

Peran Empati dalam Perilaku *Bullying*

Fikrie

Universitas Muhamadiyah Malang
fikriefirda@gmail.com

Abstrak. Laporan terkait perilaku *bullying* meningkat setiap tahunnya. Walaupun telah ditemukan solusi pencegahannya tetapi permasalahan *bullying* tetap terjadi. Perilaku *bullying* sangat berbahaya bagi anak-anak usia sekolah dikarenakan efek-efek negatif yang disebabkan. Empati dapat menjadi sebuah solusi untuk mencegah perilaku *bullying*. Empati merupakan suatu kemampuan seseorang untuk merasakan keadaan emosional orang lain. Ketika seseorang individu mampu memahami kondisi emosional, mengenali perasaannya dan menempatkan diri berdasarkan sudut pandang orang lain, mereka lebih simpatik dan peduli, maka perilaku antisosial/*bullying* dapat dihindari. Tulisan ini merupakan hasil pemikiran yang bertujuan untuk menjelaskan peran empati dalam perilaku *bullying*.

Kata Kunci : *Bullying* dan Empati

Pendahuluan

Kekerasan pada anak meningkat setiap tahunnya. Hasil catatan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menyatakan dari 2011 sampai 2014 terjadi peningkatan yang signifikan. Tahun 2011 terjadi 2178 kasus kekerasan, 2012 ada 3512 kasus, 2013 ada 4311 kasus, 2014 ada 5066 kasus. *Bullying* merupakan salah satu kekerasan yang menjadi catatan oleh KPAI. Sepanjang tahun 2011-2014 terdapat sekitar 369 pengaduan masyarakat terkait perilaku *bullying* (www.kpai.go.id). Kasus *bullying* yang dilaporkan masyarakat beragam, mulai dari ejekan sampai perlakuan kasar yang berakibat luka fisik (<http://health.liputan6.com>).

Yen (2010) menyatakan bahwa anak-anak usia sekolah yang terlibat dalam perilaku *bullying* menjadi masalah tersendiri bagi mereka, hal ini terkait dengan buruknya kesehatan mental mereka. *Bullying* dapat memberikan efek negatif dalam hal penyesuaian psikologis, seperti memiliki tingkat kecemasan yang tinggi, mengalami gangguan tidur, memiliki gejala traumatik (Sesar, Barisic dan Dodaj, 2012), depresi (Sesar, Barisic & Dodaj, 2012 ; Uba, Yacob & Juhari, 2010; Omotesu, 2010; Hoof, Raaijmakers, Beek, Hale & Aleva, 2008) memiliki perasaan takut, kurang percaya diri (Omotesu, 2010) merasakan kesendirian (Omotesu, 2010; Rigby, 2003), self esteem yang rendah (Rigby, 2003) dan memiliki keinginan untuk bunuh diri (Geel, Vedder & Tanilon, 2014).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi remaja untuk melakukan perilaku *bullying*, yaitu faktor keluarga, karakteristik internal individu dan faktor sekolah (Wahyuni & Adiyanti, 2010). Salah satu faktor internal yang dapat membuat seseorang terlibat dalam perilaku *bullying* adalah empati. Empati merupakan suatu aktivitas untuk memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain, serta apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh orang yang bersangkutan terhadap kondisi yang sedang dialami orang lain, tanpa yang bersangkutan kehilangan kontrol dirinya (Taufik, 2012).

Wahyuni dan Ahdhiyanti (2010) menyatakan bahwa remaja yang melakukan perilaku *bullying* kepada temannya diakibatkan mereka tidak mampu berempati kepada temannya, hal ini terkait rasa sakit yang diderita oleh temannya. Pelaku *bullying* tidak mampu berempati sehingga menyebabkan mereka kurang mampu untuk melihat dari sudut pandang orang lain, mengenali perasaan orang lain dan menyesuaikan kepeduliannya dengan tepat yang pada akhirnya menyebabkan mereka melakukan tindakan kekerasan kepada orang atau korban (Rachmah, 2014).

