

EMPATI DAN PERILAKU PROSOSIAL PADA ANAK

Murhima A. Kau

Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo

INTISARI

Proses perkembangan perilaku prososial menurut sudut pandang *Social Learning Theory* ditekankan pada perkembangan respon yang nampak dan diperoleh selama kehidupan anak. Menurut para ahli tersebut, sebagian besar perilaku manusia dipelajari, dibentuk, dan ditentukan oleh kejadian-kejadian dalam lingkungannya, terutama reward, hukuman, dan peniruan (*modeling*).

Perilaku Prososial

Perilaku prososial didefinisikan sebagai tindakan sukarela yang dimaksudkan untuk membantu atau memberi keuntungan pada individu atau sekelompok individu (Eisenberg, 1989). Perilaku prososial ini menunjuk pada respon yang nampak dan perilaku prososial yang manifest, bukan pada pengetahuan tentang norma sosial, motif, konsep-konsep moral, dan penalaran moral anak berkaitan dengan perilaku prososial.

Meskipun tindakan prososial dimaksudkan untuk memberikan keuntungan kepada orang lain, namun tindakan ini dapat muncul karena beberapa alasan. Misalnya, seorang individu mungkin membantu orang lain karena punya motif untuk mendapatkan keuntungan pribadi (mendapat hadiah), agar dapat diterima orang lain, atau karena memang dia benar-benar bersimpati, atau menyayangi seseorang.

Perilaku prososial ini sering disamakan dengan altruisme. *Altruisme* adalah salah satu jenis yang spesifik dari perilaku prososial, yaitu perilaku sukarela yang ditujukan untuk memberi keuntungan kepada orang lain dengan didasari motivasi intrinsik, dimana tindakan lebih didasari motif internal seperti perhatian dan simpati kepada orang lain, atau oleh nilai dan *reward* dari diri sendiri daripada demi keuntungan pribadi. Nilai internal yang mendorong tindakan altruisme berupa sebuah kepercayaan tentang pentingnya kesejahteraan atau keadilan bagi orang lain. Individu mungkin memberi reward bagi diri mereka sendiri dengan rasa harga diri, kebanggaan, atau kepuasan diri ketika mereka bertindak sesuai dengan nilai yang mereka miliki, dan mungkin menghukum diri sendiri dengan rasa bersalah dan rasa tidak berharga ketika mereka tidak bertindak sesuai nilai tersebut. Dengan alasan ini, beberapa ahli berpendapat bahwa tindakan prososial yang didasari nilai-nilai tampak lebih demi kepentingan pribadi daripada karena dorongan altruisme.

Faktor-faktor yang Menentukan Perilaku Prososial

Terdapat beberapa faktor yang menjadi determinan atau anteseden dari perilaku prososial, yang semuanya dikelompokkan dalam tujuh kategori utama, yaitu : faktor biologis, keanggotaan dalam kelompok atau budaya, pengalaman sosialisasi, proses kognitif, responsivitas emosi, kepribadian dan variabel personal seperti kemampuan bergaul dan gender, serta situasi dan lingkungan situasional.

Faktor biologis berperan dalam kapasitas perilaku prososial dan terdapat beberapa spekulasi bahwa gen memberi dasar perbedaan individual dalam kecenderungan berperilaku prososial.

Secara umum dapat diterima bahwa tindakan individu, motif, orientasi, dan nilai-nilainya, pada tingkatan tertentu, ditentukan oleh budaya dimana individu tersebut diasuh dan dibesarkan, termasuk disini adalah perilaku prososial. Namun, keanggotaan individu dalam suatu budaya tertentu hanya menunjukkan kecenderungan secara umum saja, dan tidak dapat menjelaskan perbedaan kecenderungan bertindak prososial antar individu dalam suatu budaya.

Pengalaman sosialisasi menunjuk pada hal-hal terdahulu yang ikut menentukan munculnya perilaku prososial, termasuk semua interaksi anak dengan agen sosialisasi utama seperti orang tua, kelompok sebaya, guru, dan media masa. Pengalaman sosialisasi tersebut sangat penting dalam membentuk kecenderungan prososial anak-anak.

Faktor yang termasuk dalam proses kognitif adalah persepsi anak, interpretasi dan penilaian terhadap situasi, tingkat perkembangan kognitif atau kematangan dan inteligensi, kemampuan untuk melihat dan menilai situasi dari perspektif orang lain (mengambil peran), dan pengambilan keputusan dan penalaran moral anak.

