

BAB I

PENDAHULUAN

A. Pengertian Empati

Goleman (2007) menjelaskan bahwa istilah empati berasal dari bahasa Yunani, yaitu *empathia*, yang berarti ‘ikut merasakan’. Istilah ini pada awalnya digunakan oleh para teoritikus bidang estetika untuk menjelaskan tentang kemampuan memahami pengalaman subjektif orang lain. Pada tahun 1920-an istilah empati dikenalkan kembali dalam bahasa Inggris oleh E.B. Titchener, seorang ahli psikologi Amerika, dengan makna yang sedikit berbeda. Titchener mengatakan bahwa empati berasal dari semacam peniruan secara fisik atas beban orang lain, yang kemudian menimbulkan perasaan yang serupa dalam diri seseorang.

Batson dan Coke (dalam Brigham, 1991) mendefinisikan empati sebagai suatu keadaan emosional yang dimiliki oleh seseorang yang sesuai dengan apa yang dirasakan oleh orang lain. Pendapat serupa dikemukakan oleh Hanson (2007) yang mengatakan bahwa empati merupakan perasaan dan pemahaman atas orang lain. Empati merupakan kemampuan untuk berbagi dan memahami pikiran atau emosi orang lain (Ioannidou dan Konstantikaki, 2008).

Pendapat lain mengenai empati dikemukakan oleh Papalia, Old, dan Feldman (2008) yang mengatakan bahwa empati merupakan kemampuan untuk memosisikan diri pada posisi orang lain dan merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain. Empati adalah kemampuan seseorang untuk mengerti tentang perasaan dan emosi orang lain serta kemampuan untuk membayangkan diri sendiri di tempat orang lain (Hurlock, 1999).

Kemampuan untuk dapat mengerti tentang perasaan dan emosi orang lain merupakan prasyarat empati, namun kemampuan ini tidak mengharuskan kita untuk secara nyata terlibat dalam perasaan atau tanggapan orang tersebut (Koestner dan Franz, 1990). Empati dapat diartikan sebagai perasaan simpati dan perhatian terhadap orang lain,

khususnya untuk berbagi pengalaman atau secara tidak langsung merasakan penderitaan orang lain (Sears, Fredman, dan Peplau, 1991).

Dari berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa empati merupakan suatu kemampuan untuk dapat merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain tanpa kita ikut terhanyut pada situasi yang sedang terjadi.

B. Perbedaan Empati dengan Simpati

Titchener (dalam Goleman, 2007) menjelaskan bahwa empati merupakan suatu bentuk peniruan secara fisik atas beban orang lain, yang kemudian menimbulkan perasaan yang serupa dalam diri seseorang. Hal ini berbeda dengan simpati yang hanya merupakan bentuk perhatian terhadap kemandangan lumrah yang dialami orang lain tanpa ikut merasakan apapun yang dirasakan oleh orang lain itu.

Perbedaan empati dengan simpati menurut Eisenberg, Fabes, dan Spinrad (2007) adalah jika empati merupakan respon afektif individu terhadap perasaan emosi dan kondisi orang lain persis seperti yang mereka rasakan, sedangkan simpati hanya rasa kepedulian, tidak ada rasa ikut merasakan. Pendapat ini didukung oleh Papalia, D.E., Old, S.W., dan Feldman, R.D. (2008) yang mengatakan bahwa simpati hanya melibatkan keprihatinan atau perhatian terhadap penderitaan orang lain.

Pendapat lebih lanjut mengenai perbedaan empati dengan simpati dikemukakan oleh Taufik (2010) sebagai berikut.

