

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Pengertian Empati

Empati berasal dari kata Yunani yaitu *emphateia* artinya memasuki perasaan orang lain atau ikut merasakan keinginan atau kesedihan seseorang. Baron (dalam Howe, 2015:16) menyatakan empati sebagai kemampuan untuk mengidentifikasi apa yang sedang dipikirkan atau dirasakan oleh orang lain dalam rangka untuk merespons pikiran dan perasaan mereka dengan sikap yang tepat. Senada dengan yang diungkapkan Hurlock (1999) yang mengungkapkan bahwa empati adalah kemampuan seseorang untuk mengerti tentang perasaan dan emosi orang lain serta kemampuan untuk membayangkan diri sendiri di tempat orang lain. Kemampuan empati ini mulai dimiliki seseorang ketika masa akhir kanak-kanak awal (6 tahun) artinya setiap individu telah memiliki dasar kemampuan untuk berempati, hanya saja berbeda tingkat kedalaman dan cara mengaktualisasikannya.

Davis(dalam Taufik, 2012:173) mendefinisikan empati sebagai sebuah kemampuan seseorang untuk mengenal, memahami dan merasakan perasaan orang lain secara mendalam. Kemudian ia menunjukkan melalui tindakan seperti belas kasih, perhatian, kecemasan serta

kekhawatiran atas kesusahan yang dialami orang lain. Selanjutnya Eisenberg (dalam Taufik, 2012:182) menyatakan bahwa empati adalah sebuah respon afektif yang berasal dari penangkapan atau pemahaman keadaan emosi atau kondisi lain, dan yang mirip dengan perasaan orang lain. Sebuah respon afektif, yaitu sebagai situasi orang lain dari situasi sendiri. Empati juga sebagai kemampuan untuk meletakkan diri sendiri dalam posisi orang lain dan mampu menghayati pengalaman orang lain tersebut. Sedangkan penangkapan atau pemahaman keadaan emosi, yaitu dimana empati terjadi ketika seseorang dapat merasakan apa yang dirasakan orang lain namun tetap tidak kehilangan realitas dirinya.

Taufik (2012) menyatakan empati merupakan sebuah aktivitas seseorang dalam memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan oleh orang lain yang bersangkutan terhadap kondisi yang sedang dialami oleh orang lain tanpa kehilangan kontrol dirinya. Pendapat lain yang dikemukakan oleh Borba (2008) mengatakan empati merupakan kemampuan dalam memahami perasaan dan kekhawatiran orang lain.

Goleman (1999) menyatakan empati merupakan salah satu dari komponen kecerdasan emosi. Empati terinci dan berhubungan erat dengan komponen-komponen lain, seperti empati dasar, penyesuaian, ketepatan empatik dan pengertian sosial. Empati dasar yakni memiliki perasaan dengan orang lain atau merasakan isyarat-isyarat

emosi non verbal. Penyelarasan yakni mendengarkan dengan penuh reseptivitas, menyelaraskan diri pada seseorang. Ketepatan empatik yakni memahami pikiran, perasaan dan maksud orang lain dan pengertian sosial yakni mengetahui bagaimana dunia sosial bekerja.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menyimpulkan bahwa empati adalah salah satu komponen dari kecerdasan emosi. Empati adalah rasa yang dimiliki setiap orang sebagai kemampuan untuk mengidentifikasi apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain, mengerti dan memahami tentang perasaan dan emosi orang lain yang kemudian menunjukkannya melalui tindakan seperti belas kasih, perhatian, kecemasan serta kekhawatiran atas kesusahan yang dialami orang lain.

Aspek–aspek Empati

Baron dan Byrne (2005) menyatakan bahwa dalam empati terdapat aspek-aspek, yaitu:

- a. Kognitif Individu yang berempati: dapat memahami apa yang orang lain rasakan dan mengapa hal tersebut dapat terjadi pada orang tersebut.
- b. Afektif Individu yang berempati: merasakan apa yang orang lain rasakan.

Davis (dalam Taufik 2012:154) menyatakan bahwa aspek-aspek dari empati, yaitu :

- a. Pengambilan Perspektif/*Perspective Taking*, yaitu kemampuan untuk mengambil sudut

pandang orang lain dan kepentingan yang tidak berorientasi pada kepentingan diri sendiri. Dalam pengambilan perspektif terdapat *Self Identification* (menyentuh kesadaran diri melalui perspektif yang dimiliki oleh orang lain) dan *Self Positioning* (memposisikan diri pada situasi dan kondisi orang lain untuk membantu penyelesaian masalahnya).

- b. Fantasi/*Fantasy*, yaitu kemampuan untuk mengubah diri secara imajinatif dalam mengalami perasaan dan tindakan pada film, buku, cerita atau orang lain disekitarnya. Ketika mengalami fantasi, seseorang akan terstimuli untuk menyampaikan perasaan dan persepsi atas kejadian yang membuat perubahan sikap dan perilaku orang lain. Aspek ini melihat bagaimana individu dapat menempatkan diri dan hanyut dalam perasaan dan tindakan orang lain.
- c. Perhatian/*Emphatic concern*, yaitu perasaan yang berpusat pada perhatian terhadap kemandulan yang dialami oleh orang lain. Aspek ini menggambarkan perasaan kehangatan seperti kepekaan dan kepedulian pada orang lain.
- d. Distress Pribadi/*Personal distress*, yaitu reaksi pribadi terhadap penderitaan yang dialami orang lain, meliputi perasaan terkejut, cemas, takut, prihatin dan tidak berdaya. Aspek ini

menekankan pada kecemasan pribadi yang berpusat pada diri sendiri.

Individu yang memiliki kemampuan empati dapat diketahui berdasarkan perilaku atau tindakannya, seperti yang disebutkan oleh Borba (2008) bahwa anak yang memiliki empati akan menunjukkan :

- a. Toleransi
- b. Menunjukkan Kasih sayang
- c. Memahami kebutuhan orang lain
- d. Mau membantu orang yang sedang kesulitan
- e. Lebih pengertian, penuh kepedulian
- f. Lebih mampu mengendalikan emosi

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan

bahwa aspek-aspek empati terdiri dari aspek kognitif dan afektif, Pengambilan Perspektif/*Perspective Taking*, Fantasi/*Fantasy*, Perhatian/*Emphatic concern*, dan Distress Pribadi/*Personal distress*.

