

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Perilaku Prososial

2.1.1 Definisi Perilaku Prososial

Dalam kamus psikologi James P Chaplin (2011) mengatakan tentang perilaku dalam pengertian luasnya yakni mencakup segala sesuatu yang dilakukan atau dialami seseorang. Ide-ide, impian-impian, reaksi-reaksi kelenjar, lari, menggerakkan, suatu kapal angkasa, semua itu adalah tingkah laku/perilaku. Dalam pengertian lebih sempit, tingkah laku/perilaku dapat dirumuskan; hanya mencakup reaksi yang dapat diamati secara umum atau objektif. Definisi ini tidak memasukkan gejala yang disadari seperti berfikir, merasa, berpendapat, mempertimbangkan, dan yang semacam itu, kecuali apabila hal-hal tersebut memang sengaja dipelajari sebagai akibat dari perilaku tadi.

Menurut Sears, dkk (1991) prososial mencakup kategori yang lebih luas, meliputi segala bentuk tindakan yang dilakukan atau direncanakan untuk menolong orang lain, tanpa mepedulikan motif-motif si penolong.

Menurut Baron & Byrne (2008) Perilaku prososial merupakan suatu tindakan menolong yang menguntungkan orang lain tanpa harus menyediakan suatu keuntungan langsung pada orang yang melakukan tindakan tersebut, dan mungkin bahkan melibatkan suatu resiko bagi orang yang menolong.

Menurut Fuad Nashori (2008) pengertian perilaku prososial berkisar dari tindakan altruisme yang tanpa pamrih sampai tindakan menolong yang sepenuhnya dimotivasi oleh kepentingan diri sendiri. Adapun Desmita (2016) menyatakan bahwa perilaku prososial adalah tingkah laku sosial positif yang menguntungkan atau

membuat kondisi fisik atau psikis orang lain lebih baik, yang dilakukan atas dasar sukarela tanpa mengharapkan *rewards* eksternal. Dalam penelitian ini tingkah laku tersebut meliputi membantu/menolong, berbagi, dan menyumbang.

Menurut Dayakisni dan Hudaniah (2015) perilaku prososial adalah segala bentuk perilaku yang memberikan konsekuensi positif bagi si penerima, baik dalam bentuk materi, fisik ataupun psikologis tetapi tidak memiliki keuntungan yang jelas bagi pemilikinya.

Menurut peneliti, perilaku prososial ada tindakan yang dilakukan oleh seseorang secara sukarela dalam bentuk menolong, bekerjasama, berbagi, dan menyumbang dengan tujuan untuk kesejahteraan orang lain menjadi lebih baik.

2.1.2 Aspek-Aspek Perilaku Prososial

Menurut Mussen dkk (Nashori, 2008) mengungkapkan bahwa aspek-aspek perilaku prososial meliputi:

- a. Menolong, yaitu membantu orang lain dengan cara meringankan beban fisik atau psikologis orang tersebut.
- b. Berbagi rasa, yaitu kesediaan untuk ikut merasakan apa yang dirasakan orang lain.
- c. Kerjasama, yaitu melakukan pekerjaan atau kegiatan secara bersama-sama berdasarkan kesepakatan untuk mencapai tujuan bersama pula.
- d. Menyumbang, yaitu berlaku murah hati kepada orang lain.
- e. Memperhatikan kesejahteraan orang lain, yaitu peduli terhadap permasalahan orang lain.

Sedangkan menurut Carlo & Randall (2002), menyatakan bahwa aspek-aspek perilaku prososial terdiri dari 4 aspek yaitu :

a. *Altruistic Prosocial Behavior*

Altruistic prosocial behavior adalah motivasi membantu orang lain terutama yang berhubungan dengan kebutuhankebutuhan dan kesejahteraan orang lain, seringkali disebabkan oleh respon-respon simpati dan diinterlisasikan ke dalam norma-norma atau prinsip-prinsip yang tetap dengan membantu orang lain.

b. *Compliant Prosocial Behavior*

Compliant prosocial behavior adalah membantu orang lain karena dimintai petolongan baik verbal maupun nonverbal.

c. *Emotional Prosocial Behavior*

Emotional prosocial behavior adalah membantu orang lain karena disebabkan perasaan emosi berdasarkan situasi yang terjadi.

d. *Public Prosocial Behavior*

Public prosocial behavior adalah perilaku menolong orang lain yang dilakukan di depan orang-orang, setidaknya dengan suatu tujuan untuk memperoleh pengakuan dan rasa hormat dari orang lain (orang tua, teman sebaya) dan meningkatkan harga diri.

