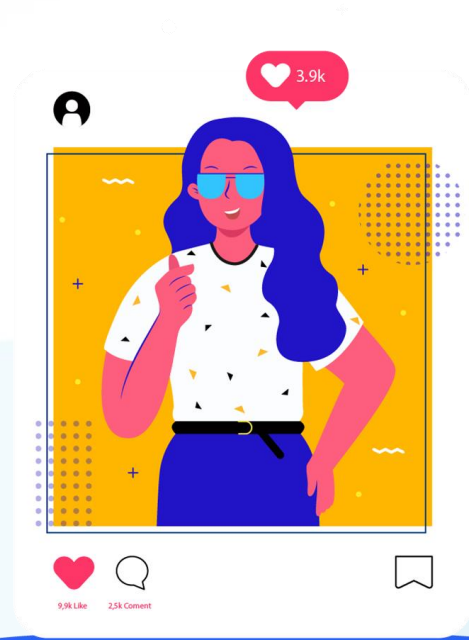




**PROGRAM STUDI  
TEKNIK INFORMATIKA DIPLOMA 3  
FAKULTAS ILMU KOMPUTER  
UNIVERSITAS DIAN NUSWANTORO**

PROGRAM STUDI  
*TEKNIK INFORMATIKA DIPLOMA 3*

MATA KULIAH  
*INTERPERSONAL SKILL*



[Background](https://www.freepik.com/free-photos-vectors/background)  
vector created by freepik - [www.freepik.com](https://www.freepik.com)

# Berempati dan simpati

Tim Pengampu Matakuliah Interpersonal Skill



**FAKULTAS ILMU KOMPUTER  
UNIVERSITAS DIAN NUSWANTORO**

# Empati

## Definisi empati

Menurut Zoll dan Enz (2012) empati dapat diartikan sebagai kemampuan dan kecenderungan seseorang (“observer”) untuk memahami apa yang orang lain (“target”) pikirkan dan rasakan pada situasi tertentu.

Empati merupakan salah satu bentuk emosi kesadaran diri, selain rasa malu, rasa cemburu, rasa bangga dan rasa bersalah. Menurut Darwin, emosi-emosi tersebut berawal dari perkembangan kesadaran diri dan melibatkan penguasaan peraturan dan standar (LaFreniere, 2000)

## Definisi empati

Misalnya Rogers (1959) mengatakan bahwa empati berguna untuk memahami kerangka internal orang lain dengan akurat, dan dengan komponen dan arti yang melekat, seolah-olah menjadi orang lain tanpa meniadakan “kondisi seandainya” (Eisenberg, 2000)

Mead dalam Eisenberg (2000) menyatakan bahwa empati merupakan kapasitas mengambil peran orang lain dan mengadopsi perspektif orang lain dihubungkan dengan diri sendiri. Para peneliti lain menyebut empati dengan mengacu kepada kemampuan kognitif untuk memahami kondisi mental dan emosional orang lain

## Kesimpulan Definisi Empati

- Disimpulkan empati adalah kemampuan kognitif untuk memahami kondisi mental dan emosional orang lain.

## Aspek Empati Menurut Zoll dan Enz (2012)

### 1. Empati kognitif

Memahami perbedaan proses kognitif didalam observer mulai dari proses asosiatif yang relatif sederhana pada mekanisme pembelajaran sampai titik mengambil alih perspektif orang lain dengan tegas. Untuk mencapai ini, observer harus fokus perhatian pada targetnya, membaca sinyal ekspesif dan juga sinyal keadaan yang berubah, dan mencoba untuk memahami reaksi yang mengalir dari target.

Empati kognitif dalam pengertian ini sangat berhubungan erat pada konsep teori pikiran. Teori pikiran artinya (1) Kemampuan untuk mengembangkan sebuah pemahaman keadaan mental pada orang lain, dimana tidak dapat dilihat secara langsung (e.g. mengenali bahwa orang dapat mengungkapkan emosi tertentu ketika merasakan hal yang berbeda) dan (2) menarik kesimpulan sehubungan dengan reaksi dan tingkah laku orang lain. Untuk membuat prediksi-prediksi ini diasumsikan bahwa observer memiliki “teori pikiran” atas orang lain