Faktor-faktor yang mempengaruhi Empati

Shapiro (1997) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi empati yaitu :

- a. Faktor Kognitif
Bertambah matangnya wawasan dan keterampilan kognitif, individu secara bertahap belajar mengenali tanda-tanda kesedihan orang lain dan mampu menyesuaikan kepeduliannya dengan perilaku yang tepat.
- b. Faktor bawaan

Anak laki-laki sama sosialnya dengan anak perempuan tetapi anak laki-laki cenderung lebih suka memberikan bantuan fisik atau bertindak sebagai pelindung. Sedangkan anak perempuan lebih suka memberikan dukungan psikologis misalnya menghibur anak lain yang sedang sedih.

- c. Faktor pendidikan
Pendidikan khususnya pendidikan agama mengambil peranan penting dalam pelaksanaan empati tersebut. Penerapan akan pendidikan agama dalam kehidupan sehari-hari justru efektif dalam mempengaruhi anak.
- d. Keluarga
Penerapan peraturan keluarga yang jelas, konsisten dan tidak mudah memberikan keringanan kepada anak serta tuntutan akan tanggung jawab kepada anak tanpa adanya imbalan apapun akan mempengaruhi serta menghasilkan anak yang peduli, tanggung jawab, peka dan lebih penyayang.
- e. Pengalaman akan perilaku empati
Praktik akan perilaku empati dapat mempengaruhi hidup manusia. Pelaksanaan kebaikan secara acak dan melibatkan diri dalam kegiatan bermasyarakat akan mengajari anak akan pengalaman untuk melakukan perilaku empati serta lebih peduli pada orang lain.

Menurut Taufik (2012), beberapa faktor yang mempengaruhi empati, yaitu :

a. Gender

Perempuan dikenal lebih mudah merasakan kondisi emosional orang lain dibandingkan dengan laki-laki. Ketepatan empati perempuan jauh lebih baik daripada laki-laki, tetapi ini hanya dalam kondisi-kondisi tertentu saja.

b. Faktor Kognitif

Keakuratan empati berkaitan dengan kecerdasan verbal (bahasa). Orang-orang yang memiliki kecerdasan verbal tinggi akan mudah mengekspresikan perasaan-perasaan dan pikiran-pikirannya sendiri untuk memahami pikiran-pikiran dan perasaan-perasaan orang lain.

c. Faktor Sosial

Individu-individu lebih memungkinkan untuk mengarahkan perhatian mereka terhadap isyarat-isyarat interaksi sosial, termasuk dalam memahami karakteristik vokal, maka empati yang dilakukan secara akurat dapat memelihara hubungan sosial (Pickett, 2004).

d. Status Sosial Ekonomi

Orang-orang yang berstatus ekonomi rendah kehidupan mereka dipengaruhi oleh karakteristik konteks lainnya, seperti tingkat dukungan yang telah mereka terima. Oleh karena itu, orang-orang dengan status rendah memungkinkan untuk mengubah perhatian mereka dari pengalaman-pengalaman dan

pikiran-pikiran personal kepada kondisi lingkungan sekitar.

e. Hubungan Dekat

Para peneliti mengorelasikan antara akurasi empati dengan interaksi suami-istri. Salah satunya disebutkan bahwa akurasi empati memiliki hubungan negatif dengan kekerasan, semakin akurasi empati yang dimiliki maka individu akan semakin jauh dari aktivitas melakukan tindak kekerasan.

Hoffman (dalam Goleman, 1999:204) juga mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang dalam menerima dan memberi empati yaitu :

a. Sosialisasi

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

b. *Mood* dan *feeling*

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

c. Proses belajar dan identifikasi

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

d. Situasi dan tempat

Pada situasi tertentu seseorang dapat berempati lebih baik dibandingkan dengan situasi yang lain. Hal ini disebabkan situasi dan tempat yang berbeda dapat memberikan suasana yang berbeda pula. Nah suasana yang berbeda inilah yang dapat meninggikan atau menurunkan empati seorang anak.

e. Komunikasi dan Bahasa

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

f. Pengasuhan

Lingkungan yang berempati dari suatu keluarga sangat membantu anak dalam menumbuhkan empati dalam dirinya. Seorang anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang *broken*

home atau dibesarkan dalam kehidupan rumah yang penuh cacian dan makian dan persoalan dapat dipastikan akan menumbuhkan empati buruk pula dalam diri si anak. Sebaliknya, pengasuhan dalam suasana rumah yang baik akan menyebabkan empati anak tumbuh dengan baik pula.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi empati adalah faktor kognitif, faktor bawaan, faktor pendidikan, keluarga, kepribadian, usia, pengalaman, sosialisasi, proses belajar dan identifikasi, situasi dan tempat, komunikasi dan bahasa, perasaan serta pengasuhan.

Perkembangan Empati

Menurut Shapiro (1997) tahap

perkembangan empati dibagi menjadi empat, yaitu :

a. Empati emosi

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

b. Empati Egosentrik

Pada tahapan kedua ini, anak yang berusia satu sampai dua tahun dapat melihat dengan jelas

bahwa kesusahan orang lain bukan kesusahannya sendiri sebagai anak balita secara naluriah akan mencoba meringankan beban penderitaan orang lain. Namun, karena perkembangan kognitifnya belum matang, anak-anak seusia ini tidak begitu yakin dengan apa yang harus diperbuatnya dan akhirnya mengalami kebingungan dalam berempati.

c. Empati kognitif

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

d. Empati Abstrak

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

Menurut Taufik(2012) keberadaan empati adalah fitrah dari Allah yang telah menganugerahkan potensi-potensi empatik pada diri bayi, dan selanjutnya potensi-potensi tersebut dibentuk dan dikembangkan oleh orang-orang disekitarnya dan oleh berbagai pengalaman yang ditempuhnya. Empati juga bukan hanya sekedar bersifat alami yang keberadaannya secara otomatis dimiliki oleh individu. Potensi-potensi empati telah dimiliki oleh individu sejak lahir harus dipupuk dan dikembangkan melalui berbagai pengalaman yang ditemukan dalam kehidupan sehari-hari maupun melalui pembelajaran langsung yang diberikan oleh orang tua kepada anak-anaknya.