Jadi dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek perilaku prososial adalah perilaku seseorang untuk menolong, berbagi rasa, kerja sama, menyumbang dan memperlihatkan kesejahteraan orang lain. Serta memotivasi untuk membantu orang lain karena pertolongan atau adanya perasaan emosi berdasarkan situasi yang terjadi dan perilaku menolong yang dilakukan di depan orang-orang.

2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Prosocial

Menurut Sears dkk (1991), menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prososial adalah:

a. Situasi, meliputi:

- 1) Kehadiran orang lain, mungkin telah menjadi alasan bagi tiadanya usaha untuk memberikan pertolongan. Orang-orang cenderung berpikir bahwa sudah ada orang lain yang bertindak untuk memberikan pertolongan sehingga ia sendiri tidak akan bertindak apapun untuk menolong.
- 2) Kondisi lingkungan, keadaan fisik mempengaruhi kesediaan untuk membantu. Stereotip yang umum adalah bahwa penduduk kota tidak ramah dan tidak suka menolong, sedangkan kota kecil atau desa secara kooperatif suka menolong.
- 3) Tekanan waktu, rasionalitas (akal sehat) dan penelitian menunjukkan bukti bahwa kadang-kadang kita berada dalam keadaan tergesa-gesa untuk menolong sehingga kita memutuskan untuk tidak melakukan tindakan memberikan pertolongan.

b. Karakteristik Penolong, meliputi:

- 1) Faktor kepribadian, orang yang mempunyai tingkat kebutuhan tinggi untuk diterima secara sosial dan mendapat pujian, lebih cenderung bertindak prososial dan akan melakukan tindakan ini jika mereka diperhatikan.
- 2) Suasana hati, orang lebih terdorong untuk memberikan bantuan bila mereka berada dalam suasana hati baik.
- 3) Rasa bersalah, keadaan psikologis yang mempunyai relevansi khusus dengan perilaku prososial adalah

rasa bersalah, perasaan gelisah yang timbul bila kita melakukan sesuatu yang kita anggap salah.

- 4) Distress diri dan rasa empatik, distress diri (*personal distress*) adalah reaksi pribadi kita terhadap penderitaan orang lain, perasaan terkejut takut, dll. Sebaliknya rasa empatik (*emphatic concern*) adalah perasaan simpati dan perhatian terhadap orang lain, khususnya untuk berbagai pengalaman atau secara tidak langsung merasakan penderitaan orang lain.
- c. Karakteristik Orang yang Membutuhkan Pertolongan, meliputi:
- 1) Menolong orang yang kita sukai, perilaku prososial dipengaruhi oleh jenis hubungan antara orang, seperti yang terlihat jelas dalam pengalaman sehari-hari. Tidak peduli apakah karena rasa suka, kewajiban sosial, kepentingan diri atau empati, kita lebih suka menolong orang dekat dari pada orang asing.
 - 2) Menolong orang yang pantas ditolong, legitimasi atau kelayakan permintaan atau masalah menimbulkan perbedaan. Tentu saja, penilaian tentang makna penting kebutuhan tertentu sangat dipengaruhi oleh nilai budaya.

Menurut Staub (Dayakisni 2015) terdapat beberapa faktor yang mendasari seseorang untuk bertindak prososial, yaitu:

- a. *Self-Gain*
Yaitu harapan seseorang untuk memperoleh atau menghindari kehilangan sesuatu, misalnya ingin mendapatkan pengakuan, pujian atau takut dikucilkan.
- b. *Personal Values and Norms*
Adanya nilai-nilai dan norma sosial yang diinternalisasikan oleh individu selama mengalami

sosialisasi dan sebagian nilai-nilai serta norma tersebut berkaitan dengan tindakan prososial, seperti berkewajiban menegakkan kebenaran dan keadilan serta adanya norma timbal balik.

c. *Empathy*

Kemampuan seseorang untuk ikut merasakan perasaan atau pengalaman orang lain. Kemampuan untuk empati ini erat kaitannya dengan pengambilalihan peran. Jadi prasyarat untuk mampu melakukan empati, individu harus memiliki kemampuan untuk melakukan pengambilan peran.

