

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Kajian Teori

##### 1. Empati Anak Usia Dini

###### a. Pengertian Empati

Empati yaitu kemampuan seseorang dalam memahami perasaan orang lain. Seseorang juga akan membayangkan dan menghayati dirinya berada diposisi tersebut. Hurlock menyebutkan kemampuan memiliki rasa empati akan muncul pada usia kanak-kanak<sup>1</sup>. Manusia merupakan makhluk sosial yang selalu membutuhkan kehadiran orang lain dalam kehidupannya. Maka dengan itu mereka dapat mengungkapkan simpati dengan berusaha menolong dan menghibur seseorang yang sedang bersedih. Contohnya menghibur teman yang sedang bersedih.<sup>2</sup> Untuk memenuhi kebutuhan tersebut maka manusia melakukan sebuah hubungan timbal balik yang disebut dengan interaksi sosial. Karena saling membutuhkan satu sama lain maka manusia harus saling menghormati, toleransi, saling menghargai perasaan satu sama lain dan lain sebagainya. Untuk dapat hidup beriringan dalam kehidupan sosial, empati sangat diperlukan agar terwujud masyarakat yang rukun dan damai. Empati juga merupakan salah satu kunci keberhasilan proses interaksi sosial.

Empati pertama kali dikenalkan pada abad ke-19 dalam bahasa jerman dengan istilah *empfindung* yang diartikan sebagai “*infeeling*” atau “*feeling into*” yang berarti memproyeksikan perasaan seseorang terhadap orang lain atau benda yang berada di luar dirinya. Pengertian empati kemudian berkembang hingga pada tahun 1920-an seorang psikolog Amerika bernama E. B. Tichener mengartikan empati sebagai proses menirukan baik secara fisik atas beban orang lain

---

<sup>1</sup> Vannisa, “*Pengertian Empati*”, <https://perpustakaan.id/pengertian-empati>, 26 Oktober 2023

<sup>2</sup> Malik Fuad Dachlan, Dkk., *Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini* (shadhoharjo: Budi Utama, 2019), h.49

sehingga menimbulkan perasaan serupa dalam diri seseorang. E.B Tichener memperkenalkan pengertian empati ini kedalam istilah *mimikrimotor*.<sup>3</sup>

Menurut Anik Lestari ningrum Anak usia dini adalah kelompok manusia yang berusia 0-6 tahun, dimana anak usia dini ini adalah kelompok anak yang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan yang bersifat unik, dalam arti memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan yang khusus sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan. Pola perkembangan yang bersifat unik dan khusus tersebut merujuk pada pengertian bahwa pada usia tersebut seorang anak mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat yang ditandai dengan kesiapan sehingga dengan sangat mudah menerima stimulai-stimulasi yang diberikan kepadanya baik itu secara langsung maupun tidak langsung.<sup>4</sup>

Dalam rangka menumbuhkan empati pada siswa, penting untuk memahami karakteristik cara belajar anak, terutama pada usia dini. Anak belajar melalui bermain, sehingga kegiatan berbagi bekal makanan dapat diintegrasikan dengan elemen permainan untuk menciptakan pengalaman pembelajaran yang menyenangkan. Selain itu, anak belajar dengan membangun pengetahuannya, sehingga kegiatan berbagi bekal makanan dapat diarahkan untuk memperluas pengetahuan mereka tentang kebutuhan dan realitas kehidupan.

Berbagai metode pembelajaran dapat dipilih pendidik untuk mencapai kompetensi-kompetensi yang hendak diajarkan. Pembelajaran empati dapat diajarkan oleh pendidik melalui metode yang sederhana, menyenangkan dan mudah diikuti oleh anak. Empati sebagai kemampuan yang dapat turut merasakan perasaan orang lain, maka dari itu perlu diupayakan sebuah kegiatan yang dapat melibatkan anak secara

---

<sup>3</sup> Ahmad ZainSarnoto, “Kecerdasan Emosional Dan Prestasi Belajar: Sebuah Pengantar Studi Psikologi Belajar”, Jurnal PROFESI Volume 3 No.1 Juli 2014

<sup>4</sup> Anik Lestari ningrum, “Perencanaan Pembelajaran Anak Usia Dini”, (Nganjuk: CV. Adjie Media Nusantara, Cetakan Pertama 2017), hal. 1

langsung untuk melakukan sebuah tindakan dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Metode pembelajaran yang dapat dipilih untuk menumbuhkan kemampuan empati anak adalah melalui metode pembiasaan.

Proses belajar anak juga bersifat alamiah, oleh karena itu, mengorganisir kegiatan berbagi makanan secara alami dapat merangsang rasa kepedulian dan saling berbagi di antara mereka. Lebih lanjut, pembelajaran anak yang efektif mempertimbangkan aspek pengembangan secara menyeluruh, sehingga kegiatan berbagi bekal makanan tidak hanya memberikan pemahaman akan kebutuhan fisik, tetapi juga aspek emosional dan sosial. Dengan menyajikan kegiatan berbagi bekal makanan yang bermakna, menarik, dan fungsional, dapat diciptakan lingkungan pembelajaran yang merangsang perkembangan empati siswa sejak dini.<sup>5</sup>

Kemampuan empati tidak hanya harus dimiliki orang dewasa saja tetapi juga anak usia dini. Anak usia dini yang masih berada dalam tahap tumbuh kembang membutuhkan kehadiran orang lain agar dapat membantunya belajar banyak hal sebagai bekal ia tumbuh dewasa di masa mendatang.

#### b. Perkembangan Empati

Empati adalah *being* sekaligus *becoming*. Empati sebagai *being* diartikan sebagai kemampuan yang telah dimiliki sejak lahir sebagai anugerah yang diberikan oleh Tuhan. Kemampuan empati telah dimiliki oleh manusia sejak lahir dengan membawa karakteristik masing-masing yang diturunkan dari orang tua (*genetis*), untuk kemudian dikembangkan (*becoming*) melalui interaksi dengan orangtua dan pengalaman yang didapatkan selama perjalanan hidup.

Pelajaran pertama tentang empati pada manusia telah dimulai pada masa bayi ketika berada dalam timangan orang tua. Ikatan emosi yang pertama kali dialami ini akan menjadi landasan untuk pembelajaran

---

<sup>5</sup> Siti Zubaedah dkk, "Seni Bercerita", (Yogyakarta: Cakrawala, 2018)

tentang kerjasama dan syarat-syarat agar dapat diterima dengan baik dalam penerimaan keanggotaan sebuah kelompok.

Perkembangan empati terbagi dalam empat tingkatan di masa perkembangan individu, yaitu:

- 1) Pada umur satu tahun, anak-anak mulai memahami dirinya apabila melihat anak lain jatuh dan menangis.
- 2) Pada awal usia dua tahun, anak-anak mulai memahami bahwa perasaan orang lain berbeda dengan perasaannya, sehingga, anak lebih peka terhadap syarat-syarat yang mengungkapkan perasaan orang lain.
- 3) Pada akhir masa anak-anak, anak dapat merasakan kesengsaraan suatu kelompok masyarakat, misalnya kaum miskin, kaum yang tertindas, atau mereka yang secara sosial terkucil di tengah-tengah masyarakat.

Perkembangan empati akan berjalan dengan baik bila didukung oleh lingkungan tempat tinggal, termasuk bagaimana seseorang bersosialisasi dengan temannya. Begitu pula perkembangan empati pada orang dewasa dituntut untuk ikut merasakan perasaan orang lain. Tentu saja, jika seseorang terampil meraba perasaan dirinya sendiri dan perasaan orang lain, hal ini akan secara langsung memantik sensitifitasnya untuk mengetahui dan merasakan cara pandang orang lain.

