

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penciptaan manusia bukanlah proses yang instan. Tidak ada manusia yang dilahirkan sendiri melainkan dari kasih sayang yang dibagikan oleh seorang ibu dan ayah. Ketika seorang anak lahir, ia tidak dapat memahami dunianya sendiri. Seorang anak membutuhkan cinta, perhatian, dan bimbingan dari lingkungannya saat mereka tumbuh dan menjadi dewasa. Sudah menjadi kodrat sebagai manusia untuk menjadi makhluk sosial yang terus berinteraksi satu sama lain, dari saat kita dilahirkan hingga akhir hayat kita.

Setiap orang memiliki keinginan, kebutuhan, dan perasaan yang berbeda (Maryati & Suryawati, 2017). Manusia terkadang menemukan dirinya tidak dapat menyelesaikan tugas sendiri, membutuhkan bantuan orang lain untuk melakukan interaksi sosial. Misalnya, pembeli harus membeli barang dari penjual; jika tidak, penjual membutuhkan uang untuk mendapatkan pembayaran dari pelanggan. Dalam pengertian ini, seseorang tidak dapat menyangkal bahwa dia adalah anggota lingkaran sosial yang tidak dapat dipisahkan satu sama lain, dan bahwa setiap orang berhak diperlakukan dengan hormat dan bertoleransi.

Manusia tetaplah individu yang berbeda meskipun keduanya saling membutuhkan. Setiap orang memiliki kualitas unik, ciri kepribadian, dan atribut yang semuanya harus dihargai. Keberagaman merupakan aspek alamiah dalam kehidupan yang dapat saling melengkapi dan harus diterima. Norma diciptakan yang memasukkan ajaran nilai dan moral yang disepakati bersama sehingga perbedaan tersebut dapat hidup berdampingan. Dengan bantuan prinsip-prinsip tersebut, diyakini bahwa masyarakat akan dapat hidup berdampingan dalam keharmonisan dan keragaman (Utami, 2013).

Seiring dengan mematuhi standar moral dan etika yang mengatur interaksi, manusia membutuhkan keterampilan emosional untuk berfungsi dengan damai. Manusia yang mengalami emosi positif akan lebih mau memahami orang lain dan mengambil keputusan sendiri. Mampu memotivasi diri sendiri, mengatur suasana hati (*mood*), mengatasi kemunduran, mengelola dorongan hati, bekerja dengan baik, dan berempati dalam tim adalah sebuah kecerdasan emosional (EQ). Menurut Goleman dalam bukunya *Emotional Intelligence*, selain kapasitas intelektual (IQ), kecerdasan emosional (EQ) sangat penting untuk dimiliki setiap orang karena berasal dari kecerdasan emosional manusia yang kuat dan dapat menciptakan hubungan positif dengan orang lain dan sangat bermanfaat bagi lingkungan (Goleman, 2016).

Salah satu komponen kunci dari kecerdasan emosional yang dimiliki setiap orang yaitu empati. Meskipun empati adalah bawaan, jika tidak diberi kesempatan untuk tumbuh di kehidupan anak selanjutnya, itu tidak akan berkembang. Sekitar usia 4 tahun, ketika seorang anak muda pertama kali belajar mengenali hubungan dalam lingkungan sosial, pengembangan empati dimulai. Anak-anak mulai berpartisipasi aktif dalam situasi sosial pada usia ini dan menjadi kurang egosentris (Ibung, 2013).

Setiap orang memiliki empati, yang merupakan komponen penting dari kecerdasan emosional. Kemampuan berempati, yang memungkinkan orang untuk merasakan perasaan orang lain, merupakan salah satu faktor yang mendasari keberhasilan interaksi sosial. Keterampilan empati yang kuat akan memotivasi orang untuk secara konsisten bertindak ramah, perhatian, dan hormat satu sama lain. Cara yang paling mungkin untuk mencegah seseorang bersikap kejam kepada orang lain adalah melalui empati, yaitu kemampuan untuk memahami dan berempati terhadap masalahnya (Michele, 2008).

Salah satu strategi lebih lanjut untuk meningkatkan kecerdasan emosional empati seorang anak adalah pendidikan. Suatu bangsa dapat meningkatkan standar sumber daya manusianya untuk kemajuan bangsa

hanya dengan berinvestasi di bidang pendidikan. Belajar saat muda seperti memotong di atas batu; belajar saat tua itu seperti mengukir di atas air, begitu kata pepatah. Begitu pula dengan empati yang harus ditanamkan pada anak sejak dini.

Perkembangan sosial dan emosional merupakan bagian penting dari pertumbuhan yang harus dioptimalkan. Peningkatan kapasitas anak-anak dapat menjadi lebih siap untuk menghadapi lingkungan mereka melalui perkembangan sosial dan emosional. Ketika anak-anak tumbuh dan diharapkan untuk hidup berdampingan sesuai dengan nilai dan norma yang berlaku di masyarakat, stimulasi yang tepat sejak usia dini akan menjadi bekal bagi mereka. Perkembangan empati pada anak-anak merupakan stimulasi khusus yang penting. Paparan awal terhadap empati dapat membantu anak-anak berkembang menjadi orang yang baik hati dan santai. Empati juga dapat membantu teman bergaul lebih baik dengan mengurangi permusuhan, kecemburuan, dan kecemburuan.