Berdasarkan uraian di atas dapat di simpulkan bahwa perkembangan empati dibagi menjadi empat, yaitu empati emosi, empati egosentrik, empati kognitif dan empati abstrak. Keberadaan potensi-potensi empati sudah ada sejak bayi dan selanjutnya potensi-potensi tersebut berkembang melalui pengalaman serta pembelajaran langsung yang diberikan orang-orang disekitarnya.

Manfaat-manfaat Empati dalam Kehidupan

Menurut Davis (dalam Howe, 2015:324) empati memiliki beberapa manfaat diantaranya yaitu:

- a Individu-individu yang baik dalam pengambilan pespektif, melihat dan mengakui perasaan dari sudut pandang orang lain akan membantu

menjauhkan konflik sosial. Atau jika terjadi konflik mereka mampu mengelolanya.

- b. Empati cenderung menghasilkan komunikasi yang lebih baik, lebih akurat dan lebih konstruktif. Para empatisan yang baik sering kali menjadi tempat bercerita dan berkeluh-kesah dari orang-orang disekitarnya.
- c. Empati membuat orang menjadi lebih baik budi, perhatian dan cenderung bijaksana. Emosinya cenderung lebih stabil. Berempati membuat kita menjadi lebih penyayang, kooperatif dan peduli. Memahami bagaimana persoalan-persoalan mungkin dipandang dan dirasakan dari sudut pandang orang lain juga membuat kita lebih toleransi dan pemaaf (Gillbert,2005).
- d. Empati yang baik cenderung mengevaluasi hubungan-hubungan mereka secara positif. Mereka mengekspresikan kepuasan pada hubungan-hubungan yang mereka miliki dengan para mitra mereka. Mereka memiliki banyak teman dan banyak orang yang suka berteman dengan mereka.

Manfaat empati dalam pembelajaran menurut Daniel Goleman (1997) antara lain:

- a. Kesadaran bahwa tiap orang memiliki sudut pandang berbeda akan mendorong siswa mampu menyesuaikan diri sesuai dengan lingkungan sosialnya. Dengan menggunakan mobilitas pikirannya siswa dapat menempatkan

diri pada posisi perannya sendiri maupun peran orang lain sehingga akan membantu melakukan komunikasi efektif.

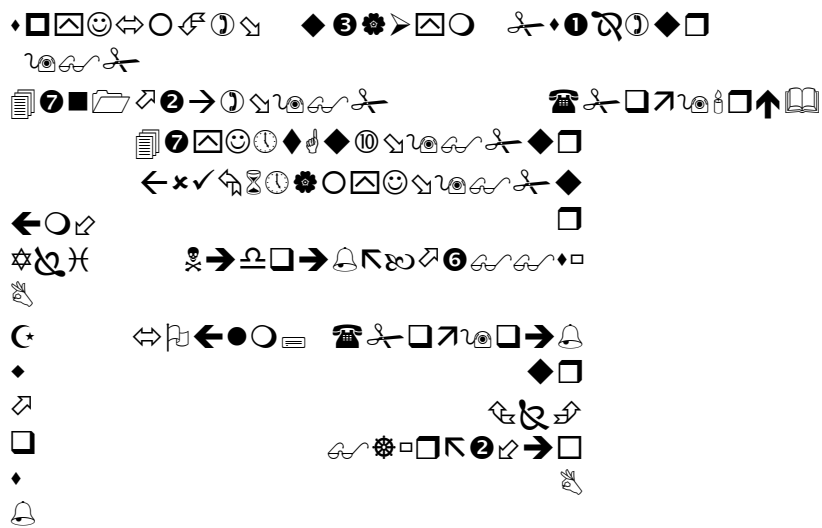
- b. Mampu berempati mendorong siswa tidak hanya mengurangi atau menghilangkan penderitaan orang lain, tetapi juga ketidaknyamanan perasaan melihat penderitaan orang lain. Merasakan apa yang dirasakan individu lain akan menghambat kecenderungan perilaku agresif terhadap individu itu.
- c. Kemampuan untuk memahami perspektif orang lain membuat siswa menyadari bahwa orang lain dapat membuat penilaian berdasarkan perilakunya. Kemampuan ini membuat individu lebih melihat ke dalam diri dan lebih menyadari serta memperhatikan pendapat orang lain mengenai dirinya.

Berdasarkan uraian diatas, bahwa Manfaat empati dalam kehidupan adalah dapat menghasilkan komunikasi yang baik, menjauhkan konflik, membuat orang lebih baik budi, perhatian, cenderung bijaksana, mengevaluasi hubungan mereka secara positif, dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan serta kemampuan untuk memahami perspektif orang lain yang membuat individu menyadari bahwa orang lain dapat membuat penilaian berdasarkan perilakunya.

Empati dalam Perspektif Islam

Dalam pandangan islam empati adalah sifat terpuji. Sifat empati ini akan membawa

manusia untuk saling bahu membahu, tolong menolong dan saling peduli satu sama lainnya. Ayat al-qur'an yang menjelaskan tentang empati ini terdapat dalam surah An-Nisaa : 8



Artinya : *"Dan apabila sewaktu pembagian itu hadir kerabat, anak yatim dan orang miskin, Maka berilah mereka dari harta itu (sekedarnya) dan ucapkanlah kepada mereka perkataan yang baik".*

