



MODUL SESI 13
MATA KULIAH PROFESI KEPENDIDIKAN
(KIP 222)

Materi 13
EMPATI

Disusun Oleh
Dr. Ratnawati Susanto, S.Pd., M.M, M.Pd

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
2019

EMPATI

A. Pendahuluan

Modul ini merupakan bahan pembelajaran mendasar yang wajib dimiliki mahasiswa fakultas keguruan dan ilmu pendidikan. Sebelum menempuh pembelajaran, para mahasiswa calon pendidik hendaknya memiliki ruang waktu orientasi pemaknaan atas pilihan dan keputusan menjadi seorang pendidik. Modul ini akan menjadi inspirasi spiritualitas profesi pendidik, motivasi dan sarana reflektif bagi kita semua dalam komunitas pendidikan.

Profesi pendidik memiliki makna yang sangat mendalam dan menjadi kunci majunya kehidupan dan peradaban manusia, masyarakat, bangsa dan negara. Peran pendidik menjadi sangat penting sebagai agen perubahan. Namun tidak demikian kenyataan yang terjadi, kebanyakan orang menganggap pendidik adalah guru, dan guru adalah “tukang mengajar”. Pilihan menjadi guru pun sering bukan merupakan pilihan yang dianggap membanggakan, bahkan menjadi pilihan akhir apabila tidak mampu meraih pilihan lain.

Tentu hal ini merupakan suatu ironi yang menjadi tanggung jawab bersama untuk membuat suatu perubahan paradigma, bahwa guru adalah agen perubahan, dengan titik yang digambarnya maka titik itu akan membuat perbedaan dalam hidup dan kehidupan anak bangsa. Maka para calon guru perlu meluangkan sisi waktu dan jeda untuk memahami nilai-nilai profesional profesi pendidik, sehingga mampu memiliki internalisasi mendalam atas nilai-nilai profesinya.

B. Kompetensi Dasar

Mahasiswa mampu mengembangkan sikap empati dalam profesinya.

C. Kemampuan Akhir yang Diharapkan

Mengelola sikap empatik dalam konteks keanekaragaman Komunitas, mengembangkan empati kepada siswa, mengembangkan empatik, simpati, mendengarkan dan menghindari sikap apatis.

D. Kegiatan Belajar 1

1. URAIAN DAN CONTOH

Empati merupakan suatu aktivitas untuk memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain, serta apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh yang bersangkutan terhadap kondisi yang sedang dialami orang lain, tanpa yang bersangkutan kehilangan kontrol dirinya. 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 memperlambat 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. 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. 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. Empati juga bisa dibilang sebagai rasa kemanusiaan antar individu dengan individu yang lainnya.

Simpati adalah suatu proses seseorang merasa tertarik terhadap pihak lain, sehingga mampu merasakan apa yang dialami, dilakukan dan diderita orang lain. Dalam simpati, perasaan memegang peranan penting. Simpati akan berlangsung apabila terdapat pengertian pada kedua belah pihak. Simpati lebih banyak terlihat dalam hubungan persahabatan, hubungan bertetangga, hubungan pekerjaan. Seseorang merasa simpati dari pada orang lain karena sikap, penampilan, wibawa, atau perbuatannya.

Dalam dunia pendidikan seperti sekarang ini, sangatlah diperlukan individu yang tidak hanya pintar dan cerdas dalam ilmu pengetahuan tetapi juga memiliki nilai-nilai moral dan budi pekerti yang baik. Nilai-nilai moral yang dimaksud seperti empati dan simpati. Sebenarnya empati dan simpati ini tidak perlu dipelajari sebelumnya, karena empati dan simpati ini sangatlah berkaitan erat dengan perasaan individu jadi jika seseorang memiliki perasaan maka orang tersebut bisa dikatakan memiliki rasa empati dan simpati.

Untuk itu sikap empati dan simpati sangatlah penting dalam dunia pendidikan, supaya menghindari sikap apatis atau tidak peduli terhadap orang lain. Selain itu, sikap empati dan simpati ini juga bisa menghindari dari kasus-kasus yang tidak baik di dunia pendidikan seperti kasus bullying yang kian marak di zaman sekarang. Jadi, dimaksudkan dengan adanya sikap empati dan simpati maka lingkungan dalam dunia pendidikan menjadi aman dan rukun damai.

Keanekaragaman Komunitas.

Empati dapat terjadi dimana saja kapan saja tidak ada batasan waktu dan ruang di dalam empati, karena empati tidak dapat dipaksakan melainkan terjadi dengan sendirinya hal ini terjadi karena empati menyangkut dengan perasaan seseorang. Jadi orang-orang yang terlibat didalamnya pun tidak hanya antara individu dengan individu lainnya melainkan antara komunitas. Keanekaragaman komunitas disini terdiri dari berbagai kalangan antara lain kalangan anak-anak, remaja, hingga dewasa. Dan sebenarnya di setiap kalangan tidak ada perbedaan yang mencolok hanya saja perbedaan di bagian tingkatan jika semakin dewasa seseorang maka tingkat empatinya akan semakin tinggi pula terhadap orang lain.

Ada beberapa manfaat empati dalam pembelajaran yaitu :

1. Menghilangkan sikap egois
Orang yang telah mampu mengembangkan kemampuan empati dapat menghilangkan sikap egois pada dirinya (mementingkan diri sendiri)
2. Menghilangkan kesombongan
Salah satu cara mengembangkan empati adalah membayangkan apa yang terjadi pada diri orang lain akan terjadi pula pada diri sendiri
3. Mengembangkan kemampuan evaluasi dan control diri
Pada dasarnya empati adalah salah satu usaha kita untuk melakukan evaluasi diri sekaligus mengembangkan control diri yang positif. .

Pengertian Empati

Pengertian Empati menurut para ahli

Kata Empati (Empathy) berasal dari Bahasa Yunani, *Empatheia*, yang bermakna Afeksi Fisikal atau Parsialitas.

Makna Afeksi Fisikal, yaitu Penampakan fisik atau aura seseorang terkait langsung atau tidak langsung dengan fenomena yang dihadapi dalam hubungannya dengan orang lain.

Makna Parsialitas, yaitu Satu pihak mengarsirkan atau menyentuh diri pada sisi orang lain sehingga Empati dapat didefinisikan Memposisikan diri pada orang lain atau merasa menjadi bagian dari diri orang lain.