Baron & Byrne (2005) menyatakan bahwa Empati termasuk kemampuan untuk merasakan keadaan emosional orang lain, merasa simpatik, mencoba menyelesaikan masalah dan mencoba mengambil perspektif orang lain (Baron & Byrne, 2005). Ketika seorang pelaku *bullying* sebelum memiliki niat untuk melakukan tindakan kekerasan lebih berempati kepada targetnya kemungkinan niat untuk mem-*bully* akan hilang.

Tinjauan Pustaka

Bullying

Bullying adalah tindakan negatif yang dilakukan kepada seorang siswa oleh satu atau sekelompok siswa dan terjadi secara berulang. Tindakan negatif dilakukan secara sengaja yang mengakibatkan ketidaknyamanan dan luka pada siswa lain (Olweus, 1996). *Bullying* dikarakteristikkan dengan adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban (Sullivan, Cleary & Sullivan, 2004) serta merupakan bagian dari perilaku agresif yang terjadi di sekolah (Seixas, Coelho & Fischer, 2013).

Wal, Wit & Hirasng (2003) mengidentifikasi ada empat tipe dari perilaku *bullying* :

1. *Bullying* Fisik : merupakan tipe perilaku *bullying* secara langsung seperti menendang dan menggigit, *bullying* fisik merupakan tipe paling umum dari perilaku *bullying* dan biasanya dilakukan oleh remaja laki-laki
2. *Bullying* Verbal : merupakan tipe perilaku *bullying* yang menggunakan kata-kata untuk mempermalukan teman-temannya, biasanya dilakukan oleh remaja perempuan
3. *Bullying* Relational : merupakan tipe perilaku *bullying* yang biasanya dilakukan dengan cara mengucilkan teman-teman mereka dari kelompok pertemanan
4. *Bullying* Reaktif : merupakan tipe perilaku *bullying* dimana pelaku mengejek kemudian berkelahi dengan remaja yang mereka ejek.

Pelaku *bullying* memiliki karakteristik agresif terhadap teman sebayanya, terkadang mereka juga bersikap agresif kepada orang dewasa, baik guru maupun orangtua mereka dan memiliki pandangan yang positif terhadap kekerasan daripada teman sebayanya yang lain. Pelaku *bullying* lebih impulsive, memiliki empati yang rendah dan cenderung memiliki sikap untuk mendominasi orang lain (Olweus, 1996).

Empati

Empati merupakan kemampuan untuk merasakan keadaan emosional orang lain, merasa simpatik, mencoba menyelesaikan masalah dan mengambil perspektif orang lain (Baron & Byrne, 2005). Baron-Cohen (dalam Howe, 2015) mendefinisikan empati sebagai kemampuan untuk mengidentifikasi apa yang sedang difikirkan atau dirasakan oleh orang lain dalam rangka untuk merespon pikiran dan perasaan mereka dengan sikap yang tepat.

Empati terdiri dari komponen kognitif dan afektif (Baron & Byrne, 2005). Komponen kognitif didasarkan kepada kemampuan melihat, membayangkan dan memikirkan sebuah situasi dari sudut pandang orang lain, melibatkan sebuah proses reflektif berbasis kognitif untuk memahami perspektif orang lain (Howe, 2015). Komponen afektif ditandai dengan adanya respon atau emosi yang sama terkait dengan pengalaman emosional orang lain (Gini, Albeiro, Benelli & Altoe, 2007). Secara spesifik komponen afektif mencerminkan keselarasan perasaan seseorang individu dengan orang lain (Sesar, Barisic, Pandza & Dodaz, 2012). Beberapa ahli menambahkan komponen komunikatif sebagai bagian ketiga dari komponen empati (Taufik, 2012). Howe (2015) menjelaskan bahwa empati bukan hanya mengetahui apa yang sedang dirasakan orang lain dan merasakan apa yang sedang dirasakan oleh orang lain tetapi juga mengkomunikasikan dengan cara dan sikap yang baik, pengetahuan dan pemahaman kita tentang pengalaman emosional orang lain tersebut.

