

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Remaja

1. Pengertian Remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin (*adolescere*) (kata bendanya, *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Bangsa primitif, demikian pula orang-orang zaman purbakala memandang masa puber dan masa remaja tidak berbeda dengan periode-periode lain dalam rentang kehidupan. Anak dianggap sudah dewasa apabila mampu mengadakan reproduksi.

Menurut Piaget (dalam Hurlock, 1980) mengatakan bahwa secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkat yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber. Termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok. Transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai intgrasi dalam hubungan social orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.

Monks (1982) mengatakan bahwa anak remaja sebetulnya tidak mempunyai tempat yang jelas. Ia tidak termasuk golongan anak, tetapi ia tidak pula termasuk golongan orang dewasa atau golongan tua. Remaja ada diantara anak dan orang dewasa. Remaja masih belum mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisik maupun psikisnya. Ditinjau dari segi tersebut mereka masih termasuk golongan kanak-kanak, mereka masih harus menemukan tempat dalam masyarakat.

Menurut Calon (dalam Monks, 1982) masa remaja menunjukkan dengan jelas sifat-sifat masa transisi atau peralihan karena remaja belum memperoleh status dari orang dewasa tetapi tidak lagi memiliki status kanak-kanak. Menurut penelitian Roscoe dan Peterson (dalam Monks, 1982) mengungkapkan bahwa remaja mempunyai suatu posisi marginal yang dipandang dari segi sosialnya.

Ausubel (dalam Monks, 1982) mengatakan bahwa remaja adalah dalam *status interim* sebagai akibat dari pada posisi yang sebagian diberikan oleh orang tua dan sebagian diperoleh melalui usaha sendiri yang selanjutnya memberikan prestise tertentu padanya.

Menurut Hall (dalam Santrock, 2007) masa remaja yang usianya berkisar antara 12 hingga 23 tahun diwarnai oleh pergolakan. Pandangan badai dan stress (*strom and stress*) adalah konsep dari Hall yang menyatakan bahwa remaja merupakan masa pergolakan yang dipenuhi oleh konflik dan perubahan suasana hati. Menurut Rosenblum dan Lewis (dalam Santrock, 2007) tidak selamanya

remaja berada dalam situasi “badai dan stress”, stress fluktuasi emosi dari tinggi ke rendah memang meningkat pada masa remaja awal.

2. Ciri-ciri Masa Remaja

Hurlock (1980) mengatakan bahwa ciri-ciri masa remaja, yaitu:

a. Masa remaja sebagai periode yang penting

Pada periode remaja, baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetap penting. Ada periode yang penting karena akibat fisik dan ada lagi karena akibat psikologis. Pada periode remaja kedua-duanya sama-sama penting. Perkembangan fisik yang cepat dan penting disertai dengan cepatnya perkembangan mental yang cepat, terutama pada awal masa remaja.

b. Masa remaja sebagai periode peralihan

Peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, melainkan lebih-lebih sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Artinya, apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang.

c. Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama remaja sejajar dengan perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Jika perubahan fisik menurun, maka perubahan sikap perilaku menurun juga.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan.

e. Masa remaja sebagai masa sebagai mencari identitas

Sepanjang usia yang pada akhir masa kanak-kanak, penyesuaian diri dengan standar kelompok adalah jauh lebih penting bagi anak yang lebih besar dari pada individualitas. Pada tahun-tahun awal remaja, penyesuaian diri dengan kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan.

f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Anggapan stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapi yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja muda takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.

g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistis

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya.

h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Dengan semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka hampir dewasa.

3. Tugas-tugas perkembangan remaja

Beberapa tugas-tugas perkembangan menurut Hurlock (1980), yaitu:

- a. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.
- b. Mencapai peran sosial pria dan wanita
- c. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif
- d. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab
- e. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya
- f. Mempersiapkan karir ekonomi
- g. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga
- h. Memperoleh peringkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berpartisipasi mengembangkan ideologi

B. Perilaku Narsistik

1. Pengertian Perilaku Narsistik

Menurut Nevid (2005) orang dengan gangguan kepribadian narsistik (*narcissistic personality disorder*) memiliki rasa bangga atau keyakinan yang berlebihan terhadap diri mereka sendiri dan kebutuhan yang ekstrem akan pemujaan. Mereka berharap orang lain melihat kualitas khusus mereka, bahkan

saat prestasi mereka biasa saja, dan mereka menikmati bersantai di bawah sinar pemujaan. Mereka bersifat *self-absorbed* dan kurang memiliki empati pada orang lain.