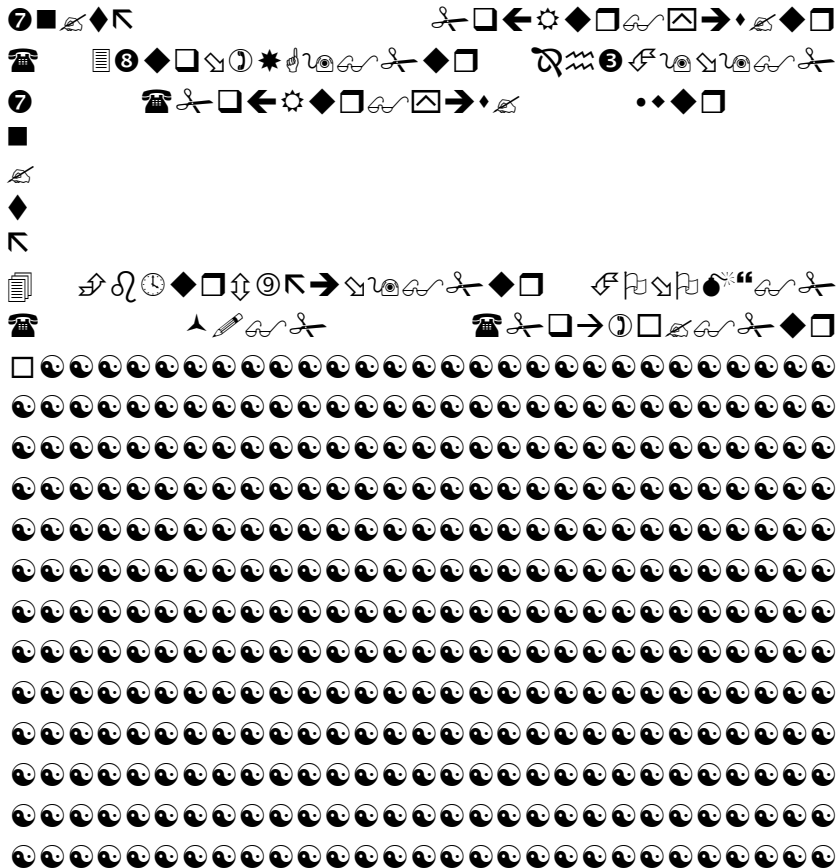
Dan apabila pembagian harta warisan dihadiri oleh karib (kerabat) yakni dari golongan yang tidak beroleh warisan (dan anak-anak yatim serta orang-orang miskin, maka berilah mereka daripadanya sekedarnya) sebelum dilakukan pembagian (dan ucapkanlah) hai para wali (kepada mereka) yakni jika mereka masih kecil- kecil (kata-kata yang baik) atau lemah-lembut, seraya meminta maaf kepada kaum kerabat yang tidak mewarisi itu, bahwa harta peninggalan ini bukan milik kalian tetapi milik ahli waris yang masih kecil-kecil. Ada yang

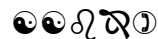
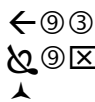
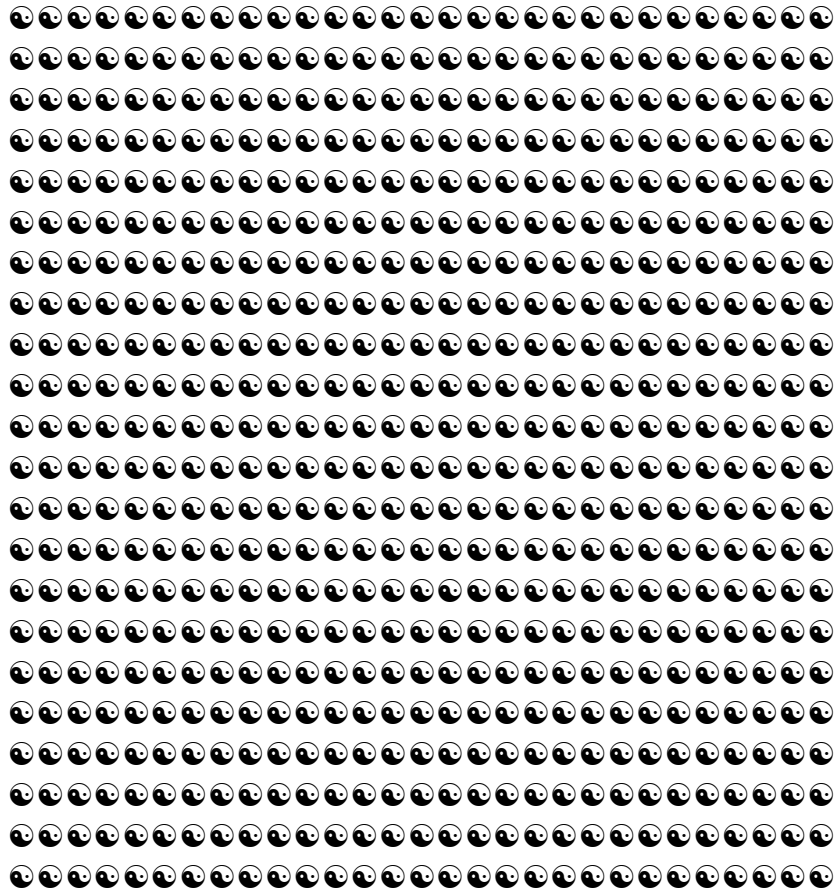
mengatakan bahwa hukum ini yakni pemberian kepada kaum kerabat yang tidak mewarisi telah dinashkan/dihapus. Tetapi ada pula yang mengatakan tidak, hanya manusialah yang mempermudah dan tidak



melakukannya. Berdasarkan itu maka hukumnya sunah, tetapi Ibnu Abbas mengatakannya wajib (Tafsir Jalalayn).

Dalam ayat tersebut berkaitan dengan pembagian warisan dan rasa empati terhadap sesama manusia. Karena dalam ayat tersebut mengandung makna, bahwa apabila sedang melakukan pembagian warisan kemudian ada kerabat, anak-anak yatim dan orang-orang miskin disekitar tempat tersebut, apabila mereka ikut melihat setidaknya diberi bagian sekedarnya sebagai tali rasa kasih dan sayang.

Kemudian dalam surah Al- Maidah : 2 juga menjelaskan tentang empati dalam hal saling membantu sesama manusia.





 →  Artinya : *"Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan taqwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran, dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah amat berat siksa-Nya"* (Q.S Al- Maidah, 5:2).