Peran Empati Terhadap Perilaku Bullying

Hoffman (2008) menyatakan empati merupakan kondisi emosional yang dipicu oleh kondisi emosional orang lain, orang dapat merasakan yang dirasakan oleh orang lain pada situasi tertentu yang diharapkan oleh orang lain tersebut. Garaigordobil (2009) menambahkan bahwa empati menekankan pada kapasitas seseorang untuk merespon orang lain dengan mempertimbangkan aspek kognitif dan afektif serta membedakan dirinya dengan orang lain. Seseorang dikatakan berempati jika ia mampu merasakan keadaan emosional orang lain, merasa simpatik, mencoba menyelesaikan masalah dan mencoba bersikap berdasarkan sudut pandang orang lain.

Menurut Olweus (1999) pola perilaku agresif anak berkembang dari proses pengasuhan selama masa kanak-kanak. Ada empat proses penting pengasuhan yang menyebabkan anak berpotensi melakukan perilaku agresif :

- a. Sikap emosional dari orangtua (biasanya ibu) terhadap anak yang ditandai dengan kurangnya kehangatan dan keterlibatan dalam pengasuhan, cenderung meningkatkan sikap agresif dan bermusuhan pada anak
- b. Menggunakan metode kekerasan dalam pengasuhan seperti menggunakan hukuman fisik dan emosi yang meluap-luap dalam memarahi anak, anak-anak dari orangtua yang seperti ini cenderung menjadi lebih agresif.
- c. Orangtua yang tidak terlalu memperhatikan perilaku agresif yang dilakukan oleh anaknya kepada teman sebaya, saudara dan orang dewasa lainnya cenderung membuat tingkat agresifitas anak meningkat

- d. temperamen anak, anak yang memiliki temperamen yang keras lebih mungkin berkembang menjadi anak yang agresif. Faktor ini tidak terlalu berpengaruh kuat dibandingkan tiga faktor utama diatas.

Empati terbentuk dari kualitas pengasuhan yang diberikan oleh orangtua. Anak-anak yang terlibat dalam perilaku agresif misalnya *bullying* memiliki kualitas empati yang rendah diakibatkan pengasuhan orang tua mereka yang kurang hangat sehingga empati dalam diri mereka tidak dapat berkembang. Kualitas pengasuhan memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan empati anak-anak, orangtua yang dapat menenangkan, mengendalikan dan mengelola emosi dapat membantu anak untuk mengembangkan kemampuan untuk berempati sebaliknya pengasuhan yang kaku dan otoritarian, tidak memberikan kesempatan untuk berdiskusi tidak dapat membantu anak untuk mengembangkan empatinya (Howe, 2015).

Empati sangat dipengaruhi oleh kapasitas pengamat, ada yang memiliki kemampuan empati rendah ada juga yang memiliki kemampuan empati yang tinggi, kemampuan empati yang tinggi dipengaruhi oleh kapasitas intelektual untuk memahami apa yang difikirkan dan dirasakan oleh orang lain (Taufik, 2012). Pada beberapa kasus perilaku *bullying*, hasil-hasil penelitian menunjukkan bahwa individu yang terlibat dalam perilaku *bullying* memiliki pencapaian akademik yang rendah (Roman & Murillo, 2011; Kowalski & Limber, 2013). Individu yang terlibat dalam perilaku *bullying* tidak mampu mengembangkan kemampuan empati pada diri mereka disebabkan karena kapasitas intelektual mereka tidak mampu memahami apa yang difikirkan dan dirasakan oleh orang lain.

