

URGENSI COMPASSION UNTUK MENINGKATKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA REMAJA

Alya Azkia Syifa¹⁾, Dian Ari Widyastuti²⁾

Universitas Ahmad Dahlan

alya2100001117@webmail.uad.ac.id¹⁾, dian.widyastuti@bk.uad.ac.id²⁾

Abstrak

Komunikasi interpersonal menjadi perhatian yang serius dalam kehidupan sosial khususnya interaksi remaja, dengan adanya dampak negatif terhadap interaksi sosial dan empati mereka. Tinjauan literatur ini bertujuan untuk mengeksplorasi pentingnya compassion dalam meningkatkan komunikasi interpersonal. Penelitian ini menggunakan model studi literatur, hasil dari studi literatur ini kemudian dianalisis secara tematis atau konseptual untuk mengidentifikasi pola, perbedaan, serta kesamaan dalam hasil temuan oleh studi-studi sebelumnya. Temuan tersebut menyoroti dampak nyata compassion sebagai upaya meningkatkan komunikasi interpersonal pada remaja, termasuk mengurangi sikap isolasi diri, komunikasi satu arah, intoleransi, bersikap acuh, kurangnya empati. Hasil dari penelitian ini dapat memberikan wawasan baru dan rekomendasi yang berguna mengenai pentingnya compassion dalam meningkatkan komunikasi interpersonal pada remaja.

Kata Kunci: *compassion, komunikasi interpersonal, empati, remaja, interaksi*

1. Pendahuluan

Komunikasi interpersonal merupakan proses interaksi antara satu individu dengan individu lain. Komunikasi interpersonal seringkali dilakukan secara terus-menerus dan secara simultan. Komunikasi interpersonal dapat mempengaruhi orang lain, apa yang individu katakan dan lakukan dapat mempengaruhi orang lain, sehingga dibutuhkan etika ketika sedang berkomunikasi Schweitzer & Wood, (2017).

Dalam beberapa tahun terakhir, peningkatan kasus rendahnya komunikasi interpersonal pada remaja menjadi perhatian yang mendesak. Kondisi ini dapat mempengaruhi berbagai jenjang pendidikan, dimulai dari sekolah dasar sampai dengan perguruan tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Kamaruzzaman (2016) menyebutkan bahwa dari 55 responden sejumlah 44,37% remaja berada dalam kategori cukup, dan terjadi penghambat komunikasi interpersonal siswa sebesar 42,54% dengan kategori cukup. Pada penelitian tersebut juga ditemukan bahwa pengaruh komunikasi

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
"Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif"
Sabtu, 27 Juli 2024

interpersonal yang rendah disebabkan karena pembicaraan yang tidak konsisten, ketidakpahaman akan nilai-nilai kebudayaan, kurangnya pemahaman karakter lawan bicara, kurangnya empati terhadap lawan bicara, menilai bahwa apa yang dilakukan orang lain bukanlah hal baik, berkomunikasi tanpa gerakan tubuh, komunikasi yang hanya berpusat pada satu orang, kurang terampil dalam komunikasi.

Hal ini sepadan oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Endah dkk., (2021) yang menyatakan bahwa skor komunikasi interpersonal yang didapat dari 156 siswa yaitu ditemukan data 12% siswa dalam kategori komunikasi interpersonal yang rendah, 66% siswa dalam kategori cukup, dan 22% siswa dalam kategori tinggi. Pada penelitian tersebut juga dijelaskan bahwa komunikasi interpersonal yang rendah disebabkan oleh adanya interaksi sosial yang rendah dan compassion yang rendah. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk memahami dan meningkatkan komunikasi interpersonal sebagai tantangan serius yang harus dihadapi oleh remaja.

Berbicara mengenai masalah komunikasi interpersonal yang rendah, compassion saat ini diidentifikasi sebagai salah satu faktor untuk mereduksi dan mencegah rendahnya komunikasi interpersonal remaja DeVito, (2016). Berdasarkan hasil yang dilakukan oleh Gibbs (eds.), (2017) dapat diketahui bahwa compassion bermakna 'merasa bersama' dan melibatkan empati sebagai respons terhadap penderitaan orang lain. Dalam hal ini penderitaan yang dimaksudkan adalah dorongan untuk membantu orang lain yang merasa kesulitan atau kemalangan.