(Bertolong-tolonglah kamu dalam kebaikan) dalam mengerjakan yang dititahkan (dan ketakwaan) dengan meninggalkan apa-apa yang dilarang (dan

janganlah kamu bertolong-menolong) pada ta'aawanu dibuang salah satu di antara dua ta pada asalnya (dalam berbuat dosa) atau maksiat (dan pelanggaran) artinya melampaui batas-batas ajaran Allah. (Dan bertakwalah kamu kepada Allah) takutlah kamu kepada azab siksa-Nya dengan menaati-Nya (sesungguhnya Allah amat berat siks-Nya) bagi orang yang menentang-Nya (Tafsir Jalallayn).

Dari beberapa ayat diatas menjelaskan bahwasannya Allah SWT menyuruh makhluknya untuk berempati terhadap sesama, mulai dari merasakan perasaan orang lain hingga membantunya dalam hal kebaikan dan bertakwa. Dengan adanya empati ini pula interaksi sosial dimasyarakat akan terjalin dengan baik.

Sosiodrama

Pengertian Sosiodrama

Sosiodrama adalah suatu metode dalam psikoterapi kelompok selain metode psikodrama yang dikembangkan oleh Moreno sekalipun termasuk metode psikoterapi sosiodrama tidak membahas masalah konflik-konflik klinis sebagaimana psikodrama, tetapi menjelaskan isu-isu konflik-konflik yang terjadi didalam kelompok dengan peran-peran dari berbagai pengaruh dari isu-isu sosial dan budaya (Blatner, 2009). Sosiodrama adalah proses pembelajaran yang berfokus pada solusi

untuk membantu menyelesaikan permasalahan mengenai hubungan manusia. Sosiodrama juga menawarkan kesempatan bagi kelompok untuk mengklarifikasi nilai- nilai dan meninjau perilaku, berlatih spontan dan sikap kreatif (Sternberg & Garcia,2000).

Sudjana (2005) berpendapat bahwa sosiodrama pada dasarnya mendramatisasikan tingkahlaku dalam hubungannya dengan masalah sosial. Penekanan pada masalah sosial dan pendramatisasi suatu masalah menyebabkan sosiodrama sering digunakan dalam memecahkan masalah sosial dalam kelompok.

Ahmadi (2004) menyatakan sosiodrama adalah suatu cara dalam bimbingan yang memberikan kesempatan kepada individu untuk mendramatisasikan sikap, tingkah laku atau penghayatan seseorang seperti yang dilakukan dalam hubungan sosial setiap hari.

Romlah (2006) sosiodrama adalah permainan peranan yang ditujukan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia. Konflik- konflik sosial yang disosiodramakan adalah konflik-konflik yang tidak mendalam yang tidak menyangkut gangguan kepribadian.

Menurut Roestiyah (2001) dengan teknik sosiodrama siswa dapat

mendramatisasikan tingkah laku, atau ungkapan gerak-gerik wajah seseorang dalam hubungan sosial antar manusia. Atau dengan role-playing dimana siswa bisa berperan atau memainkan peranan dalam dramatisasi masalah sosial/psikologis itu. Karena itu kedua teknik ini hampir sama, maka dapat digunakan bergantian tidak ada salahnya.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa sosiodrama adalah suatu metode psikoterapi selain psikodrama, suatu cara untuk membimbing dan memberikan kesempatan kepada siswa untuk mendramatisasikan sikap dan tingkah laku dalam hubungannya dengan masalah sosial serta ditujukan untuk memecahkan masalah sosial yang ada di masyarakat. Dalam metode ini, Sosiodrama menekankan interaksi yang terjadi antara pemeran yang minimal dilakukan dua orang atau lebih, sehingga terdapat dinamika dalam cerita tersebut.

Tujuan sosiodrama

Menurut Damai, dkk(2017) sosiodrama memiliki tiga tujuan, yaitu :

- a. Membantu siswa dalam menghadapi masalah-masalah hubungan sosial antarmanusia.
- b. Menanamkan sikap demokratis

- c. Mengerti peranan dan menghargai pendapat orang lain.

Menurut Eckloff (2006), sosiodrama memiliki tiga tujuan utama, yaitu :

- a. Meningkatkan pemahaman seseorang dalam situasi sosial.
- b. Meningkatkan pemahaman tentang peran seseorang atau orang lain dalam situasi dan memungkinkan peserta untuk melepaskan emosi mereka dengan mengekspresikan pikiran dan perasaan dalam situasi tersebut.
- c. Melibatkan orang-orang dalam kegiatan dramatis sehingga dapat melakukan diskusi, eksplorasi dan mencari solusi untuk konflik sosial atau masalah yang diangkat dalam drama.

Menurut Roestiyah (2001) tujuan sosiodrama:

- a. Agar siswa dapat memahami perasaan orang lain
- b. Dapat tepo seliro dan toleransi
- c. Dapat menghayati peranan apa yang dimainkan
- d. Mampu menempatkan diri dalam situasi orang lain yang dikehendaki
- e. Bisa belajar watak orang lain
- f. Cara bergaul dengan orang lain

- g. Siswa dapat mengerti dan menerima pendapat orang lain
- h. Siswa dapat melakukan perundingan untuk memecahkan masalah bersama.

Tujuan sosiodrama menurut Sudjana (2005) adalah:

- a. Agar siswa dapat menghayati dan menghargai Perasaan orang lain. Sosiodrama yang diperankan didepan kelas diharapkan mampu menumbuhkan sikap siswa untuk menghargai dan berempati terhadap masalah yang dimiliki oleh orang lain.
- b. Dapat belajar bagaimana membagi tanggung jawab. Pementasan sosiodrama mampu membuat siswa untuk dapat belajar membagi tanggung jawab pada sesama teman.
- c. Dapat belajar bagaimana mengambil keputusan dalam situasi kelompok secara spontan. Pementasan sosiodrama yang diperankan oleh teman-teman sekelas dan memberikan cerita secara singkat akan memancing siswa untuk memberikan pendapat mereka secara cepat dan spontan.
- d. Merangsang kelas untuk berpikir dan memecahkan masalah. Sosiodrama yang memaparkan masalah sosial akan

merangsang para siswa untuk berpikir dan mencoba memecahkan masalah mereka.