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut secara umum dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prososial dapat dibedakan menjadi tiga kelompok, yaitu faktor situasi, faktor karakteristik penolong dan faktor karakteristik orang yang membutuhkan pertolongan seperti menolong orang yang kita sukai dan menolong orang yang pantas ditolong. Serta faktor *self-gain, personal values and norms, empathy*.

2.1.4 Perilaku Prososial dalam Perspektif Islam

Secara spesifik memang tidak terdapat kata prososial dalam Al-Qur'an, namun kata tolong menolong atau saling membantu banyak ditemukan di dalamnya. Di dalam Al-Qur'an, Allah SWT sering mengingatkan makhluk-Nya untuk dapat tolong-menolong dalam kebaikan, seperti

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

اللَّهُ شَدِيدُ الْعِقَابِ

Artinya :” ..dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan

tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah amat berat siksa-Nya". (QS. Al-Ma'idah : 2).

Berdasarkan tafsir Ibnu Katsir ayat di atas menjelaskan bahwa Allah SWT memerintahkan hamba-hamba-Nya yang beriman untuk senantiasa tolong menolong dalam berbuat kebaikan, itulah yang disebut dengan *al-birru* (kebajikan), serta meninggalkan segala bentuk kemungkarannya, dan itulah yang dinamakan dengan *at-takwa*. Dan Allah SWT melarang mereka tolong-menolong dalam hal kebatilan, berbuat dosa dan mengerjakan hal-hal yang haram (Tafsir Ibnu Katsir, 2003).

Makna dari ayat di atas dapat kita hubungkan dengan kegiatan kita sehari-hari agar kita dapat saling tolong-menolong dalam kebaikan. Sebagaimana yang kita ketahui bahwa manusia merupakan makhluk sosial yang tidak pernah lepas dari interaksi dengan orang lain, meskipun manusia kadang mandiri namun pada saat tertentu manusia masih membutuhkan pertolongan dari orang lain.

Oleh sebab itu dapat dikatakan bahwa manusia tidak dapat hidup sendiri tanpa pertolongan atau bantuan orang lain, saling tolong menolong dan bekerjasama antar sesama. Oleh karena itu, dalam kehidupan bermasyarakat manusia harus saling tolong-menolong dan saling membantu. Perilaku menolong tersebut merupakan salah satu bentuk contoh perilaku prososial.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku prososial adalah perilaku tolong menolong dalam sebuah kebaikan dan takwa bahwa manusia itu merupakan makhluk sosial yang tidak pernah lepas dari interaksi dengan orang lain, meskipun manusia kadang

mandiri namun pada saat tertentu manusia masih membutuhkan pertolongan orang lain. Oleh sebab itu dapat dikatakan bahwa manusia tidak dapat hidup sendiri tanpa pertolongan atau bantuan orang lain, sehingga hal ini mengisyaratkan kepada manusia untuk saling tolong menolong dan bekerjasama antar sesama.

2.2 Empati

2.2.1 Definisi 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 (Goleman, 2007).

Menurut Baron dan Byrne (2008) empati merupakan respon afektif dan kognitif yang kompleks pada distress emosional orang lain. Empati termasuk kemampuan untuk merasakan keadaan emosional orang lain, merasa simpatik dan mencoba menyelesaikan masalah, dan mengambil perspektif orang lain. Seseorang dapat menjadi empatik kepada karakter fiktif sebagaimana kepada korban pada kehidupan nyata.

Allport mendefinisikan empati sebagai perubahan imajinasi seseorang kedalam pikiran, perasaan, dan perilaku orang lain. Davis mendefinisikan empati sebagai sekumpulan konstruk yang berkaitan dengan respon seseorang terhadap pengalaman orang lain. Secara spesifik ini meliputi proses yang terjadi pada pengamat serta

bentuk afektif dan non-afektif yang dihasilkan dari proses tersebut (Taufik, 2017 : 173).

