sudut pandang orang lain. Jadi, empati merupakan kemampuan untuk menghayati perasaan dan emosi orang lain.³³ Kemampuan mengetahui sudut pandang serta menghayati perasaan orang lain inilah yang kemudian akan menciptakan sosialisasi atau interaksi positif terhadap orang lain., serta menumbuhkan rasa asih terhadap beban atau penderitaan orang lain.

³⁰ D. Goleman, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2007), hlm 78.

³¹ *Ibid.* 2007, hlm 78.

³² D. Goleman, *Kecerdasan Emosional* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 1996), hlm 219.

³³ Hurlock E. B., *Perkembangan Anak Jilid1* (Edisi keenam. Jakarta : Erlangga.1978), hlm 243

Chaplin mendefinisikan bahwa empati adalah kemampuan memproyeksikan perasaan sendiri pada suatu kejadian; satu objek alamiah atau karya estetis dan realisasi dan pengertian terhadap kebutuhan dan penderitaan pribadi lain.³⁴

Empati adalah kemampuan merasakan emosi orang lain baik secara fisiologis maupun mental yang terbangun pada berbagai keadaan batin orang lain. Perubahan biologis ini akan muncul ketika individu berempati dengan orang lain. Prinsip umumnya, semakin sama keadaan fisiologis dua orang pada momen tertentu, semakin mudah pula mereka bisa merasakan perasaannya satu sama lain.³⁵

Empati sangat penting sebagai sistem pemandu emosi yang menuntun kita ke tempat kerja tetap baik. Empati lebih dari sekadar untuk bertahan, sebab empati sangatlah penting untuk menghasilkan kinerja istimewa dalam bidang-bidang pekerjaan yang menitik-beratkan peran utama manusia.³⁶

Al Barry dan Partanto berpendapat bahwa, empati adalah keadaan sikap keaktifan otot-otot atau perasaan-perasaan yang dialami manusia dalam menghadapi benda-benda atau manusia dan merasa bersatu dengan

³⁴ Davis, M.H., *Measuring Individual Differences In Empaty* (Journal Of Personality And Social Psychology. Vol 44 No 1) hlm, 165

³⁵ D. Goleman, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2007), hlm. 34

³⁶ *Ibid.* 2007, hlm 221

mereka dan pada waktu yang sama ketika mengadakan respon saat menyertai mereka.³⁷

Kemampuan mengindra perasaan seseorang sebelum yang bersangkutan mengungkapkannya merupakan intisari empati. Meskipun seseorang tidak mengungkapkan perasaannya melalui kata-kata, sebaliknya, ia lebih dulu memberitahu kita pada apa yang mereka pikirkan dan mereka rasakan melalui intonasi, ekspresi wajah, atau cara-cara non-verbal lainnya. Kemampuan memahami cara komunikasi yang samar ini dibangun atas kecakapan-kecakapan yang lebih mendasar, khususnya kesadaran diri (*self awareness*) dan kendali diri (*self control*). Adanya kemampuan mengindra diri sendiri atau menjaga agar perasaan tidak mengombang-ambingkan diri, akan membuat diri peka terhadap suasana hati orang lain. Empati adalah suatu kecenderungan untuk merasakan sesuatu yang dilakukan orang lain andaikan ia berada dalam situasi orang lain tersebut. Karena empati, orang menggunakan perasaannya dengan efektif di dalam situasi orang lain dengan didorong oleh emosinya sendiri yang seolah-olah ia ikut mengambil bagian dalam gerakan-gerakan yang dilakukan orang lain. Disinilah situasi *feeling into a person or thing* tumbuh dalam dirinya.³⁸

³⁷ Munawaroh, S.M., *Empati Dan Intense Prososial Pada Perawat* (Yogyakarta: Skripsi, Universitas Gadjah Mada Yogyakarta, 1999), hlm 48.

³⁸ D Goleman. *Kecerdasan Emosional*. (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. 1996), hlm 214

Kesimpulannya, empati adalah memahami perasaan atau masalah orang lain serta berpikir dengan sudut pandang mereka tentang berbagai hal.

2. Perkembangan Empati

Berdasarkan hasil sebuah studi ditemukan bahwa akar empati dapat dilacak sejak masa bayi. Pada saat bayi lahir, ia akan terganggu bila mendengar ada bayi lain sedang menangis. Respon tersebut, oleh beberapa ahli dianggap sebagai tanda-tanda awal tumbuhnya empati. Para ahli psikologi perkembangan anak menemukan bahwa bayi merasakan baban stress simpatetik, bahkan sebelum bayi tersebut menyadari bahwa keberadaanya terpisah dari orang lain. Bayi menangis bila anak lain menangis.³⁹

Daniel Goleman mengutip Martin Hoffman bahwa akar dari moralitas berada dalam empati karena dalam berbagai kesusahan dengan seseorang kita merasa tergerak untuk membantu. Empati menarik perhatian terhadap masalah-masalah kebutuhan sosial dan ketidak-adilan yang memerlukan tindakan kita. Masalah-masalah sosial menjadi masalah kita karena dengan empati yang mendarah daging kita benar-benar menjadi masyarakat.⁴⁰

³⁹ *Ibid.* 1996, hlm 138

⁴⁰ *Ibid.* 1996, hlm 158

Pelajaran pertama tentang empati pada manusia telah dimulai pada masa bayi ketika berada dalam timangan orang tua. Ikatan emosi yang pertama kali dialami ini akan menjadi landasan untuk pembelajaran tentang kerjasama dan syarat-syarat agar dapat diterima dengan baik dalam penerimaan keanggotaan sebuah kelompok.⁴¹

Hoffman mengemukakan bahwa perkembangan empati terbagi dalam empat tingkatan di masa perkembangan individu,⁴² yaitu:

- a. Pada umur satu tahun, anak-anak mulai memahami dirinya apabila melihat anak lain jatuh dan menangis.
- b. Pada awal usia dua tahun, anak-anak mulai memahami bahwa perasaan orang lain berbeda dengan perasannya, sehingga, anak lebih peka terhadap syarat-syarat yang mengungkapkan perasaan orang lain.
- c. Pada akhir masa anak-anak, anak dapat merasakan kesengsaraan suatu kelompok masyarakat, misalnya kaum miskin, kaum yang tertindas, atau mereka yang secara sosial terkucil di tengah-tengah masyarakat.

Maurice pun berpendapat bahwa perkembangan empati akan berjalan dengan baik bila didukung oleh lingkungan tempat tinggal, termasuk bagaimana seseorang bersosialisasi dengan temannya. Begitu

⁴¹ *Ibid.* 1996, hlm 219

⁴² *Ibid.* 1996, hlm 139.

pula perkembangan empati pada orang dewasa dituntut untuk ikut merasakan perasaan orang lain. Tentu saja, jika seseorang terampil meraba perasaan dirinya sendiri dan perasaan orang lain, hal ini akan secara langsung memantik sensitifitasnya untuk mengetahui dan merasakan cara pandang orang lain.⁴³

Menurut Shapiro, tahap perkembangan empati dibagi menjadi empat,⁴⁴ yaitu:

a. Empati Emosi

Bayi berusia nol sampai satu tahun akan mencoba melihat bayi lain yang sedang menangis dan sering sampai ikut menangis. Psikolog perkembangan, Hoffman, menyebut empati ini sebagai empati global karena ketidak-mampuan anak-anak untuk membedakan antar diri sendiri dan dunianya sehingga menafsirkan rasa tertekan bayi lain sebagai rasa tertekannya sendiri.

b. Empati Egosentrik

Pada tahap kedua ini, anak yang berusia antara satu sampai dua tahun dapat melihat dengan jelas bahwa kesusahan orang lain bukan kesusahannya sendiri. Sebagian anak balita (baca; anak di bawah umur lima tahun) secara naluriah akan mencoba meringankan beban penderitaan orang lain. Namun,

⁴³ Taufiq L.W., *Hubungan Empati Dengan Intensi Prososial Pada Siswa-siswi Muhammadiyah Mataram* (Surakarta: Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2000), hlm 44

⁴⁴ Shapiro.L.E., *Mengajarkan Emosional Intelegensi Pada Anak*, Terj. Alex .T.(Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1997), hlm 50

karena perkembangan kognitifnya belum matang, anak-anak seusia ini tidak begitu yakin dengan apa yang harus diperbuatnya dan akhirnya mengalami kebingungan dalam berempati.

c. Empati Kognitif

Empati kognitif, dimulai pada anak usia enam tahun dengan tanda ia mulai mampu memandang sesuatu dengan perspektif orang lain. Empati ini, memungkinkan seorang anak untuk mengetahui kapan ia bisa mendekati teman yang sedang sedih dan kapan ia harus membiarkannya sendiri. Empati kognitif tidak memerlukan komunikasi emosi—misalnya: menangis—karena dalam usia ini seorang anak sudah dapat mengembangkan acuan atau model tentang bagaimana perasaan seseorang dalam situasi yang menyusahkan, baik itu diperlihatkan atau tidak.

d. Empati Abstrak

Menjelang berakhirnya masa anak-anak antara usia sepuluh sampai dua belas tahun, anak-anak mengembangkan emosi tidak hanya kepada orang yang dikenal atau dilihatnya secara langsung, tetapi juga terhadap kelompok orang yang belum pernah dia jumpai sebelumnya.