Beberapa pendapat ahli mengenai empati adalah sebagai berikut:

1. THEODORE LIPPS (1880, Psikolog Jerman)
Empathy adalah *Einfuhlung* (Bahasa Jerman), bermakna "in Feeling" (dalam perasaan / seperasaan). Yaitu kemampuan seseorang merasakan emosi orang lain atau pribadi-pribadi di luar dirinya
2. EDITH STEIN, yaitu Pengalaman kesadaran orang lain pada umumnya
3. HEINZ KOHUT, empati yaitu Kapasitas berpikir dan merasakan diri sendiri ke dalam kehidupan orang lain secara bersahaja dan ikhlas.
4. NANCY EISENBERG, empati adalah sebuah respon afektif yang muncul atas dasar keprihatinan / pemahaman suasana emosional atau kondisi orang lain, dan dengan itu muncul kesamaan rasa terhadap yang orang lain sedang rasakan atau akan diharapkan untuk merasakan.

5. ROY SCHAFER, empati adalah Pengalaman internal seseorang untuk berbagi ke dalam diri atas pemahaman momentum suasana psikologis orang lain.
6. D. M. BERGER, empati adalah Kapasitas mengetahui secara emosional apa yang orang lain alami sebagai bentuk kerangka referensi bahwa orang lain sebagai diri sendiri, kapasitas mencontoh perasaan orang lain untuk di tempatkan pada diri sendiri dalam “sepatu” orang lain.
7. R. R. GREENSON, Empati bermakna berbagi, merasakan perasaan atau pengalaman orang lain.
8. JEAN DECETY, empati adalah Rasa kebersamaan dalam perasaan yang dialami oleh diri sendiri dan yang lain, tanpa membingungkan di antara pribadi-pribadi itu.
9. MARTIN HOFFMAN, empati sebagai sebuah respon afektif yang tepat atas orang lain selayaknya situasi yang dihadapi sendiri
10. Empati sebagai sebuah perasaan di mana kita ikut merasakan dan memahami orang lain (KBBI)

Empati kepada Siswa



Gambar 1. Empati Kepada Siswa

Empati merupakan bagian penting dari kompetensi sosial, karena empati merupakan unsur –unsur dari kompetensi sosial. Komponen-komponen yang berhubungan erat dengan kompetensi sosial meliputi :

- empati dasar
- penyalarsan
- ketepatan empati
- pengertian sosial

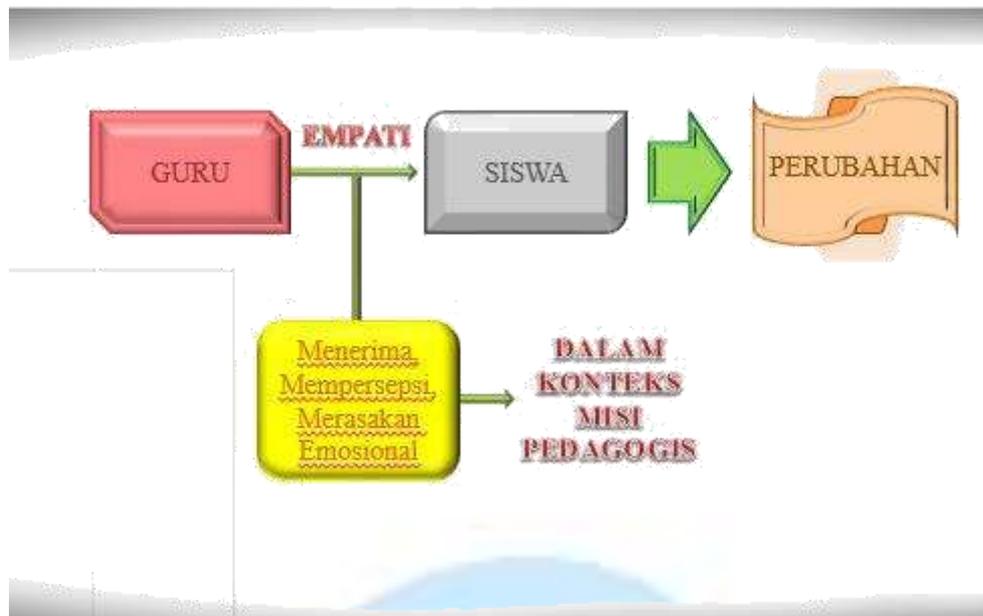
Empati menjadi dasar individu dalam memahami perasaan orang lain atau merasakan isyarat-isyarat emosi non-verbal. Penyalarsan dalam

mendengarkan dengan penuh reseptivitas (penerimaan dan keterbukaan terhadap saran), dan menyelaraskan diri pada seseorang. Sikapa empati dalam memahami pikiran, perasaan serta maksud orang lain dan pengertian sosial untuk mengetahui bagaimana menciptakan hubungan sosial. Membangun dan membutuhkan sikap empati dalam diri, diperlukan hubungan yang baik dengan masyarakat maupun teman sebaya, dan dapat membantu teman sebaya yang sedang mengalami kesulitan atau permasalahan. Empati dapat didefinisikan sebagai kemampuan untuk merasakan atau membayangkan pengalaman emosional orang lain. Kemampuan untuk berempati merupakan bagian penting dari perkembangan sosial dan emosional, yang mempengaruhi perilaku individu terhadap orang lain dan kualitas hubungan sosial.

Empati kepada siswa dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti guru selalu memperhatikan siswa-siswanya dalam berbagai hal dari mulai yang kecil hingga besar. Hal yang dimaksud seperti guru selalu menanyakan kabar siswanya, guru selalu membimbing dan memberikan arahan kepada siswanya yang kurang dalam bidang akademik, guru ikut serta menjenguk siswanya yang sedang sakit, dan guru selalu menanyakan siswanya yang tidak hadir di kelas. Hal tersebut sangatlah berguna untuk perkembangan moral anak didik (siswa), karena hubungan perasaan atau ikatan perasaan antara seorang guru dan siswa sangatlah berpengaruh positif jika itu baik.

Konsep konseling teman sebaya yang diselenggarakan di seluruh sekolah juga memegang peranan yang penting untuk meningkatkan atau menumbuhkan rasa empati terhadap siswa. Pada kenyataan yang terjadi sekarang ini, masalah yang paling sulit untuk dihadapi oleh siswa yaitu masalah sosial yang meliputi pergaulan antar teman dan interaksi sosial di lingkungan sekolah. Untuk mencapai tujuan yang diinginkan maka siswa harus dapat menyesuaikan diri mereka dengan lingkungan yang mereka tempati. Proses penyesuaian diri terhadap situasi sosial di dalamnya mencakup sikap empati dan simpati yang mengandung arti dapat merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, bukan hanya sekedar merasakan tapi kita juga berada pada posisi orang tersebut namun bukan berubah menjadi orang tersebut. Pada dasarnya hubungan sosial didasari atas keberadaan dan penerimaan oleh teman sebaya atau sahabat. Ketika siswa diterima dalam situasi kelompok oleh sebayanya, maka siswa merasa bahagia dan berharga. Sehingga tidak terjadi geng-geng atau kelompok-kelompok pertemanan diantara para siswa, siswa mampu bergaul secara membaur di lingkungan sekolah dan berinteraksi dengan baik antara satu orang dengan orang lain.