Gramzow & Tangney, 1992 (dalam Manurung, 2009) mendefinisikan istilah gangguan kepribadian narsistik datang dari legenda Yunani Kuno *Narcissus*, seorang laki-laki tampan yang merasakan jatuh cinta dengan bayangan dirinya sendiri di sebuah kolam. Dalam lukisannya *Francois Le Moyne* menunjukkan *narcissus* mengagumi dirinya sendiri.

Santrock (2012) mendefinisikan narsistik mengacu pada pendekatan terhadap orang lain yang berpusat pada diri (*self-centered*) dan memikirkan diri sendiri (*self-concerned*). Biasanya, perilaku narsisme tidak menyadari keadaan actual diri sendiri dan bagaimana orang lain memandangnya. Ketidaktahuan ini menimbulkan masalah penyesuaian pada mereka. Pelaku narsisme sangat berpusat pada dirinya, selalu menekankan bahwa dirinya sempurna (*self-congratulatory*), serta memandang keinginan dan harapannya adalah hal terpenting.

Selanjutnya Hawari (dalam Manurung, 2009) mengatakan ada orang yang mencintai diri sendiri atau cinta diri. Segala ukuran kebaikan hanya diukur dengan kepentingan dirinya. Cinta yang demikian ini adalah kualitas cinta yang paling rendah (dalam istilah Psikologi/Psikriatrik disebut narsistik).

Fausiah (dalam Manurung, 2009) menambahkan bahwa individu dengan gangguan kepribadian narsistik memiliki perasaan yang kuat bahwa dirinya adalah orang yang penting serta merupakan individu yang unik. Mereka merasa bahwa

dirinya spesial dan mengharapkan dirinya mendapatkan perlakuan yang khusus pula. Oleh karena itu, mereka sangat sulit atau tidak dapat menerima kritikan dari orang lain. Mereka selalu ingin mengerjakan sesuatu dengan cara yang sudah mereka tentukan dan sering kali ambisius serta mencari ketenaran.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecenderungan perilaku narsistik adalah kecenderungan perilaku seseorang yang menjadikan dirinya sendiri sebagai objek yang dicintai sebagai akibat dari delusi kebesaran, dan kebutuhan yang ekstrem akan perhatian dan pemujaan.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Narsistik

Menurut Michell JJ (dalam Manurung, 2009) adanya faktor-faktor yang mempengaruhi narsistik disebabkan oleh lima faktor yaitu:

- a. adanya kecenderungan mengharapkan perlakuan khusus
- b. kurang dapat berempati pada orang lain
- c. sulit memberikan kasih sayang
- d. belum mempunyai kontrol moral yang kuat dan kurang rasional
- e. Faktor keturunan adalah salah satu penyebab narsistik, hal ini dapat dilihat pada masa anak-anak, diantaranya sensitifitas pada masa kelahiran, ungkapan kasih sayang dari orang tua yang tidak dapat diduga, kekerasan emosi pada anak-anak, pujian yang tidak seimbang dari pada kenyataan, ketidakseimbangan antara pujian dan hukuman yang diperoleh, mencontoh dan belajar perilaku manipulative pada orang tuanya, berusaha

mendapatkan pujian dari orang dewasa dengan perilaku tertentu, selalu mengikuti orang tua dan penilaian berlebihan dari orangtuanya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi narsistik adalah adanya kecenderungan mengharapkan perlakuan khusus, kurang dapat berempati kepada orang lain, sulit memberikan kasih sayang, belum mempunyai kontrol moral yang kuat dan kurang rasional.

3. Karakteristik Perilaku Narsistik

Menurut Muis (2009) ciri utama penderita narsistik adalah perilaku yang memusatkan pada diri sendiri dan kurang berempati. Beberapa karakteristik lain yang berkaitan dengan narsistik adalah :

- a. Memiliki rasa kepentingan diri yang besar.
- b. Yakin bahwa ia khusus dan unik.
- c. Memiliki perasaan bernama besar
- d. Preokupasi dengan khayalan akan keberhasilan, kekuatan, kecerdasan, dan kecantikan.
- e. Membutuhkan penghargaan yang berlebihan
- f. Sikap merasa iri terhadap orang lain
- g. Tanpa empati dalam bertindak.