Dari beberapa uraian mengenai perkembangan empati ini, dapat diambil kesimpulan bahwa, perkembangan empati dimulai pada usia bayi. Tingkat empati seseorang akan semakin meningkat seiring

bertambahnya usia, hal ini dikarenakan kemampuan pemahaman perspektif individu juga meningkat.

Tabel 2.1
Perkembangan Empati

No	Hoffman	Shapiro
1	Memahami diri (umur 1 tahun)	Empati Emosi (0-1 tahun)
2	Memahami perasaan orang lain (umur 2 tahun)	Empati Egosentrik (umur 1-2 tahun)
3	Mulai merasakan kesengsaraan orang lain (pada akhir anak-anak)	Empati Kognitif (mulai umur 6 tahun)
4	-	Empati Abstrak (pada masa akhir anak-anak)

Kesimpulan empati menurut Hoffman dan Shapiro, empati dimulai usia bayi dan meningkat seiring bertambahnya usia. Sedangkan perbedaan menurut kedua tokoh tersebut terletak pada usia individu untuk peningkatan empati tersebut.

3. Ciri-ciri atau Karakteristik Empati

Empati menekankan pentingnya mengindra perasaan orang lain sebagai dasar untuk membangun hubungan sosial yang sehat antara dirinya dengan orang lain. Bila *self awareness* terfokus pada pengenalan emosi sendiri, dalam empati, perhatiannya dialihkan kepada pengenalan

emosi orang lain. Semakin seseorang mengetahui emosi sendiri, semakin terampil pula ia membaca emosi orang lain. Dengan demikian, empati dapat dipahami sebagai kemampuan mengindera perasaan dari perspektif orang lain.⁴⁵

Menurut Goleman pula, ada 3 ciri-ciri kemampuan empati yang harus dimiliki sebagai bagian dari kecerdasan emosional,⁴⁶ antara lain:

- a. Mendengarkan pembicaraan orang lain dengan baik; artinya, seorang individu harus mampu memberi perhatian dan menjadi pendengar yang baik bagi segala permasalahan yang diungkapkan orang lain kepadanya.
- b. Menerima sudut pandang orang lain; artinya, individu mampu memandang permasalahan dari titik pandang orang lain sehingga akan menimbulkan toleransi dan kemampuan dalam menerima segenap perbedaan.
- c. Peka terhadap perasaan orang lain; artinya, individu mampu membaca perasaan orang lain dari isyarat verbal dan non-verbal, seperti nada bicara, ekspresi wajah, gerak-gerik, dan bahasa tubuh orang lain.

Inti empati adalah mendengarkan dengan telinga secara baik dan tepat. Mendengarkan dengan baik diperlukan secara mutlak demi

⁴⁵ D.Goleman, *Kecerdasan Emosional* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. 1996), hlm 158

⁴⁶ *Ibid.* 1996, hlm 219.

keberhasilan suatu aktivitas. Orang yang tidak dapat mendengarkan pembicaraan orang lain dengan baik adalah orang yang acuh tak-acuh dan tak peduli pada orang lain, yang pada gilirannya akan menyebabkan orang lain enggan berkomunikasi lagi dengannya. Dan orang yang tampaknya mudah diajak bicara adalah orang yang bersedia mendengar lebih banyak. Mendengarkan dengan baik dan mendalam sama artinya dengan memperhatikan lebih dari pada yang dikatakan, yakni dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan, atau mengulang-ulang dengan kata-kata sendiri apapun yang kita dengar guna memastikan bahwa kita mengerti, dan upaya mendengar yang baik ini disebut pula dengan “mendengar aktif”. Dan tanda bahwa kita benar-benar mendengarkan orang lain dengan baik adalah menanggapi pembicaraannya dengan cermat dan tepat.⁴⁷

Setiap orang mempunyai kemampuan yang berbeda dalam berempati. Reaksi empati terhadap orang lain seringkali berdasarkan pengalaman masa lalu. Seseorang biasanya akan merespon pengalaman orang lain secara lebih empatik apabila ia memiliki pengalaman yang serupa. Keserupaan empati ini pula yang menyebabkan seseorang memiliki kemiripan pengalaman kualitas emosi.

⁴⁷ *Ibid.* 1996, hlm 224

Goleman menyebutkan bahwa ciri-ciri atau karakteristik orang yang berempati tinggi adalah sebagai berikut:⁴⁸

- a. Ikut merasakan (*sharing feeling*), yaitu kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain; hal ini berarti individu mampu merasakan suatu emosi dan mampu mengidentifikasi perasaan orang lain.
- b. Dibangun berdasarkan kesadaran diri. Semakin seseorang mengetahui emosi diri sendiri, semakin terampil pula ia membaca emosi orang lain. Dengan hal ini, ia berarti mampu membedakan antara apa yang dikatakan atau dilakukan orang lain dengan reaksi dan penilaian individu itu sendiri. Dengan meningkatkan kemampuan kognitif, khususnya kemampuan menerima perspektif orang lain dan mengambil alih perannya, seseorang akan memperoleh pemahaman terhadap perasaan orang lain dan emosi orang lain yang lebih lengkap, sehingga mereka lebih menaruh belas kasihan kemudian lebih banyak membantu orang lain dengan cara yang tepat.
- c. Peka terhadap bahasa isyarat; Karena emosi lebih sering diungkapkan melalui bahasa isyarat (non-verbal). Hal ini berarti bahwa individu mampu membaca perasaan orang lain dalam

⁴⁸ D.Goleman, *Kecerdasan Emosional* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. 1998), hlm 404

bahasa non-verbal seperti ekspresi wajah, bahasa tubuh, dan gerak-geriknya.

- d. Mengambil peran (*role taking*); empati melahirkan perilaku konkrit. Jika individu menyadari apa yang dirasakannya setiap saat, maka empati akan datang dengan sendirinya, dan lebih lanjut individu tersebut akan bereaksi terhadap isyarat-isyarat orang lain dengan sensasi fisiknya sendiri tidak hanya dengan pengakuan kognitif terhadap perasaan mereka, akan tetapi, empati juga akan membuka mata individu tersebut terhadap penderitaan orang lain; dengan arti, ketika seseorang merasakan penderitaan orang lain maka orang tersebut akan peduli dan ingin bertindak.
- e. Kontrol emosi; menyadari dirinya sedang berempati; tidak larut dalam masalah yang sedang dihadapi oleh orang lain.

Tabel 2.2

Ciri-ciri atau Karakteristik Empati Menurut Goleman

No	Orang yang berempati tinggi	Empati bagian dari kecerdasan emosi
1	Ikut merasakan (Sharing feeling)	Mendengarkan bicara orang lain dengan baik
2	Dibangun berdasarkan kesadaran diri	Menerima sudut pandang orang lain
3	Peka terhadap bahasa isyarat	Peka terhadap perasaan orang lain
4	Mengambil peran (<i>role taking</i>)	-
5	Kontrol emosi	-

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa, tingkat tinggi rendahnya pengalaman subjek dan objek respon empati. Secara umum, seseorang lebih menunjukkan empati kepada orang yang memiliki pengalaman yang sama dengan dirinya daripada orang yang berbeda. Semakin tinggi kemampuan seseorang dalam berpikir imajinatif, sadar akan pengaruh seseorang terhadap orang lain, dapat mengevaluasi motif-motif orang lain, pengetahuan tentang motif dan perilaku orang lain serta rasa pengertian sosial maka dapat pula dikatakan bahwa seseorang terbut memiliki kemampuan empati yang tinggi.