## Aspek Empati Menurut Zoll dan Enz (2012)

### 2. Empati Affektif

Berhubungan dengan proses dimana emosi observer muncul karena adanya (sadar atau tidak sadar) persepsi keadaan internal target (baik emosi ataupun pikiran dan sikap). Empati afektif dengan demikian dapat menjadi hasil dari empati kognitif, tetapi dapat juga timbul dari persepsi perilaku ekspresif yang segera memindahkan keadaan emosi dari satu orang ke orang lain (penularan emosi). Dalam kasus ini, keadaan afektif observer timbul sama tingginya dengan target. Sebagai hasil dari sebuah hubungan langsung atau pemindahan keadaan emosi antara perorangan melalui verbal (kata-kata), pra-verbal, dan isyarat non verbal.



**FAKULTAS ILMU KOMPUTER  
UNIVERSITAS DIAN NUSWANTORO**

# Simpati



# Simpati

Simpati menjadi salah satu faktor eksternal yang senantiasa mendorong untuk melanjutkan keturunan, adanya simpati ini menunjukkan dorongan untuk dapat mempertahankan hidup dan adanya dorongan untuk selalu bisa melakukan komunikasi intrapersonal dan komunikasi interpersonal yang kemudian mendorong perasaan bersama antar sesama manusia.

**Simpati** adalah proses sosial dan interaksi sosial seseorang yang memiliki rasa tertarik pada pihak lain seperti rasa keinginan untuk memahami pihak lain dan berharap dapat melakukan kerjasama dengan orang tersebut, dimana sasa tertarik yang biasanya muncul dalam diri setiap individu dan kelompok tersebut lebih dilandasi pada suatu keinginan mengenai orang kejadian yang di alami oleh orang lain di lingkungannya.

# Simpati

Adapun definisi simpati menurut para ahli, antara lain;

1. **Eisenberg (2000)**, Arti simpati adalah serangkaian proses interaksi sosial yang timbul dari adanya kejadian tertentu sehingga memunculkan respon terhadap perasaan yang dirasakan oleh individu lain yang sedang menderita serta memerlukan bantuan.
2. **Valiente (2004)**, Simpati adalah tindakan seseorang yang bernilai positif lantaran disertai dengan penalaran moral terhadap perilaku yang ia rasakan untuk ikut merasakan apa yang orang lain rasakan.
3. **Batson (2000)**, Definisi simpati perasaan yang melibatkan keadaan orang lain yang berawal dari empati sehingga dalam hal ini mengerucut pada pelibatan proses sosial bersifat kognitif.

## Ciri Sikap Simpati

Adapun secara umum beberapa karakteristik yang dapat dilihat dari sikap simpati. Antara lain;

1. Prilaku seseorang yang menunjukkan untuk mampu menjadi pendengar yang baik terhadap kondisi orang lainnya yang sedang bercerita
2. Keadaan seseorang yang mampu mengidentifikasi perasaan orang lain
3. Prilaku seseorang yang kerap kali memikirkan perasaan yang dirasakan oleh orang lain
4. Kondisi seseorang yang memiliki kepedulian terhadap orang lain yang sedang mengalami permasalahan tertentu