Compassion melibatkan dukungan dan respon antar individu seperti teman sebaya (remaja), orang tua, guru, dan lingkungan disekitar López dkk., (2018). Compassion dapat memberikan rasa aman, kekeluargaan, dan kehangatan ketika sama-sama saling ikut merasakan dan berempati terhadap masalah yang terjadi terhadap individu Grant & Pauline, (2015). Dalam falsafah memayu hayuning bawana dijelaskan bahwa terdapat tiga aspek dasar welas asih (Tri Welasih) yaitu bermurah hati, bersikap senasib, dan ramah tamah. Keberadaan welas asih sangatlah penting bagi keberlangsungan hidup karena manusia dapat saling peduli antara satu dengan yang lain (Oktawirawan & Yunanto, 2021).

Penulisan ini diharapkan dapat memahami betapa pentingnya compassion dalam meningkatkan komunikasi interpersonal, kita dapat mengambil langkah untuk

menciptakan interaksi yang baik dengan sesama, terbuka, memperkuat welas asih, saling mendukung, dan menghargai perbedaan pendapat. Tujuan dari artikel ilmiah ini bertujuan untuk memberikan pandangan baru dan rekomendasi yang bermanfaat betapa pentingnya compassion untuk meningkatkan interpersonal communication pada remaja. Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dalam penyusunan rekomendasi-rekomendasi untuk meningkatkan komunikasi interpersonal

2. Metode

Studi penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dengan menggunakan desain literatur/kepuustakaan, studi literatur digunakan dalam penelitian ini untuk mengumpulkan dan menganalisis berbagai literatur dan publikasi ilmiah yang relevan mengenai urgensi compassion untuk meningkatkan interpersonal communication pada remaja agar lebih mudah dipahami. Data yang dikumpulkan berupa teks dari jurnal dan buku yang relevan dengan variabel yang dibahas dalam penelitian ini. Instrumen yang terdapat dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri. Analisis data akan dilakukan dengan menggunakan metode analisis isi, yang melibatkan penghubungan, perbandingan, penafsiran, dan penarikan kesimpulan dari berbagai teks yang digunakan dari literatur yang ada. Selain itu, penulis juga akan melakukan tinjauan terhadap penelitian sebelumnya untuk memahami fenomena tertentu dan mengaitkan hasil penelitian yang satu dengan yang lainnya.

3. Hasil dan Pembahasan

Peran *compassion* untuk meningkatkan interpersonnal communication pada remaja

Komunikasi interpersonal memiliki dampak yang sangat penting dalam kegiatan sehari-hari remaja. Komunikasi interpersonal yang rendah disebabkan karena ketidakmampuan remaja dalam berinteraksi kepada individu lainnya, ketidakmampuan remaja dalam memandang kesetaraan sesama manusia dan cenderung terisolasi dengan lingkungan disekitarnya Mataputun & Saud, (2020). Menurut McCornack & Morrison, (2021) terdapat salahsatu faktor utama penyebab terjadinya komunikasi interpersonal yang rendah yaitu kurangnya rasa kesetaraan terhadap sosial

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
“Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif”
Sabtu, 27 Juli 2024

(equality) dan empati (empathy) sehingga sangat dibutuhkan adanya rasa welas asih (compassion). Welas asih dianggap sangat penting dalam keberlangsungan hidup, ketika individu mulai peduli dengan individu lainnya maka akan tercipta kehidupan yang lebih baik, akan tetapi sebaliknya apabila welas asih tidak diterapkan dalam kehidupan sehari-hari maka akan menyebabkan terjadinya komunikasi interpersonal yang rendah sehingga menjadikan perpecahan Oktawirawan & Yunanto, (2021). Oleh karena itu hal ini merupakan fungsi terpenting dalam meningkatkan komunikasi interpersonal.

Beberapa teori dan model telah menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara komunikasi interpersonal dan compassion. Salah satunya penelitian oleh Suryani, (2022) yaitu mengemukakan bahwa welas asih akan menciptakan komunikasi interpersonal yang terjalin sesuai kaidah islam yaitu saling menghargai dan beretika pada remaja. Penelitian ini menekankan tentang bagaimana etika dalam berkomunikasi dengan baik salah satunya yaitu melalui welas asih (compassion) dan penghargaan, serta menekankan etika berkomunikasi tanpa menyinggung lawan bicara.

Compassion berperan penting dalam membantu remaja meningkatkan rasa simpati, empati, dan kegiatan saling support ikut merasakan terhadap penderitaan orang lain sehingga terbentuk rasa aman bagi setiap individu. Seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Jena, (2014) menjelaskan bahwa sebagai sesama harus saling tolong menolong serta meringankan penderitaan yang dirasakan oleh orang lain agar welas asih menjadi berharga. Aristoteles pun mempunyai fikiran bahwa manusia selalu dihadapkan pada situasi sulit dan sebagai sesamanya kita harus memiliki (feeling of pain) karena perasaan ini yang mendasari individu untuk memiliki sikap compassion.