Sedangkan menurut Myers (2012), mengartikan empati sebagai pengalaman yang mewakili perasaan orang lain atau dapat dikatakan menempatkan diri sendiri pada tempat orang lain.

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa empati adalah perasaan simpati dan perhatian terhadap orang lain, khususnya untuk berbagai pengalaman atau secara tidak langsung merasakan penderitaan orang lain.

2.2.2 Aspek-Aspek Empati

Davis (Nashori 2008) menyatakan bahwa aspek-aspek empati adalah sebagai berikut :

- a. *Perspective Taking*, yaitu kecenderungan seseorang untuk mengambil sudut pandang orang lain secara spontan.
- b. *Fantasy*, yaitu kemampuan seseorang untuk mengubah diri mereka secara imajinatif dalam mengalami perasaan dan tindakan dari karakter khayal dalam buku, film, sandiwara yang di baca atau di tontonnya.
- c. *Empatic Consern*, yaitu perasaan simpati yang berorientasi kepada orang lain dan perhatian terhadap kemalangan yang dialami orang lain. Sears (1991) menyatakan bahwa *Empathic Consern* adalah perasaan simpati dan perhatian terhadap orang lain, kuhususnya untuk berbagai pengalaman atau secara tidak langsung merasakan penderitaan orang lain.
- d. *Personal Distress*, yaitu kecemasan pribadi yang berorientasi pada diri sendiri serta kegelisahan dalam menghadapi *setting* interpersonal yang tidak menyenangkan. Sears (1991) menyatakan bahwa

Personal Distress adalah reaksi pribadi kita terhadap penderitaan orang lain, perasaan terkejut, takut, cemas, prihatin, tidak berdaya, atau perasaan apapun, yang kita alami.

Selain itu aspek-aspek dari empati, sebagaimana pendapat Batson dan Coke (dalam Asih, 2010) yaitu :

- a. **Kehangatan**
Kehangatan merupakan suatu perasaan yang dimiliki seseorang untuk bersikap hangat terhadap orang lain.
- b. **Kelembutan**
Kelembutan merupakan suatu perasaan yang dimiliki seseorang untuk bersikap maupun bertutur kata lemah lembut terhadap orang lain.
- c. **Peduli**
Peduli merupakan suatu sikap yang dimiliki seseorang untuk memberikan perhatian terhadap sesama maupun lingkungan sekitarnya.
- d. **Kasihani**
Kasihani merupakan suatu perasaan yang dimiliki seseorang untuk bersikap iba atau belas asih terhadap orang lain.

Sedangkan Baron dan Byrne (2008) menyatakan bahwa dalam empati juga terdapat aspek-aspek, yaitu:

- a. *Afektif*, yaitu individu yang berempati merasakan apa yang orang lain rasakan.
- b. *Kognitif*, yaitu individu yang memiliki kemampuan empati dapat memahami apa yang orang lain rasakan dan mengapa hal tersebut dapat terjadi pada orang tersebut.

Jadi dapat disimpulkan bahwa aspek empati yaitu *perspektif taking* (pengambilan sudut pandang), *fantasy*, *empathic concern* (perhatian empatik) dan *personal distress* (distress diri). Selain itu aspek empati juga yaitu kehangatan, kelembutan, peduli, dan kasihan.

2.2.3 Perkembangan Empati

Menurut Taufik (2017) Empati semakin menarik ketika pembahasan mengarah kepada keberadaan, pembentukan dan perkembangannya. Untuk menjelaskan ketiganya berbagai teori telah dimunculkan, mulai dari teori yang hanya bersifat spekulatif hingga teori yang konstruktif yang didasarkan pada bukti–bukti empiris. Dalam pembahasan ini akan membahas apakah empati itu ada dalam diri manusia sebagai sesuatu yang "*being*" ataukah "*becoming*".