Konsep konseling terhadap teman sebaya ini sangat bermanfaat terhadap seluruh siswa, karena konseling sendiri memiliki arti membimbing dan memberikan solusi terhadap siswa yang sedang dalam masalah atau mengalami kesulitan dan berbagai hal yang menyangkut dengan dunia pendidikan seperti teman dan pelajaran. Sehingga manfaat dari konseling terhadap teman sebaya adalah untuk menciptakan suasana lingkungan sekolah menjadi aman dan damai.



Gambar 2. Empati dalam Proses Konteks Mini Pedagogik

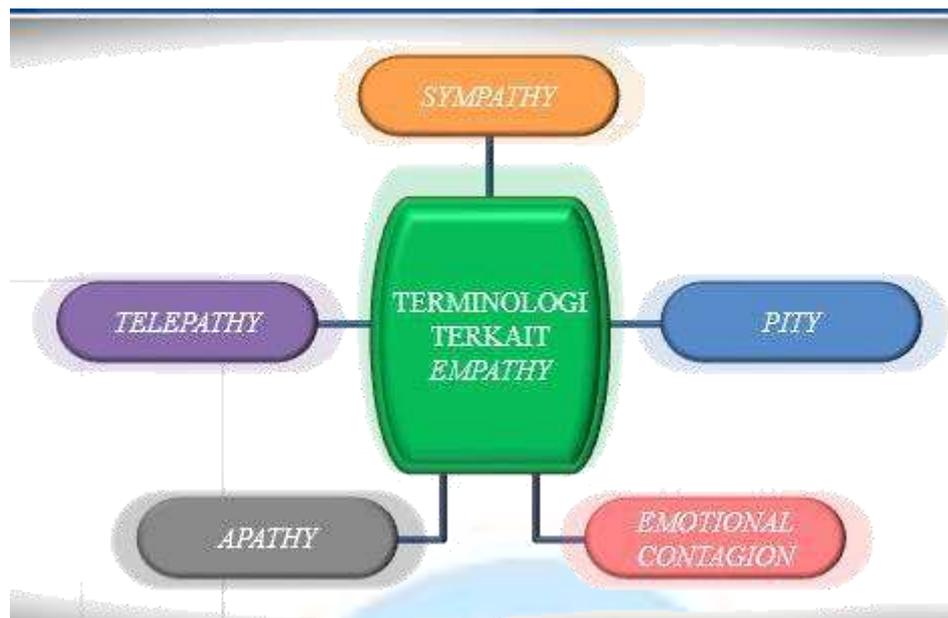
Berdasarkan hasil sebuah penelitian ditemukan bahwa akar empati dapat dilacak sejak bayi. Pada saat bayi lahir, ia akan terganggu bila mendengar ada bayi lain sedang menangis. Respon tersebut, oleh beberapa ahli dianggap sebagai tanda-tanda awal tumbuhnya empati. Anak bayi merasakan beban stress simpatetik, bahkan sebelum bayi tersebut menyadari bahwa keberadaannya terpisah dari orang lain. Bayi akan menangis secara spontan bila melihat bayi yang lain menangis. Empati juga dapat tumbuh secara tidak disadari oleh orang tersebut seperti merasakan kasihan terhadap orang lain yang kesulitan saja sudah dapat dikatakan kita berempati terhadap orang lain. Empati menarik perhatian terhadap masalah-masalah kebutuhan sosial dan ketidak-adilan yang memerlukan tindakan. Masalah-masalah sosial menjadi masalah bersama karena dengan empati yang mendarah daging kita benar-benar menjadi masyarakat. 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.

Empati terbagi dalam empat tingkatan di masa perkembangan individu yaitu :

- Pada umur satu tahun, anak-anak mulai memahami dirinya apabila melihat anak lain jatuh dan menangis
- Pada awal usia dua tahun, anak-anak mulai memahami bahwa perasaan orang lain berbeda dengan perasaannya, sehingga anak lebih peka terhadap syarat-syarat yang mengungkapkan perasaan orang lain
- Pada akhir masa kank-kanak, anak dapat merasakan kesengsaraan suatu kelompok masyarakat. Misalnya kaum miskin,

kaum yang tertindah, atau mereka yang secara sosial terkucil ditengah-tengah masyarakat.

Perkembangan empati akan berjalan dengan baik bila didukung oleh lingkungan tempat tinggal, termasuk bagaimana seseorang bersosialisasi dengan temannya. Begitu pula perkembangan empati pada orang dewasa dituntut untuk ikut merasakan perasaan orang lain baik sedih maupun senang. Tentu saja, jika seseorang terampil meraba perasaan dirinya sendiri dan perasaan orang lain, hal ini akan secara langsung memantik sensitifnya untuk mengetahui dan merasakan cara pandang orang lain. Cara pandang orang lain dapat berbeda-beda sesuai dengan apa yang orang tersebut pikirkan dan rasakan saat itu. Dari pengertian diatas dapat diambil suatu 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. Berarti perkembangan empati dimulai sejak seseorang menampakan dirinya di dunia ini atau bayi hingga akhir hayat seseorang. Seiring bertambahnya usia maka sikap atau perasaan empati seseorang akan bertambah lebih spesifik atau lebih besar lagi. Dan dapat pula mencerna dan mengartikan apa yang sebenarnya dirasakan oleh orang lain. Perkembangan empati ini sangatlah berperan penting dalam kehidupan manusia, karena jika suatu empati tidak berkembang kearah yang lebih positif maka kehidupan di dunia ini menjadi tidak penuh dengan cinta kasih antara individu dengan individu yang lainnya. Contoh sederhana dari empati yang terjadi di kehidupan sehari-hari yaitu membantu teman yang kesulitan dalam pelajaran dengan bekerja kelompok (tutor), meminjamkan alat tulis seperti pulpen jika temannya tidak membawanya, menjenguk teman yang sedang sakit, membantu menghibur teman yang sedang sedih. Dari contoh diatas dapat dilihat bahwa empati amatlah melekat dalam kehidupan sehari-hari kita, dan sangatlah membantu orang lain dalam berbagai hal. Biasanya hal kecil yang terkadang kita berfikir bahwa itu adalah hal biasa ternyata hal tersebut adalah bentuk dari sikap empati dari seseorang terhadap orang lain.