Sementara diperkuat pula penelitian oleh Azhar dkk., (2020) yang menunjukkan jika compassion memiliki peran terhadap remaja Peacesantren di Kota Garut bahwa welas asih dapat untuk mengembangkan perilaku pembentukan karakter sehingga remaja dapat menjadi lebih ber-value dan siap menghadapi kehidupan. Welas asih (compassion) yang diajarkan oleh guru/coach dapat membuat santri saling menghargai, menjaga, dan mendukung sesama remaja agar dapat tercipta komunikasi interpersonal yang baik. Pembinaan welas asih remaja di Peacesantren Kota Garut memberikan dampak kedamaian bagi setiap remaja dan yang berada di lingkungan tersebut karena mampu berkomitemn dalam meningkatkan welas asih.

Bentuk compassion untuk meningkatkan interpersonal communication pada remaja

Menurut Septiani & Putra, (2023) bentuk compassion adalah dengan toleransi antar umat beragama, apabila terdapat upacara atau ibadah oleh individu yang beragama lain maka hal yang harus dilakukan adalah menghargai dan ikut merasakan sehingga tercipta kehidupan yang damai. Welas asih dapat mempererat silaturahmi melalui komunikasi interpersonal dan hubungan antar individu. Oleh karena itu welas asih sebaiknya selalu dijaga dengan baik agar silaturahmi dan komunikasi tidak terputus selama kehidupan berlangsung.

Compassion dengan melakukan toleransi antar umat beragama juga dapat dilakukan oleh remaja dimana saja dan kapan saja, hal ini dapat membantu remaja untuk lebih termotivasi dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonalnya. Jika dibandingkan dengan sumber compassion yang lain, compassion dengan toleransi memiliki hubungan dengan komunikasi interpersonal antar remaja, gambaran diri yang lebih positif, saling menghargai, terjalinnya hubungan antar umat yang semakin baik, dan silaturahmi yang terjaga.

Kemudian menurut Yusuf, (2021) bentuk welas asih (compassion) berupa etika kasih sayang dan seperti yang dipelopori oleh KH Ahmad Dahlan untuk membangun kesadaran keyakinan (teosentris universal). Kesadaran welas asih ini terbentuk dalam diri KH Ahmad Dahlan setelah mengalami perjuangan pemikiran terkait dengan gagasan pembaharuan umat islam sebagai upaya untuk saling membantu kaum dan membangun kasih sayang antar sesama. Etika welas asih KH Ahmad Dahlan diinspirasi dalam Al-Qur'an (QS. Al-Ma'un: 1-7) yang menekankan ibadah sebagai ketakutan menjadi orang yang celaka, sehingga membangkitkan nilai-nilai semangat dalam menjalankan welas asih di kehidupan yang membentuk tingginya komunikasi interpersonal.

Berdasarkan sumber penelitian compassion tersebut yang telah dipaparkan maka terdapat beberapa hal yang dapat dijadikan sebagai rekomendasi untuk menumbuhkan compassion agar dapat meningkatkan komunikasi interpersonal pada remaja. Rekomendasi tersebut secara umum dapat dimulai dari diri sendiri terhadap lingkungan sosialnya, yaitu dengan menumbuhkan compassion ketika terdapat teman yang sedang

merasakan kesulitan atau musibah, membantu meringankan beban berat yang dimiliki teman, memberikan rasa aman, menghormati pendapat yang berbeda, merasakan empati dan memberikan simpati atas musibah yang terjadi, saling bertoleransi apabila teman dari umat lain sedang beribadah atau melangsungkan upacara adat. Di sisi lain, hasil penelitian juga memberikan rekomendasi kepada guru di sekolah terkhusus guru bimbingan dan konseling untuk dapat melakukan layanan bimbingan, baik bimbingan klasikal maupun bimbingan kelompok, sebagai upaya dalam preventif komunikasi interpersonal yang belum memiliki keterkaitan perilaku yang mengarah pada *compassion*, guru bimbingan dan konseling sebaiknya memberikan layanan konseling, baik itu berupa layanan konseling individu maupun konseling kelompok Denanti & Wardani, (2019).