Variabel dalam kategori responsivitas emosi adalah rasa bersalah, perhatian pada orang lain, dan empati. Setiap reaksi tersebut muncul untuk menentukan apakah seseorang akan membantu orang lain atau tidak, juga kapan waktunya.

Diantara karakteristik individual yang berkaitan dengan kecenderungan prososial adalah gender, usia perkembangan (tercermin dalam usia), dan kepribadian (asertivitas, sosialisasi).

Hal lain yang menentukan reaksi prososial adalah tekanan eksternal, kejadian-kejadian sosial, dan konteks sosial.

Proses Perkembangan Perilaku Prososial

Proses perkembangan perilaku prososial menurut sudut pandang *Social Learning Theory* ditekankan pada perkembangan respon yang nampak dan diperoleh selama kehidupan anak. Menurut para ahli tersebut, sebagian besar perilaku manusia dipelajari, dibentuk, dan ditentukan oleh kejadian-kejadian dalam lingkungannya, terutama reward, hukuman, dan peniruan (*modeling*). Pada intinya, proses dan mekanisme yang mendasari perolehan berbagai macam respon pada manusia, termasuk rasa takut, ketrampilan sosial, agresi, dan konformitas,

juga dapat digunakan untuk menjelaskan perkembangan standar moral dan perilaku.

Menurut sudut pandang *Social Learning Theory*, respon prososial dipandang sebagai hasil dari penguatan langsung (reward). Contoh yang mudah dapat kita lihat, jika seorang anak diberi reward berupa pujian atau senyuman untuk kesediaannya berbagi apa yang dia miliki atau ketika dia membantu teman yang sedang sedih, maka perilakunya tersebut cenderung akan diulangi. Jika hal ini terjadi berulang-ulang, maka anak akan belajar respon mana yang menghasilkan pujian dan penghargaan dari orang tuanya, dan si anak akan mulai menghargai dirinya sendiri untuk menguatkan perilaku yang dilakukannya.

Prinsip kondisioning dan prinsip belajar juga dapat digunakan untuk menjelaskan perkembangan empati (kemampuan menempatkan diri dan merasakan emosi orang lain) dan kecenderungan altruisme.

Metode Pengukuran Perilaku Prososial

Meskipun standar pengukuran untuk beberapa variabel psikologis sudah tersedia, namun sampai saat ini belum ada metode yang secara umum diterima untuk mengukur perilaku prososial anak. Karena itu peneliti biasanya menggunakan standar yang dibuat sendiri atau mengadopsi dari penelitian sebelumnya.

Beberapa teknik yang biasanya digunakan para peneliti untuk mengukur tinggi rendahnya perilaku prososial adalah: observasi naturalistik, tes situasional, ratings, kuisenair sosiometrik, dan kuisenair yang mengukur respon prososial.

Salah satu contoh alat ukur yang digunakan untuk mengukur perilaku prososial adalah alat ukur yang dibuat oleh Penner (dalam Eisenberg, 1987). Alat ukur tersebut mengukur 7 variabel yang dapat dianggap menunjukkan tingkat perilaku prososial. Ketujuh variabel tersebut adalah : tanggung jawab sosial, perhatian yang empatis, pengambilan peran, stres-stres personal, penalaran moral, penalaran pada hal lain, dan pelaporan diri tentang altruisme.

Seperti dijelaskan sebelumnya bahwa perilaku prososial adalah tindakan sukarela yang dimaksudkan untuk membantu atau memberi keuntungan pada individu atau sekelompok individu lain. Artinya, jika dalam suatu pengukuran seseorang dikatakan memiliki tingkat prososial tinggi berarti orang tersebut menunjukkan bentuk dan frekuensi yang tinggi dalam perilaku membantu orang lain (senang membantu, berbagi, dan menyenangkan hati orang lain). Sebaliknya, jika seseorang memiliki tingkat prososial yang rendah berarti orang tersebut menunjukkan bentuk dan frekuensi yang rendah dalam perilaku membantu orang lain. Namun generalisasi hasil pengukuran perilaku prososial ke dalam kehidupan sehari-hari harus dilakukan secara sangat hati-hati karena sifat pengukurannya yang masih sulit distandardisasi.