Konsep being dan becoming pada awalnya sangat dikenal dalam bidang filsafat. Konsep being dan becoming pada awalnya sangat dikenal dalam bidang filsafat. Dalam kajian filsafat being dimaknai sebagai "mengada", yaitu seseorang menyadari eksistensi dirinya sebagai makhluk ciptaan Allah SWT, beserta segenap tugas-tugas, hak dan tanggung jawab. Selain itu juga dimaknai sebagai kemampuan seseorang dalam memahami realitas diri, dalam hal ini seseorang dapat dikatakan telah "mengada" apabila ia dapat menerima kondisi dirinya sebagaimana adanya.

Sehubungan dengan konsep empati ini, muncul pertanyaan apakah empati itu termasuk dalam kategori *being* ataukah *becoming*? dengan kata lain, apakah empati itu diturunkan (dibawa sejak lahir) ataukah dapat dipelajari atau diajarkan? Para teoritikus awal memandang empati sebagai *trait* atau karakter yang stabil, dapat diukur, namun tidak dapat (Taufik, 2017).

Sementara itu, para peneliti yang lain menemukan bahwa *treatment-treatment* yang diarahkan kepada pembelajaran empati dapat meningkatkan kemampuan empati. Penelitian yang dilakukan menemukan bahwa ekspresi-ekspresi yang ditunjukkan oleh orang tua kepada anak–anaknya dapat menjadi model atau sarana bagi

anak-anak untuk meningkatkan empati dan perilaku prososialnya. Dalam penelitian lainnya ditemukan ketika guru-guru menanamkan nilai-nilai empati kepada murid-muridnya, para murid lebih suka mengadopsi nilai-nilai empati itu dengan cara mencontoh perilaku sang guru dan menerapkan nilai-nilai empati yang di ajarkan. Pelatihan tentang nilai-nilai empati dapat digunakan untuk mengasah perasaan, pemahaman, dan perilaku empati.

2.2.4 Empati dalam Perspektif Islam

Al-Qur'an adalah petunjuk bagi kehidupan umat manusia yang diturunkan oleh 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. Bentuk empati dalam kehidupan sehari-hari adalah bentuk kepedulian kita terhadap sesama, yang mana di jelaskan dalam Al-Qur'an surat Al-Israa' ayat 26 sebagai berikut :

وَأَاتِ ذَا الْقُرْبَىٰ حَقَّهُ وَالْمِسْكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ وَلَا تُبَذِّرْ تَبْذِيرًا ﴿٢٦﴾

Artinya : *"Dan berikanlah kepada keluarga-keluarga yang dekat akan haknya, kepada orang miskin dan orang yang dalam perjalanan dan janganlah kamu menghambur-hamburkan (hartamu) secara boros."* (Q.S Al-Israa' : 26).

Ayat di atas berdasarkan tafsir Ibnu Katsir menjelaskan bahwa setelah Allah SWT menceritakan

tentang *birrul waalidain* (berbakti kepada orangtua), Dia langsung menyambunginya dengan menceritakan tentang berbuat baik kepada kaum kerabat dan tali silaturahmi. Setelah menyuruh mengeluarkan infak, Allah SAW melarang berlebih-lebihan dalam berinjak, dan menyuruh melakukannya secara seimbang atau pertengahan.

Penjelasan ayat di atas mengisyaratkan bahwa setiap manusia harus peduli dan membantu terhadap sesama manusia yang sedang berada dalam kesusahan dan tanpa berlebih-lebihan. Bentuk kepedulian terhadap sama manusia tersebut merupakan salah satu bentuk empati. Dimana empati merupakan kemampuan untuk merasakan keadaan emosional orang lain, merasa simpatik dan mencoba menyelesaikan masalah, dan mengambil perspektif orang lain (Baron & Byrne, 2008).

Dari uraian diatas, 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. Yang mana Islam mengajarkan kepada umatnya untuk dapat merasakan penderitaan orang lain. Dalam konteks ini empati tidak hanya merasakan kesusahan orang lain saja, melainkan merasakan kesenangannya pula.