Menurut Shapiro, tahap perkembangan empati dibagi menjadi empat, yaitu:<sup>6</sup>

- 1) Empati Emosi

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

- 2) Empati Egosentrik

---

<sup>6</sup> Shapiro.L.E, *Mengajarkan Emosional Intelegensi Pada Anak*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2007), h 50

Pada tahap kedua ini, anak yang berusia antara satu sampai dua tahun dapat melihat dengan jelas bahwa kesusahan orang lain bukan kesusahannya sendiri. Sebagian anak balita (anak di bawah umur lima tahun) 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.

### 3) Empati Kognitif

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

### 4) Empati Abstrak

Menjelang berakhirnya masa anak-anak antara usia sepuluh sampai dua belas tahun, anak-anak mengembangkan emosi tidak hanya kepada orang yang dikenal atau dilihatnya secara langsung, tetapi juga terhadap kelompok orang yang belum pernah dia jumpai sebelumnya.<sup>7</sup>

Menurut Damon dalam John W. Santrock perkembangan empati yang terjadi pada anak usia 5-6 Tahun ditandai dengan anak telah mengetahui bahwa setiap orang itu bersifat unik dan memiliki sifat serta perspektif yang berbeda, sehingga tiap-tiap orang juga memiliki respon yang berbeda pula dalam menghadapi suatu fenomena atau kejadian

---

<sup>7</sup> Taufiq L.W., *Hubungan Empati Dengan Intensi Prosocial Pada Siswa-siswi Muhammadiyah Mataram*, (Surakarta: Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2000), h,44,

tertentu.<sup>8</sup>

Beberapa penjelasan tersebut mengenai perkembangan kemampuan empati anak usia 5-6 tahun penulis dapat menggambarkan kemampuan empati mereka ke dalam fenomena ketika seorang teman tidak dapat membeli jajan dikarenakan tidak membawa uang saku.

Dari fenomena tersebut akan timbul pola pikir yang berbeda dari satu anak dengan anak yang lain. Bisa jadi mereka semua sangat terenyuh merasa kasihan namun tindakan yang diberikan akan berbeda. Ada yang langsung memberikan uang kepada temannya tersebut tanpa pamrih, ada pula yang mempunyai uang dan ingin membantu temannya agar tetap bisa membeli jajan namun tidak ingin uang miliknya berkurang. Pada masa ini meski seorang anak telah memahami bagaimana perasaan orang lain mereka belum mampu menjelaskan tindakan apa yang seharusnya mereka lakukan.

Sifat Egosentris membuat anak mengerti bahwa terdapat perbedaan antara individu yang satu dengan yang lain tetapi belum dapat membedakan perbedaan pikiran antara dirinya dengan orang lain. Ketika anak telah berusia 6 tahun, anak mulai mengerti dan menyadari darimana perbedaan-perbedaan perspektif tersebut berasal. Perbedaan perspektif antar individu diakibatkan pula dari perbedaan akses informasi yang diperoleh tiap-tiap individu itu sendiri.<sup>9</sup>

Berdasarkan beberapa pernyataan diatas, penulis dapat menyimpulkan bahwa tahap perkembangan empati anak usia 5-6 tahun ditandai dengan adanya pemahaman seorang anak terhadap perbedaan individu dalam menghadapi situasi tertentu. Meski dihadapkan pada situasi yang sama, setiap anak padausia ini memiliki pola pikir dan tindakan yang berbeda. Pemahaman tentang adanya perbedaan perspektif individu ini ditandai dengan adanya factor ego sentris. Pada periode ini secara umum sikap empati yang dapat ditunjukkan seorangan akan

---

<sup>8</sup> John.WSantrock, "*Perkembangan Anak, Edisi Ketujuh, Jilid Dua*". (Erlangga:2007)

<sup>9</sup> Suyadi dan Maulidya Ulfah, "*Konsep Dasar Paud*".(PT Remaja Rosdakarya, 2015)

kepedulian terhadap kesulitan yang dihadapi oleh orang lain. Faktor-Faktor Yang Mendukung Terbentuknya Empati.

c. Ciri-Ciri Empati

Menurut Goleman, ciri-ciri empati dibagi menjadi lima, diantaranya sebagai berikut:

1) Ikut merasakan

Kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain. Hal ini berarti individu mampu merasakan suatu emosi dan mampu mengidentifikasi perasaan orang lain, seperti marah, sedih, cemburu, senang, malu, merasa bersalah, dan cemberut.

2) Dibangun berdasarkan kesadaran diri

Mampu membedakan antara apa yang dikatakan atau dilakukan orang lain dengan reaksi dan penilaian individu itu sendiri. Maka dari itu, semakin seseorang mengetahui emosi diri sendiri, semakin terampil pula ia membaca emosi orang lain. Dengan meningkatkan kemampuan kognitif, khususnya kemampuan menerima perspektif orang lain dan mengambil alih perannya, individu akan memperoleh pemahaman terhadap perasaan orang lain dan emosi orang lain. Sehingga mereka lebih menaruh belas kasihan dan kemudian lebih banyak membantu orang lain.

3) Peka terhadap bahasa isyarat

Emosi lebih sering diungkapkan individu melalui bahasa isyarat (non-verbal). Hal ini menunjukkan bahwa individu mampu membaca perasaan orang lain dalam bahasa isyarat (non-verbal) seperti ekspresi wajah, bahasa tubuh, dan gerak-geriknya.

4) Mengambil peran

Jika individu menyadari apa yang dirasakannya setiap saat, maka empati akan datang dengan sendirinya, dan individu tersebut akan bereaksi terhadap isyarat-isyarat orang lain dengan sensasi fisiknya sendiri tidak hanya dengan pengakuan kognitif terhadap perasaan mereka, akan tetapi empati juga akan membuka mata individu tersebut

akan peduli dan ingin bertindak.

#### 5) Kontrol emosi

Menyadari dirinya sedang berempati, maka individu tidak larut dalam masalah yang sedang dihadapi oleh orang lain. Individu dapat mengontrol emosi yang ada pada dirinya.<sup>10</sup>

#### d. Aspek-aspek Empati

Menurut Nugraha dkk, aspek-aspek dari empati antara lain:

##### 1) Peduli

Peduli adalah suatu tindakan yang dimunculkan individu terhadap individu lain yang terlibat masalah. Individu dapat dikatakan peduli ketika mengabaikan kepentingan diri sendiri dan lebih mementingkan kebutuhan orang lain. Orang yang peduli akan berusaha untuk berperilaku baik, berusaha untuk selalu membantu dan menghargai orang lain, dan berusaha untuk membuat orang lain senang.

##### 2) Toleransi

Toleransi berarti sikap saling menghargai antar individu atau kelompok yang menjadikan kebebasan dan perbedaan sebagai suatu hak yang dimiliki masing-masing individu. Orang yang memiliki rasa toleransi tinggi akan berusaha untuk menghargai dan menerima apapun yang didapatkannya.

##### 3) Tenggang Rasa

Tenggang rasa dapat terlihat ketika individu saling menjaga dan menghargai perasaan individu lain dengan menempatkan diri pada situasi yang dialami sehingga dapat ikut merasakan apa yang dirasakan individu tersebut. Seseorang yang memiliki perilaku tenggang rasa dapat dengan mudah bersosialisasi dan menjalankan kewajibannya sebagai makhluk sosial, juga dapat menempatkan dirinya pada lingkungan yang baik sehingga terjalin suasana dan

---

<sup>10</sup> Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2006), h.213



situasi yang harmonis, rukun, selaras, serta seimbang antar individu.

e. Faktor-Faktor yang Mendukung Terbentuknya Empati

Meski manusia telah diberikan kemampuan empati sejak lahir namun dalam perkembangan usia tidak semua manusia memiliki kemampuan empati yang sama, ada yang memiliki kemampuan empati yang cepat ada pula yang lambat. Kemampuan empati sangat erat kaitannya dengan kemampuan emosional seseorang. Sama halnya dengan orang dewasa kemampuan empati anak usia dini dalam perkembangannya tidaklah selalu stabil. Suatu saat anak dapat menunjukkan sikap ceria, dan penuh kegembiraan sehingga dirinya dapat bersosialisasi dengan baik, namun pada keesokan hari anak berubah menunjukkan sikap marah, acuh, sedih, kecewa dan perilaku negatif lainnya.