4. Faktor yang Mempengaruhi Empati

Hoffman mengemukakan bahwa, faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang dalam menerima dan memberi empati,⁴⁹ adalah sebagai berikut:

a. Sosialisasi

Sosialisasi dapat mempengaruhi empati melalui permainan-permainan yang memberikan peluang kepada anak untuk mengalami sejumlah emosi, membantu untuk lebih berpikir dan memberikan perhatian kepada orang lain, serta lebih terbuka terhadap kebutuhan orang lain sehingga akan meningkatkan kemampuan berempatinya. Model atau peragaan yang diberikan

⁴⁹ D. Goleman, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama. 2007), hlm 204

pada anak-anak tidak hanya dapat menimbulkan respon prososial, tetapi juga dapat mengembangkan perasaan empati dalam diri anak.

b. *Mood dan Feeling*

Apabila seseorang dalam situasi perasaan yang baik, maka dalam berinteraksi dan menghadapi orang lain ia akan lebih baik dalam menerima keadaan orang lain.

c. Proses Belajar dan Identifikasi

Dalam proses belajar, seorang anak membutuhkan respon khas, dari situasi yang khas, yang disesuaikan dengan peraturan yang dibuat oleh orang tua atau penguasa lainnya. Apa yang telah dipelajari anak di rumah pada situasi tertentu, diharapkan dapat pula diterapkan olehnya pada waktu yang lebih luas di kemudian hari.

d. Situasi atau Tempat

Pada situasi tertentu seseorang dapat berempati lebih baik dibandingkan dengan situasi yang lain. Hal ini disebabkan situasi dan tempat yang berbeda dapat memberikan suasana yang berbeda pula. *Nah*, suasana yang berbeda inilah yang dapat meninggi-rendahkan empati seorang anak.

e. Komunikasi dan Bahasa

Komunikasi dan Bahasa sangat mempengaruhi seseorang dalam mengungkapkan dan menerima empati. Ini terbukti dalam penyampaian atau penerimaan bahasa yang disampaikan dan diterima olehnya. Bahasa yang baik akan memunculkan empati yang baik. Sedangkan komunikasi dan bahasa yang buruk akan menyebabkan lahirnya empati yang buruk.

f. Pengasuhan

Lingkungan yang berempati dari suatu keluarga sangat membantu anak dalam menumbuhkan empati dalam dirinya. Seorang anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang *broken home* atau dibesarkan dalam kehidupan rumah yang penuh cacian dan makian dan persoalan dapat dipastikan akan menumbuhkan empati buruk pula dalam diri si anak. Sebaliknya, pengasuhan dalam suasana rumah yang baik akan menyebabkan empati anak tumbuh dengan baik pula.

Berdasarkan uraian diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor yang mempengaruhi empati adalah faktor internal yaitu faktor yang terdapat dalam diri individu, berupa cara ia menyikapi serta menghadapi orang lain, sedangkan faktor eksternal atau faktor yang mempengaruhi di

luar individu salah satunya adalah komunikasi dan sosialisasi lingkungan di sekitarnya.

Menurut Siwi (1992),⁵⁰ beberapa faktor yang mempengaruhi empati, yaitu:

- a. Pola Asuh: bahwa perkembangan empati lebih banyak terjadi pada lingkungan keluarga yang (a) memberikan kepuasan pada kebutuhan emosional anak dan tidak terlalu mementingkan kepentingan sendiri; (b) mendorong anak untuk mengalami dan mengekspresikan emosi-emosinya; dan (c) memberikan kesempatan kepada anak untuk mengobservasi dan berinteraksi dengan orang lain sehingga mendorong kepekaan dan kemampuan emosinya.
- b. Kepribadian: faktor kepribadian berpengaruh terhadap tingkat empati seseorang. Pribadi yang tenang dan sering berintrospeksi diri dipastikan akan memiliki kepekaan yang tinggi ketika berbagi dengan orang lain. Kepekaan ini yang kemudian menumbuhkan empatinya terhadap orang lain.
- c. Usia: tingkat empati seseorang yang semakin meningkat dengan bertambahnya usia, karena kemampuan pemahaman perspektif juga meningkat bersamaan dengan usia. Ketika usia bertambah, pengalaman hidup pun bertambah. Pengalaman hidup ini pula

⁵⁰ Taufiq L.W., *Hubungan Empati Dengan Intensi Prosocial Pada Siswa-siswi Muhammadiyah Mataram* (Surakarta: Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2000), hlm 32

yang akan menumbuhkan empati individu terhadap orang lain dan lingkungannya.

- d. Derajat kematangan: empati banyak dipengaruhi oleh derajat kematangan seseorang. Derajat kematangan adalah besarnya kemampuan seseorang dalam memandang suatu hal secara proporsional.
- e. Sosialisasi: sosialisasi yang dilakukan seseorang sangat berpengaruh terhadap tingkat empatinya. Dengan bersosialisasi, disadari atau tidak, ia akan mengetahui apa yang sedang dirasakan orang lain. Pengetahuannya terhadap perasaan atau pikiran orang lain akan menumbuhkan rasa empati secara langsung, meski ukuran tinggi rendah empatinya tidak bisa diindra.
- f. Jenis kelamin: jenis kelamin merupakan salah satu penentu kemampuan empati seseorang. Empati perempuan dengan laki-laki jelas berbeda, begitu pun sebaliknya. Meskipun perbedaannya tetap tak terlalu jauh.

Tabel 2.3

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Empati

No	Hoffman	Siwi
1	Sosialisasi	Pola asuh
2	Mood dan feeling	Kepribadian
3	Proses belajar dan identifikasi	Usia
4	Situasi dan tempat	Derajat kematangan
5	Komunikasi dan bahasa	Sosialisasi
6	Pengasuhan	Jenis kelamin

Menurut Feshbach,⁵¹ empati adalah sejenis pemahaman perspektif yang mengacu pada respon emosi yang dianut bersama dan dialami individu ketika ia mempersepsikan reaksi emosi orang lain. Empati mempunyai dua aspek komponen kognitif dan satu komponen afektif. Komponen-komponen tersebut terdiri dari:

- a. Kemampuan individu mengidentifikasi dan melabelkan perasaan orang lain.
- b. Kemampuan individu mengasumsikan persepektif orang lain.
- c. Kemampuan dalam responsif emosi.

⁵¹ J. A. Johnson, dkk., *The Structure Of Empathy* (Journal Of Personality and Social Psychology, 1983), Vol. 45, No. 6.

5. Empati Dalam Perspektif Islam

Al-Qur'an adalah kitab suci yang menjadi sumber utama ajaran islam. Al-Qur'an adalah petunjuk bagi kehidupan umat manusia yang diturunkan Allah kepada Nabi Muhammad SAW sebagai salah satu rahmat yang tiada bandingannya bagi semesta alam ini. Karena Al-Qur'an merupakan petunjuk serta kamus kehidupan, maka al-Qur'an pun mengungkap aspek-aspek psikologi manusia, termasuk salah satunya adalah aspek empati.

Dalam pandangan Islam, empati dibenarkan sepanjang dalam konteks meringankan beban penderitaan orang lain, tetapi bukan berarti boleh ikut tenggelam dalam kesedihan yang berlarut-larut (QS. Hud: 16)

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat diketahui bahwa empati adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk dapat memahami perasaan dan pikiran orang lain tanpa harus melibatkan secara nyata perasaan dan pikiran tersebut.