Empati	Simpati
<ul style="list-style-type: none">▪ Berasal dari bahasa Yunani <i>feeling in</i>▪ Proses yang terjadi lebih mendalam▪ Didasarkan pada penerimaan dan perbedaan individual▪ Merupakan upaya-upaya pemahaman terhadap kondisi orang lain▪ Berbasis pada faktor kognitif dan afektif	<ul style="list-style-type: none">▪ Berasal dari bahasa Yunani <i>feeling with</i>▪ Proses yang terjadi kurang mendalam▪ Didasarkan faktor kesamaan▪ Merupakan respon atas <i>need for closeness and support</i>▪ Lebih spontan, biasanya dalam bentuk reaksi emosional

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa empati dan simpati sama-sama merupakan suatu bentuk perhatian kita pada orang lain, namun kedua kata tersebut mempunyai makna yang berbeda. Pada simpati, sifatnya sebatas merasakan penderitaan orang lain, sedangkan empati hingga mengalami dan melakukan tindakan. Apabila dijelaskan dengan kata-kata, simpati dapat diungkapkan dengan kalimat “Saya mengerti perasaan Anda” dan empati dapat diungkapkan dengan kalimat “Saya merasakan apa yang Anda rasakan”. Simpati lebih banyak terlihat dalam hubungan persahabatan, kehidupan bertetangga atau hubungan pekerjaan. Seseorang bersimpati pada orang lain karena sikap, penampilan, wibawa atau perbuatannya, misalnya mengucapkan selamat atas kesuksesan yang diraih seseorang, sedangkan empati dapat muncul kapan saja ketika seseorang dihadapkan pada situasi dan kejadian nyata yang menggugah perasaannya untuk bertindak langsung.

C. PERILAKU PROSOSIAL

Istilah prososial sebenarnya tidak muncul dalam kamus, melainkan diciptakan oleh ilmuwan sosial sebagai antonim untuk antisosial. Perilaku prososial mencakup berbagai tindakan yang dimaksudkan untuk menguntungkan satu atau lebih orang lain selain diri si pelaku seperti membantu, menghibur, berbagi, dan bekerja sama (Millon, Lerner, dan Weiner, 2003).

Asih dan Pratiwi (2010) menambahkan bahwa perilaku prososial adalah suatu tindakan yang mendorong seseorang untuk berinteraksi, bekerjasama, dan menolong orang lain tanpa mengharapkan sesuatu untuk dirinya. Hastings, Utendale, dan Sullivan (2007) mengatakan bahwa perilaku prososial merupakan respon proaktif dan reaktif terhadap kebutuhan orang lain dalam rangka untuk meningkatkan kesejahteraan orang lain. Peningkatan kesejahteraan yang dimaksud adalah dengan memberikan keuntungan atau manfaat pada orang lain (Eisenberg, N., Fabes, R.A., dan Spinrad, T.L., 2007).

Sears (1991) menjelaskan bahwa seseorang dikatakan berperilaku prososial apabila individu tersebut menolong individu lain tanpa adanya motif-motif tertentu. Brigham (1991) berpendapat bahwa perilaku prososial harus memiliki aspek-aspek sebagai berikut.

1. Persahabatan, yaitu kesediaan untuk menjalin hubungan yang lebih dekat dengan orang lain.
2. Kerjasama, yaitu kesediaan untuk bekerjasama dengan orang lain demi tercapai suatu tujuan.

3. Menolong, yaitu kesediaan untuk menolong orang lain yang sedang berada dalam kesulitan.
4. Bertindak jujur, yaitu kesediaan untuk melakukan sesuatu seperti apa adanya, tidak berbuat curang.
5. Berderma, yaitu kesediaan untuk memberikan sukarela sebagian barang miliknya kepada orang yang membutuhkan.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku prososial merupakan perilaku yang bertujuan untuk mensejahterakan orang lain. Perilaku ini sangat dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan masyarakat. Hal ini dikarenakan manusia merupakan makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri, namun selalu bergantung pada manusia lain, sehingga diperlukan sikap saling membantu dan berbagi antar sesama manusia.

D. Perilaku Menolong, Altruisme, Ikhlas, dan Perilaku Prososial

Perilaku menolong, altruisme dan ikhlas seringkali dihubungkan dengan perilaku prososial. Pada dasarnya, ketiga perilaku tersebut mempunyai kaitan erat dengan perilaku prososial, namun memiliki makna yang berbeda.