Gambar 3. Terminologi terkait Empati

- a. Simpati adalah suatu proses kejiwaan di mana seorang individu merasa tertarik pada seseorang atau sekelompok orang karena sikap, penampilan, wibawa, atau perbuatannya yang sedemikian rupa. Di dalam proses ini perasaan seseorang memegang peranan yang sangat penting, walaupun dorongan utama pada simpati adalah keinginan untuk memahami pihak lain dan untuk bekerja sama dengannya. Inilah perbedaan utamanya jika di dibandingkan dengan identifikasi. Identifikasi lebih di dorong oleh suatu keinginan untuk belajar dari pihak lain yang dianggap kedudukannya lebih tinggi dan harus di hormati. Hal ini karena pihak lain mempunyai kelebihan atau kemampuan tertentu yang patut dijadikan contoh.
- b. Pity adalah dapat dimaknai sebagai kata benda yang berarti kasihan, sayang. Sementara dalam kata kerja berarti mengasihani.
- c. Telepati, adalah kemampuan untuk berkomunikasi atau saling menukarkan informasi dengan orang lain tanpa menggunakan indra. Dalam film-film populer, telepati digambarkan begitu fantastis. Antara dua orang mampu saling bercakap-cakap tanpa perlu berbicara. Namun, tentu saja telepati tidak sespektakuler yang digambarkan dalam film populer. Kebanyakan informasi yang disampaikan dalam telepati hanyalah gambaran-gambaran singkat.
- d. Apati merupakan kurangnya emosi, motivasi, atau entusiasme. Apatis adalah istilah psikologi untuk keadaan cuek atau acuh tak acuh; di mana seseorang tidak tanggap atau "cuek" terhadap aspek emosional, sosial, atau kehidupan fisik. Apatis klinikal dianggap tingkatan atas, sedangkan tingkat menengah dapat dianggap sebagai depresi, dan pada tingkatan puncak dapat didiagnosis sebagai disorder disassociative. Aspek fisik dari apatis berhubungan dengan pemunduran fisik, kehilangan otot, dan kekurangan energi disebut letargi; yang memiliki banyak penyebab patologikal.. Apatis dapat berpusat terhadap objek tertentu; kepada seseorang, aktivitas atau lingkungan. Dia merupakan reaksi umum

terhadap stress di mana diterapkan sebagai "belajar tak berdaya" dan seringkali dihubungkan dengan depresi. Dia dapat juga merefleksikan sebuah kekurangan minat non-patologi dalam hal yang dianggap tidak penting.

- e. *Emotional contagion*, yaitu Fenomena memiliki emosi satu orang dan perilaku terkait secara langsung memicu emosi dan perilaku yang serupa pada orang lain.

Perkembangan Empati

Perkembangan empati dibagi atas:

1. Maturitas/kematangan empati (empathetic maturity)

Douglas Oslen (1997) mendeskripsikan bahwa maturitas adalah kematangan empati yaitu sebuah struktur kognitif yang menentukan apakah seseorang dapat menerima atau tidak merasa berempati. Orang tertentu merasakannya untuk dan bagaimana besaran anggota kelompok yang ada. Maturitas empatik berarti dapat mengkonseptualisasikan pengalaman apakah seseorang "seperti saya" atau "berbeda dengan saya".

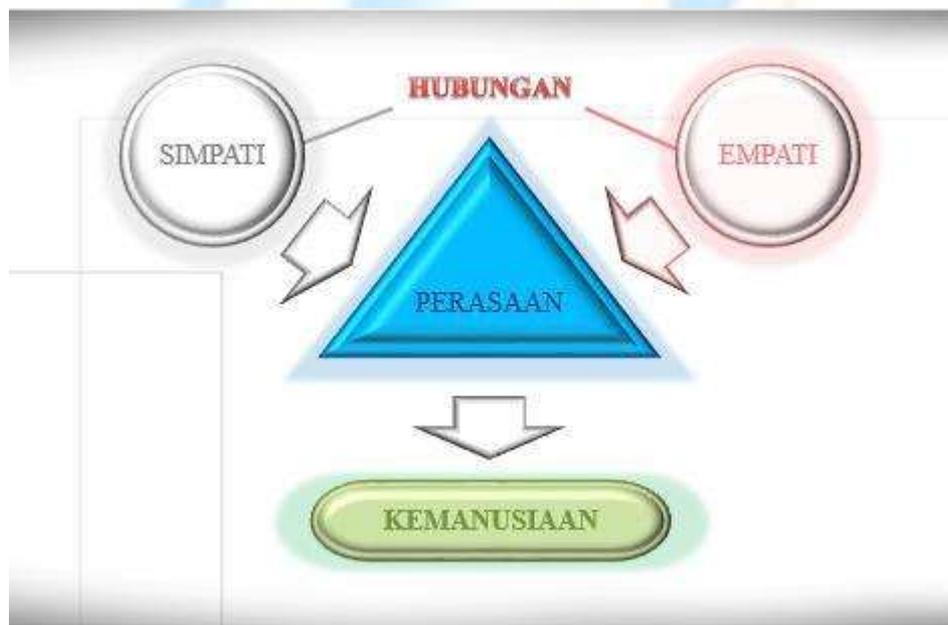


Gambar 4. Tahap Maturitas Empati

2. Tahap maturitas empati terdiri atas:
 - a. Tahap 1: tahap pola paling primitif dan tidak umum bagi orang dewasa.
 - b. Tahap 2: tahap perkembangan pola pikir rasional atau perilaku adalah relevan untuk semua orang.
 - c. Tahap 3: pengemmnagan pola pikir rasional atau perilaku adalah relevan untuk semua rang.

IV. EMPATI DAN SIMPATI		
	EMPATI	SIMPATI
DEFINISI	Mengerti perasaan / pengalaman orang lain, dan ikut merasakannya seakan-akan diri kita sendiri yang mengalaminya.	Mengakui perasaan atau kesulitan orang lain.
HUBUNGAN	Ikut merasakan secara pribadi.	Mengerti pengalaman orang lain.
CONTOH	Ada sahabat yang sakit, kita menjenguk, menemani, dan menghiburnya, dll	Ada sahabat yang sakit, kita menienguknya.