Menurut Muhtadi, empati yang harus ditumbuh dan dikembangkan adalah tidak hanya empati terhadap sesama manusia saja, akan tetapi empati terhadap sesama makhluk hidup (seperti hewan dan tumbuhan) serta empati terhadap kelestarian lingkungan alam sekitarnya harus ditumbuh-kembangkan sejak dini. Beberapa ahli berpendapat bahwa lingkungan menjadi faktor utama yang mempengaruhi perkembangan empati pada anak. Lingkungan adalah keadaan sekitar yang mempengaruhi perkembangan dan tingkah laku makhluk hidup. Lingkungan dimana anak tumbuh mampu membentuk karakter seorang individu yang ada di dalamnya.<sup>11</sup>

Beberapa faktor yang mempengaruhi empati yaitu:<sup>12</sup>

- 1) Pola asuh, Orang tua yang menanamkan nilai empati sejak kecil, memberikan contoh kepada anak tentang sikap empati akan mempengaruhi perilaku empati ketika dewasa.

<sup>11</sup> Achmad Zainudin dan Annastasia Ediati, "Perbandingan Kemampuan Empati Anak Sebelum Dan Sesudah Mendapatkan Pendidikan Lingkungan (Studi Eksperimen Pada Siswa Kelas V SD Negeri Blotongan 02 Salatiga)" *Jurnal Empati*, Volume 5 (2), April 2016, 367-372

<sup>12</sup> Anna Mudarisatus Solekhah dkk, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Sikap Empati Terhadap Perilaku Prososial Pada Anak Sekolah Dasar", *Prosiding Seminar Nasional, Universitas Negeri Semarang*, 2018.

- 2) Kepribadian, orang yang mempunyai sikap yang tenang dan sering berintrospeksi diri dipastikan akan memiliki kepekaan yang tinggi ketika berbagai dengan orang lain
- 3) Usia, Semakin bertambahnya usia maka semakin meningkatkan empati seseorang kerana seseorang yang tua mempunyai perspektif yang lebih matang.
- 4) Derajat kematangan, Kemampuan seseorang dapat menilai suatu hal secara proporsional akan mempengaruhi sikap empati.
- 5) Sosialisasi, Sosialisasi merupakan upaya untuk menanamkan berbagai nilai kepada orang lain sehingga orang lain mempunyai perilaku yang diharapkan.
- 6) Jenis kelamin, Empati perempuan lebih besar dari pada empati laki-laki.

Denham menjelaskan bahwa terdapat Sembilan faktor umum yang dapat mendorong kemampuan empati seperti berikut ini.

- 1) Usia, kematangan dari aspek usia akan mempengaruhi kemampuan empati anak, sehingga kemampuan untuk memahami perspektif orang lain akan meningkat sejalan dengan meningkatnya usia anak.
- 2) Gender, seseorang biasanya akan lebih berempati kepada teman yang memiliki kesamaan gender karena merasa memiliki lebih banyak kesamaan.
- 3) Intelegensia, anak yang lebih cerdas biasanya lebih dapat menenangkan orang lain karena lebih dapat memahami kebutuhan orang lain dan berusaha mencari cara untuk membantu menyelesaikan permasalahannya.
- 4) Permasalahan emosional, seseorang yang secara bebas mengekspresikan emosi biasanya lebih mampu memahami perasaan orang lain dengan tepat.
- 5) Orang tua yang berempati, anak mencontoh perilaku orangtuanya sehingga orang tua yang berempati akan membuat anak lebih berempati kepada orang lain.

- 6) Rasa aman secara emosional, seseorang yang mudah menyesuaikan diri cenderung suka membantu orang lain.
- 7) Temperamen, seseorang yang ceria dan mudah bergaul lebih dapat berempati terhadap anak yang sedang stress.
- 8) Permasalahan kondisi, biasanya seseorang akan lebih mudah berempati dengan orang yang mengalami kondisi atau pengalaman yang sama.
- 9) Ikatan, seseorang akan lebih mudah berempati kepada orang atau teman yang lebih dekat dengannya dibandingkan yang tidak terlalu dekat.<sup>13</sup>

Berdasarkan penjelasan diatas bahwa kemampuan empati dapat dikembangkan melalui berbagai faktor, termasuk lingkungan, pola asuh, kepribadian, usia, derajat kematangan, sosialisasi, jenis kelamin, dan faktor-faktor umum seperti usia, gender, intelegensia, permasalahan anemosional, contoh dari orangtua, rasa aman secara emosional, temperamen, permasalahan kondisi, dan ikatan personal. Pentingnya menumbuhkan empati tidak hanya terbatas pada hubungan antar manusia, tetapi juga melibatkan empati terhadap sesama makhluk hidup dan kelestarian lingkungan alam.<sup>14</sup>

Faktor-faktor seperti pola asuh, contoh dari orang tua, dan lingkungan sosial dapat memberikan pengaruh yang signifikan dalam perkembangan kemampuan empati sejak dini. Selain itu, faktor-faktor umum seperti usia, gender, intelegensia, dan ikatan personal juga turut berperan dalam meningkatkan kemampuan empati seseorang.

Sejalan dengan adanya tahapan-tahapan perkembangan anak dalam menunjukkan sikap empati, maka guru maupun orang tua harus memberikan stimulus dan rangsangan yang tepat bagi anak di sekolah ataupun di rumah agar anak dapat mengembangkan kemampuan

---

<sup>13</sup>Dadan Nugraha dkk, “Kemampuan Empati Anak Usia Dini”, Jurnal PAUD Agapedia, Vol.1No.1Juni20 17,page30-39,hal. 33

<sup>14</sup>Haura Alfiyah Nida, “Konsep Memilih Teman yang Baik Menurut Hadit”, Jurnal Riset Agama Volume 1, Nomor 2,Agustus 2021, hal 338-353.

empatinya. <sup>15</sup>Empati sebagai kemampuan untuk dapat merasakan perasaan orang lain mempunyai ciri-ciri tertentu yang diimplementasikan dalam bentuk perilaku. (Medina, 2018: 19) menjelaskan bahwa perilaku empati terbagi menjadi:

1) Toleransi

Menghargai, pendirian pendapat, pandangan, kepercayaan, kebiasaan, kelakuan dan sebagainya yang lain atau yang bertentangan dengan pendirinya sendiri.

2) Kasih Sayang

Kasih sayang didefinisikan bahwa kasih itu menyakiti, tidak bersuka cita karena ketidakadilan tetapi karena kebenaran. Cinta itu sayang.

3) Memahami kebutuhan orang lain

Memenuhi kebutuhan orang lain dapat mengatasi suatu masalah yang dihadapi orang lain.

4) Mau membantu orang lain (menolong)

Perilaku menolong adalah perilaku yang menguntungkan orang lain.

5) Pengertian

Anak yang penuh pengertian akan menghibur temannya yang sedang sedih, mendengarkan saat guru atau teman sedang berbicara, mendoakan agar teman cepat sembuh, dan lain-lain.

6) Peduli

Sikap anak yang memiliki kepedulian adalah menghampiri temanyang sedang kesusahan, serta membantu teman yang membutuhkan pertolongan.

7) Mampu mengendalikan amarahnya

Mengendalikan emosi, dapat dilihat dari sikap anak yang mampu mengekspresikan emosinya secara tepat.

---

<sup>15</sup>Syifa Aulia, dkk. *Analisis Kemampuan Empati Anak Usia 5-6 Tahun*. 2020

#### f. Langkah-langkah Membangun Empati

Empati merupakan aspek penting dari kecerdasan moral, sehingga kapasitas empati harus dilatih dan dibangun sejak dini agar dapat berkembang dengan baik.