2.3 Hubungan antara Empati dengan Perilaku Prososial

Sekolah merupakan tempat dimana siswa belajar untuk membangun diri dan mengasah kemampuan berdasarkan ilmu serta mengembangkan potensi yang dimiliki agar tujuan tersebut dapat tercapai. Siswa yang menempuh pendidikan di Sekolah Menengah Atas (SMA) termasuk ke dalam kategori remaja awal. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Abidin (2013) masa remaja secara global berlangsung antara umur 12 dan 21 tahun.

Dengan pembagian 12-15 tahun masa puber, 15-18 tahun remaja awal, dan 18-21 tahun remaja akhir.

Salah satu tugas perkembangan remaja adalah mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, baik secara individual maupun kelompok. Siswa diharapkan dapat menjalin hubungan baik dengan siapa saja, termasuk dengan teman sebaya di sekolah. Karena pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendirian sehingga membutuhkan orang lain.

Sebagai makhluk sosial yang membutuhkan pertolongan orang lain, maka sudah seharusnya siswa harus saling tolong menolong atau memberikan bantuan terhadap orang lain. Perilaku tolong menolong tersebut merupakan salah satu bentuk prososial. Menurut Baron & Byrne (2008) Perilaku prososial merupakan suatu tindakan menolong yang menguntungkan orang lain tanpa harus menyediakan suatu keuntungan langsung pada orang yang melakukan tindakan tersebut, dan mungkin bahkan melibatkan suatu resiko bagi orang yang menolong. Menurut Staub, salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku prososial adalah Empati.

Perilaku menolong yang merupakan perilaku prososial sangat dianjurkan dalam Islam sebagai pelekat hubungan sesama manusia (*hablumminannas*). Di dalam agama telah diajarkan kepada umatnya untuk saling tolong menolong antar sesama. Orang yang melakukan perilaku menolong dihargai dan akan dihadahi dengan surga nanti di hari pembalasan dan mereka pun akan mendapatkan pertolongan Allah Swt.⁴² Seperti yang dijelaskan pada Surah QS. Al-Baqarah ayat 25 :

وَبَشِّرِ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرَى مِنْ تَحْتِهَا
الْأَنْهَارُ كُلَّمَا رُزِقُوا مِنْهَا مِنْ ثَمَرَةٍ رِزْقًا قَالُوا هَذَا الَّذِي رُزِقْنَا مِنْ قَبْلُ^ط

وَأَتُوا بِهِمْ مَّتَشَبِهَاتٍ وَلَهُمْ فِيهَا أَزْوَاجٌ مُّطَهَّرَةٌ وَهُمْ فِيهَا خَالِدُونَ ﴿٢٥﴾

Artinya : "Dan sampaikanlah berita gembira kepada mereka yang beriman dan berbuat baik, bahwa bagi mereka disediakan surga-surga yang mengalir sungai-sungai di dalamnya. Setiap mereka diberi rezeki buah-buahan dalam surga itu, mereka mengatakan: "Inilah yang pernah diberikan kepada kami dahulu." mereka diberi buah-buahan yang serupa dan untuk mereka di dalamnya ada istri-istri yang suci dan mereka kekal di dalamnya". (QS. Al-Baqarah:25).

Dari ayat di atas memberikan gambaran bahwa perilaku menolong merupakan perilaku yang sangat dihargai dan dihadiahi surga nanti, kenikmatan di syurga itu adalah kenikmatan yang serba lengkap, baik jasmani maupun rohani. Hal ini merupakan kebahagiaan yang sempurna, karena sesungguhnya di samping mereka mendapat nikmat tersebut. Dengan kata lain, nikmat yang memperoleh tiada akhir dan tiada habisnya, bahkan mereka berada dalam kenikmatan yang abadi selama-lamanya.

Perilaku prososial muncul akibat dari adanya kepedulian terhadap orang lain yang sedang mengalami kesusahan. Bentuk kepedulian tersebut merupakan salah satu bentuk empati terhadap orang lain. Sebagaimana dapat diketahui bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku prososial yaitu adanya empati. Hal ini di dukung berdasarkan pendapat Staub (Dayakisni, 2015) yang menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mendasari seseorang untuk bertindak prososial, yaitu *Self Gain*, *Personal Value* dan *Norms*, serta yang terakhir adalah *Empathy*. Dari sini dapat diketahui bahwa empati merupakan salah satu faktor yang menyebabkan munculnya perilaku prososial. Ini berarti ada hubungan antara empati dengan perilaku prososial. Beberapa penelitian juga telah membuktikan kebenarannya.