4. Kesimpulan

Dalam artikel ini telah dibahas tentang urgensi atau pentingnya *compassion* dalam meningkatkan komunikasi interpersonal pada remaja. Komunikasi interpersonal yang rendah memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap keberlangsungan hidup dan aktivitas sehari-hari remaja. Namun, dengan adanya *compassion* yang tinggi, remaja akan dapat mengatasi rendahnya komunikasi interpersonal dan dapat meningkatkan produktivitas dalam berinteraksi, penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa kurangnya *compassion* dapat meningkatkan resiko rendahnya komunikasi interpersonal remaja. Komponen dari *compassion* meliputi saling mengasihi (*kindness*), kemanusiaan (*common humanity*), pemikiran positif (*mindfulness*). *Compassion* ini berperan krusial dalam meningkatkan komunikasi interpersonal remaja, seperti yang ditunjukkan oleh penelitian terdahulu yang menyoroti manfaat signifikan dari jenis dukungan ini dalam membantu remaja mengatasi komunikasi interpersonal yang rendah.

Daftar Pustaka

- Azhar, R. K. D., Bashori, K., & Samsuddin, M. (2020). PENANAMAN NILAI-NILAI PERDAMAIAN DI PEACESANTREN WELAS ASIH SAMARANG GARUT. *Profetika: Jurnal Studi Islam*, 21(2), Article 2. <https://doi.org/10.23917/profetika.v21i2.13075>
- Denanti, I. A., & Wardani, S. Y. (2019). Pengaruh komunikasi interpersonal dan interaksi teman sebaya terhadap kepercayaan diri dalam berpendapat. 3.

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
"Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif"
Sabtu, 27 Juli 2024

- DeVito, J. A. (2016). *The interpersonal communication book* (14 edition). Pearson.
- Endah, N., Rohaeti, E. E., & Supriatna, E. (2021). KETERAMPILAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 MARGAASIH KABUPATEN BANDUNG. *FOKUS : Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 4(2), 121–128. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i2.6600>
- Gibbs (eds.), P. (2017). *The Pedagogy of Compassion at the Heart of Higher Education*. Springer International Publishing. <http://gen.lib.rus.ec/book/index.php?md5=a37e8cfe09022bd17ebe5c3660f69048>
- Grant, & Pauline. (2015). *Compassion: Social significance, role in healthcare and psychological effects*. Nova Science Publishers. <http://gen.lib.rus.ec/book/index.php?md5=FA992755A63AF3A080FAAC6D6A287791>
- Jena, Y. (2014). ETIKA KEPEDULIAN: WELAS ASIH DALAM TINDAKAN MORAL. *Kanz Philosophia: A Journal for Islamic Philosophy and Mysticism*, 4(1), Article 1.
- Kamaruzzaman, K. (2016). ANALISIS KETERAMPILAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL SISWA. *JURNAL KONSELING GUSJIGANG*, 2(2), Article 2. <https://doi.org/10.24176/jkg.v2i2.744>
- López, A., Sanderman, R., Ranchor, A. V., & Schroevers, M. J. (2018). Compassion for Others and Self-Compassion: Levels, Correlates, and Relationship with Psychological Well-being. *Mindfulness*, 9(1), 325–331. <https://doi.org/10.1007/s12671-017-0777-z>
- Mataputun, Y., & Saud, H. (2020). Analisis komunikasi interpersonal dan penyesuaian diri remaja. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 8(1), Article 1. <https://doi.org/10.29210/140800>
- McCornack, S., & Morrison, K. (2021). *Reflect & Relate: An Introduction to Interpersonal Communication* (6 ed.). Bedford/St. Martin's. <http://gen.lib.rus.ec/book/index.php?md5=C0ED809D2A00B6FB9171B8FC71FB3F4B>
- Oktawirawan, D. H., & Yunanto, T. A. R. (2021). Welas Asih: Konsep Compassion dalam Kehidupan Masyarakat Jawa. *Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial Dan Budaya*, 6(2), Article 2.
- Schweitzer, A., & Wood, J. T. (2017). *Everyday encounters: An introduction to interpersonal communication* (Fifth Canadian edition). Nelson Education Ltd. <http://gen.lib.rus.ec/book/index.php?md5=4B9ECB3731885FEF4C4385F564FA0E87>
- Septiani, P. S., & Putra, I. W. S. (2023). MEMBANGUN SIKAP WELAS ASIH UNTUK MEWUJUDKAN KEHARMONISAN. *SWARA WIDYA: Jurnal Agama Hindu*,

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
“Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif”
Sabtu, 27 Juli 2024

3(1), Article 1.
<https://jurnal.stahnmpukuturan.ac.id/index.php/swarawidya/article/view/2947>

Suryani. (2022). View of ETIKA KOMUNIKASI DALAM ISLAM.
<https://ejournal.iaingorontalo.ac.id/index.php/saf/article/view/638/517>

Yusuf, A. (2021). Reconfiguring Social Capital through Ahmad Dahlan’s Welas Asih Ethics. *International Journal of Religious and Cultural Studies*, 3(1), Article 1.
<https://doi.org/10.34199/ijracs.2021.04.01>