Berdasarkan uraian di atas bahwa dapat disimpulkan tujuan dari sosiodrama yaitu agar siswa dapat memahami, menghayati, dan menghargai perasaan orang lain. Mampu menempatkan diri dalam situasi orang lain yang dikehendaki, dapat belajar bagaimana mengambil keputusan dalam situasi kelompok secara spontan serta merangsang kelas untuk berpikir dan memecahkan masalah sosial yang ada.

Manfaat sosiodrama

Sosiodrama memiliki banyak sekali manfaat, Ments (1983) memaparkan bahwa manfaat sosiodrama diantaranya adalah:

- d. Memungkinkan siswa untuk mengungkapkan perasaan terpendam.
- e. Memungkinkan siswa untuk membahas masalah pribadi.
- f. Memungkinkan siswa untuk berempati dengan sesama dan memahami motivasi mereka.
- g. Memberikan latihan dalam berbagai jenis sikap.
- h. Menggambarkan secara umum masalah sosial dan dinamika kelompok.
- i. Memberikan kesempatan untuk siswa yang kesulitan dalam berbicara dan

menekankan pentingnya respon nonverbal dan respon emosional.

- j. Melibatkan aktivitas yang memberikan motivasi.

Selain yang telah diungkapkan diatas, Sternberg dan Garcia (2000) juga memaparkan manfaat sosiodrama. Manfaat lain dari sosiodrama yaitu sosiodrama memiliki banyak aplikasi sebagai tambahan untuk psikoterapi. Permainan peran merupakan intervensi yang baik untuk membantu klien dalam mengekspresikan pikiran dan emosi. Melalui berbagai perasaan, individu merasakan sebagai bagian dari keseluruhan. Dengan cara ini, sosiodrama mengurangi isolasi antara anggotanya dan membantu dalam peningkatan harga diri. Selanjutnya, sosiodrama menawarkan praktek dalam mengembangkan dan mengasah keterampilan sosial. Kliena juga dapat berlatih sikap baru dan mencoba peran baru dalam lingkungan yang aman. Sutradara dapat memfasilitasi proses ini melalui penggunaan terapi tugas peran dimana klien diminta untuk bermain peran sehingga klien akan merasakan manfaatnya. Sosiodrama didasarkan pada spontanitas, klien berpartisipasi dengan spontanitas tanpa perlu fokus pada hal itu sebagai masalah.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menyimpulkan manfaat sosiodrama, yaitu mengungkapkan perasaan terpendam dan membahas masalah pribadi. Memungkinkan untuk berempati dengan sesama dan memahami motivasi mereka. Menekankan pentingnya respon non verbal dan respon emosional serta membantu siswa untuk mengekspresikan pikiran dan emosi melalui berbagai perasaan individu, merasakan sebagai bagian dari keseluruhan. Sosiodrama juga mengurangi isolasi antara anggotanya dan membantu dalam peningkatan harga diri, menawarkan praktek dalam mengembangkan dan mengasah keterampilan sosial.

Prosedur Sosiodrama

Roestiyah (2001) menyatakan dalam pelaksanaan teknik sosiodrama agar berhasil dengan efektif maka perlu pertimbangan langkah-langkah berikut:

- a. Fasilitator harus menerangkan kepada siswa, untuk memperkenalkan teknik ini, bahwa dengan jalan sosiodrama siswa diharapkan dapat memecahkan masalah yang berhubungan dengan sosial yang aktual ada di masyarakat, maka kemudian guru menunjuk beberapa siswa yang akan berperan masing-masing akan mencari

pemecahan masalah sesuai dengan perannya dan siswa lain menjadi penonton dengan tugas-tugas tertentu pula.

- b. Fasilitator harus memilih masalah- masalah yang penting sehingga menarik minat anak. Fasilitator mampu menjelaskan dengan menarik, sehingga siswa terangsang untuk berusaha memecahkan masalah itu.
- c. Agar siswa memahami peristiwanya, maka fasilitator harus bisa menceritakan sambil untuk mengatur adegan yang pertama.
- d. Bila ada kesediaan sukarela dari siswa untuk berperan, maka ditanggapi tetapi fasilitator harus mempertimbangkan apakah siswa tersebut tepat untuk perannya itu. Bila tidak, ditunjuk saja siswa yang memiliki kemampuan dan pengetahuan serta pengalaman seperti yang diperankan itu.
- e. Jelaskan pada pemeran-pemeran itu sebaik-baiknya, sehingga mereka tahu tugas perannya menguasai masalahnya, pandai bermimik atau berdialog.
- f. Siswa yang tidak turut harus menjadi penonton yang aktif, disamping mendengar dan melihat mereka harus bisa memberi saran dan kritik pada apa

yang akan dilakukan setelah sosiodrama selesai.

- g. Bila siswa belum terbiasa perlu dibantu fasilitator dalam menimbulkan kalimat pertama dalam berdialog.
- h. Setelah sosiodrama itu dalam situasi klimaks, maka harus dihentikan agar kemungkinan- kemungkinan pemecahan masalah dapat didiskusikan secara umum. Para penonton ada kesempatan untuk berpendapat, menilai permainan dan sebagainya. Sosiodrama dapat dihentikan pula bila sedang menemui jalan buntu.
- i. Sebagai tindak lanjut dari hasil diskusi, walau mungkin masalahnya belum terpecahkan, maka perlu dibuka tanya jawab, diskusi atau membuat karangan yang berbentuk sandiwara.

Menurut Tarigan (dalam Waluyo, 2001:9) terdapat tiga langkah yang harus dilakukan dalam mementaskan sosiodrama:

- a. Mengemukakan suatu masalah.
- b. Mendramatisasikan masalah.
- c. Mendiskusikan hasil dramatisasi.