Wiramihardja (2015) menyatakan karakteristik narsistik biasanya berusaha menjadi tampil agung, menamakan dirinya dengan gambaran besar. Mereka tenggelam dalam keasyikan (*preoccupation*) menerima atensi, salah dalam menerima reaksi orang-orang disekitarnya, *self-promotion*, dan kurang mampu

memahami dan merasakan perasaan orang lain. Karakteristik lain pada gangguan kepribadian narsistik yaitu:

- a. Mencari ketakjuban dari orang lain, tetapi memiliki kedangkalan dalam ekspresi emosinya serta dalam menjalin hubungan dengan orang lain.
- b. Terpaku pada pikiran-pikiran mengenai pentingnya diri mereka (*self-importance*) dan dengan fantasi-fantasi mengenai kekuatan (*power*) dan keberhasilan (*success*) dan memandang diri mereka sendiri sebagai orang yang lebih superior (berkuasa) atas banyak orang.
- c. Dalam menjalin hubungan interpersonal, mereka membuat permintaan-permintaan yang tidak dapat diterima secara rasional atau tidak beralasan (*unreasonable*) kepada orang lain untuk mengikuti keinginan-keinginan mereka.
- d. Mengabaikan kebutuhan dan keinginan-keinginan orang lain.
- e. Memanfaatkan orang lain untuk mendapatkan kekuatan
- f. Merupakan orang-orang yang arogan dan merendahkan.

Selanjutnya menurut DSM-IV-TR (dalam Manurung, 2009), gangguan kepribadian narsistik dimasukkan dalam kelompok B. Dimana ciri umum penderita gangguan ini berperilaku dramatik atau penuh aksi serta menonjolkan diri emosional dan eratik atau aneh. Karakteristik lain yang terlihat pada penderita gangguan kepribadian narsistik adalah:

- a. Pola *grandiositas* yang sangat kuat dan kebutuhan untuk dipuji dan empati yang bermula pada masa dewasa awal.

- b. Perasaan *grandiositas* bahwa dirinya orang penting (misalnya merasa memiliki talenta yang luar biasa).
- c. Asik dengan fantasi-fantasi kesuksesan, kekuasaan, kecerdasan, kecantikan atau cinta pada diri secara berlebihan.
- d. Keyakinan bahwa dirinya istimewa dan hanya dapat dipahami dan seharusnya hanya berhubungan dengan orang yang istimewa lainnya atau orang yang berstatus tinggi.
- e. Minta dipuji eksekutif
- f. Mengeksploitasi orang lain untuk mencapai tujuannya
- g. Kurang memiliki empati
- h. Bersikap iri kepada orang lain atau percaya bahwa orang lain iri kepadanya.
- i. Bersikap arogan.

Menurut Nevid & Rathus (2005) menyatakan adanya ciri-ciri narsistik itu diantaranya:

- a. Cenderung terpaku pada fantasi akan keberhasilan dan kekuasaan, cinta yang ideal, atau pengakuan akan kecerdasan atau kecantikan
- b. Mengejar karir dimana mereka bisa mendapatkan pemujaan, seperti modelling, akting atau politik
- c. Iri dengan orang lain yang lebih berhasil
- d. Kurang memiliki empati

Selanjutnya Kaplan dan Saddock (dalam Manurung, 2009) menyatakan orang dengan kepribadian narsistik ditandai dengan kriteria sebagai berikut:

- a. Memiliki rasa kepentingan diri yang besar (misalnya, pencapaian dan bakat yang berlebih-lebihan, berharap terkenal sebagai superior tanpa usaha yang sepadan)
- b. *Preokupasi* dengan khayalan akan keberhasilan, kekuasaan, kecerdasan, kecantikan, atau cinta yang ideal yang tidak terbatas
- c. Yakin bahwa dia adalah “khusus” dan unik, dapat dimengerti oleh orang lain dan harus berhubungan dengan orang lain (atau institusi) yang khusus atau memiliki status tinggi
- d. Membutuhkan kebanggaan yang berlebihan
- e. Memiliki perasaan bernama besar, yaitu harapan yang tidak beralasan akan perlakuan khusus atau kepatuhan otomatis sesuai harapannya
- f. Eksploitatif secara interpersonal, yaitu mengambil keuntungan dari orang lain untuk mencapai tujuannya sendiri
- g. Tidak memiliki empati, tidak mau mengenal atau mengetahui perasaan dan kebutuhan orang lain
- h. Sering merasa iri dengan orang lain atau yakin bahwa orang lain iri kepadanya
- i. Menunjukkan perilaku atau sikap congkak dan sombong.

Dari hal diatas Kaplan & Saddock (dalam Manurung, 2009) menguraikan dua jenis tritmen diantaranya :

- a. Psikoterapi, mengobati gangguan kepribadian suka, karena pasien harus meninggalkan narsismenya jika ingin mendapatkan kemajuan. Dokter dan psikiatrik seperti Otto Kenberg dan Heiz Kohut menganjurkan menggunakan pendekatan psikoanalitik untuk mendapat perubahan
- b. Farmakologi, Lithum (Eskalith) digunakan pada pasien yang memiliki pergeseran *mood* sebagai gambaran kinis. Mereka rentan terhadap depresi, aka *antidepresan* juga dapat digunakan.