Tabel Al-Quran tentang Empati

Tabel 2.4

Tabulasi Ayat Al-Qur'an Tentang Empati

No.	Teks Kunci	Terjemahan	Sumber	Jumlah
1.	تعاون	Menolong	Ali Imron 160 (3:160)	9
			Al-Hajj 40 (22:40)	
			Muhammad 7 (47:7)	
			Al-Hadid 25 (57:25)	
			Al-Mu'min 51 (40:51)	
			At-Taubah 25 (9:25)	
			Al-Maidah 2 (5:2)	
			Al-Hasyr 8 (59:8)	
			Ar-Rumm 47 (30:47)	
2.	شعر	Merasakan	Ali-Imron 185 (3:185)	4
			Asy-Syu'ura 48 (42:48)	
			Fushilat 50 (41:50)	
			An-Nahl 71 (16:71)	
3.	يسمع	Mendengar	Az-Zumar 18 (39:18)	6
			Al-Maidah 18 (5:18)	
			Al-Qashash 55 (28:55)	
			An-Naba' 35 (78:35)	
			Al-Anfaal 23 (8:23)	
Al-Waqiah 25 (56:25)				
4.	الإخلاص	Ikhlas	Al-Maidah 85 (5:85)	1
5.	حنيفا	Tulus	An-Nisaa' 146 (4:146)	1

Aspek-aspek empati yang dibahas dalam Al-Qur'an antara lain:

- Aspek "menolong"; sebagaimana yang disebutkan dalam surat QS. Ali Imron 160 (3:160), QS. Al-Mu'min 51 (40:51):

إِنْ يَنْصُرْكُمُ اللَّهُ فَلَا غَالِبَ لَكُمْ وَإِنْ يَتَّخِذْ لَكُمْ فَمَنْ ذَا الَّذِي يَنْصُرْكُمْ

مَنْ بَعْدَهُ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١٦٠﴾

160. jika Allah menolong kamu, Maka tak adalah orang yang dapat mengalahkan kamu; jika Allah membiarkan kamu (tidak memberi pertolongan), Maka siapakah gerangan yang dapat menolong kamu (selain) dari Allah sesudah itu? karena itu hendaklah kepada Allah saja orang-orang mukmin bertawakkal.

إِنَّا لَنَنْصُرُ رُسُلَنَا وَالَّذِينَ ءَامَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَيَوْمَ يَقُومُ

الْأَشْهَادُ ﴿٥١﴾

51. Sesungguhnya Kami menolong Rasul-rasul Kami dan orang-orang yang beriman dalam kehidupan dunia dan pada hari berdirinya saksi-saksi (hari kiamat),

2. Aspek “merasakan”; Islam mengajarkan kepada umatnya untuk dapat merasakan penderitaan orang lain. Hal ini seperti yang disebutkan dalam surat QS. Ali Imron 185 (3:185), dan QS. Asy-Syuura 48 (42:48):

كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ ۗ وَإِنَّمَا تُوَفَّقُونَ ۖ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ ۖ
فَمَنْ زُحِرَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ ۗ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا
مَتَاعُ الْغُرُورِ ﴿١٨٥﴾

185. tiap-tiap yang berjiwa akan merasakan mati. dan Sesungguhnya pada hari kiamat sajalah disempurnakan pahalamu. Barangsiapa dijauhkan dari neraka dan dimasukkan ke dalam syurga, Maka sungguh ia telah beruntung. kehidupan dunia itu tidak lain hanyalah kesenangan yang memperdayakan.

فَإِنْ أَعْرَضُوا فَمَا أَرْسَلْنَاكَ عَلَيْهِمْ حَفِيظًا ۗ إِنَّ عَلَيْكَ إِلَّا الْبَلَاغُ ۗ وَإِنَّا
إِذَا أَدْقْنَا لِلْإِنْسَانِ مِنَّا رَحْمَةً فَرِحَ بِهَا ۗ وَإِنْ تُصِيبَهُمْ سَيِّئَةٌ بِمَا قَدَّمَتْ
أَيْدِيهِمْ فَإِنَّ الْإِنْسَانَ كَفُورٌ ﴿٤٨﴾

48. jika mereka berpaling Maka Kami tidak mengutus kamu sebagai Pengawas bagi mereka. kewajibanmu tidak lain hanyalah menyampaikan (risalah). Sesungguhnya apabila Kami merasakan kepada manusia sesuatu rahmat dari Kami Dia bergembira ria karena rahmat itu. dan jika mereka ditimpa kesusahan disebabkan perbuatan tangan mereka sendiri (niscaya mereka ingkar) karena Sesungguhnya manusia itu Amat ingkar (kepada nikmat).

3. Aspek “mendengar”; seperti yang termaktub dalam QS. Al-Qashshah 55

(28:55), QS. Al-Maaidah 18 (5:18), QS. Az-Zumar 18 (39:18):

Manusia dilarang mendengar hal-hal yang kurang baik dan sangat dianjurkan untuk mendengar hal-hal yang baik agar selamat di dunia dan di akhirat.

وَإِذَا سَمِعُوا اللَّغْوَ أَعْرَضُوا عَنْهُ وَقَالُوا لَنَا أَعْمَلُنَا وَلَكُمْ أَعْمَلُكُمْ سَلِّمٌ عَلَيْكُمْ لَا نَبْتَغِي الْجَاهِلِينَ ﴿٥٥﴾

55. dan apabila mereka mendengar Perkataan yang tidak bermanfaat, mereka berpaling daripadanya dan mereka berkata: "Bagi Kami amal-amal Kami dan bagimu amal-amalmu, Kesejahteraan atas dirimu, Kami tidak ingin bergaul dengan orang-orang jahil".

وَقَالَتِ الْيَهُودُ وَالنَّصَارَىٰ خُنُّ أَبْنَاؤُا اللَّهِ وَأَحِبُّوهُ ۗ قُلْ فَلِمَ يُعَذِّبُكُمْ بِذُنُوبِكُمْ ۗ بَلْ أَنْتُمْ بَشَرٌ مِّمَّنْ خَلَقَ يَغْفِرُ لِمَنْ يَشَاءُ وَيُعَذِّبُ مَنْ يَشَاءُ ۗ وَلِلَّهِ مُلْكُ السَّمٰوٰتِ وَالْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا ۗ وَإِلَيْهِ الْمَصِيرُ ﴿١٨﴾

18. orang-orang Yahudi dan Nasrani mengatakan: "Kami ini adalah anak-anak Allah dan kekasih-kekasih-Nya". Katakanlah: "Maka mengapa Allah menyiksa kamu karena dosa-dosamu?" (kamu bukanlah anak-anak Allah dan kekasih-kekasih-Nya), tetapi kamu adalah manusia(biasa) diantara orang-orang yang diciptakan-Nya dan menyiksa siapa yang dikehendaki-Nya dan menyiksa siapa yang dikehendaki-Nya. dan kepunyaan Allah-lah kerajaan antara keduanya. dan kepada Allah-lah kembali (segala sesuatu).

الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُ اللَّهُ
 وَأُولَئِكَ هُمْ أُولُوا الْأَلْبَابِ ﴿١٨﴾

18. yang mendengarkan Perkataan lalu mengikuti apa yang paling baik di antaranya[1311]. mereka Itulah orang-orang yang telah diberi Allah petunjuk dan mereka Itulah orang-orang yang mempunyai akal.

[1311] Maksudnya ialah mereka yang mendengarkan ajaran-ajaran Al Quran dan ajaran-ajaran yang lain, tetapi yang diikutinya ialah ajaran-ajaran Al Quran karena ia adalah yang paling baik.

4. Aspek “ikhlas”; manusia juga diajarkan untuk berbuat kebaikan dengan ikhlas atau tidak mengharap imbalan dari apa yang telah dikerjakannya. Hal ini termaktub dalam QS. Al-Maidah 85 (5:85):

فَأَثَبَهُمُ اللَّهُ بِمَا قَالُوا جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا
 وَذَٰلِكَ جَزَاءُ الْمُحْسِنِينَ ﴿٨٥﴾

85. Maka Allah memberi mereka pahala terhadap Perkataan yang mereka ucapkan, (yaitu) surga yang mengalir sungai-sungai di dalamnya, sedang mereka kekal di dalamnya. dan Itulah Balasan (bagi) orang-orang yang berbuat kebaikan (yang ikhlas keimanannya).

5. Aspek “tulus”; manusia diharuskan untuk mengerjakan segala perbuatan kebajikan dengan tulus dari hati agar mendapatkan hasil yang baik dan memuaskan. Ini disebutkan dalam QS. An-Nisa’ 146 (4:146):

إِلَّا الَّذِينَ تَابُوا وَأَصْلَحُوا وَاعْتَصَمُوا بِاللَّهِ وَأَخْلَصُوا دِينَهُمْ لِلَّهِ
فَأُولَئِكَ مَعَ الْمُؤْمِنِينَ وَسَوْفَ يُؤْتِي اللَّهُ الْمُؤْمِنِينَ أَجْرًا عَظِيمًا



146. kecuali orang-orang yang taubat dan Mengadakan perbaikan[369] dan berpegang teguh pada (agama) Allah dan tulus ikhlas (mengerjakan) agama mereka karena Allah. Maka mereka itu adalah bersama-sama orang yang beriman dan kelak Allah akan memberikan kepada orang-orang yang beriman pahala yang besar.