Gambar 5. Empati dan Simpati



Gambar 6. Hubungan Simpati dan Empati

Empati didefinisikan sebagai respon afektif dan kognitif yang kompleks pada distres orang lain. Empati termasuk kemampuan untuk merasakan keadaan emosional orang lain, merasa simpatik dan mencoba menyelesaikan masalah dan mengambil perspektif orang lain. Empati adalah kemampuan dengan berbagai definisi yang berbeda yang mencakup spektrum yang luas, berkisar pada orang lain yang menciptakan keinginan untuk menolong, mengalami emosi yang serupa dengan emosi orang lain, mengetahui apa

yang orang lain rasakan dan pikirkan dan menghilangkan garis antara diri sendiri dan orang lain.

Empati adalah kemampuan meletakkan diri sendiri pada posisi orang lain dan menghayati pengalaman tersebut untuk melihat situasi dari sudut pandang orang lain. Jadi empati adalah kemampuan untuk menghayati perasaan dan emosi orang lain. Kemampuan mengetahui sudut pandang serta menghayati perasaan orang lain inilah yang kemudian akan menciptakan sosialisasi antar individu dan interaksi positif terhadap orang lain, interaksi positif dapat berjalan dengan lancar jika individu yang satu dengan yang lainnya memiliki sikap empati satu sama lain. Perubahan biologis ini akan muncul ketika individu berempati terhadap orang lain. Emosi sangat penting sebagai sistem pemandu emosi yang menuntun kita ke tempat kerja tetap baik. Empati lebih dari sekedar untuk bertahan, sebab empati sangatlah penting untuk menghasilkan kinerja istimewa dalam bidang-bidang pekerjaan yang menitikberatkan peran utama manusia.

Beberapa contoh empati dalam kehidupan sehari-hari yaitu :

1. Memberikan bantuan dan dukungan kepada orang-orang yang sedang tertimpa musibah, seperti bencana alam, kecelakaan, dan lain sebagainya
2. Membagi rezeki yang diperoleh kepada orang-orang disekitar kita yang kurang mampu terutama yang sangat membutuhkan
3. Hal kecil seperti membantu seseorang untuk menyebrang jalan
4. Menjenguk dan menghibur orang yang sedang sakit atau sedih
5. Ikut merasa senang ketika seseorang mendapatkan kabar yang menyenangkan
6. Ketika ada teman yang kesulitan dalam pelajaran maka kita harus membantunya
7. Memberikan pujian dan hadiah kepada orang yang telah berhasil mengerjakan tugas yang telah kita berikan

Kemampuan mengindra perasaan seseorang sebelum yang bersangkutan mengungkapkannya merupakan intisari dari 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 non-verbal lainnya. Kemampuan cara memahami komunikasi yang samar ini dibangun atas kecakapan-kecakapan yang lebih mendasar, khususnya kesadaran diri dan kendali diri. Adanya kemampuan mengindra diri sendiri atau menjaga agar perasaan tidak mengombang-ambingkan diri, agar membuat diri peka terhadap suasana hati orang lain. Karena empati, orang menggunakan perasaannya dengan efektif di dalam situasi orang lain dengan didorong oleh emosinya sendiri yang seolah-olah ia ikut mengambil bagian-bagian dalam gerakan-gerakan yang dilakukan orang lain.

Adapun ciri-ciri atau karakteristik dalam empati :

1. Ikut merasakan
Yaitu kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain, hal ini berarti individu mampu merasakan suatu emosi dan mampu mengidentifikasi perasaan orang lain.
2. 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.
3. Peka terhadap bahasa isyarat
Karena emosi lebih sering diungkapkan melalui bahasa isyarat atau non-verbal. Hal ini berarti bahwa individu mampu membaca perasaan orang lain dalam bahasa non-verbal seperti ekspresi wajah, bahasa tubuh, dan gerak-geriknya
4. Mengambil peran
Empati melahirkan perilaku konkret. Jika manusia menyadari apa yang dirasakannya setiap saat maka empati akan datang dengan sendirinya.
5. Kontrol emosi
Empati banyak melibatkan emosi dalam pelaksanaannya, untuk itu kita perlu mengontrol emosi kita supaya terjadi interaksi sosial yang terjalin dengan baik. Menyadari dirinya sedang berempati, tidak larut dalam masalah yang sedang dihadapi oleh orang lain.

Fakto-faktor yang mempengaruhi empati antara lain :

1. Sosialisasi
Sosialisasi dapat mempengaruhi empati melalui permainan-permainan yang memberikan peluang kepada seseorang untuk mengalami sejumlah emosi membantu untuk lebih berfikir dan memberikan perhatian kepada orang lain serta lebih terbuka terhadap kebutuhan orang lain sehingga akan meningkatkan kemampuan berempatinya.
2. Perasaan
Apabila seseorang berada pada situasi yang baik, maka dalam berinteraksi dan menghadapi orang lain ia akan lebih baik dalam menerima keadaan orang lain.
3. Proses belajar dan identifikasi
Dalam proses belajar, seseorang membutuhkan respon-respon khas, dari situasi yang khas yang disesuaikan dengan peraturan yang dibuat oleh orang lain.
4. Situasi dan tempat
Pada situasi tertentu seseorang dapat berempati lebih baik dibandingkan dengan situasi yang lain. Hal ini disebabkan oleh situasi dan tempat yang berbeda dapat memberikan suasana yang berbeda pula.

5. 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 pula.
6. pengasuhan
Lingkungan yang berempati dari suatu keluarga sangat membantu seseorang dalam menumbuhkan empati dalam dirinya. Seseorang 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 orang tersebut. Sebaliknya, pengasuhan dalam suasana rumah yang baik akan menyebabkan empati anak tumbuh dengan baik pula.

Empati dan Mendengarkan



Gambar 7. Empati dan Mendengarkan

Sudah ditegaskan pada beberapa pengertian diatas bahwa empati sangatlah ditekankan pada perasaan individu, oleh sebab itu perlu ditegaskan kembali hubungan antara empati dan mendengarkan. Hubungan antara empati dan mendengarkan didalamnya terdapat interaksi atau komunikasi antara individu yang satu dengan yang lainnya. Didalam komunikasi atau interaksi ada komponen penting yang dinamakan dengan proses mendengarkan orang lain yang bertujuan supaya pesan yang disampaikan dapat dimengerti dengan baik oleh orang lain. Mendengarkan disini dimaksud dengan mampu

mendengarkan apa yang disampaikan oleh orang lain dengan merasakan juga apa yang orang tersebut rasakan saat itu.