Menurut Borba, ada tiga langkah yang bisa digunakan untuk membangun empati, antara lain:

##### 1) Membangkitkan kesadaran ungkapan emosi

Memahami emosi merupakan langkah dasar bagi empati, individu memerlukan keterampilan untuk mengungkapkan emosi dengan katakata ini yang dapat mewakili berbagai macam jenis emosi, sehingga dapat memahami perasaan orang lain.

##### 2) Meningkatkan kepekaan terhadap perasaan orang lain

Salah satu cara yang dapat membuat seseorang lebih peka adalah kemampuan untuk menafsirkan dengan tepat gejala emosi seseorang dari nada suara, postur tubuh, dan ekspresi wajah.

##### 3) Mengembangkan empati terhadap sudut pandang orang lain

Empati dapat ditumbuhkan dengan mendorong seseorang untuk membayangkan apa yang dirasakan oleh orang lain, menempatkan diri pada posisi tersebut.<sup>16</sup>

#### g. Indikator Kemampuan Empati Anak Usia Dini

Berdasarkan perkembangan kemampuan empati seseorang terdapat berbagai macam respon yang ditunjukkan seseorang sehingga hal tersebut dapat dijadikan sebagai acuan dalam menentukan indikator kemampuan empati. Indikator kemampuan empati pada masa awal kehidupan ditunjukkan dengan bagaimana seorang bayi turut ikut menangis ketika mendengar tangisan bayi lain yang berada didekatnya<sup>17</sup>. Respon tersebut dapat diartikan sebagai kemampuan empati meskipun belum dapat menunjukkan sikap menolong, seorang bayi menunjukkan sikap empati

<sup>16</sup> Michele Borba, *Building Moral Intelligence*, alih Bahasa Lina Yusuf, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008), h.143.

<sup>17</sup> Dadan Nugraha dkk, "Kemampuan Empati Anak Usia Dini", Jurnal PAUD Agapedia, Vol.1 No.1 Juni 2017, page 30-39,hal. 31

masih berupa emosi. Pada masa ini disebut sebagaimasa empati pasif.

Indikator kemampuan empati dapat ditunjukkan melalui proses interaksi yang ditunjukkan seseorang dalam kehidupan sosial.<sup>18</sup> Seseorang yang memiliki kemampuan empati secara umum dapat menunjukkan tindakan atau perilaku seperti memahami perasaan orang lain ketika sedih, berusaha menghibur kesedihan orang lain, ikut senang ketika seseorang gembira dan mendorong anak untuk menaruh perhatian terhadap orang lain.

Tingkat kemampuan empati anak usia dini berbeda dengan tingkat kemampuan empati orang dewasa. Hal tersebut telah dijelaskan dalam Permendikbud No.137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini pada usia 5- 6 tahun perkembangan aspek sosial emosional pada lingkup perilaku pro-sosial diharapkan anak dapat menunjukkan sikap dapat bermain dengan teman sebaya, mengetahui perasaan teman dan dapat merespon secara wajar, berbagi dengan orang lain, menghargai hak, pendapat, karya orang lain. Mengekspresikan emosi sesuai dengan kondisi yang ada (sedih, senang, antusias dan sebagainya), menunjukkan sikap toleran, serta mengenal tata krama dan nilai-nilai yang berlaku di masyarakat setempat.<sup>19</sup>

#### h. Manfaat Empati

Empati sangat berpengaruh dalam pembentukan karakteristik pada seseorang agar dapat diterima dilingkungannya. Ada beberapa manfaat sikap empati antara lain:

- 1) Kesadaran bahwa tiap orang memiliki sudut pandang berbeda akan mendorong peserta didik mampu menyesuaikan diri sesuai dengan lingkungan sosialnya. Dengan menggunakan mobilitas pikiran peserta didik dapat menempatkan diri pada posisi perannya sendiri maupun peran orang lain, sehingga akan membantu melakukan komunikasi

<sup>18</sup> Abd. Malik Dachlan dkk, "*Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini*", (CV Budi Utama, 2019), Hal.89

<sup>19</sup> Permendikbud No.137 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini, (Jakarta, 2014)

efektif.

- 2) Mampu berempati mendorong peserta didik 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 tersebut.
- 3) Kemampuan untuk perspektif orang lain membuat peserta didik menyadari bahwa orang lain dapat membuat penilaian berdasarkan perilakunya.<sup>20</sup>

Selain itu menurut Goleman mengatakan bahwa empati pada anak berfungsi mengendalikan emosi secara wajar dan dapat berinteraksi dengan sesamanya maupun dengan orang dewasa dengan baik serta dapat menolong dirinya dalam rangka kecakapan hidup. Sehingga empati sangat dibutuhkan dalam menjalin hubungan dengan orang lain dengan semua kalangan tidak memandang umur atau latar belakang.

Jadi dapat disimpulkan bahwa perilaku empati dapat mengurangi sifat anti sosial pada anak usia dini maupun orang dewasa. Perilaku empati juga dapat mempererat hubungan antar teman, rekan kerja atau pasangan hidup. Selain itu, empati merupakan bagian penting yang digunakan untuk membangun sebuah komunikasi serta hubungan sosial yang positif antar sesama anggota kelompok, dengan adanya empati, orang dapat memberikan sebuah respon yang diharapkan atau dibutuhkan oleh lingkungan di sekitarnya. Empati mampu mendorong orang untuk dapat memahami dan melihat permasalahan dari sudut pandang yang sesuai, agar dapat menempatkan diri dan memberikan respon yang sesuai dengan permasalahan yang ada. Karena dalam kehidupan sehari-hari banyak sekali permasalahan yang dihadapi oleh setiap individu, dan respon yang dibutuhkan juga berbeda-beda.

Oleh karena itu empati sangat diperlukan dalam membantu orang lain mendapatkan rasa nyaman dan tenang dalam menghadapi

---

<sup>20</sup> Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional...*, h.219.

permasalahan yang di alami, karena itu empati sangat bermanfaat dalam kehidupan bersosial dilingkungan masyarakat. Karena empati merupakan fondasi penting dalam kematangan perkembangan moral dan kesuksesan individu dalam sosial.

## 2. Pembiasaan Berbagi untuk Anak Usia Dini

### a. Pengertian Pembiasaan Berbagi untuk Anak Usia Dini

Pembiasaan berasal dari kata “biasa” yang dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia memiliki makna 1).Lazim atau umum, 2).Seperti sedia kala, 3).Sudah merupakan hal yang tidak terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari. Imbuhanpe- sebagai prefiks dan an sebagi sufiks pada kata “biasa” menunjukkan makna proses. Sehingga pembiasaan dapat diartikan sebagai proses yang membuat seseorang atau sesuatu menjadi terbiasa.<sup>21</sup>

E. Mulyasa mengartikan pembiasaan sebagai metode yang paling tua. Sejak jaman dahulu, metode pembiasaan selalu digunakan dalam pembelajaran baik itu dirumah dan disekolah oleh orangtua dan pendidik. Metode pembiasaan dinilai sebagai metode yang paling efektif dan mudah dilakukan sebab proses transfer pembelajaran akan lebih mudah diterima oleh anak.<sup>22</sup>Proses pembiasaan terjadi melalui beberapa tahapan yang diawali dengan menirukan, dilakukan berkesinambungan, berulang-ulang hingga membentuk sebuah pembiasaan. Pembiasaan bukan hanya diwujudkan ke dalam perbuatan tetapi juga diwujudkan dalam ucapan. Pembiasaan yang telah tertanam jauh dalam jiwa seseorang semakin lama akan dapat menjadi sebuah kepribadian.