Kohut (dalam Davison, 2006) juga mengatakan bahwa kriteria gangguan kepribadian narsistik adalah sebagai berikut:

1. Pandangan yang dibesar-besarkan mengenai pentingnya diri sendiri, arogansi
2. Terfokus pada keberhasilan, kecantikan diri
3. Kebutuhan ekstrim untuk dipuja
4. Perasaan kuat bahwa mereka berhak mendapatkan segala sesuatu
5. Kecenderungan memanfaatkan orang lain
6. Iri kepada orang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas, makarakteristik orang narsistik adaah merasa dirinya adalah paling penting, paling mampu, sangat eksesif untuk dikagumi dan disanjung, kurang memiliki empati, selalu merasa dirinya layak untuk diperlukan berbeda dengan orang lain, memiliki rasa bangga yang berlebih, merasa bahwa dirinya khusus dan unik, memiliki perasaan bernama besar, merasa sombong.

Selanjutnya Goleman, 1988 (dalam Nevid, 2005) membandingkan ciri-ciri *self-interest* yang “normal” dengan narsisme yang *self-defeating*.

<i>self-interest</i> yang normal	Narsisme
Menghargai pujian, namun tidak membutuhkannya untuk menjaga <i>self-esteem</i> .	Lapar akan pemujaan; memerukan pujian agar dapat merasa baik akan diri sendiri untuk sementara.
Kadang-kadang terluka oleh kritikan.	Merasa marah atau hancur oleh kritik dan merasakan kesedihan yang mendalam.
Merasa tidak bahagia dalam menghadapi kegagalan namun tidak merasa tidak berharga.	Memikul perasaan malu dan tidak berharga setelah mengalami kegagalan.
Merasa “spesial” atau memiliki bakat unik.	Merasa lebih baik dari orang lain, dan meminta penghargaan akan kemampuan yang tidak dapat dibandingkan.
Merasa nyaman dengan diri sendiri, bahkan saat orang lain mengkritik.	Perlu dukungn terus menerus dari orang lain untuk menjaga perasaan nyaman dan bahagia.
Menerima masa lalu secara logis, meski hal tersebut menyakitkan dan diraa tidak stabil untuk sementara.	Berespons terhadap luka kehidupan dengan depresi atau kemarahan.

Mempertahankan <i>self-esteem</i> dalam menghadapi ketidaksetujuan atau kritik.	Berespons terhadap ketidaksetujuan kritik dengan hilangnya <i>self-esteem</i> .
Mempertahankan keseimbangan emosional meski kurangnya perlakuan khusus.	Merasa pantas dapat perlakuan khusus dan menjadi sangat marah saat diperlakukan dengan cara yang biasa.
Empati dan peduli dengan perasaan orang lain.	Tidak sensitif terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain; mengeksploitasi orang lain sampai mereka puas.

C. Empati

1. Pengertian Empati

Baron dan Byrne (2003) mendefinisikan empati sebagai respon individu terhadap keadaan emosional orang lain, seolah individu yang bersangkutan mengalami sendiri keadaan emosi serupa yang dialami orang tersebut. Kemampuan empati adalah kemampuan seseorang untuk mengenal dan memahami emosi, pikiran, serta sifat orang lain, misalnya seorang individu ikut merasa sedih melihat kesedihan orang lain. Brigham (dalam Daniel 2011) mendefinisikan empati sebagai suatu keadaan emosional yang dimiliki seseorang

yang sesuai dengan apa yang dirasakan oleh orang lain. Selanjutnya dikatakan bahwa empati sebagai kemampuan untuk menempatkan diri dalam perasaan dan pikiran orang lain tanpa harus secara nyata terlibat dalam perasaan dan pikiran orang tersebut.

Menurut Brigham (dalam Daniel 2011) bahwa dengan empati seseorang mencoba dengan usaha aktif untuk menempatkan diri pada internal *frame of reference* orang lain tanpa kehilangan obyektivitasnya. Empati akan lebih muncul pada saat individu melakukan aktivitas *thinking with* daripada *thinking for* atau *thinking about* orang lain. Ia bisa saja mempunyai perasaan sedih terhadap penderitaan terhadap penderitaan yang dialami orang lain, tetapi relatif masih ada jarak diantara keduanya.

Menurut Taufik (2012) mendefinisikan empati merupakan suatu aktivitas untuk memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan orang lain, serta apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh orang yang bersangkutan (observer, perceiver) terhadap kondisi yang sedang dialami orang lain, tanpa yang bersangkutan kehilangan kontrol dirinya.