Seseorang tidak hanya membutuhkan pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi lebih kepada pemberian kasih sayang melalui pendampingan psikologis. Komunikasi yang terbuka, empati, dan memberi ruang untuk berbagi pengalaman pribadi memungkinkan dekatnya sebuah relasi yang dialami. Mendengar secara empati tidak hanya mendengar dengan telinga, namun mendengar dengan mata dan hati atau perasaan. Merasakan, memahami, menyelami, dan berintuisi. Empati didefinisikan sebagai kemampuan mendengarkan untuk mengidentifikasi atau memahami dengan cara seolah mengalami sendiri perasaan, pikiran, atau sikap orang lain. Mendengarkan dengan empati dapat memungkinkan meningkatkan rasa empati seseorang terhadap orang lain, sehingga hubungan sosial atau interaksi dapat berjalan dengan lancar.

Kemampuan Mendengarkan



Gambar 8. Kemampuan Mendengarkan

Pengertian Kemampuan Mendengarkan

Mendengarkan adalah keterampilan komunikasi yang paling awal diperoleh, yang paling sering digunakan, akan tetapi juga yang paling tidak dikuasai. Ada perbedaan jelas antara mendengar dan mendengarkan. menurut

Webster New World Dictionary, mendengarkan adalah "usaha untuk membuat sadar untuk mendengar" atau "memperhatikan suara." Ini adalah bukti bahwa mendengarkan melibatkan lebih dari pendengaran. Pada dasarnya, mendengar berkaitan dengan penerimaan fisik suara dan merupakan tindakan sukarela;

mendengarkan berkaitan dengan persepsi suara yang berarti dan merupakan tindakan sukarela. Mendengarkan dimungkinkan karena adanya jeda antara kata yang diucapkan dan aktivitas mental pendengar. Untuk benar-benar mendengarkan, membutuhkan pengembangan kebiasaan mendengarkan yang baik. Untuk melakukan ini, kita harus terlebih dahulu, memperhatikan pesan pembicara, berbagi dalam komunikasi, memahami bahasa tubuh dan, akhirnya mendengarkan yang efektif, tergantung pada tujuan komunikasi.

Tiga jenis mendengarkan

1. Pemboros waktu,
2. Pengecil disonansi dan
3. Pendengar aktif.

Pemboros waktu, sering melamun pada waktu mendengarkan. Sebenarnya hal ini tidak terlalu buruk, karena mereka dapat memberikan penyaluran yang sehat bagi imajinasi mereka. Namun mereka dapat kehilangan kontrol dan pemahaman pada apa yang pembicara sampaikan akan hilang.

Pengecil disonansi, berusaha untuk mengatasi konflik internal yang mereka hadapi dari informasi baru yang diterima, yang tidak konsisten dengan pemahaman awal mereka. Ini adalah cara mereka menerima dan memproses informasi baru.

Mereka perlu mempertajam keterampilan mendengarkan untuk mencapai kemampuan baru yang disebut mendengar aktif. Sebagai pendengar aktif mereka harus mendengarkan dengan tingkat yang lebih besar sensitivitasnya, sehingga mereka lebih memahami apa yang dikatakan. Di sini mereka tidak hanya harus memahami isi pesan, tetapi juga perasaan pembicara.

Jenis mendengar terbagi atas 2, yaitu:

1. Mendengar dengan aktif (positif)
2. Mendengar dengan emosional (negatif)

Teknik mendengarkan aktif:

1. Tidak menghakimi
2. Bersikap terbuka
3. Mendengar dengan cermat
4. Mendengar dengan perhatian
5. Jangan takut untuk diam
6. Berikan penekanan ulang
7. Tindak lanjut

Menghindari sikap Apatis

Apatis adalah suatu individu dimana mereka tidak memiliki perhatian atau minat khusus terhadap aspek-aspek tertentu seperti aspek fisik, aspek emosional dan aspek kehidupan sosial.

Dalam pengertian yang lain apatis juga dimaknai sebagai sikap menarik diri dan sekan-akan pasrah pada keadaan . Apatis juga dimaknai sebagai sikap tidak peduli atau tacuh tidak acuh atau masa bodoh.

Tingkatan Apatis



Gambar 9. Tingkatan Apatis

Apatis merupakan kurangnya emosi, motivasi, atau entusiasme. Apatis adalah istilah psikologi untuk keadaan cuek atau acuh tak acuh; di mana seseorang tidak tanggap atau "cuek" terhadap aspek emosional, sosial, atau kehidupan fisik.

Tingkatan apatis:

- 1 Apatis klinikal dianggap tingkatan atas,
2. Sedangkan tingkat menengah dapat dianggap sebagai depresi,
3. Dan pada tingkatan puncak dapat didiagnosis sebagai disorder disassociative.

Aspek fisik dari apatis berhubungan dengan pemunduran fisik, kehilangan otot, dan kekurangan energi disebut letargi; yang memiliki banyak penyebab patologikal.

Apatis dapat berpusat terhadap objek tertentu; kepada seseorang, aktivitas atau lingkungan. Dia merupakan reaksi umum terhadap stress di mana diterapkan sebagai "belajar tak berdaya" dan seringkali dihubungkan dengan depresi. Dia dapat juga merefleksikan sebuah kekurangan minat non-patologi dalam hal yang dianggap tidak penting.

Sikap apatis adalah pilihan. Pilihan untuk tidak acuh terhadap suatu isu atau masalah yang berkembang di lingkungan. Apatis adalah sebuah sikap yang lahir akibat adanya konflik kepentingan. Konflik kepentingan yang akhirnya menganggap diri tidak terkait dengan kepentingan tersebut, atau menganggap diri tidak punya pengaruh atau andil dalam kepentingan itu. Sikap apatis dapat dibagi menjadi beberapa golongan :