Beberapa penelitian terdahulu mengungkapkan adanya hubungan antara empati dengan *bullying* dan perilaku agresif lainnya. Seperti yang kita ketahui empati terdiri dari dua komponen yaitu afektif dan kognitif. Komponen afektif empati merupakan perasaan menderita yang juga dirasakan oleh seseorang individu ketika orang lain merasakan penderitaan (Mercer & Clayton, 2012). Orang yang memiliki empati afektif akan merasakan simpati dan peduli pada orang yang terkena penderitaan dan mencoba meringankan penderitaannya. Pada suatu penelitian ditemukan hubungan antara komponen afektif empati dengan perilaku agresif dan kenakalan remaja. Kemp, Overbeek, Wied, Engels dan Scholte (2007) menemukan bahwa komponen afektif empati berhubungan dengan rendahnya perilaku agresif dan kenakalan remaja. Ketika seseorang memiliki komponen empati afektif yang baik maka perilaku agresif dan kenakalan dapat diminimalisir, seseorang akan mempertimbangkan kembali perilaku agresif yang akan dilakukannya kepada orang lain karena adanya komponen afektif empati dalam dirinya. Pada penelitian meta-analisis yang dilakukan oleh Langen, Wissink, Vugt, Stouwe dan Stams (2014), juga menemukan bahwa komponen afektif empati memiliki relasi dengan perilaku penyerangan.

Seseorang yang memiliki empati yang rendah kurang mampu merespon tekanan dan rasa ketidaknyamanan dari orang lain yang menjadi korban, mereka tidak mampu menghubungkan perilaku antisosial yang ia lakukan dengan reaksi emosional orang lain (Jolliffe & Farrington, 2006). Mitsopoulou dan Giovazolias (2015), pada penelitian meta-analisisnya menyatakan bahwa komponen afektif yang berpengaruh terhadap perilaku *bullying*, ia menemukan bahwa komponen kognitif juga mempengaruhi perilaku *bullying*. Georgiou dan Stavtinides (2012) menambahkan bahwa mereka tidak mampu mengevaluasi situasi yang berbahaya atau menyakitkan bagi orang lain. Selain itu, beberapa peneliti menyebutkan bahwa pelaku *bullying* memiliki karakteristik "Cold Cognition", suatu kondisi dimana pelaku tidak mampu memahami perasaan orang lain dan menganggap jika korban merasa tertekan, hal ini akan menguatkan perilaku *bullying* yang terjadi (Ozkan & Cifci, 2009).

Wahyuni dan Adyanti (2010) menemukan bahwa keterampilan empati berhubungan negatif dengan kecenderungan perilaku *bullying* pada remaja, hal ini berarti bahwa remaja yang memiliki kemampuan empati yang tinggi memiliki kecenderungan berperilaku *bullying* yang rendah sebaliknya remaja yang memiliki kemampuan empati yang rendah memiliki kecenderungan berperilaku *bullying* yang tinggi. Ia menambahkan bahwa kecenderungan melakukan perilaku *bullying* oleh remaja disebabkan mereka tidak mampu untuk berempati kepada orang lain khususnya terkait permasalahan rasa sakit yang dirasakan oleh korban *bullying*.

Pada perilaku *bullying*, peran empati dapat disimpulkan dalam dua komponen penyusunnya yaitu komponen afektif dan komponen kognitif. Pada komponen afektif, individu yang terlibat dalam perilaku *bullying* tidak mampu merasakan kondisi emosional individu lain yang menjadi sasaran, pelaku *bullying* tidak dapat merasakan rasa sakit yang sama dengan rasa sakit yang diterima oleh korban. Pada komponen kognitif, individu yang terlibat dalam perilaku *bullying* tidak mampu memahami dan mengevaluasi keadaan emosional mereka yang menjadi target sasaran perilaku *bullying*.

Merujuk pada pendapat Erikson, masa remaja merupakan saat yang paling menyakitkan dalam hidup seseorang, periode ini merupakan waktu dimana individu perlu mencapai kebebasan emosional, mengembangkan peran sosial yang sesuai dengan jenis kelamin, membentuk sistem nilai yang unik bagi dirinya, serta membuat keputusan yang sesuai dengan yang diharapkan oleh masyarakat (Albayrak, Bicer & Asik, 2014). Peristiwa *bullying*

banyak terjadi di periode usia remaja, khususnya di Indonesia banyak sekali kekerasan *bullying* yang terjadi diantara remajanya, mulai dari remaja sekolah menengah pertama sampai menengah keatas. Peningkatan kemampuan berempati merupakan salah satu cara untuk mengurangi resiko keterlibatan dalam perilaku *bullying* (Ozkan & Cifci, 2009).