Salah satu nilai kebaikan yang harus ditanamkan sejak usia dini adalah berbagi. Menurut istilah berbagi adalah membagi sesuatu bersama. Berbagi dalam konteks manusia dilakukan oleh sedikitnya dua orang, satu orang sebagai pemberi dan lainnya sebagai penerima

<sup>21</sup> Mawaddah Nasution dan Rini, “Upaya Meingkatkan Moral Pada Anak Melalui Pembiasaan Berbagi di RA Nurul Huda Karang Rejo Kecamatan Stabat”, (Intiqad Vol.8 No.2 Desember 2016:147–177). hal. 157

<sup>22</sup>E.Mulyasa, “Manajemen Pendidikan Karakter”(Jakarta:Bumi Aksara,2011).hal.166-167



pemberian.

Salah satu nilai kebaikan yang harus ditanamkan sejak usia dini adalah berbagi. Menurut istilah berbagi adalah membagi sesuatu bersama.<sup>23</sup> Berbagi dalam konteks manusia dilakukan oleh sedikitnya dua orang, satu orang sebagai pemberi dan lainnya sebagai penerima pemberian.

Berbagi adalah kegiatan sederhana yang dapat dengan mudah dilakukan oleh siapa saja kapanpun dan dimanapun tempatnya. Berbagi dapat membantu menghilangkan batasan sosial yang mungkin saja terjadi dimasyarakat. Berbagi dapat memberikan efek yang luar biasa di kehidupan karena berbagidapat mendatangkan kebahagiaan baik kepada orang yang memberi dan orangyang menerima. Berbagi dapat dilakukan dengan berbagai hal seperti uang, cerita, kasih sayang, kisah, makanan dan segala hal yang penting untuk hidup kita.

Kegiatan berbagi dalam konteks pendidikan anak usia dini dilakukan dalam sebuah tindakan nyata dimana anak diberikan kesempatan untuk langsung ikut terlibat di dalamnya mengingat pada tahap ini anak berada pada tahap pembelajaran konkrit. Dari penjabaran diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa pembiasaan kegiatan berbagi untuk anak usia dini adalah suatu upaya positif yang diterapkan secara bertahap, berkesinambungan, dan berulang-ulang kepada anak usia dini untuk menanamkan nilai-nilai kepedulian terhadap sesama yang diwujudkan dalam bentuk kegiatan berbagi. Melalui pembiasaan kegiatan berbagi sejak dini maka diharapkan anak dapat mempraktikannya dalam kehidupan sehari-hari dan tumbuh menjadi pribadi yang ramah, baik, menghargai perbedaan, suka menolong, dan berguna untuk sesama.

#### b. Pentingnya Pembiasaan Berbagi Sejak Dini

Telah dijelaskan pada beberapa pengertian sebelumnya bahwa anak usia dini merupakan individu yang berada pada rentang usia 0-6

---

<sup>23</sup>KBBI, "Kamus Besar Bahasa Indonesia", [Online], (<http://kbbi.web.id/berbagi>), Diakses 1 Desember 2023

tahun dimana segala aspek perkembangannya sedang berkembang dengan pesat. Usia dini merupakan usia yang tepat untuk menanamkan nilai-nilai pendidikan serta nilai-nilai kehidupan. Usia dini seringkali disebut sebagai usia *golden age* yang mana pada tahap ini anak sebagai individu telah siap menangkap segala stimulasi yang diberikan.<sup>24</sup> tahap ini anak akan merekam segala hal dan akan dibawa hingga dewasa nanti dalam artian segala sesuatu yang diterima oleh anak ketika kecil akan berdampak dan menentukan kehidupannya di masadepan nanti.

Anak usia dini di sisi lain merupakan aset bangsa yang harus diperhatikan keberlangsungan hidupnya baik itu pemenuhan kasih sayang, pemenuhan pendidikan, dan pemenuhan gizi. Anak usia dini yang mendapatkan perhatian optimal diharapkan akan menjadi generasi penerus bangsa yang berkualitas dan dapat meneruskan cita-cita bangsa menjadi bangsa yang bermutu dan berkemajuan. Kecerdasan sosial emosional memiliki kedudukan yang sangat penting untuk diajarkan kepada anak usia dini. Salah satu alasan kecerdasan sosial emosional lebih penting untuk dioptimalkan pada anak usia dini adalah anak usia dini memerlukan bantuan orang lain untuk membimbingnya belajar tentang nilai-nilai kehidupan. Pengoptimalan pemberian stimulasi pada aspek sosial emosional juga dapat dijadikan sebagai bekal dalam mempersiapkan anak menghadapi kehidupan bermasyarakat yang beragam.

Pembiasaan seringkali dijadikan sebagai cara efektif untuk menanamkan nilai-nilai yang berhubungan dengan keagamaan dan sosial emosional yang diwujudkan dalam pengembangan kepribadian seseorang. Nilai-nilai tersebut dapat berupa perilaku disiplin, peduli terhadap lingkungan sekitar, menyesuaikan diri dengan lingkungan, dan menghargai perbedaan. Mendidik anak agar memiliki sifat-sifat terpuji tidak dapat hanya dilakukan dengan penjelasan secara verbal melainkan

---

<sup>24</sup>Andi Agusniatih dan Jane M Monepa, "*Keterampilan Sosial Anak Usia Dini (Teori dan Metode Pengembangan)*", (Tasikmalaya: Edu Publisher, Cetakan Pertama, 2019), hal. 37

juga harus dibiasakan untuk melakukan tindakan yang mencerminkan nilai-nilai kebaikan dalam kehidupansehari-hari.

Abdullah Nashih mengutip perkataan Imam Al-Ghazali dalam bukunya Ihya Ulumuddin tentang kebiasaan anak sebagai berikut:

*“Seorang anak merupakan amanah bagi kedua orang tuanya. Hatinya yang suci bagai permata yang berharga. Jika dibiasakan dididik dalamkebaikan maka ia akan tumbuh menjadi pribadi yang berakhlaq terpuji, sebaliknya jika dibiasakan dididk dalam kejahatan dan keburukan ia akan menjadi pribadi yang merugi dan celaka.”<sup>25</sup>*

Terkait kutipan tersebut bahwa sesuatu yang dibiasakan sejak kecil maka akan memberikan implikasi pada diri anak. Pembiasaan kegiatan berbagi yang dilakukan sejak dini diharapkan akan dapat membentuk sebuah kepribadian positif dalam diri anak. Dengan pembiasaan kegiatan berbagi anak akan lebih dapat belajar menghargai orang lain, memiliki rasa kepedulian terhadap orang lain, dan mensyukuri nikmat dengan tidak berperilaku sombongterhadap orang lain. kebiasaan-kebiasaan positif yang melekat pada diri anak tidak akan mudah berubah dan akan ia bawa sepanjang masa hidupnya.