Selanjutnya ada 8 langkah mengefektifkan sosiodrama menurut Waluyo (2001) yaitu:

- a. Menetapkan problem.
- b. Mendeskripsikan situasi konflik.
- c. Pemilihan pemain.
- d. Pemberian penjelasan dan pemanasan bagi aktor dan pengamat.
- e. Memerankan situasi tertentu.
- f. Memotong adegan.
- g. Mendiskusikan dan menganalisa situasi, kelakuan, dan gagasan yang diproduksi.
- h. Menyusun rencana untuk testing lebih lanjut atau implementasi gagasan baru.

Berdasarkan uraian di atas terdapat prosedur dalam sosiodrama yaitu menetapkan problem, mendeskripsikan situasi konflik, memberikan penjelasan kepada pemeran-pemeran itu sebaik-baiknya, mendiskusikan dan menganalisa situasi, kelakuan dan gagasan yang produktif serta siswa yang tidak turut harus menjadi penonton yang aktif, disamping mendengar dan melihat mereka harus bisa memberikan saran dan kritik pada apa yang akan dilakukan setelah sosiodrama selesai.

Pengaruh Sosiodrama terhadap Peningkatan Empati

Empati berasal dari kata Yunani yaitu *emphateia* artinya memasuki perasaan orang lain atau ikut merasakan keinginan atau kesedihan seseorang. Baron (dalam David Howe, 2015:16) menyatakan empati sebagai kemampuan untuk

mengidentifikasi apa yang sedang dipikirkan atau dirasakan oleh orang lain dalam rangka untuk merespons pikiran dan perasaan mereka dengan sikap yang tepat. Senada dengan yang diungkapkan Hurlock (1999) yang mengungkapkan bahwa empati adalah kemampuan seseorang untuk mengerti tentang perasaan dan emosi orang lain serta kemampuan untuk membayangkan diri sendiri di tempat orang lain. Dari definisi di atas dapat diketahui bahwa empati adalah suatu bentuk kepedulian terhadap apa yang dirasakan orang lain dalam dirinya.

Menurut Hoffman (dalam Goleman, 1999:204) menyatakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan empati adalah Sosialisasi. Sosialisasi dapat mempengaruhi empati melalui permainan-permainan yang memberikan peluang kepada individu untuk mengalami sejumlah emosi, membantu individu lebih berpikir dan memberikan perhatian kepada orang lain. Serta lebih terbuka terhadap kebutuhan orang lain sehingga akan meningkatkan kemampuan berempatinya. Model peragaan yang diberikan pada individu tidak hanya dapat menimbulkan respon prososial tetapi juga dapat mengembangkan perasaan empati dalam diri individu.

Adapun aspek dalam empati menurut Baron dan Byrne (2005), yaitu: Kognitif Individu yang berempati, dapat memahami apa yang orang lain rasakan dan mengapa hal tersebut dapat terjadi pada orang tersebut. Afektif Individu yang

berempati: merasakan apa yang orang lain rasakan. Menurut Davis (dalam Taufik,2012:154) aspek-aspek dari empati yaitu *perspective taking, fantasy, Emphatic concern, dan personal distres.*

Sosiodrama adalah suatu metode dalam psikoterapi kelompok selain metode psikodrama yang dikembangkan oleh Moreno sekalipun termasuk metode psikoterapi, sosiodrama tidak membahas masalah konflik-konflik klinis sebagaimana psikodrama, tetapi menjelaskan isu-isu konflik-konflik yang terjadi didalam kelompok dengan peran-peran dari berbagai pengaruh dari isu-isu sosial dan budaya (Blatner, 2009). Sosiodrama adalah proses pembelajaran yang berfokus pada solusi untuk membantu menyelesaikan permasalahan mengenai hubungan manusia. Sosiodrama juga menawarkan kesempatan bagi kelompok untuk mengklarifikasi nilai-nilai dan meninjau perilaku, berlatih spontan dan sikap kreatif (Sternberg & Garcia,2000).

Romlah (2006) menyatakan bahwa sosiodrama adalah permainan peranan yang ditujukan untuk memecahkan masalah sosial yang timbul dalam hubungan antar manusia. Konflik- konflik sosial yang disosiodramakan adalah konflik- konflik yang tidak mendalam yang tidak menyangkut gangguan kepribadian.

Waluyo (2002) juga menyatakan bahwa Sosiodrama adalah bentuk pendramatisan peristiwa-peristiwa kehidupan sehari-hari yang terjadi dalam masyarakat. Bentuk sosiodrama

merupakan bentuk drama yang paling elementer. Simulasi dan *role playing* dapat diklasifikasikan sebagai sosiodrama latihan-latihan dasar penulisan lakon dan pemeranan tokoh biasanya dapat efektif dilakukan melalui sosiodrama. Selanjutnya, menurut Ahmadi dan Supriyono (2004) sosiodrama adalah suatu cara dalam bimbingan yang memberikan kesempatan pada murid untuk mendramatisasikan sikap, tingkah laku, atau penghayatan seseorang seperti yang dilakukan dalam hubungan sosial setiap hari di masyarakat.

Menurut Roestiyah (2001) dengan teknik sosiodrama siswa dapat mendramatisasikan tingkah laku, atau ungkapan gerak-gerik wajah seseorang dalam hubungan sosial antar manusia. Atau dengan *role-playing* dimana siswa bisa berperan atau memainkan peranan dalam dramatisasi masalah sosial/psikologis itu, karena itu kedua teknik ini hampir sama, maka dapat digunakan bergantian tidak ada salahnya.

Adapun tujuan sosiodrama disini menurut Roestiyah (2001) sabagai berikut: Agar siswa dapat memahami perasaan orang lain, dapat tepa seliro dan toleransi, dapat menghayati peranan apa yang dimainkan, mampu menempatkan diri dalam situasi orang lain yang dikehendaki, bisa belajar watak orang lain, cara bergaul dengan orang lain, siswa dapat mengerti dan menerima pendapat orang lain, serta siswa dapat melakukan perundingan untuk memecahkan masalah bersama.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurul Fatmaningrum (2013) yang meneliti peningkatan sikap empati melalui teknik sosiodrama pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Brebah Sleman. Teknik sosiodrama berpengaruh dalam meningkatkan sikap empati para siswa kelas VII D dapat diketahui dari skor rata-rata sikap empati. Hal tersebut dilihat dari peningkatan nilai rata-rata sikap empati dari mulai *pre-test* ke skor *post-test* I menunjukkan peningkatan sebesar 19,44, kemudian ke skor *post-test* II peningkatan sebesar 11,06. Hasil tersebut menunjukkan bahwa peningkatan sikap empati siswa selalu meningkat tiap siklus. Dilihat pula dari hasil observasi peneliti dan observer menunjukkan adanya peningkatan yang cukup signifikan pada nilai rata-rata sikap empati.