Howe (2015) mengungkapkan ada dua pendekatan yang dapat dilakukan untuk membentuk kemampuan empati pada anak atau remaja yaitu pendekatan keluarga dan sekolah. Orangtua dapat membantu anak untuk mengenali, memahami dan mendiskusikan keadaan-keadaan emosi diri sendiri dan orang lain, orangtua memberikan pengertian kepada anak bagaimana caranya memahami keadaan dan pengalaman orang lain. Sroufe (dalam Howe, 2015) menambahkan anak akan belajar menjadi lebih empati jika ia menerima perlakuan empatik dari orangtuanya.

Pendekatan sekolah mengajarkan anak membangun hubungan-hubungan dengan teman sebayanya, anak-anak memiliki kesempatan untuk berbicara, berkomunikasi, memahami perspektif orang lain, bermain dan berpura-pura, berimajinasi, berbagi, berganti giliran, mengendalikan kemarahan dan ketidaksabaran, memecahkan konflik dan mengatasi problem sosial serta membuat keputusan dengan teman sebayanya (Howe, 2015). Guru dan pihak sekolah juga dapat membantu dengan cara membuat program berbasis sekolah terkait dengan peningkatan ketrampilan sosial pada anak.

Penutup

Perilaku *bullying* sangat berbahaya bagi anak-anak usia sekolah dikarenakan efek-efek negatif yang terjadi. *Bullying* merupakan bagian dari perilaku agresif yang terjadi di sekolah dikarakteristikkan dengan adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban, yang dilakukan oleh satu atau sekelompok siswa dan terjadi secara berulang yang mengakibatkan ketidaknyamanan dan luka pada siswa lain. Pada beberapa penelitian, ditemukan hubungan antara empati dan perilaku *bullying*. Empati merupakan kemampuan untuk merasakan keadaan emosional orang lain, merasa simpatik, mencoba menyelesaikan masalah dan mengambil perspektif orang lain. Pada perilaku *bullying*, peran empati dapat disimpulkan dalam dua komponen penyusunnya yaitu komponen afektif dan komponen kognitif. Pada komponen afektif, individu yang terlibat dalam perilaku *bullying* tidak mampu merasakan kondisi emosional individu lain yang menjadi sasaran, pelaku *bullying* tidak dapat merasakan rasa sakit yang sama dengan rasa sakit yang diterima oleh korban. Pada komponen kognitif, individu yang terlibat dalam perilaku *bullying* tidak mampu memahami dan mengevaluasi keadaan emosional mereka yang menjadi target sasaran perilaku *bullying*. Peningkatan kemampuan berempati merupakan salah satu cara untuk mengurangi resiko keterlibatan dalam perilaku *bullying*. Ada dua pendekatan yang dapat dilakukan untuk membentuk kemampuan empati pada anak yaitu pendekatan keluarga dan sekolah.