#### c. Faktor Penyebab Anak Berbagi

Meski keterampilan berbagi telah dibiasakan sejak dini baik itu di lingkungan rumah maupun sekolah namun pada kenyataanya tidak semua anak tergerak hatinya untuk berbagi. Beberapa anak dapat menunjukkan sikap mau berbagi dan ada juga yang enggan untuk membagikan sesuatu yang menjadi miliknya kepada orang lain. Dalam upaya menanamkan keterampilan berbagi kepada anak usia dini, ada dua hal kemampuan penting yang harus dipahamidan dimiliki oleh anak, yaitu anak bersedia membagi miliknya kepada orang lain dan yang kedua kemampuan

---

<sup>25</sup> Abdullah Nashih Ulwan, *“Pendidikan Anak Menurut Islam: Pemeliharaan Kesehatan Jiwa Anak, terj. Khalilullah Ahmas Masjkur Hakim”*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 1990), hal. 149.

menerima saat orang lain tidak mau berbagi.<sup>26</sup>

Faktor pendorong seseorang dalam memberikan pertolongan kepada orang lain melibatkan kondisi lingkungan, waktu, dan kehadiran orang lain yang dapat mempengaruhi urgensi memberikan bantuan serta menentukan bentuk pertolongan yang sesuai. Karakter penolong, yang mencakup intelegensi, mood, dan rasa empati, juga berperan dalam keputusan memberikan bantuan. Beberapa individu mungkin mempertimbangkan untung rugi sebelum memberikan pertolongan, mencerminkan aspek rasionalitas dalam proses pengambilan keputusan altruistik. Selain itu, karakteristik ini juga mencakup relasi personal, di mana pertolongan cenderung diberikan kepada orang yang disukai atau yang dianggap pantas mendapatkan bantuan.<sup>27</sup>

Selain faktor pendorong terdapat pula faktor penghambat mengapa seorang anak enggan untuk berbagi yaitu pada usia dini merupakan tahapan seorang anak dalam masa egosentris. Di masa ini seorang anak beranggapan bahwa semua memang harus menjadi miliknya, anak juga masih berpikir secara konkret dan belum bisa berpikir secara abstrak. Anak belum dapat memahami bahwa perasaan ingin memiliki akan semua hal adalah tidak baik. Peran orang tua sangat diperlukan untuk memberikan pengertian kepada anak mengenai hal ini.<sup>28</sup> asuh orang tua yang terlalu memanjakan dapat memberi dampak yang tidak baik bagi perkembangan anak. Anak yang keinginannya selalu dituruti pada akhirnya tidak akan pernah belajar mana yang boleh dan mana yang tidak boleh. Dampak negatif lain dari selalu dituruti adalah anak menjadi sulit untuk berbagi dengan orang lain.

d. Cara yang Dilakukan untuk Membantu Anak agar Senang Berbagi

Pentingnya keterampilan berbagi untuk ditanamkan sejak dini

<sup>26</sup> Fitria Khairunnisa, Fidesrinur, "Peran Orang Tua Dalam Mengembangkan Perilaku Berbagi Dan Menolong Pada Anak Usia Dini". Jurnal AUDHI Vol. 4, No. 1, Juli 2021, Pages 33-42

<sup>27</sup> Doli Lubis, "Studi Meta-Analisis: Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Perilaku Prosocial pada Siswa", JURNAL SOCIAL LIBRARY. 2, April 2022, Pages 17-23

<sup>28</sup> Khadijah, "Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini", (Perdana Publishing, 2016)

karena Kebiasaan berbagi dapat memberikan banyak manfaat kepada anak usia dini. Melalui pembelajaran keterampilan berbagi, anak akan belajar untuk membangun kemampuan interaksi sosial di masa awal kehidupannya dengan membangun konsep kepekaan, kepedulian, serta keikhlasan. Kemampuan ini akan sangat diperlukan anak hingga usia dewasa. Untuk mengajarkan keterampilan berbagi kepada anak usia dini, orang tua dapat melakukan beberapa hal seperti menjelaskan kepada anak tentang apa pun sebaiknya dengan cara-cara yang menyenangkan. Untuk menanamkan keterampilan berbagi dapat dilakukan melalui permainan kooperatif yang membutuhkan kerja sama satu sama lain seperti bermain drama, dan menyusun balok.<sup>29</sup>

Budaya pola asuh yang terkesan membedakan anak berdasarkan usia bisa jadi direkam oleh seorang anak yang berakhir pada anak menyimpulkan dengan sendirinya bahwa memang seseorang harus diperlakukan berbeda. Budaya pola asuh seperti ini harus segera diubah tetapi apabila memang harus berbeda sebaiknya orang tua mengiringinya dengan memberikan penjelasan kepada anak mengapa diperlakukan berbeda. Konsep anak dalam memaknai perbedaan yang salah akan dilampiaskan keluar dengan cara ia tidak mau berbagi dengan orang lain. Salah satu cara yang dilakukan untuk membantu anak agar senang berbagi adalah dengan menjadikan kegiatan berbagi sebagai bagian dari rutinitas mereka. Dengan menjadikan berbagi sebagai kegiatan yang terjadwal secara rutin, anak-anak dapat secara alami mengembangkan rasa empati dan kesadaran sosial<sup>30</sup> Misalnya, mengajarkan mereka untuk berbagi makanan dengan teman-teman di sekolah atau menyisihkan waktu setiap minggu untuk memberikan bantuan kepada yang membutuhkan. Dengan demikian, berbagi tidak hanya menjadi suatu tindakan, tetapi juga sebuah nilai yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari anak, membentuk karakter mereka untuk menjadi individu

---

<sup>29</sup> Masitoh, dkk, “*Strategi Pembelajaran TK*”, (Universitas Terbuka Tangerang, 2014)

<sup>30</sup> Beverly Otto, “*Perkembangan Bahasa Pada Anak Usia Dini*”, (Jakarta : Prenadamedia Group, 2015)

yang peduli dan mau berkontribusi pada kebaikan bersama.

Kemudian Salah satu cara yang dilakukan untuk membantu anak agar senang berbagi adalah dengan melakukan pembiasaan sejak dini.

<sup>31</sup>Orang tua atau pengasuh dapat membimbing anak untuk mengembangkan sikap dan nilai-nilai kepedulian terhadap orang lain melalui kegiatan berbagi, seperti memberikan mainan atau pakaian yang tidak terpakai kepada yang membutuhkan. Selain itu, melibatkan anak dalam kegiatan sukarela atau membantu sesama juga dapat memperkuat rasa empati dan kepedulian mereka. Dengan konsistensi dalam pembiasaan ini, anak akan terbentuk menjadi individu yang lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan memiliki kebahagiaan dalam berbagi dengan sesama.

#### e. Kelebihan dan Kekurangan Metode Pembiasaan Berbagi

Tidak ada yang sempurna begitu pun dengan pengaplikasian metode pembelajaran di dalam dunia pendidikan. Metode pembelajaran sebagai hasil pemikiran manusia untuk mempermudah proses kegiatan belajar mengajar tidak lah luput dari kekurangan dan kelebihan.

Kelebihan Metode Pembiasaan Berbagi:

- 1) Dapat menghemat tenaga dan waktu.
- 2) Metode pembiasaan bukan hanya menanamkan konsep secara lahiriah saja kepada anak tetapi juga konsep batiniah .
- 3) Sepanjang sejarah pembiasaan tercatat sebagai metode yang paling berhasil digunakan dalam pembentukan karakter dan kepribadian peserta didik.

Kekurangan Metode Pembiasaan Berbagi:

- 1) Apabila yang telah tertanam dalam jiwa adalah pembiasaan yang negatif maka akan sangat sulit untuk dihilangkan.
- 2) Dibutuhkan pengawasan secara kontinyu agar kebiasaan yang tertanam bukan lah kebiasaan yang menyimpang.

---

<sup>31</sup> Husnul Bahri, *“Pendidikan Islam Anak Sejak Dini: Peletakan Dasar Pendidikan Karakter”*, (Bengkulu : CV. Zigie Utama, 2019)

- 3) Stimulasi yang diberikan haruslah tepat agar anak terbiasa melakukan kebiasaan yang baik dan istiqomah.
- 4) Hasil pencapaian dari metode pembiasaan tidak dapat diukur dalam waktu dekat, harus dilakukan berulang-ulang sebab kemampuan seseorang dalam menangkap stimulasi berbeda-beda.<sup>32</sup>

Berdasarkan pemaparan diatas dalam praktik pembelajaran metode pembiasaan memiliki kelebihan dan kekurangan. Kelebihan metode pembiasaan adalah menghemat waktu dan tenaga sebab dapat dilakukan secara kontinyu, metode pembiasaan menanamkan dua konsep sekaligus kepada peserta didik yakni lahiriah dan batiniah, dan tercatat sebagai metode yang paling berhasil menanamkan nilai-nilai karakter dan membentuk kepribadian. Kelemahan dari metode pembiasaan adalah sangat sulit dihilangkan apabila yang tertanam dalam kepribadian peserta didik adalah perilaku negatif, membutuhkan pengawasan dan arahan yang intensif, dan hasil yang dicapai dari praktik metode ini tidak dapat diketahui secara langsung dalam waktu yang singkat

### **3. Pembiasaan Berbagi Bekal Makanan dalam Menumbuhkan Kemampuan Empati Anak Usia Dini**

Perilaku pro sosial sangat penting untuk ditanamkan kepada anak sejak dini. Bentuk perilaku pro sosial yang harus dimiliki anak sejak dini adalah menolong, berbagi, memberi, dan bekerja sama.<sup>33</sup> Perilaku pro sosial sangat erat kaitannya dengan emosi sebab salah satu faktor emosi yang menyebabkan seseorang berperilaku pro sosial adalah adanya kemampuan berempati terhadap sesama.