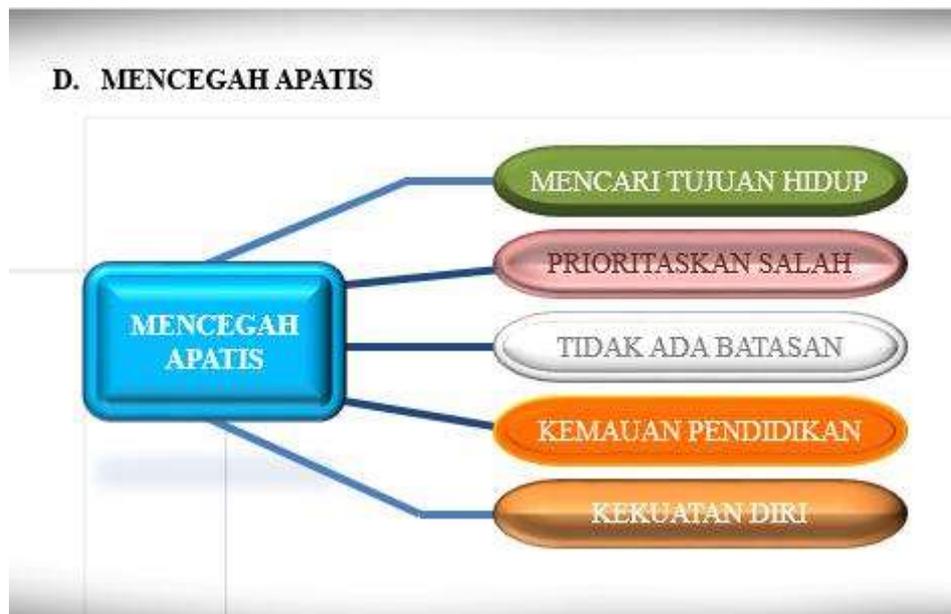
1. Apatis aktif : Melepaskan diri secara keseluruhan dari sebuah isu atau sistem yang berjalan.
2. partisipatif : Memilih untuk melepaskan diri dari isu tapi tetap mengikuti isu yang telah disepakati.
3. Apatis pasif : sifat apatis yang tetap memikirkan sebab akibat sehingga masih mencoba untuk adaptif dengan isu atau persoalan yang sedang berlangsung.

Apatis adalah sikap masyarakat yang masa bodoh dan tidak mempunyai minat atau perhatian terhadap orang lain, keadaan, serta gejala-gejala sosialpolitik pada umumnya. Apatisme merupakan sikap acuh tak acuh terhadap berbagai hal. Apatisme adalah kata serapa dari bahasa inggris, yaitu *apathy*. Kata tersebut diadaptasi dari bahasas yunani, yaitu *apathes* yang secara harfiah berarti tanpa perasaan. Definisi apatisme, yaitu hilangnya simpati, ketertarikan, dan antusiasme terhadap suatu objek. Jadi di dalam lingkungan sosial sangatlah penting untuk tidak bersikap apatis terhadap sesama individu. Karena sikap apatis akan dapat merugikan diri kita sendiri seperti akan dikucilkan oleh masyarakat dari lingkungannya sendiri dan tidak diperdulikan oleh orang lain.

Penyebab sikap apatisme tampaknya tidak begitu jelas, tetapi rasionalnya orang-orang yang cenderung apatis biasanya karena ia pernah mengalami sakit hati kepada seseorang ataupun merasa jenuh atau bosan terhadap suatu objek tertentu, sehingga munculah sikap patisme yaitu sikap yang acuh atau tidak peduli terhadap suatu objek tertentu.

Dampak sikap apatisme sering digambarkan sebagai kegagalan seorang individu dalam menjalin interaksi atau hubungan antar sesama individu. Sehingga terjadi pembatas antara individu yang satu dengan individu yang lainnya. Untuk itu sebagai individu yang baik dan berpendidikan harusnya bisa bersikap empati serta simpati bukan bersikap apatis atau acuh tak acuh terhadap individu yang lainnya.

Mencegah Apatis



Gambar 10. Mencegah Apatis

Apatis merupakan kurangnya emosi, motivasi atau antusiasme. Apatis merupakan istilah psikologis untuk keadaan ketidakpedulian, di mana seorang individu tidak menanggapi rangsangan kehidupan emosional, sosial atau fisik. Sikap apatis dapat dicirikan dengan seorang individu yang tidak tertarik dan tidak peduli atau tidak peka terhadap peristiwa, kurangnya minat atau keinginan untuk perhatian atau respect terhadap orang lain di sekitar kita.

Adapun berbagai macam ciri-ciri seseorang yang memiliki sikap apatis yaitu :

1. Seseorang yang apatis akan memiliki kepribadian yang otoriter atau semaunya sendiri tidak dapat diatur
2. Seseorang yang memiliki sikap apatis biasanya putus asa, karena semua diluar kontrolnya atau kendalinya.
3. Selalu tidak percaya bahwa hal itu akan berpengaruh positif pada dirinya
4. berdaya, menarik diri dari kegiatan
5. Tidak mau menghargai usaha orang lain.
6. Menutup jalan bagi dialog.
7. Selalu ragu-ragu dalam bertindak.
8. Tidak bisa bekerjasama dengan orang lain.
9. Tidak mempunyai emosi, lesu dan impasif.
10. Cuek dan tidak menghiraukan orang lain.
11. Curiga berlebihan terhadap orang lain.

II. LATIHAN

Jawablah pertanyaan pilihan ganda berikut ini:

1. Suatu aktivitas untuk memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain, serta apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh yang bersangkutan terhadap kondisi yang sedang dialami orang lain..
 - a. Pity
 - b. Empati
 - c. Sympati
 - d. Telepaty

2. Suatu proses seseorang merasa tertarik terhadap pihak lain, sehingga mampu merasakan apa yang dialami, dilakukan dan diderita orang lain
 - a. Pity
 - b. Empati
 - c. Sympati
 - d. Telepaty

3. Untuk itu sikap empati dan simpati sangatlah penting dalam dunia pendidikan, supaya menghindari...
 - a. Sikap toleransi
 - b. Sikap individual
 - c. Sikap apatis
 - d. Sikap destruktif

4. Empati dapat terjadi di mana saja dan tidak ada.....
 - a. Batasan ruang
 - b. Batasan waktu
 - c. Batasan orang
 - d. Batasan kegiatan

5. Empati merupakan bagian dari ..
 - a. Kompetensi inti
 - b. Komoetensi dasar
 - c. Kompetensi sosial
 - d. Kompetensi fisik

6. Penyelarasan dalam mendengarkan dengan penuh reseptivitas artinya.....
 - a. Penuh keterbukaan dan tertutupan terhadap ide
 - b. Penuh perhatian dan empati terhadap kritik
 - c. Penuh penerimaan dan ketrbukaan terhadap saran
 - d. Penuh semangat dan akuntabilitas terhadap kinerja

7. Konsep konseling teman sebaya yang diselenggarakan di seluruh sekolah juga memegang peranan yang penting untuk meningkatkan atau menumbuhkan