## Perbedaan keduanya

Simpati	Empati
<b>Simpati Adalah “Feeling with”</b>	<b>Empati Adalah “Feeling in”</b>
<p>Berdasarkan pengertiannya, simpati merupakan sebuah sikap untuk mampu peduli dan merasa iba dengan orang lain. Sikap ini disebut dengan sikap <i>feeling with</i>. Simpati mungkin hanya mampu merasakan bersama dengan orang lain tentang apa yang mereka rasakan. Pihak yang terlibat akan menganggap bahwa apa yang terjadi merupakan persamaan nasib sehingga sikap yang ada kemudian akan saling mendukung</p>	<p>Jika simpati merupakan sikap <i>feeling with</i>, maka pengertian empati menurut para ahli lebih kepada sikap <i>feeling in</i>. Empati merupakan sebuah sikap dimana seorang individu mampu merasakan apa yang orang lain rasakan. Empati membuat seseorang merasa mampu berada dalam posisi orang lain. Sikap ini biasanya ditunjukkan dengan sikap penerimaan saat menghadapi orang lain yang sedang mengalami permasalahan. Biasanya, bina hubungan saling percaya akan terwujud dengan penunjukkan sikap <i>feeling in</i> ini.</p>
<b>Simpati Tidak Mendalam</b>	<b>Empati Lebih Mendalam</b>
<p>Karena sifatnya yang hanya merasa iba, simpati biasanya tidak terlalu mendalam. Seseorang mungkin tahu dan ikut bersedih dengan apa yang orang lain alami tetapi mereka tidak terlalu terlibat terhadap kesedihan itu (baca juga: 4 karakter manusia). Simpati umumnya hanya menunjukkan sikap prihatin terhadap apa yang orang lain rasakan tanpa memandang bahwa perlu atau tidak untuk membantu seseorang tersebut menangani kesulitannya, sebab ia merasa bahwa masalahnya juga sama.</p>	<p>Sikap empati dalam psikologi merupakan sikap yang lebih mendalam. Seseorang akan lebih merasakan kesedihan orang lain dan tahu apa yang orang lain rasakan ketika berada dalam situasi tersebut. Saat sikap ini muncul, seseorang biasanya juga akan lebih berusaha bekerja sama untuk mencari penyelesaian masalah bersama. Sikap empati ini biasanya akan erat sekali dengan kemauan seseorang untuk menolong orang lain. Ini bisa menjadi sarana untuk belajar cara menghilangkan sifat egois.</p>

## Perbedaan keduanya

<b>Simpati</b>	<b>Empati</b>
<b>Simpati Berdasarkan Faktor Persamaan</b>	<b>Empati Berdasarkan Faktor Perbedaan</b>
<p>Beberapa poin sebelumnya sudah cukup menjelaskan bagaimana simpati yang didasarkan oleh faktor persamaan. Seseorang mungkin (pernah) mengalami kesamaan nasib yang kemudian menjadikan dia merasa iba atau merasa prihatin terhadap apa yang dialami oleh orang lain. Mereka memang akan saling menguatkan, tetapi berusaha tidak terlibat lebih jauh lagi dalam proses pemecahan masalah yang ada. Banyaknya macam-macam sifat manusia akan melandasi rasa kesamaan ini.</p>	<p>Dibandingkan dengan simpati yang menggunakan banyak faktor persamaan, empati justru timbul karena banyak faktor perbedaan yang ada. Seseorang yang bersikap empati mungkin tidak mengalami hal yang sama yang terjadi pada seseorang, namun mampu merasakan apa yang dialami oleh orang tersebut. Sikap ini memang unik, namun banyak sekali orang yang memiliki kemampuan empati tinggi seperti ini. Tipe kepribadian manusia yang berbeda justru bisa menciptakan empati.</p>
<b>Simpati Merupakan Respon Dukungan</b>	<b>Empati Merupakan Sikap untuk Memahami Orang Lain</b>
<p>Karena sifatnya yang tidak begitu mendalam, sikap simpati merupakan bukan sesuatu yang salah. Di satu sisi, sikap simpati ini bisa menjadi sebuah bentuk respon dukungan kepada orang lain. Orang lain dapat merasakan dukungan ini tetapi tidak sampai pada tahap penyelesaian pemecahan masalah yang dibantu oleh orang yang bersimpati. Bagi beberapa orang, mungkin sikap ini justru sudah cukup karena memang mereka tidak mengharapkan bantuan lebih banyak lagi dari orang lain.</p>	<p>Perbedaan simpati dan empati dalam psikologi selanjutnya bisa dilihat dari bagaimana sikap empati yang bisa terlihat sebagai suatu pemahaman kepada orang lain. Seseorang yang berempati mampu mengerti bahwa permasalahan yang dihadapi orang lain adalah berat. Ia akan berusaha menjadi pendengar yang baik dan membebaskan orang lain untuk menceritakan permasalahannya sebebaskan-bebasnya. Karakter yang empati biasanya tidak akan menyanggah atau memberikan pendapat pribadinya sampai benar-benar diminta untuk melakukannya.</p>

## referensi

- [http://eprints.umk.ac.id/4368/3/laporan\\_penelitian\\_CBT.13-32.pdf](http://eprints.umk.ac.id/4368/3/laporan_penelitian_CBT.13-32.pdf)
- <https://dosensosiologi.com/simpatidanempati>



# ***THANKS***

ANY QUESTIONS?