[369] Mengadakan perbaikan berarti melakukan perbuatan yang baik untuk menghilangkan sisi keburukan dari kesalahan-kesalahan yang telah dilakukan.

Dari penjelasan di atas, yakni tentang empati dalam perspektif Islam, maka dapat disimpulkan bahwa empati dalam Islam dapat diartikan dengan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menolong, merasakan pikiran, serta mendengar perasaan orang lain dengan tulus dan ikhlas. Dalam konteks ini empati tidak hanya merasakan kesusahan orang lain saja, melainkan merasakan kesenangannya pula.

Dalam konteks ini, empati yang kita berikan pada orang lain seharusnya didasari keikhlasan. Yakni, siapapun yang dirinya terpanggil untuk merasakan dan menolong orang lain, maka keterpanggilan itu harus berlandaskan keikhlasan untuk membantu dan meringankan beban orang lain, bukan dengan niatan apapun yang sifatnya pamrih. Dari pemahaman ini, dalam Islam, empati bukan hanya sekadar merasakan dan menolong orang lain saja, akan tetapi ia harus pula disertai keikhlasan yang tujuannya ibadah. Disinilah letak Islam sebagai agama yang *rahmatan li al-alamin*,

artinya pengamalan dari ajaran agama (Islam) tak harus melangit dan muluk-muluk, akan tetapi, ia dapat dimulai dari tindakan sehari-hari, meski ia masih berbentuk niatan dalam hati, seperti empati.

B. Permainan

Permainan adalah sebuah aktifitas murni untuk mendapatkan hiburan dan kesenangan. Arti yang paling tepat bagi permainan ialah setiap kegiatan yang dilakukan untuk mendapatkan kesenangan yang ditimbulkannya tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Piaget menjelaskan bahwa bermain terdiri atas tanggapan yang diulang sekedar untuk kesenangan fungsional.⁵² Dalam hal ini, ada dua kategori bermain, yaitu:

1. Bermain aktif: dalam kategori ini, kesenangan timbul dari apa yang dilakukan individu; semisal dalam bentuk kesenangan berlari atau membuat sesuatu dengan lilin atau cat.
2. Bermain Pasif: pemain mengeluarkan sedikit energi meskipun kesenangannya hampir seimbang dengan anak yang bermain aktif.

Bermain memiliki beberapa pengaruh terhadap perkembangan anak,⁵³ antara lain:

⁵² Hurlock E. B., *Perkembangan Anak Jilid I; Edisi Ke-VI* (Jakarta: Erlangga, 1978), hlm. 11.

⁵³ Hurlock E. B., *Perkembangan Anak Jilid; Edisi ke-VI* (Jakarta: Erlangga, 1978), hlm. 123.

1. Perkembangan Fisik

Bermain aktif penting bagi anak untuk mengembangkan otot dan melatih seluruh bagian tubuhnya. Bermain juga berfungsi sebagai penyaluran tenaga yang berlebihan yang seandainya bila terpendam terus maka tenaga itu akan membuat si anak tegang, gelisah dan mudah tersinggung.

2. Dorongan Berkomunikasi

Dorongan berkomunikasi dalam hal ini memiliki pengertian bahwa dengan bermain, seorang anak dapat menjalin komunikasi dengan orang lain yang menjadi teman sepermainannya. Komunikasi ini terjadi baik ia sadari maupun tanpa ia sadari. Komunikasi ini pula yang membuatnya dapat berinteraksi secara aktif dengan orang lain.

3. Penyaluran Energi Emosional yang Terpendam

Kebutuhan dan keinginan yang tidak dapat dipenuhi dengan cara lain seringkali dapat dipenuhi dengan bermain. Semisal, seorang anak tidak mampu mencapai peran pemimpin dalam kehidupan nyata mungkin akan justru akan memperoleh pemenuhan keinginan itu dengan menjadi pemimpin tentara dalam sebuah permainan perang-perangan atau petualangan.

4. Sumber Belajar

Selain ruang untuk mendapatkan kesenangan, bermain pun dapat menjadi wahana belajar bagi anak. Dengan bermain, seorang anak dilatih untuk cerdik dan cerdas dalam memainkan perannya dalam

permainan yang sedang dimainkannya. Kecerdikan dan kecerdasan inilah yang kemudian melatih dirinya untuk menjadi pemenang tanpa mengabaikan kejujuran atau sportifitas.

5. Rangsangan Bagi Kreativitas

Permainan yang baik tentu permainan yang merangsang kreatifitas. Dalam permainan semacam ini, anak dituntut untuk kreatif agar ia berhasil menjadi pemenang. Kreatifitas inilah yang kemudian menuntut dirinya untuk cerdik dan cerdas dalam bermain.

6. Perkembangan Wawasan Diri

Dalam bermain, seorang anak akan dipertemukan dengan sekian pengalaman. Pengalaman ini bisa saja menjadi pengalaman tak terduga yang barangkali belum pernah ia dapatkan sebelumnya. Pengalaman-pengalaman yang ia dapatkan ketika bermain dapat menjadi wawasan dalam dirinya; wawasan tentang cara bergaul dengan orang lain, menjunjung nilai-nilai kejujuran, atau berlapang-dada ketika harus menerima kekalahan.

Dengan bermain, anak mengetahui tingkat kemampuannya dibanding teman bermainnya. Hal ini memungkinkan mereka untuk mengembangkan konsep dirinya dengan lebih pasti dan nyata agar tidak ketinggalan atau kalah dengan teman sepermainannya. Di antara manfaat-manfaat yang didapatkan anak dalam bermain, antara lain:

1. Belajar Bermasyarakat

Dengan bermain bersama anak lain, anak-anak belajar bagaimana cara membentuk hubungan sosial yang baik serta bagaimana cara menghadapi dan memecahkan masalah yang timbul dalam hubungan tersebut.

2. Standar Moral

Walaupun anak belajar di rumah dan di sekolah tentang apa saja yang dianggap baik dan buruk, tetapi nilai yang baik dan buruk dalam bermain jauh akan lebih membekas dalam dirinya. Ini terjadi sebab tidak ada pemaksaan standar moral paling teguh selain dalam kelompok bermain.

3. Belajar Bermain Sesuai dengan Peran Jenis Kelamin

Anak belajar di rumah dan di sekolah mengenai apapun peran jenis kelamin yang disetujui, akan tetapi, mereka segera menyadari bahwa mereka juga harus menerimanya bila ingin menjadi anggota kelompok bermain.

4. Perkembangan Ciri Kepribadian yang Diinginkan

Dari hubungan dengan anggota kelompok teman sebaya dalam bermain, anak belajar bekerjasama, murah hati, jujur, sportif dan disukai orang lain.

1. Permainan Tradisional

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kata *tradisional* berasal dari kata *tradisi* yang berarti adat turun-temurun

yang masih dijalankan. Sedangkan kata *tradisional* berarti sikap, cara berpikir dan bertindak yang selalu berpegang teguh pada norma dan adat kebiasaan yang ada secara turun-temurun. Dari pengertian tersebut, maka menurut Siagawati,⁵⁴ yang dimaksud *permainan tradisional* adalah segala bentuk permainan yang sudah ada sejak zaman dahulu lalu diwariskan secara turun-temurun dari generasi ke generasi.

Jarahnitra⁵⁵ menyatakan bahwa permainan tradisional rakyat merupakan hasil budaya yang besar nilainya bagi anak-anak dalam rangka berfantasi, berkreasi, berolahraga, sekaligus sebagai sarana berlatih untuk hidup bermasyarakat, terampil, tangkas, dan berlaku sopan.

Sedangkan manfaat permainan tradisional menurut Ariani, dkk⁵⁶ dapat dikelompokkan menjadi tiga aspek, yakni:

1. Manfaat untuk aspek jasmani; meliputi unsur kekuatan, daya tahan tubuh serta kelenturan.
2. Manfaat untuk aspek psikologis; meliputi kemampuan berpikir, berhitung, membuat strategi, mengatasi hambatan, melatih daya ingat, kreatifitas, fantasi, serta perasaan irama.