Koestner dan Franz (dalam Sari, 2003) mengartikan empati sebagai kemampuan untuk menempatkan diri dalam perasaan atau pikiran orang lain tanpa harus secara nyata terlibat dalam perasaan atau tanggapan orang tersebut. Goleman (2000) mengemukakan prasyarat untuk dapat melakukan empati adalah kesadaran diri, mengenali sinyal-sinyal perasaan yang tersembunyi dalam reaksi-

reaksi tubuh sendiri. Dengan kata lain, seseorang hanya dapat berempati apabila mereka sudah terlebih dahulu mengenali diri sendiri (dalam Sari, 2003).

Berdasarkan definisi-definisi di atas dapat disimpulkan bahwa empati adalah kemampuan individu untuk menempatkan diri pada pikiran serta perasaan orang lain sehingga mampu merasakan dan memahami keadaan emosional orang tersebut serta dapat menimbulkan perasaan simpatik.

2. Aspek-aspek Empati

Davis (dalam Daniel, 2011) menyatakan bahwa empati merupakan suatu reaksi atau respon individu pada saat ia mengamati pengalaman-pengalaman orang lain. Ada bermacam-macam reaksi yang mungkin timbul saat seseorang melihat orang lain mengalami suatu peristiwa. Reaksi individu yang muncul saat melihat suatu kejadian yang menimpa orang lain dipengaruhi oleh kemampuan berempati yang bersangkutan. Kemudian Davis membedakan respon empati menjadi dua komponen yaitu komponen kognitif dan komponen afektif;

- a. Komponen kognitif dalam empati merupakan proses-proses intelektual untuk memahami perspektif orang lain secara tepat. Pada tahap ini seseorang diharapkan untuk mampu membedakan emosi-emosi orang lain dan menerima pandangan-pandangan mereka.
- b. Komponen afektif diartikan sebagai kecenderungan seorang dapat mengalami perasaan-perasaan emosional orang lain.

Lebih jauh Davis 1983 (dalam Daniel, 2011) menjabarkan kedua komponen empati tersebut ke dalam empat aspek yaitu aspek *perspective Taking* dan aspek

Fantasy (yang termasuk komponen kognitif) dan aspek *emphatic concern* serta aspek *personal distress* (termasuk komponen afektif).

- a. *Perspective taking* adalah kecenderungan seseorang untuk mengambil sudut pandang psikologis orang lain secara spontan.
- b. *Fantasy* merupakan kemampuan seseorang untuk mengubah diri mereka secara imajinatif dalam mengalami perasaan dan tindakan dan karakter khayal dalam buku, film atau sandiwara yang dibaca atau ditonton.
- c. *Empathic concern* adalah perasaan simpatik yang berorientasi pada orang lain dan perhatian terhadap kemandangan orang lain.
- d. *Personal distress* merupakan kecemasan pribadi yang berorientasi pada diri sendiri serta kegelisahan dalam menghadapi *setting* interpersonal yang tidak menyenangkan.

Selanjutnya dalam empat aspek dikembangkan menjadi 15 sifat yang mencerminkan rasa empati terhadap orang lain, yang terdiri dari delapan sifat yang dinilai positif dan lima sifat yang dinilai negatif. Sifat-sifat yang positif tersebut adalah murah hati, ramah, suka menolong, baik hati, sensitif, lembut hati, simpatik, dan hangat, sedangkan sifat-sifat yang negatif adalah dingin, keras hati, egois, mementingkan diri sendiri dan tidak berperasaan.

3. Karakteristik orang yang berempati tinggi

Seseorang yang memiliki empati akan tergerak hatinya untuk menolong atau membantu orang lain (Susanti, 2006, h.23). Shapiro (1998, h.52) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki empati akan memiliki kemampuan dalam

memahami orang lain seperti mengenali tanda-tanda emosi yaitu seperti menangis, tertawa, muka yang berseri-seri, wajah yang cemberut, dan sebagainya. Orang yang mampu berempati akan mampu menyesuaikan diri dan menanggapi secara tepat terhadap setiap tanda-tanda emosi yang ditunjukkan orang lain (dalam Prabahadi, 2009).