Ketika seseorang telah memiliki kemampuan berempati yang baik akan menjadikan seseorang menjadi pribadi yang berguna dan disenangi lingkungan sekitar. Agar kemampuan empati dapat menjadi sebuah karakter maka pengajaran empati harus diajarkan secara berulang-ulang dan berkesinambungan melalui kegiatan pembiasaan.

<sup>32</sup> Halid Hanafi, dkk, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Yogyakarta: CV. Budi Utama, 2018), hal. 20

<sup>33</sup> Ahmad Susanto, "*Bimbingan dan Konseling di Sekolah Konsep, Teori, dan Aplikasinya*. (Jakarta: Prenadamedia Group, 2018). hal. 243

Banyak cara yang dapat kita lakukan untuk menumbuhkan rasa empati kepadasesama. Dan sikap itu akan lebih baik jika mulai ditumbuhkan pada diri anak sejak dini, baik di sekolah maupun lingkungan rumah. Dengan penanaman rasa empati sejak dini, maka kelak di kemudian hari, akan lahir anak-anak yang peduli kepada sesama.<sup>34</sup> Salah satu kegiatan sederhana yang dapat diterapkan dalam mengajarkan kemampuan empati pada anak usia dini adalah dengan kegiatan berbagi.

Berbagi bisa dilakukan dalam bentuk uang, kasih sayang, waktu, informasi, dan makanan. Dalam konteks pendidikan anak usia dini pembelajaran empati dilakukan dalam sebuah tindakan nyata dan dilakukan dalam proses yang berulang-ulang dimulai dari lingkungan terdekat dalam kehidupan sehari-hari dan anak diberikan kesempatan untuk langsung ikut terlibat di dalamnya mengingat pada tahap ini anak berada pada tahap pembelajaran kongkrit.

Kegiatan berbagi bekal makanan dipilih penulis sebagai bahan penelitian untuk menumbuhkan kemampuan empati anak usia dini. Melalui kegiatan berbagi bekal makanan yang dibiasakan sejak dini maka kemampuan empati anak akan tumbuh, hal itu dikarenakan dalam kegiatan berbagi ini anak akan mengetahui arti dari menghargai perbedaan dari menu bekal makanan yang berbeda, merasa iba ketika salah satu teman tidak membawa bekal makanan, menyenangkan hati teman dengan mau berbagi makanan baik itu menggunakan media piring atau secara langsung, dan menghilangkan batas sosial dalam artian anak memahami makna bahwa tidak ada perbedaan, semua adalah teman karena anak dapat ikut merasakan bekal makanan mereka satu sama lain. Makan bekal bersama disekolah juga dapat menumbuhkan solidaritas antar teman sebab bukan hanya proses berbagi saja yang terjadi melainkan anak juga saling melakukan proses interaksi satu sama lain.

---

<sup>34</sup> Abu Musyaffa Ahmad, *“Charity Camp, Berbagi itu Hebat!”*, (Jakarta Timur: PT. LuximaMetro Media, Cetakan 1 2017), hal. 3



Berdasarkan beberapa pernyataan diatas maka dapat dikatakan bahwa pembiasaan kegiatan berbagi bekal makanan dapat dijadikan sebagai alternatif untuk menumbuhkan kemampuan empati pada anak usia dini. Apabila sejak kecil anak sudah dibiasakan untuk berperilaku positif terhadap sesama maka perilaku tersebut akan ia bawa hingga dewasa nanti sebab nilai tersebut telah tertanam kuat sehingga sulit untuk dihilangkan.

Pentingnya keterampilan berbagi untuk ditanamkan sejak dini karena Kebiasaan berbagi dapat memberikan banyak manfaat kepada anak usia dini. Melalui pembelajaran keterampilan berbagi, anak akan belajar untuk membangun kemampuan interaksi sosial di masa awal kehidupannya dengan membangun konsep kepekaan, kepedulian, serta keikhlasan. Kemampuan ini akan sangat diperlukan anak hingga usia dewasa. Untuk mengajarkan keterampilan berbagi kepada anak usia dini, orang tua dapat melakukan beberapa hal yang dijabarkan sebagai berikut:

a. Ajari anak untuk berbagi

Ajari anak untuk berbagi dimulai dari lingkungan terdekatnya seperti keluarga dengan cara orang tua meminjamkan benda atau sesuatu kepada anak, kemudian anak diminta untuk mengembalikan barang yang dipinjamkan. Akan tetapi dalam hal mengembangkan keterampilan berbagi atau merelakan sebagian miliknya untuk diberikan kepada orang lain, sangat tergantung pada kesiapannya.

Bila jumlah barang yang dimiliki anak terbatas, maka yang terjadi adalah muncul pertahanan dari anak untuk tidak begitu saja merelakan miliknya. Peran orang tua agar anak berhasil mengembangkan keterampilan berbagi adalah dengan memberikan pengertian kepada anak tentang konsep berbagi bahwa terdapat kondisi dimana seseorang juga harus memperhatikan kebutuhan orang lain.

b. Jelaskan dengan bermain

Menjelaskan kepada anak tentang apa pun sebaiknya dengan cara-cara yang menyenangkan. Untuk menanamkan keterampilan berbagi dapat dilakukan melalui permainan kooperatif yang membutuhkan kerja

sama satu sama lain seperti bermain drama, dan menyusun balok.

c. Ubah pola asuh

Budaya pola asuh yang terkesan membedakan anak berdasarkan usia bisa jadi direkam oleh seorang anak yang berakhir pada anak menyimpulkan dengan sendirinya bahwa memang seseorang harus diperlakukan berbeda. Budaya pola asuh seperti ini harus segera diubah tetapi apabila memang harus berbeda sebaiknya orang tua mengiringinya dengan memberikan penjelasan kepada anak mengapa diperlakukan berbeda. Konsep anak dalam memaknai perbedaan yang salah akan dilampiaskan keluar dengan cara ia tidak mau berbagi dengan orang lain.

d. Beri *reward*

Pemberian *reward* dapat diberikan kepada anak selama hal yang dilakukannya adalah benar. Pemberian *reward* dilakukan agar anak termotivasi untuk terus berbagi. *Reward* tidak harus diberikan dalam bentuk hadiah tetapi juga dapat diwujudkan dalam kalimat pujian sebagai bentuk penghargaan.

e. Tidak melabel

Ketika anak enggan berbagi dengan orang lain hindari memberikan label negatif pada anak seperti “pelit” atau “egois” atau label yang lain. melabel hanya membuat anak semakin tidak mau mengubah perilakunya, sebab anak berpikir bahwa dirinya adalah apa yang telah dilabelkan kepadanya.

f. Tumbuhkan empati

Menunjukkan kepada anak bahwa ia memiliki keterampilan empati dapat dilakukan melalui ucapan dengan mengatakan, “wah, teman adik pasti senang sekali kalau adik mau berbagi.” Menumbuhkan kemampuan empati kepada anak juga dapat dilakukan dengan mengajak berkunjung ke panti asuhan, bersedekah, atau kegiatan yang menunjukkan perilaku pro sosial lainnya.