⁵⁴ Monica Siagawati, *Mengungkap Nilai-nilai yang Terkandung dalam Permainan Tradisional Gobag Sodor* (Surakarta: Tesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2007), hlm. 26.

⁵⁵ *Ibid.* 2007, hlm 26

⁵⁶ Danika Martun Emiliyana, *Peranan Permainan Tradisional Gobag Sodor Dalam Pengembangan Aspek Motorik Dan Kognitif Anak TK Pilangsari I Gesi Sragen* (Surakarta: Tesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2010), hlm. 29.

3. Manfaat untuk aspek sosial; meliputi kerjasama, keteraturan, hormat menghormati, dan tenggang-rasa.

2. Permainan Gobag Sodor

Permainan gobag sodor adalah sebuah permainan grup atau permainan tim yang terdiri dari dua grup yang masing-masing tim terdiri dari 4-6 orang. Inti permainan gobag sodor adalah menghadang lawan atau menghalang-halangi lawan supaya tidak bisa melewati garis ke baris terakhir secara bolak-balik. Dalam upayanya meraih kemenangan, anggota tim harus secara lengkap melakukan proses bolak-balik dalam area lapangan yang telah ditentukan.⁵⁷

a. Pengertian Permainan Gobag Sodor

Permainan gobag sodor merupakan bentuk permainan tradisional asli Indonesia yang berasal dari Jawa Tengah. Sedangkan di daerah lain, permainan ini disebut juga permainan *galaxin* atau *galah asin* atau *main galah*. Dinamakan gobag sodor, karena dalam permainan ini salah satu pemain ada yang bertugas sebagai sodor. Istilah gobag sodor mungkin sama artinya dengan kata dalam bahasa Inggris “*go back to the door*” yang artinya “maju mundur melalui pintu-pintu”. Dari kata-kata tersebut, mungkin kemudian orang Jawa

⁵⁷ www.wikipedia.indonesia.com (Diakses pada 20 Maret 2012)

menyebutnya dengan istilah *gobag sodor*. Namun hal tersebut tidak bisa diusut kebenarannya.⁵⁸

Permainan gobag sodor membutuhkan ketangkasan dan kelincahan serta membutuhkan perasaan guna mengetahui gerak-gerak lawan. Permainan ini membutuhkan banyak teman tanpa membedakan strata atau kelas sosial. Dalam gobag sodor, yang ada hanyalah pemilihan teman kelompok atau tim sesuai kesepakatan antar pemain.⁵⁹

b. Langkah-langkah Permainan Gobag Sodor

Sebelum permainan dimulai, seluruh pemain harus menyiapkan segala sesuatu yang diperlukan, baik yang bersifat teknis maupun hal-hal lain. Persiapan teknis adalah menyiapkan tempat berupa petak-petak permainan dengan ukuran yang telah disepakati bersama. Kemudian, menetapkan aturan-aturan permainan yang menentukan kalah menangnya suatu kelompok atau tim.⁶⁰ Setelah aturan telah disepakati bersama, diaturlah posisi masing-masing pemain, lalu kedua tim menunjuk salah satu pemain untuk melakukan undian (Bahasa Jawa; *pingsut*), tim yang kalah dalam undian akan menjaga garis, dengan menempatkan seluruh teman kelompoknya pada garis-garis dari depan sampai belakang dengan

⁵⁸ *Ibid.* 2012

⁵⁹ Soetoto Pontjopoetro, dkk., *Permainan* (Jakarta: Pusat Penerbitan Universitas Terbuka, 2003), hlm. 25.

⁶⁰ *Ibid.* 2007, hlm. 26.

catatan bahwa masing-masing harus bertanggung jawab mengawasi garis atau petak yang dihadapinya.

Pemain gobag sodor yang bertugas menjaga garis terdepan—dalam istilah Jawa dinamakan *ndas*—merangkap sebagai kapten dalam tim. Kapten ini untuk penjaga tengah (horizontal), untuk penjaga garis tengah (vertikal) dari depan sampai belakang disebut *sodor* dan penjaga garis paling belakang disebut *entit*. Khusus untuk penjaga terdepan, di samping bertugas menjaga posisi terdepan, ia juga bertugas mengontrol garis tengah sampai belakang. Sedangkan teman yang lain hanya mengawasi satu garis saja ketika lawannya menjadi tanggung jawab teman lain yang posisinya tepat berada di belakangnya.

Bagi tim yang menang dalam undian (*pingsut*), mereka berhak bermain terlebih dahulu dengan cara melintasi garis-garis atau petak-petak yang dijaga penjaga, dan aktifitas ini dilakukan secara bolak-balik. Hal ini dilakukan secara terus-menerus sampai lawan bermainnya kembali ke posisi semula.⁶¹

c. Jumlah Pemain dan Peraturan Permainan

Dalam permainan ini tidak ada pembatasan jumlah pemain, tetapi yang harus diperhatikan, jumlah pemain dengan hitungan

⁶¹ *Ibid*, 2007, hlm. 26.

pasangan: jumlahnya boleh 4 pasang, 6 pasang atau lebih, tergantung luas lapangan yang tersedia dan peserta yang akan ikut.⁶²

Jika salah seorang dari pemain berhasil melintasi rintangan-rintangan dari awal sampai kembali lagi ke awal, maka dia harus mengucapkan atau menyorakkan kata “*asin, asiin, asiin...*” dengan sekeras-kerasnya sebagai tanda atau pemberitahuan kepada teman-temannya bahwa permainan tahap pertama telah berakhir dan timnya memperoleh poin 1-0 (baca; kemenangan). Setelah itu, dimulailah lagi periode yang kedua, dan seterusnya, sampai permainan dianggap selesai. Dan sebagai konsekuensinya, pemain yang kalah harus berjaga kembali seperti semula.⁶³

Pergantian pemain dalam permainan ini adalah apabila pada saat akan melintasi garis yang dijaga, seorang pemain tersentuh salah satu anggota badannya oleh penjaga garis. Dan bila ini terjadi, maka tim tersebut (tim yang salah satu pemainnya tersentuh badannya) dianggap gagal dan harus berganti posisi menjadi penjaga garis. Sebuah tim dianggap menang apabila dapat mengumpulkan skor atau nilai paling banyak dalam melintasi garis tanpa hambatan.

⁶² *Ibid*, 2007, hlm. 27.

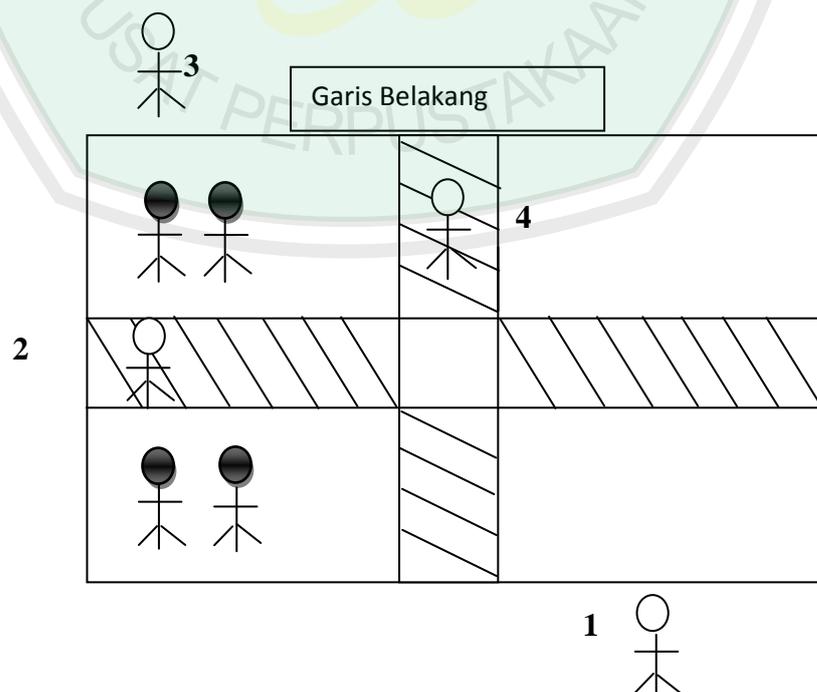
⁶³ Soetoto Pontjopoetro, dkk., *Permainan*. (Jakarta: Pusat Penerbitan Universitas Terbuka, 2003), hlm. 27.

d. Alat dan Tempat yang Digunakan

Peralatan yang diperlukan dalam permainan ini hanya tanda batas atau garis-garis yang ditandai dengan kapur (gamping) atau tali di atas tanah tempat bermain.