Agar bisa berempati, seseorang harus mengamati dan menginterpretasikan perilaku orang lain. Seseorang bisa menyimpulkan apakah orang lain sedang bahagia, cemas, sedih, marah atau bosan, biasanya lewat ekspresi otot wajah yang nampak seperti tersenyum, menyeringai, cemberut, atau ekspresi yang lain. Selain itu sikap badan, suara, gerakan isyarat juga dapat menjadi petunjuk yang penting tentang suasana hati seseorang. Ketepatan dalam berempati tergantung pada kemampuan seseorang untuk menginterpretasikan informasi-informasi yang diberikan oleh orang lain tentang situasi internalnya lewat perilaku dan sikap-sikap mereka, Tjahjono1985 (dalam Daniel, 2011). Selanjutnya Hoffman 1984 (dalam Daniel, 2011) mengemukakan lima karakteristik orang yang disebut mempunyai rasa empati yang tinggi yaitu:

- a. Kemampuan dalam berperan imajinatif bersandiwara dan humor
- b. Sadar akan pengaruh seseorang terhadap orang lain
- c. Kemampuan mengevaluasi motif-motif orang lain
- d. Pengetahuan tentang motif-motif dan perilaku orang lain
- e. Mempunyai rasa pengertian sosial

4. Fungsi Empati

Menurut Carlozzi (dalam Daniel, 2011) dalam kehidupan seseorang, empati sangat besar peranannya dan mempunyai fungsi-fungsi tertentu yaitu:

a. Menyesuaikan diri

Dengan kemampuan empati, seseorang dapat dengan mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan ataupun orang lain karena ada kesadaran dalam dirinya bahwa sudut pandang setiap orang atau kelompok masyarakat berbeda-beda. Individu yang baik penyesuaian dirinya yang dimanifestasikan dalam sifatnya yang optimis, fleksibel dan memiliki kematangan emosi, cenderung memiliki tingkat emosi yang tinggi.

b. Mempererat hubungan dengan orang lain

Setiap individu berusaha saling menempatkan dirinya dalam kedudukan orang lain, maka salah paham, perbantahan atau ketidaksepakatan antar individu dapat dihindari.

c. Meningkatkan harga diri

Adanya hubungan sosial yang berkualitas sehingga seseorang dapat berkreasi dan menyatakan identitas diri ini menumbuhkan dan mengembangkan rasa harga diri seseorang. Dengan harga diri ini, selanjutnya individu merasa berharga dan berarti di dalam kelompoknya.

d. Meningkatkan pemahaman diri

Kemampuan untuk memahami perspektif orang lain dapat menjadikan seseorang menyadari bahwa orang lain dapat membuat penilaian berdasarkan perilakunya. Dengan ini individu akan lebih menyadari dan memperhatikan perilakunya. Melalui proses ini akhirnya akan terbentuk konsep diri melalui perbandingan sosial yaitu dengan mengamati dan membandingkan dirinya dengan orang lain.

5. Faktor yang mempengaruhi seseorang memiliki empati

Menurut Mussen (1989) ada empat faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang memiliki empati, diantaranya:

- a. Karakteristik kepribadian yang berhubungan dengan disiplin diri, kesungguhan dalam mengerjakan sesuatu dan kemandirian
- b. Hubungan interpersonal

Tumbuhnya empati pada diri seseorang memungkinkan seseorang untuk memperbaiki hubungan dengan orang lain karena empati merupakan salah satu kemampuan yang dibutuhkan dalam menjalin hubungan interpersonal dan dapat memperlancar komunikasi.

c. Proses pendidikan dan latihan

Individu akan melalui proses pendidikan dan latihan sepanjang kehidupan yang ia lalui, proses tersebut dapat mengarahkan kemampuan empati seorang anak

untuk menjadi lebih peka lagi terhadap penderitaan atau kesusahan yang dialami oleh orang lain.

d. Pola asuh

Pola asuh orangtua merupakan suatu fasilitas terhadap perkembangan kemampuan empati seorang anak.

Selanjutnya menurut beberapa para ahli, terdapat beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi empati, yaitu :

a. Gender

Perempuan dikenal mudah merasakan kondisi emosional orang lain dibandingkan dengan laki-laki. Menurut Ickes, Gesn, Graham (dalam Taufik, 2012) dalam temuan penelitian mereka tentang hubungan gender dan akurasi empati. Hasil penelitian menunjukkan bahwa akurasi empati perempuan lebih baik daripada laki-laki, tetapi ini hanya dalam kondisi-kondisi tertentu. Mereka membuat catatan bahwa akurasi empati perempuan tinggi ketika partisipan sadar bahwa empati mereka sedang diukur atau ketika stereotip gender ditonjolkan, yaitu akurasi empati partisipan perempuan lebih tinggi terhadap target empati berjenis kelamin perempuan.

b. Faktor kognitif

Empati berkaitan dengan kecerdasan verbal (bahasa, orang yang memiliki kecerdasan verbal tinggi akan dapat berempati secara akurat dibandingkan dengan orang yang rendah tingkat kecerdasan verbalnya (Ickes, dalam Taufik, 2012). Orang-orang yang memiliki kecerdasan verbal tinggi akan mudah

mengekspresikan perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri untuk memahami pikiran-pikiran dan perasaan-perasaan orang lain. Selain itu, kemampuan dalam mengungkapkan pikiran-pikiran dan perasaan-perasaan dalam bentuk bahasa akan membuat target empati mudah dalamm berbagi pikiran dan persaan denganya.