Perilaku menolong merujuk pada kesukarelaan untuk melakukan sesuatu yang akan menguntungkan orang lain walau pada saat yang sama perilaku tersebut juga akan menguntungkan pihak penolong. Perilaku menolong ini merupakan perilaku yang disengaja atau diniatkan (Chizanah, 2010). Perilaku menolong adalah perilaku yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok untuk membantu orang lain. Meskipun bersifat memberikan bantuan, namun pada kenyataannya ada banyak motif yang melandasi timbulnya perilaku menolong. Motif yang mendorong seseorang untuk membantu orang lain ada yang memang benar-benar karena ingin membantu orang lain tersebut, namun adakalanya terselip pula motif lain yang tersembunyi ketika seseorang memberikan bantuan pada orang lain. Motif tersembunyi tersebut antara lain karena gengsi, malu, serta adanya harapan untuk mendapatkan balas jasa. Perilaku menolong tidak muncul secara mendadak atau tiba-tiba, namun telah direncanakan sebelumnya. Contoh perilaku menolong adalah mengumpulkan dana untuk korban bencana alam.

Dovidio, dkk (dalam Taufik, 2010) memberikan penjelasan mengenai perilaku menolong dari sudut pandang yang sedikit berbeda dengan menyatakan bahwa sepanjang seseorang itu dapat meningkatkan

kondisi orang lain atau menjadikannya lebih baik maka perilaku menolong telah terjadi. Misalnya, memberikan hadiah atau membantu pekerjaan orang lain. Terdapat empat jenis perilaku menolong, yaitu:

1. *Casual helping*, melakukan hal-hal kecil yang biasa dilakukan untuk membantu kenalan, misalnya: meminjami pensil kepada kenalan di sekolah, menunjukkan alamat seseorang.
2. *Substantial personal helping*, melakukan sejumlah usaha untuk membantu teman dengan manfaat yang nyata, misalnya: membantu tetangga pindah rumah, menjadi panitia pernikahan.
3. *Emotional helping*, memberikan dukungan personal untuk teman, misalnya: mendengarkan curahan hati teman yang sedang bermasalah, memberikan kata-kata positif kepada kawannya yang sedang berduka.
4. *Emergency helping*, memberikan pertolongan kepada orang asing yang sedang mengalami masalah serius, misalnya: bergabung dalam kerelawanan untuk membantu korban kecelakaan lalu lintas.

Perilaku lain yang sering dikaitkan dengan perilaku prososial adalah altruisme. Eisenberg, dkk. (2007) menyamakan perilaku prososial dengan altruisme, namun menurut Kalat (2010), altruisme adalah sebuah tindakan yang menguntungkan orang lain selain pelakunya sendiri. Senada dengan pendapat Kalat, Baron, dan Byrne (1996) menyatakan bahwa altruisme adalah perilaku yang ditujukan demi kepentingan orang lain, biasanya merugikan diri sendiri dan biasanya termotivasi, terutama oleh hasrat untuk meningkatkan kesejahteraan orang lain agar lebih baik tanpa mengharapkan penghargaan. Pendapat ini didukung oleh Myers (dalam Sarwono, 2002) yang mendefinisikan altruisme sebagai hasrat untuk menolong orang lain tanpa memikirkan kepentingan diri sendiri.

Crisp dan Turner (dalam Chizanah, 2010) mengatakan bahwa altruisme merujuk pada sebuah bentuk yang spesifik dari perilaku yang menguntungkan orang lain, tetapi tidak ada ekspektasi akan memperoleh keuntungan pribadi. Contoh altruisme adalah menyelamatkan seseorang dari tertabrak kereta api secara spontan. Usaha menolong ini memang menguntungkan bagi orang lain, namun tidak dapat dipungkiri menyisakan kemungkinan adanya resiko bagi penolong.

Selain konsep altruisme, dalam kehidupan sehari-hari terdapat konsep ikhlas yang sering digunakan dalam kehidupan bermasyarakat, khususnya masyarakat muslim ketika seseorang melakukan perilaku menolong atau perbuatan yang diperuntukkan bagi orang lain. Seringkali ketika seseorang menolong orang lain, ia mengatakan, "Saya ikhlas melakukan hal ini". Hal ini menandakan bahwa perilaku menolong merupakan salah satu hal bentuk perilaku yang didasari keikhlasan.