Berdasarkan uraian di atas, keterkaitan sosiodrama dan empati terletak pada faktor yang meningkatkan empati yaitu : sosialisasi, kognitif, pengalaman akan perilaku empati, serta proses belajar dan identifikasi.

Sosialisasi adalah suatu proses yang membantu seseorang untuk belajar dan menyesuaikan diri terhadap bagaimana cara hidup dan bagaimana cara berpikir kelompoknya. Dengan memberikan sosialisasi berupa sosiodrama akan membuat siswa lebih dapat merasakan perasaan orang lain dan lebih menghargai orang lain. Sebab dalam sosiodrama, mengajak siswa untuk melakukan *sharing* terkait isu-isu yang berkaitan dengan

empati. Sejalan dengan hal itu Hoffman (dalam Goleman, 2007:204) juga mengemukakan bahwa sosialisasi dapat mempengaruhi empati melalui permainan-permainan yang memberikan peluang kepada individu untuk mengalami sejumlah emosi, membantu individu lebih berpikir dan memberikan perhatian kepada orang lain. Serta lebih terbuka terhadap kebutuhan orang lain sehingga akan meningkatkan kemampuan berempatinya.

Menurut Shapiro (1997) bertambah matangnya wawasan dan keterampilan kognitif, individu secara bertahap belajar mengenali tanda-tanda kesedihan orang lain dan mampu menyesuaikan kepeduliannya dengan perilaku yang tepat. Kemampuan kognitif ini sama halnya dengan tujuan dari sosiodrama menurut Ecklof (2006) yaitu meningkatkan pemahaman tentang peran seseorang atau orang lain dalam situasi dan memungkinkan peserta untuk melepaskan emosi mereka dengan mengekspresikan pikiran dan perasaan dalam situasi tersebut. Melalui permainan drama ini, siswa akan lebih bisa belajar memahami emosi seseorang lewat ekspresi yang ditunjukkan pada saat permainan drama berlangsung. Dengan adanya pembelajaran seperti ini akan meningkatkan empati siswa.

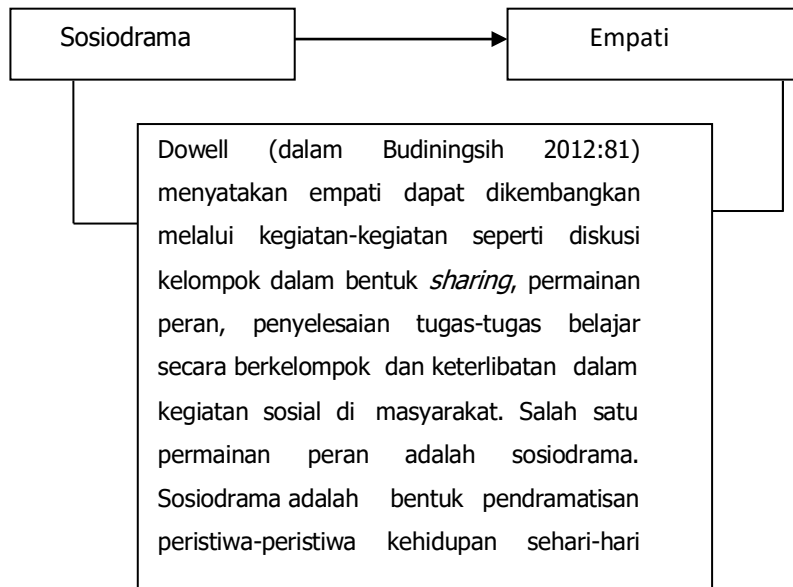
Seperti pendapat dari Hartono (2009) bahwa empati dapat dikembangkan melalui pengalaman dan pembelajaran. Siswa yang memainkan drama akan mendapatkan pengalaman dalam berempati, mereka mendapat gambaran bagaimana cara

berempati yang bisa meningkatkan rasa empati siswa tersebut. Dalam proses belajar, menurut Hoffman (dalam Goleman 2007 : 204) seseorang membutuhkan respon-respon khas, dari situasi yang khas, yang disesuaikan dengan peraturan yang dibuat oleh orang tua atau penguasa lainnya. Apa yang telah dipelajari anak dirumah pada situasi tertentu, diharapkan dapat pula diterapkan olehnya pada waktu yang lebih luas dikemudian hari. Dengan proses belajar dan identifikasi melalui sosiodrama yang diadakan disekolah oleh guru, siswa dapat meniru perilaku yang ada pada setiap drama tersebut yang dapat membuat rasa empati siswa semakin berkembang.

Menurut penelitian Milton, dkk(dalam Alba,2014) menyatakan bahwa drama sendiri dapat membantu siswa untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan mereka serta dapat membantu memecahkan masalah sebab saat dramatisasi siswa nantinya akan bertindak dan menemukan cara untuk menyelesaikan permasalahan sosial. Selanjutnya hasil dari penelitian Haryati, dkk (2017) menunjukkan bahwa model bimbingan kelompok menggunakan teknik sosiodrama terbukti efektif untuk meningkatkan empati siswa. Subjek dalam penelitian ini merupakan siswa kelas 1 SMP yang berjumlah 150 siswa terlibat dalam survey, terlibat dalam uji coba mode berjumlah 8 siswa dan 15 siswa menjadi sampel untuk uji efektifitas.

Kerangka Konseptual

Gambar 1.



Hipotesis

Berdasarkan kerangka konseptual di atas, maka hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah ada pengaruh sosiodrama terhadap Peningkatan empati pada siswa SMP Negeri 26 Palembang.