Tempat yang digunakan adalah sebidang tanah atau lapangan yang dibuat garis berbentuk segi empat yang kemudian dibagi menjadi dua garis: garis horizontal dan garis vertikal. Jumlah petak tergantung dengan luas lapangan atau tempat yang tersedia. Ukuran lapangan untuk permainan gobag sodor tidak memiliki pedoman yang pasti, tetapi hanya berdasarkan usia, postur tubuh pemain serta jumlah pemain.

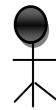
Gambar 2.1
Gambar Lokasi Permainan Gobag Sodor



Keterangan:



: Penjaga Garis



: Group yang bermain

1. Penjaga garis depan (Kapten atau *ndas*)
2. Penjaga garis tengah/ horizontal (*pengeret*)
3. Penjaga garis belakang (*entit*)
4. Penjaga garis tengah/ vertikal (*sodor*)

e. Fungsi Permainan Gobag Sodor

Selain fungsi utamanya sebagai hiburan,⁶⁴ permainan gobag sodor juga berfungsi melatih keterampilan fisik agar menjadi sehat, kuat dan cakap. Siagawati berpendapat bahwa permainan gobag sodor merupakan perpaduan antara olah raga dan olah pikir untuk cermat dan cerdas agar tidak sampai tersentuh lawan. Fungsi permainan gobag sodor adalah untuk menghibur diri, menumbuhkan kreatifitas serta membentuk kepribadian.

Permainan gobag sodor menjadi ajang bersosialisasi bagi anak-anak dengan teman sepermainannya. Anak yang bermain tidak boleh bermain seenaknya sendiri, akan tetapi harus tetap mengikuti aturan yang ada dan harus lebih mementingkan kebersamaan kelompoknya sehingga fungsi permainan ini, menurut Marsono,

⁶⁴ Monica Siagawati, *Mengungkap Nilai-nilai yang Terkandung dalam Permainan Tradisional Gobag Sodor* (Surakarta: Tesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2007), hlm. 50.

adalah untuk sosialisasi anak. Dengan bermain gobag sodor, dalam jiwa seorang anak diharapkan tertanam sikap saling menolong, tenggang rasa, dan rasa saling pengertian antar kelompoknya. Dan bagi anak yang terbukti sering melakukan kecurangan maka ia akan langsung ditegur dan ditentang oleh rekan kelompoknya sendiri serta oleh lawan kelompoknya. Hal ini terjadi karena kesepakatan yang dibuat di awal permainan harus menyadarkan kelompok yang kalah untuk melakukan konsekuensi apapun dengan jujur.⁶⁵

f. Peranan Permainan Gobag Sodor dalam Merangsang

Empati

Empati adalah bagian dari salah satu kecerdasan emosional. Ketika individu memiliki kecerdasan emosional yang baik, maka tingkat empatinya juga baik. Kecerdasan emosional ini dikenal dengan istilah *multiple intelligences*. Saat ini tidak hanya kecerdasan IQ yang dibutuhkan, akan tetapi kecerdasan *multiple* juga sangat mempengaruhi.

1) Menurut *Teori Multiple*

Menurut Thompson,⁶⁶ aktifitas bermain dalam perspektif *multiple intelligences* dapat menjadi rangsangan

⁶⁵ *Ibid*, 2007, hlm 50

⁶⁶ Tadkirotun Musfiroh, *Bermain Sambil Belajar dan Mengasah Kecerdasan* (Jakarta: Bulan Bintang, 2005), hlm. 58.

yang tepat terhadap kecerdasan anak. Aktifitas bermain pada anak-anak akan menjadi ruang belajar aktif untuk melibatkan seluruh pikiran, tubuh dan spiritnya. Bermain dapat mengekspresikan dan mengeluarkan aspek-aspek emosional dari pengalaman anak sehari-hari.

Armstrong⁶⁷ berpendapat bahwa kegiatan bermain dapat merangsang anak untuk menggunakan berbagai kemampuan yang mereka miliki. Pola dan intensitas kegiatan bermain pada anak berkembang sejalan dengan perkembangan otot, tulang, dan organ-organ tubuh seperti kaki, tangan dan kepala serta perkembangan bahasa, intelektual, sosial dan perilaku moral anak. Merangsang kecerdasan-kecerdasan itu dapat dilakukan dengan memberikan kegiatan yang mereka sukai dengan keterlibatan mereka secara aktif di dalamnya. Meskipun tujuan utama bermain adalah untuk bersenang-senang dan mencari hiburan, stimulasi atau rangsangan kecerdasan tetaplah menjadi efek positif dari kegiatan tersebut.

Ketika bermain gobag sodor, anak-anak mulai mengenal aturan bermain, walaupun pengetahuannya mengenai sistem aturan belum sempurna. Melalui kegiatan ini, kecerdasan bahasa dan interpersonal anak terasah secara

⁶⁷ *Ibid.* 2005, hlm. 58

otomatis karena anak mengasah kemampuan bicara dan belajar melihat perspektif orang lain. Selain itu, dalam permainan gobag sodor ini pun anak harus mengetahui peran dan tugasnya masing-masing. Jika bertugas sebagai penjaga garis, maka ia harus tahu ke arah mana ia dapat bergerak dalam menghadang lawan. Ini menandakan bahwa kecerdasan visual-spasial anak pun terangsang saat bermain⁶⁸.

Berikut ini merupakan aspek perkembangan anak berdasarkan teori *multiple intelligence* melalui permainan gobag sodor:

a) Perkembangan Kinestetik

Melalui koordinasi anggota tubuh atau penguasaan keseimbangan anggota tubuh dan kelincahan dalam bergerak antara lain berjalan maju-mundur dan berlari dengan tangkas, permainan ini dapat merangsang kecerdasan kinestetik anak.

Contohnya, dalam gobag sodor, anak menggunakan kemampuan kinestetiknya pada saat ia mengambil ancang-ancang (*start*) untuk mulai masuk ke petak-petak dalam lapangan, berhenti pada saat yang tidak memungkinkan, mengubah arah untuk mencari

⁶⁸ *Ibid*, 2005, hlm. 53-58

kelengahan penjaga garis untuk melaju atau melangkah ke petak selanjutnya. Dalam gerak kinestetiknya, seorang anak yang cerdas akan terlihat menonjol dalam kemampuan fisik (terlihat lebih kuat, lebih lincah, dan lebih agresif dalam bermain) daripada teman-temannya. Selain itu, anak yang cerdas juga akan terlihat memiliki koordinasi tubuh yang lebih baik.

b) Perkembangan Interpersonal

Melalui permainan ini pula, anak akan mencapai perkembangan interpersonal melalui aktivitas kerjasama dalam mencapai tujuan akhir permainan, yaitu mencapai kemenangan kelompok.

Permainan gobag sodor juga dapat merangsang anak untuk mencari solusi tentang masalah yang mereka hadapi bersama. Selain itu, anak dapat pula mengerti perintah dan taat mengikuti peraturan permainan sehingga permainan gobag sodor dapat digunakan untuk merangsang kecerdasan interpersonal anak. Contohnya, ketika melihat salah satu temannya belum berhasil masuk ke petak selanjutnya karena dihadang penjaga garis, maka teman yang lain akan membantu memecah dengan

gerakan-gerakan yang dapat membuyarkan konsentrasi lawan sehingga temannya dapat masuk ke petak selanjutnya.⁶⁹

c) Perkembangan Intrapersonal

Menurut Harry Stack Sullivan,⁷⁰ dalam masa pertengahan anak, persahabatan dan peningkatan yang dramatis bagi psikologis anak ketika bersama teman-temannya sangatlah penting. Anak-anak yang ditolak bergabung—untuk membuat sebuah relasi dengan—teman sebayanya beresiko untuk memiliki banyak masalah.

Permainan gobag sodor dapat menimbulkan kesadaran dalam penguasaan diri anak, dapat menumbuhkan rasa percaya diri anak serta mengontrol diri dalam melakukan sesuatu. Melalui permainan ini kecerdasan intrapersonal anak tumbuh. Contohnya, ketika dengan gembiranya seorang anak bersorak-sorai karena dapat melewati rintangan yang dihadapi—karena yakin dapat melakukannya.

d) Perkembangan Naturalistik

Melalui permainan gobag sodor, anak dirangsang untuk mengenal benda-benda yang ada

⁶⁹ *Ibid*, 2005, hlm. 58.