Daftar Pustaka

- Albayrak, S, Bicer, S & Asik, E. (2014). The Impact Of The Adolescent-Parent Relationship On Peer Victimization. *The Journal of MacroTrends in Health and Medicine*. 2(1), 1-9.
- Garaigordobil, M. (2009). A Comparative Analysis of Empathy in Childhood and Adolescence: Gender Differences and Associated Socio-emotional Variables. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*. 09(2), 217-235
- Geel, M.V, Vedder, P & Tanilon J. (2014). Relationship Between Peer Victimization, cyberbullying and Suicide in Children and Adolescents A Meta-analysis. *JAMA Pediatr*.
- Georgiou, S.N & Stavtinides, P.(2012). Social-Psychological Profiles of Early Adolescents Involved in *Bullying* Activities. *International Journal of Criminology and Sociology*. 1, 60-68.
- Gini, G, Albeiro, P, Benelli, B & Altoe, G. (2007). Does Empathy Predict Adolescents *Bullying* And Defending Behavior. *Aggressive Behaviour*. 33, 467-476
- Hoffman, M. (2008). *Empathy And Prosocial Behaviour*, dalam *Handbook Of Emotions-Second Edition*, Edited By Michael Lewis And Jeannette M. Haviland-Jones. New York : The Guilford Press
- Hoof, A.V, Raaijmakers, Q.A.W, Beek, Y.V, Hale, W.W & Aleva, L. (2008). A Multi-mediation Model on the Relations of *Bullying*, Victimization, Identity, and Family with Adolescent Depressive Symptoms. *J Youth Adolescence*. (37), 772–782
- Howe, David. (2015). *Empati : Makna dan Pentingya*. Yogyakarta : Pustaka Belajar
- Jolliffe, D & Farrington, P. (2006). Examining The Relationship Between Low Empathy And *Bullying*. *Aggressive Behaviour*. 32, 540-550.

- Kemp, R.A.T, Overbeek, G, Wied, M, Engels, R.C.M.E & Scholte, R.H.J. (2007). Early Adolescent Empathy, Parental Support, and Antisocial Behavior. *The Journal of Genetic Psychology*. 168(1), 5–18
- Kowalski, R.M & Limber, S.P. (2013). Psychological, Physical, and Academic Correlates of Cyberbullying and Traditional Bullying. *Journal of Adolescent Health*. (53), 13-20
- Langen, M.A.M.V, Wissink, I.B, Vugt, E.S.V, Stouwe, V.D & Stams, G.J.J.M. (2014). The relation between empathy and offending: A meta-analysis. *Laws*. (03), 706-720
- Mercer, J & Clayton D. (2012). *Psikologi Sosial*. Erlangga : Jakarta
- Olweus, Dan. (1996). Bully/Victim Problems At School: Facts And Effective Intervention. *Reclaiming Children And Youth*. University Of Bergen. 15-21.
- Omoteso, B.A. (2010). Bullying Behaviour, Its Associated Factors And Psychological Effects Among Secondary Students In Nigeria. *The Journal Of International Social Research*. 03(10), 498-509.
- Rigby, K. (2003). Consequences of Bullying in Schools. *The Canadian Journal of Psychiatry—In Review*. 48(02), 583-590.
- Roman, M & Murillo, F.J. (2011). Latin America : school bullying and academic achievement. *Cepal Review*
- Seixas, S.R, Coelho, J.P & Fischer, G.N. (2013). Bullies, Victims And Bully-Victims Impact On Health Profile. *Educação, Sociedade & Cultura*. (38), 53-75.
- Sesar, K, Barisic, M, Pandza, M & Dodaz, A. (2012). The relationship between difficulties in psychological adjustment in young adulthood and exposure to bullying behaviour in childhood and adolescence. *Acta Medica Academica*. 41(02), 131-144.
- Sullivan, K, Cleary, M, Sullivan, G. (2004). *Bullying in Secondary Schools What It Looks Like and How to Manage It*. Paul Chapman Publishing : London
- Taufik. (2012). *Empati Pendekatan Psikologi Sosial*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Uba, I, Yacob, S.N & Juhari, R. (2010). Bullying and Its' Relationship with Depression among Teenagers. *J Psychology*. 1(1), 15-22.
- Wahyuni, S & Adiyanti, M.G. 2010. Correlation Between Perception Toward Parents Authoritarian Parenting And Ability To Empathize With Tendency Of Bullying Behaviour On Teenagers. *Jurnal Psikologi : Universitas Gadjah Mada*.
- Wal VD, Wit C, Hirasing RA. (2003). Psychosocial health among young victims and offenders of direct and indirect bullying. *Pediatrics*, 111(6), 1312-1317.
- Yen, C.F. (2010). School Bullying and Mental Health in Children and Adolescents. *Taiwanese Journal of Psychiatry (Taipei)*, 24(1), 3-13.

www.kpai.go.id

<http://health.liputan6.com>