Hal ini dibuktikan dengan penelitian Gusti Yuli Asih dan Margaretha Maria pada Desember 2010 yang melakukan penelitian tentang prososial ditinjau dari empati dan kematangan emosi. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara empati, kematangan emosi terhadap prososial. Maka semakin tinggi empati seseorang maka semakin tinggi pula prososialnya, dan sebaliknya jika empati seseorang rendah, maka prososialnya juga akan rendah (Asih, 2010).

Orang yang memiliki empati tinggi mampu merasakan apa yang diderita orang lain seakan-akan dialah yang mendapatkan penderitaan itu. Kemudian muncul reaksi untuk memberikan pertolongan, dan tidak ada pilihan lain bagi orang yang memiliki empati tinggi, selain memberikan pertolongan. Berbeda pada orang dengan empati yang rendah mereka memiliki dua pilihan, yaitu mengurangi beban yang mereka miliki dengan membantu orang lain yang sedang membutuhkan atau melarikan diri dari keadaan yang membutuhkan pertolongan tersebut.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Patricia L. Lockwood, Ana Seara-Cardoso, Essi Viding dari University College London pada Mei 2014, dengan judul *Emotion Regulation Moderates the Association between Empathy and Prosocial Behavior*, yang mana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara empati dengan perilaku prososial.

Selain itu, terdapat juga beberapa tokoh yang membahas mengenai hubungan antara empati dan perilaku prososial, seperti Batson dkk yang mencetuskan teori *Hypotesis Empathy-Altruism* yang menyatakan bahwa tindakan prososial semata-mata dimotivasi oleh perhatian terhadap kesejahteraan orang lain. Tanpa adanya empati, orang yang melihat kejadian darurat tidak akan melakukan pertolongan, jika ia dengan mudah melepaskan diri dari tanggungjawab untuk memberikan pertolongan. Hal ini di dukung oleh hasil penelitian yang

dilakukan oleh Dovidio, Allen, dan Schroeder (1990) yang menguji model teori tersebut menemukan bahwa subjek yang diminta untuk menghayati apa yang dialami atau di rasakan oleh si korban menunjukkan lebih bertindak prososial, dibanding dengan subjek yang diminta menilai secara obyektif dengan mengabaikan perasaan calon penerima bantuan (Dayakisni, 2015).

Teori empati berusaha menjelaskan mengapa ada orang yang menolong tanpa pamrih. Ada tiga teori empati, yaitu hipotesis empati-altruisme, model mengurangi perasaan negatif, dan hipotesis kesenangan empatik. Pada hipotesis empati-altruisme adalah sebuah dugaan bahwa perilaku prososial hanya di motivasi oleh keinginan untuk menolong seseorang yang membutuhkan pertolongan. Model mengurangi perasaan negatif mengemukakan bahwa tingkah laku menolong adalah untuk mengurangi atau menghilangkan perasaan negatif yang timbul akibat melihat kesulitan orang lain. Sedangkan hipotesis kesenangan empatik menjelaskan bahwa seseorang akan menolong bila ia memperkirakan dapat memberikan dampak positif pada orang lain dan dapat ikut merasakan kebahagiaan orang yang akan ditolong karena pertolongan yang diberikan tersebut (Baron & Byrne, 2008).

Hoffman (Taufik, 2017) menyatakan empati berkaitan secara positif dengan perilaku menolong. Ada juga bukti-bukti eksperimental bahwa *empathic distress* akan membangkitkan individu untuk menolong orang lain, dan observer yang mengalami *empathic distress* lebih tinggi akan memberikan pertolongan secara tepat kepada korban yang mengalami kesakitan. Sementara itu, jika mereka tidak melakukan suatu pertolongan maka observer *empathic distress* menjadi merasa bersalah dan mereka merasa lebih baik jika memberikan pertolongan. Eisenberg (Kau, 2010) menyatakan empati dan perilaku prososial juga berkaitan dalam setting 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.