⁷⁰ John W. Santrock, *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup; Edisi Kelima* (Jakarta: Erlangga, 2002), hlm 358.

disekitar tempat mereka bermain. Misalnya, tumbuhan, hewan, batuan yang dapat digunakan sebagai alat membuat garis batas.

2) Pengembangan Aspek Sosial Emosional

Lingkungan sosial anak sangat berdampak positif untuk mencapai kematangan perkembangan sosial. Lingkungan sosial itu meliputi guru, orang tua, teman sebaya (*peer group*) dan lain-lain.

Menurut Siagawati,⁷¹ permainan gobag sodor memiliki beberapa manfaat dalam perkembangan sosial emosional anak, antara lain:

- a) Mampu mengembangkan sikap percaya terhadap orang lain.
- b) Belajar memahami perilaku yang baik maupun perilaku yang buruk.
- c) Membantu meningkatkan kontrol diri pada anak.
- d) Belajar beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.
- e) Mampu mengasah perilaku disiplin.

3) Aspek Pengembangan Bahasa

⁷¹ Monica Siagawati, *Mengungkap Nilai-nilai yang Terkandung dalam Permainan Tradisional Gobag Sodor* (Surakarta: Tesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2007), hlm. 59.

Permainan gobag sodor membantu perkembangan bahasa anak,⁷² antara lain:

- a) Anak dapat belajar beradaptasi
- b) Anak dapat memberikan kritikan
- c) Anak dapat menyampaikan kata perintah
- d) Anak dapat mengajukan pertanyaan maupun memberikan jawaban
- e) Anak dapat mengetahui petunjuk aturan dalam permainan

4) Aspek Pengembangan Kognitif

Menurut Piaget,⁷³ Pengembangan kognitif terjadi melalui suatu proses yang disebut dengan adaptasi. Adaptasi merupakan penyesuaian terhadap tuntutan lingkungan di mana seseorang tinggal atau berdiam.

Dan menurut Siagawati⁷⁴ permainan gobag sodor memiliki beberapa manfaat dalam mengembangkan kemampuan kognitif anak, antara lain:

- a) Mengenalkan lingkungan sekitar kepada anak
- b) Mengenalkan ukuran panjang dan lebar
- c) Menggunakan kemampuan berhitung

⁷² *Ibid.* 2007, hlm 59.

⁷³ Marsono, dkk., *Berbagai Permainan Tradisional Masyarakat Jawa* (Yogyakarta: Lembaga Studi Yogyakarta, 1999), hlm. 21.

⁷⁴ Monica Siagawati, *Mengungkap Nilai-nilai yang Terkandung dalam Permainan Tradisional Gobag Sodor* (Surakarta: Tesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2007), hlm 60.

d) Mengenalkan bentuk geometri, misalnya: bentuk lapangan (persegi panjang atau kubus) dapat melatih anak berpikir kritis (mempertanyakan atau menyangsikan bila ukuran lapangan kurang pas dengan ketentuan yang diinginkan).

5) Aspek Pengembangan Fisik dan Motorik

Perkembangan fisik anak secara langsung akan menentukan keterampilannya. Secara tidak langsung, perkembangan dan pertumbuhan fisik anak akan mempengaruhi bagaimana dia memandang dirinya sendiri serta memandang orang lain. Menurut Hurlock,⁷⁵ perkembangan motorik berarti perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat saraf, urat saraf serta otot yang terkoordinasi.

Menurut Siagawati,⁷⁶ gobag sodor memiliki manfaat dalam mengembangkan aspek motorik anak, antara lain:

- a) Melatih gerakan secara cepat
- b) Memperoleh keseimbangan jiwa dan raga.

⁷⁵Hurlock E. B., *Perkembangan Anak Jilid1; Edisi keenam* (Jakarta: Erlangga, 1978), hlm. 171.

⁷⁶ Monica Siagawati, *Mengungkap Nilai-nilai yang Terkandung dalam Permainan Tradisional Gobag Sodor* (Surakarta: Tesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2007), hlm 60.

a. Hubungan antara Permainan Tradisional Gobag Sodor dengan Empati

Empati adalah kemampuan atau skill yang sangat dibutuhkan bagi kehidupan bersosial. Hal ini dikarenakan manusia adalah makhluk sosial: makhluk yang membutuhkan orang lain dalam kehidupannya. Jika individu memiliki *social life skill* (kemampuan bersosial yang baik), maka dapat dipastikan individu tersebut akan mampu beradaptasi serta dapat diterima dengan baik oleh lingkungannya.

Empati memiliki beberapa aspek,⁷⁷ antara lain:

1. Ikut merasakan (*sharing feeling*)
2. Dibangun berdasarkan kesadaran diri
3. Peka terhadap bahasa isyarat
4. Mengambil peran (*role taking*)
5. Mengontrol emosi

Kemampuan berempati ini bisa diasah sejak dini, karena pada dasarnya, empati telah terbangun sejak bayi. Hal ini berdasarkan hasil studi yang menyimpulkan bahwa akar empati dapat dilacak sejak masa bayi. Pada saat bayi lahir, bayi akan terganggu bila mendengar bayi lain menangis. Respon tersebut oleh beberapa ahli dianggap sebagai tanda-tanda awal empati. Para ahli psikologi perkembangan anak menemukan bahwa bayi merasakan baban stress simpatetik, bahkan sebelum bayi tersebut menyadari bahwa

⁷⁷ D.Goleman, *Kecerdasan Emosional* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 1998), hlm. 404.

keberadaannya terpisah dari orang lain. Bayi menangis bila anak lain menangis.⁷⁸

Rendahnya empati dapat menyebabkan perilaku individualitas yang tinggi. Begitu pula bila hal ini terjadi pada anak-anak, selain perilaku individual, rendahnya empati juga memungkinkan munculnya perilaku agresifitas. Salah satu pemicunya adalah banyaknya anak yang beralih dari permainan aktif (permainan tradisional) ke permainan pasif dan instan (permainan modern: *game online*, *playstation*, dan lain-lain).

Permainan tradisional adalah salah satu solusi untuk meningkatkan berbagai aspek kemampuan dan kecerdasan anak, baik kemampuan dan kecerdasan fisik maupun psikis. Gobag sodor adalah jenis permainan tradisional yang mampu menjadi alternatif untuk membentuk karakter anak sejak dini. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya penelitian tentang pengaruh gobag sodor terhadap karakter anak. Di antaranya adalah:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Danika Martun Emiliyana tentang “Peranan Permainan Tradisional Gobag Sodor Dalam Pengembangan Aspek Motorik Dan Kognitif Anak TK Pilangsari I Gesi Sragen”, yang menyebutkan bahwa, terdapat hasil peningkatan yang cukup signifikan antara pengaruh permainan

⁷⁸ D.Goleman, *Kecerdasan Emosional* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 1996), hlm. 138.

gobag sodor terhadap aspek motorik dan kognitif anak TK Pilangsari I Gesi Sragen.⁷⁹

2. Penelitian yang dilakukan oleh Gangga Nanda Adi S,dkk tentang “Peranan Gobag Sodor Sebagai Media Untuk Membangun Karakter Anak”. Dari penelitian ini ditemukan bahwa selain sebagai media hiburan, gobag sodor juga dapat meningkatkan kemampuan sosialisasi, kesehatan, kerjasama dan keterampilan anak seperti kreatifitas, tolong-menolong, kejujuran, tenggang rasa, rasa persatuan, keberanian dan sportifitas.⁸⁰

Penelitian diatas menunjukkan bahwa gobag sodor mampu menjadi solusi serta media untuk membentuk karakter anak, termasuk membangun empati sejak usia dini.

b. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh antara permainan tradisional gobag sodor terhadap peningkatan empati anak.

⁷⁹ Danika Martun Emiliyana, *Peranan Permainan Tradisional Gobag Sodor Dalam Pengembangan Aspek Motorik Dan Kognitif Anak TK Pilangsari I Gesi Sragen* (Surakarta: Tesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2010), hlm. 99.

⁸⁰ Gangga Nanda Adi. S. dkk., *Peranan Gobag Sodor Sebagai Media Untuk Membangun Karakter Anak*. Bogor (Bogor: Institut Pertanian Bogor, 2009), hlm 8-14.