- a. Toleransi kepada siswa
 - b. Empati kepada siswa
 - c. Motivasi kepada siswa
 - d. Konseling kepada siswa
8. Pada dasarnya hubungan sosial didasari atas
- a. Keberadaan dan penerimaan oleh teman sebaya
 - b. Kebersamaan dan keterbukaan antar teman sebaya
 - c. Kebersamaan dan ketergantungan antar teman sebaya
 - d. Kelebihan dan kekurangan masing-masing
9. Akar empati dapat dilacak sejak...
- a. Dalam kandungan
 - b. Sejak lahir
 - c. Sejak bayi
 - d. Sejak dewasa
10. Empati dapat berkembang baik apabila...
- a. Dilatih sejak kecil
 - b. Sejak anak masuk dalam sosialisasi pertama
 - c. Sejak anak masuk sekolah
 - d. Lingkungan mendukung

Kunci Jawaban

1. B
2. B
3. C
4. B
5. C
6. C
7. B
8. A
9. C
10. D

III. RANGKUMAN

Empati merupakan suatu aktivitas untuk memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain, serta apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh yang bersangkutan terhadap kondisi yang sedang dialami orang lain, tanpa yang bersangkutan kehilangan kontrol dirinya. 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 memperlambat 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.

Simpaty adalah suatu proses seseorang merasa tertarik terhadap pihak lain, sehingga mampu merasakan apa yang dialami, dilakukan dan diderita orang lain. Dalam simpaty, perasaan memegang peranan penting. Simpaty akan berlangsung apabila terdapat pengertian pada kedua belah pihak. Simpaty lebih banyak terlihat dalam hubungan persahabatan, hubungan bertetangga, hubungan pekerjaan. Seseorang merasa simpaty dari pada orang lain karena sikap, penampilan, wibawa, atau perbuatannya.

IV. TES FORMATIF

1. Jelaskan yang dimaksud dengan simpaty !
2. Jelaskan yang dimaksud dengan pity!
3. Jelaskan yang dimaksud dengan Telepaty !
4. Jelaskan yang dimaksud dengan apaty !
5. Jelaskan yang dimaksud dengan Emotional contagion!

Kunci jawaban:

1. Simpaty adalah suatu proses kejiwaan di mana seorang individu merasa tertarik pada seseorang atau sekelompok orang karena sikap, penampilan, wibawa, atau perbuatannya yang sedemikian rupa. Di dalam proses ini perasaan seseorang memegang peranan yang sangat penting, walaupun dorongan utama pada simpaty adalah keinginan untuk memahami pihak lain dan untuk bekerja sama dengannya. Inilah perbedaan utamanya jika di bandingkan dengan identifikasi. Identifikasi lebih di dorong oleh suatu keinginan untuk belajar dari pihak lain yang dianggap kedudukannya lebih tinggi dan harus di hormati. Hal ini karena pihak lain mempunyai kelebihan atau kemampuan tertentu yang patut dijadikan contoh
2. Pity adalah dapat dimaknai sebagai kata benda yang berarti kasihan, sayang. Sementara dalam kata kerja berarti mengasihani.

3. Telepati, adalah kemampuan untuk berkomunikasi atau saling menukarkan informasi dengan orang lain tanpa menggunakan indra. Dalam film-film populer, telepati digambarkan begitu fantastis. Antara dua orang mampu saling bercakap-cakap tanpa perlu berbicara. Namun, tentu saja telepati tidak sespektakuler yang digambarkan dalam film populer. Kebanyakan informasi yang disampaikan dalam telepati hanyalah gambaran-gambaran singkat.
4. Apati merupakan kurangnya emosi, motivasi, atau entusiasme. Apatis adalah istilah psikologi untuk keadaan cuek atau acuh tak acuh; di mana seseorang tidak tanggap atau "cuek" terhadap aspek emosional, sosial, atau kehidupan fisik. Apatis klinikal dianggap tingkatan atas, sedangkan tingkat menengah dapat dianggap sebagai depresi, dan pada tingkatan puncak dapat didiagnosis sebagai disorder disassociative. Aspek fisik dari apatis berhubungan dengan pemunduran fisik, kehilangan otot, dan kekurangan energi disebut letargi; yang memiliki banyak penyebab patologikal.. Apatis dapat berpusat terhadap objek tertentu; kepada seseorang, aktivitas atau lingkungan. Dia merupakan reaksi umum terhadap stress di mana diterapkan sebagai "belajar tak berdaya" dan seringkali dihubungkan dengan depresi. Dia dapat juga merefleksikan sebuah kekurangan minat non-patologi dalam hal yang dianggap tidak penting.
5. Emotional contagion, yaitu Fenomena memiliki emosi satu orang dan perilaku terkait secara langsung memicu emosi dan perilaku yang serupa pada orang lain.

Kunci Jawaban:

Umpun Balik dan Tindak Lanjut.

Pedoman penskoran:

Nomor 1 = skor maksimal = 4

Nomor 2 = skor maksimal = 4

Nomor 3 = skor maksimal = 4

Nomor 4 = skor maksimal = 4

Nomor 5 = skor maksimal = 4

Total skor maksimal = 20

Pedoman penilaian = Jumlah skor diperoleh x 5

V. VIDEO TUTORIAL

Untuk meningkatkan pemahaman maka video tutorial Empati dapat diunduh pada:

<https://youtu.be/-uYKmyJiQBw>

VI. PENGAYAAN

Untuk mengembangkan pemahaman lebih lanjut, maka kita akan memperkaya pemahaman dengan menganalisis artikel : Perilaku prososial ditinjau dari empati dan kematangan emosi , oleh : GY Asih, MMS Pratiwi.

Pada :

https://scholar.google.co.id/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=empati+guru+dan+siswa&btnG=

VII. FORUM

Setelah melakukan kajian pada jurnal pengayaan Perilaku prososial ditinjau dari empati dan kematangan emosi , oleh : GY Asih, MMS Pratiwi.

Pada :

https://scholar.google.co.id/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=empati+guru+dan+siswa&btnG=

maka pengalaman pembelajaran dapat dilanjutkan dengan diskusi pada forum, dengan inti diskusi:

Apa faktor dan indikator utama yang dideskripsikan dari artikel tersebut?

VIII. DAFTAR PUSTAKA

Soft skills, Kunci sukses dalam karier, bisnis dan kehidupan pribadi, Brian Aprinto, SPHR dan Fonny Arisandy Jacob, PPM Manajemen,

Danim, Sudarwan (2012) , Pengembangan Profesi Guru, Jakarta: Kencana

https://scholar.google.co.id/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=empati+guru+dan+siswa&btnG=