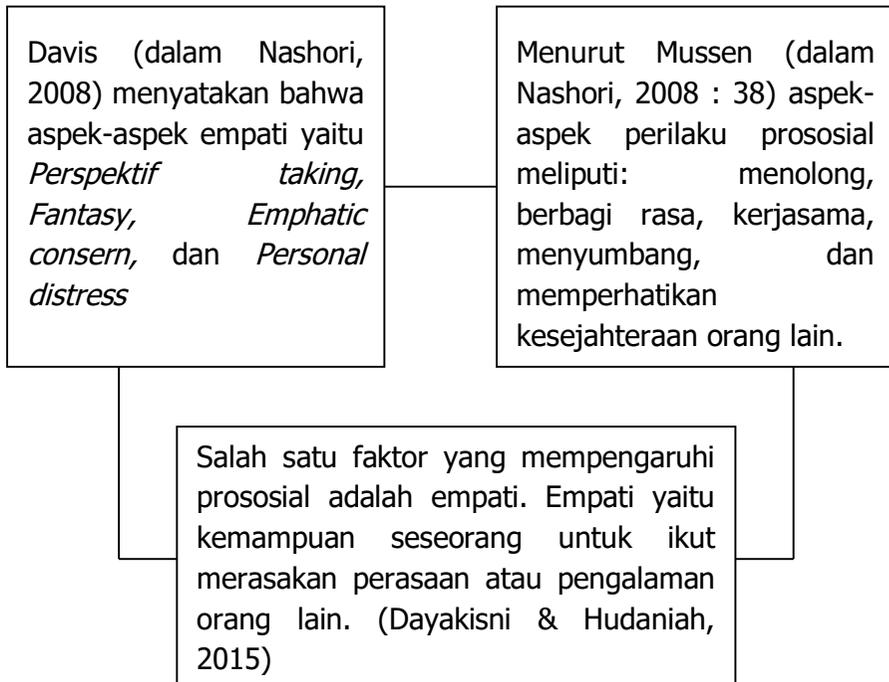
Beberapa teori menyatakan bahwa empati dan simpati adalah faktor yang sangat penting dalam munculnya perilaku prososial. Gagasan tersebut telah banyak diuji secara sistematis, dan telah didukung banyak bukti empiris. Temuan yang sangat jelas menunjukkan peran empati dan perilaku prososial adalah hasil penelitian yang dilakukan terhadap sekelompok subjek dewasa. Salah satu penelitian adalah yang dilakukan oleh Daniel Batson (2008) menyatakan bahwa adanya hubungan antara empati dengan tingkah laku menolong serta menjelaskan bahwa empati adalah sumber dari motivasi altruistik.

Sependapat dengan hal itu, Sears (1991) juga menyatakan bahwa empati merupakan sumber altruistik. Ia menyatakan bahwa rasa empatik hanya dapat dikurangi dengan membantu orang yang berada dalam kesulitan. Karena tujuannya adalah meningkatkan kesejahteraan orang lain, jelas bahwa rasa empatik merupakan sumber altruistik dalam perilaku menolong.

Empati yang dimiliki oleh seseorang, tidak terlepas dari keempat aspek empati yang dapat mendorong seseorang untuk melakukan perilaku prososial bagi orang lain. Keempat aspek tersebut, yaitu pengambilan perspektif, imajinasi, perhatian empatik, dan distress pribadi memegang peranan penting dalam mengelola perasaan empati terhadap kesulitan orang lain. Seseorang yang sering melakukan empati akan memiliki kemampuan yang baik dalam berempati, namun sebaliknya bila seseorang jarang melakukan empati maka akan kurang memiliki kemampuan dalam berempati.

Dari kedua teori tersebut maka dapat dipahami bahwa empati merupakan bagian dari prososial yang mana empati merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya prokrastinasi akademik.

2.4 Kerangka Konseptual



2.5 Hipotesis

Berdasarkan kajian pustaka yang telah penulis jelaskan sebelumnya, maka penulis mengajukan hipotesis yaitu ada hubungan antara empati dengan perilaku prososial pada siswa kelas XI SMA Bina Mandiri, Banyuasin.