c. Faktor sosial

Pickett(dalam Taufik, 2012) menyatakan bahwa individu-individu lebih memungkinkan untuk mengarahkan perhatian mereka terhadap isyarat-isyarat interaksi sosial, termasuk dalam memahami karakteristik *vocal*. Maka empati yang dilakukan seara akurat dapat memelihara hubungan sosial. Sejalan dengan pernyataan tersebut individu-individu yang melaporkan kebutuhan untuk memiliki tinggi merasa termotivasi untuk memelihara hubungan-hubungan sosial dan menunjukkan akurasi empati yang lebih baik. Lebih dari itu, individu-individu ini juga dapat membedakan irama *vocal* secara efektif yaitu kapasitas yang berkaitan dengan akurasi empati.

d. Status sosial ekonomi

Kraus (dalam Taufik, 2012) dalam penelitian mereka tentang hubungan antara kelas sosial dengan akurasi empati. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang-orang dengan status sosial ekonomi rendah lebih efektif dalam menerjemahkan emosi-emosi yang sedang dirasakan oleh orang lain, dibandingkan orang-orang dengan status sosial ekonomi tinggi. Pada orang-orang berstatus sosial ekonomi rendah kehidupan mereka dipengaruhi oelh karakteristik konteks lainnya, seperti tingkat dukungan yang telah mereka terima. Oleh karena itu, orang-orang dengan status sosial rendah memungkinkan untuk mengubah

perhatian mereka dari pengalaman-pengalaman dan pikiran-pikiran personal kepada kondisi lingkungan sekitar. Sehingga mereka lebih *sensitive* terhadap isyarat lembut dan gaya bicara orang lain, hal ini akan meningkatkan kapasitas mereka dalam memahami emosi target empati.

e. Hubungan dekat (*Close Relationship*)

Telah banyak penelitian mengenai penyesuaian pernikahan yang telah mendokumentasikan hubungan positif antara penyesuaian pernikahan dan pemahaman pada sikap, harapan-harapan dan persepsi diri pada suatu pasangan. Bukti tambahan lainnya untuk hubungan positif antara penyesuaian dalam pernikahan dengan pemahamannya telah dilaporkan oleh banyak peneliti, (Ickes dalam Taufik, 2012). Selanjutnya peneliti juga tertarik untuk mengorelasikan antara akurasi empati dengan interaksi suami-istri. Salah satunya disebutkan bahwa akurasi empati memiliki hubungan negatif dengan kekerasan, semakin akurat empati yang dimiliki maka individu akan semakin jauh dari aktivitas melakukan tindak kekerasan.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi empati adalah karakteristik kepribadian, hubungan interpersonal, proses pendidikan dan pola asuh orangtua.

D. Hubungan Empati dengan Perilaku Narsistik

Nevid (2005) orang dengan gangguan kepribadian narsistik (*narcissitic personality disorder*) memiliki rasa bangga atau keyakinan yang berlebihan terhadap diri mereka sendiri dan kebutuhan yang ekstrem akan pemujaan. Mereka

berharap orang lain melihat kualitas khusus mereka, bahkan saat prestasi mereka biasa saja, dan mereka menikmati bersantai di bawah sinar pemujaan. Mereka kurang memiliki empati pada orang lain. Mereka juga beranggapan bahwa dirinya spesial dan berharap mendapatkan perlakuan yang khusus pula. Oleh karena itu, mereka sangat sulit atau tidak dapat menerima kritik dari orang lain. Mereka selalu ingin mengerjakan sesuatu sesuai dengan cara yang sudah mereka tentukan dan seringkali ambisius serta mencari ketenaran.