Menurut Eisenberg (1989) secara umum, seorang anak yang senang membantu, berbagi, dan menyenangkan hati orang lain biasanya relatif aktif, ramah, kompeten, asertif, pandai menempatkan diri, penalaran moral matang, dan

simpatik. Orang tua dari anak-anak yang tingkat prososialnya tinggi biasanya juga penyayang, menerapkan model pengasuhan yang mendukung perilaku membantu dan memberi contoh kepada anak, mampu mendiskusikan akibat positif dan negatif dari tindakan anak terhadap orang lain, menerapkan disiplin, dan menekankan rasa tanggung jawab anak terhadap orang lain.

Empati dan Perilaku Prososial

Perilaku prososial tidak semata-mata berdasarkan pada logika, pemahaman, atau penalaran, karena beberapa kondisi emosi menjadi penyebab dari munculnya perilaku prososial, diantaranya empati.

Empati adalah kondisi emosi dimana seseorang merasakan apa yang dirasakan orang lain seperti dia mengalaminya sendiri, dan apa yang dirasakannya tersebut sesuai dengan perasaan dan kondisi orang yang bersangkutan. Meskipun empati merupakan respon yang bersifat emosi namun juga melibatkan ketrampilan kognitif seperti kemampuan untuk mengenali kondisi emosi orang lain dan kemampuan mengambil peran (Feshbach dalam Eisenberg, 1989).

Menurut Aronfeed (dalam Eisenberg, 1989) pada awalnya empati diperoleh melalui kondisioning atau asosiasi, dimana secara berulang-ulang rasa senang atau rasa sakit pada anak dipasangkan dengan ekspresi orang lain tentang perasaan tersebut.

Empati diukur dengan melakukan tes dimana kepada anak disajikan cerita atau rangkaian gambar yang mengandung informasi tentang kondisi perasaan orang lain (misalnya anak yang menangis ditinggal ibunya pergi). Kemudian mereka diminta memberi respon, verbal atau nonverbal (dengan menunjuk gambar ekspresi wajah) tentang apa yang mereka rasakan. Anak-anak tersebut akan diberikan skor empatis jika mereka menunjukkan perasaan yang sama dengan situasi tokoh yang ditunjukkan (Eisenberg, 1987).

Beberapa teori menyatakan bahwa empati dan simpati adalah faktor yang sangat penting dalam munculnya perilaku prososial. Gagasan tersebut telah banyak diuji secara sistematis, dan telah didukung banyak bukti empiris. Temuan yang sangat jelas menunjukkan peran empati dan perilaku prososial adalah hasil penelitian yang dilakukan terhadap sekelompok subjek dewasa. Salah satu penelitian adalah yang dilakukan oleh Toi dan Batson (Eisenberg, 1987).

Empati dan perilaku prososial juga berkaitan dalam seting kehidupan sehari-hari. Orang-orang yang membantu orang Yahudi dari Nazi ketika diwawancara menjelaskan motif mereka membantu. Lebih dari separuh menyatakan bahwa mereka membantu karena rasa empati dan simpati dengan kondisi para korban (Oliner & Oliner dalam Eisenberg, 1987).

Sementara itu, studi terhadap subjek anak-anak menunjukkan hasil yang tidak konsisten, namun tetap mengindikasikan adanya hubungan antara empati dan perilaku prososial. Beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa empati tidak berhubungan secara positif dengan perilaku prososial mungkin disebabkan karena pengukuran empati yang kurang valid.

Pada anak laki-laki dan perempuan, ekspresi wajah dan sikap tubuh menunjukkan empati yang dikaitkan dengan perilaku prososial. Anak laki-laki yang menunjukkan ekspresi empati cenderung lebih senang membantu anak lain yang sakit, juga anak perempuan. Pada studi yang sama, Eisenberg (1988) menyatakan bahwa reaksi wajah yang menunjukkan kesedihan atau perhatian pada derita orang lain berkaitan dengan sikap spontan anak-anak pra sekolah dalam berbagi dan membantu teman lain saat acara bermain. Jadi, empati dan simpati secara jelas menjadi media bagi munculnya perilaku prososial.

Namun, tidak semua perilaku prososial didasari motif empati atau simpati. Mungkin saja perilaku membantu muncul karena tujuan lain, seperti ingin mendapatkan pujian, hadiah, atau sebab yang lain.

Daftar Pustaka

- Eisenberg, N. & Mussen, P.H., 1989, *The Roots of Prosocial Behavior in Children*, New York : Cambridge University Press
- Eisenberg, N., & Miller, P. A., 1987, *The relation of empathy to prosocial and related behaviors*, *Psychological Bulletin*, 101(1), 91-119.
- Eisenberg, N., 1982, (Ed.), *The development of prosocial behavior*, New York: Academic Press.