## B. Penelitian Terdahulu

Pengamat meneliti ada terdapat beberapa penelitian yang terkait dalam tema penelitian ialah:

- a. Siti khoirunnisa Syifa Sari yang berjudul “Implementasi Metode Bercerita dalam Mengembangkan Empati Anak Usia Dini usia 4-5 tahun”.<sup>35</sup> Dalam penelitian ini penulis menemukan persamaan dan kekurangan . penelitian ini menggunakan metode yang penelitian kualitatif sama hal nya dengan metode penelitian kualitatif deskriptif sama dengan metode yang digunakan oleh penulis dalam menyusun penelitian. Perbedaanya terletak pada pembahasan dimana peneliti menimplementasikan dengan metode bercerita dalam mengembangkan empati, sementara penulis menumbuhkan sikap empati dengan berbagi bekal.
- b. Rosyfanida Juli Utami yang berjudul “kemampuan Empati Anak Kelompok A1 (Studi Kasus di TK Aisyiyah Bustanul Atfal Al-Iman Gedeng Yogyakarta)”<sup>36</sup>. Dalam penelitian ini penulis menemukan persamaan dan kekurangannya. Penelitian ini menggunakan metode peneltian kualitatif deskriptif sama hal nya dengan metode yang digunakan oleh penulis dalam menyusun penelitian. Perbedaan penelitian terletak pada pembahasan dimana dalam penelitian ini hanya mendeskripsikan tentang kemampuan pada siswa tentang empati yang dimiliki oleh siswa serta perkembanganya, sementara penulis mendeskripsikan tentang menumbuhkan empati pada anak dengan berbagi bekal makanan.
- c. Siti Hartinah (2019) “Meningkatkan Perilaku Empati Anak Penelitian tentang empati pada anak. Dengan adanya penelitian ini, pembahasan tentang peningkatan perilaku empati dapat membantu penulis memperdalam tentang perilaku empati melalui story telling Metode penelitiannya berbeda dan tingkat sekolahnya berbeda.

---

<sup>35</sup> Siti khoirunnisa Syifa Sari, skripsi: “Implementasi Metode Bercerita dalam Mengembangkan Empati Anak Usia Dini usia 4-5 tahun Kelompok B Ra Ar-Riyadh Insan Cendikia”. (jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2022), hal.1

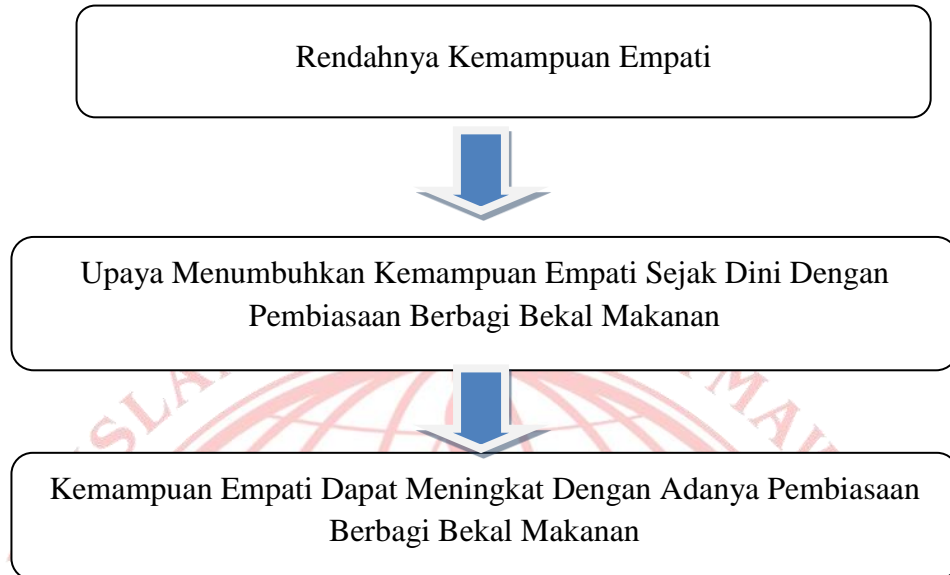
<sup>36</sup> Rosyfanida Juli Utami, skripsi: “Kemampuan Empati Anak Kelompok A1 (Studi Kasus di Tk Aisyiyah Bustanul Atfal Al-Iman Gedeng Yogyakarta)”. (Yogyakarta: Universita Negri Yogyakarta, 2013), hal.1

**Tabel 2.1 Persamaan dan Perbedaan Penelitian Terdahulu dan Penelitian Sekarang**

No	Judul dan Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Siti khoirunnisa Syifa Sari yang berjudul "Implementasi Metode Bercerita dalam Mengembangkan Empati Anak Usia Dini usia 4-5 tahun.	Metode penelitian yang menggunakan kualitatif.	Skripsi ini meneliti menimplementasikan dengan metode bercerita dalam mengembangkan empati.
2	Rosyfanida Juli Utami yang berjudul "kemampuan Empati Anak Kelompok A1 (Studi Kasus di TK Aisyiyah Bustanul Atfal Al-Iman Gedeng Yogyakarta).	Menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif.	Fokus penelitian 1 pada kemampuan empati siswa dan perkembangannya. Fokus pada penelitian ini pada penumbuhan empati siswa melalui pembiasaan berbagi bekal makanan.
3	Meningkatkan Perilaku Empati Anak Melalui <i>Story Telling</i> dengan Menggunakan Boneka Tangan di SD.	Penelitian tentang empati pada anak. Dengan adanya penelitian ini, pembahasan tentang peningkatan perilaku empati dapat membantu penulis memperdalam tentang perilaku empati melalui <i>story Telling</i> .	Metode penelitiannya berbeda dan tingkat sekolahnya berbeda.

### C. Kerangka Pikir

Kerangka berfikir yang melandasi penelitian ini adalah :



**Gambar 2.1 Kerangka Berfikir**

Berdasarkan bagan kerangka berfikir di atas, maka perlu diketahui bahwa pendidikan yang selalu diajarkan dan ditanamkan pada anak sejak dini akan mendapatkan dampak yang kuat untuk kehidupan di masa yang akan datang, dengan ditanamkannya kemampuan empati sejak dini.

Seperti halnya yang dilakukan oleh Paud Permata Bunda Kota Bengkulu dengan cara mengoptimalkan salah satunya aspek sosial emosional dengan menerapkan kegiatan berbagi bekal makanan untuk mengenalkan moral kehidupan pada anak usia dini. Kegiatan tersebut dilakukan dengan pembiasaan yang selalu diterapkan setiap. Pembiasaan membawa bekal makanan dari rumah dan menerapkan berbagi bekal makanan yang menimbulkan pembiasaan untuk diterapkan di kehidupan sehari-hari.

Kegiatan pembiasaan ini dapat menumbuhkan kemampuan empati pada diri anak karena berupaya melatih siswa untuk terbiasa dapat bersosialisasi, mengasihi teman, membantu, dan menghargai perbedaan. Dengan membawa bekal mempunyai banyak manfaat bagi kesehatan dan pertumbuhan dan perkembangan pada anak. Membawa bekal membuat anak menambahkan energi dan meningkatkan daya konsentrasi pada anak, diiringi dengan makanan

yang lebih sehat, nutrisi anak bisa terpenuhi, hingga varian bekal yang bervariasi.

Dengan banyaknya manfaat dalam membawa bekal makanan ke sekolah maka hal ini tentunya harus terus menjadi kebiasaan bagi orang tua untuk menyiapkan bekal anaknya. Dan diterapkan di sekolah di setiap hari pembelajaran. Karena orang tua adalah rumah pertama bagi tumbuh kembangnya anak dengan pembiasaan kemudian dibantu dalam pertumbuhan karakter di sekolah.