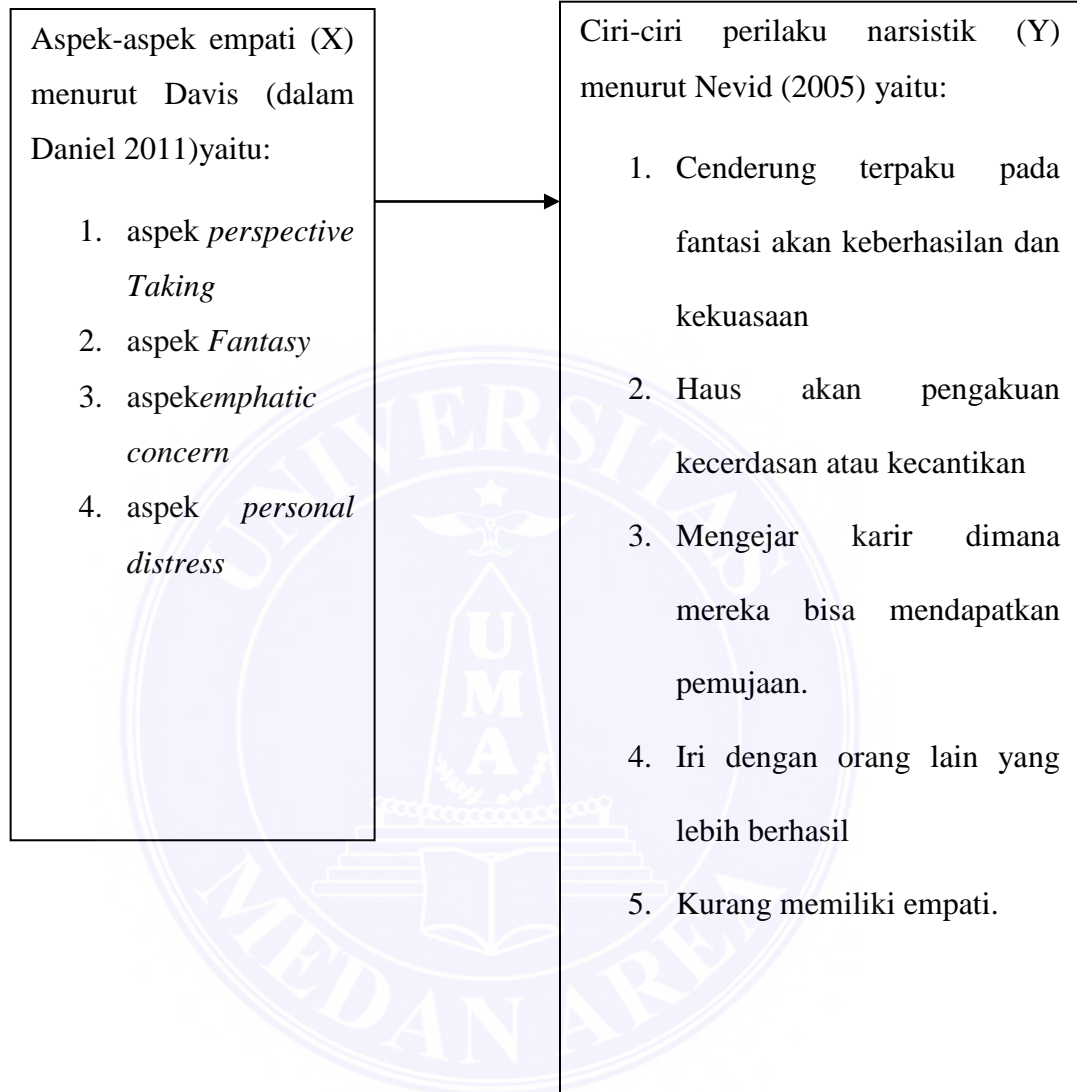
Salah satu faktor perilaku narsistik adalah kurangnya empati. Individu disibukkan dengan cintanya terhadap diri sendiri dan kehidupannya sendiri. Hal inilah yang menyebabkan timbulnya masalah sosial yang sering kita jumpai saat ini terutama pada remaja yang mengikuti kegiatan tari selalu ingin tampil sempurna dan semuanya tidak boleh ada yang salah, sehingga hal inilah yang menyebabkan timbulnya sikap tidak memiliki empati.

Baron dan Byrne (2003) mendefinisikan empati sebagai respon individu terhadap keadaan emosional orang lain, seolah individu yang bersangkutan mengalami sendiri keadaan emosi serupa yang dialami orang tersebut. Kemampuan empati adalah kemampuan seseorang untuk mengenal dan memahami emosi, pikiran, serta sifat orang lain, misalnya seorang individu ikut merasa sedih melihat kesedihan orang lain. Brigham, 1991 (dalam Baron, 2003) mendefinisikan empati sebagai suatu keadaan emosional yang dimiliki seseorang yang sesuai dengan apa yang dirasakan oleh orang lain. Selanjutnya dikatakan bahwa empati sebagai kemampuan untuk menempatkan diri dalam perasaan dan

pikiran orang lain tanpa harus secara nyata terlibat dalam perasaan dan pikiran orang tersebut.



E. Kerangka Konseptual



F. Hipotesis

Berdasarkan uraian tersebut, dapat diajukan hipotesis bahwa “ada hubungan yang negatif antara empati dengan kecenderungan perilaku narsistik” dengan asumsi bahwa semakin tinggi empati seseorang maka semakin rendah kecenderungan perilaku narsistik, sebaliknya semakin rendah empati seseorang maka semakin tinggi kecenderungan perilaku narsistik.