Guru dapat memilih dari berbagai strategi pembelajaran untuk mengembangkan kompetensi mengajar yang diperlukan. Guru dapat menginstruksikan siswa dalam pengembangan empati melalui cara-cara yang lugas, menyenangkan, dan mudah dipahami. Karena empati adalah keterampilan fleksibel yang memungkinkan seseorang merasakan emosi orang lain, penting untuk mengupayakan aktivitas yang dapat diikuti anak-anak secara langsung dan digunakan dalam situasi dunia nyata. Pendekatan pembiasaan pembelajaran dapat digunakan untuk mengembangkan kapasitas empati anak.

Empati dapat tumbuh pada diri anak dengan makan siang bersama di kelas. Membawa makanan sehat dari rumah dan memakannya bersama teman-teman akan menanamkan dan mengembangkan rasa empati pada diri siswa. Selama proses makan siang bersama, siswa akan menikmati proses berinteraksi satu sama lain, menceritakan barang apa yang mereka bawa hari ini, bagaimana perasaan mereka ketika menu makan siang yang sehat

dibawakan, menawarkan makanan mereka ketika teman mereka tidak membawa makanan bekal, dan siswa membantu teman yang kesulitan membuka tutup bekal makanan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan, hanya sedikit siswa yang membawa bekal dari rumah, dan sebagian besar siswa memilih jajan di luar sekolah. Jajanan hanya fokus membuat perut anak kenyang sehingga kebutuhan kalori anak tidak terpenuhi dengan nutrisi dan makanan yang sesuai dengan usianya. Siswa memerlukan makanan yang kaya gizi dan energi yang cukup karena kegiatan di sekolah cukup padat.

Maka dari itu adanya penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui empati siswa dalam kegiatan makan siang bersama di sekolah. Penelitian ini berjudul “Empati Siswa Dalam Kegiatan Makan Siang (Studi *Narrative Inquiry* Pada Pembelajaran IPA Kelas V SD Materi Makanan Sehat)”.

Karena semua pengalaman membentuk kehidupan, metode *Narrative Inquiry* digunakan dalam penelitian ini. sedemikian rupa sehingga kehidupan seseorang dapat dilihat sebagai narasi dari peristiwa mereka. Setiap aspek kehidupan digambarkan dalam sebuah cerita (Bruner, 1987).

B. Rumusan Masalah

Selama proses pembelajaran, peneliti menemukan permasalahan berdasarkan latar belakang yang telah disediakan, yang menjadi minat peneliti. Oleh karena itu, jelas bahwa rumusan masalah yang dibahas yaitu sebagai berikut:

1. Bagaimana empati siswa dalam kegiatan makan siang pada pembelajaran IPA materi makanan sehat?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan keseluruhan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui empati siswa dalam kegiatan makan siang. Tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui empati siswa dalam kegiatan makan siang pada pembelajaran IPA materi makanan sehat.

D. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian “Empati Siswa Dalam Kegiatan Makan Siang” terdapat manfaat teoritis atau praktis yang dapat diambil dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan sumber baru untuk melakukan kegiatan tambahan yang bertujuan untuk meningkatkan empati siswa.

2. Secara Praktis

Hasil penelitian ini yaitu mengamati empati siswa dalam kegiatan makan siang di kelas. Pada pembelajaran yang dihasilkan peneliti berharap bisa menjadi manfaat bagi semua pihak yang bersangkutan, di antaranya sebagai berikut :

- a. Bagi Siswa

Peneliti berharap dengan makan siang bersama di kelas siswa dapat menjadi pribadi yang lebih peduli terhadap sesama temannya dan memahami apa yang dipikirkan dan dirasakan temannya sehingga akan menumbuhkan sikap positif terhadap temannya.

- b. Bagi Guru

Menjadi salah satu kegiatan tambahan yang dapat mengetahui empati siswa dan menambah wawasan terhadap empati siswa.

c. Bagi Peneliti

Dengan adanya penelitian ini peneliti berharap dapat menambah keterampilan peneliti dalam proses pembelajaran yang berkelanjutan. Serta menambah pengalaman peneliti pada saat penelitian.

E. Definisi Istilah

Untuk mencegah kesalahpahaman tentang istilah yang peneliti gunakan dalam penelitian ini, peneliti menyiapkan daftar istilah sebagai berikut:

1. Empati

Empati adalah memahami bagaimana perasaan orang lain, melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain, dan menempatkan diri pada posisi orang lain. Empati mempunyai peran penting untuk menciptakan dan memelihara hubungan manusia.

2. Kegiatan Makan Siang

Aktivitas makan siang merupakan suatu kegiatan makan bersama-sama yang di mana makanan tersebut disiapkan dari rumah untuk dimakan di dalam kelas oleh anak-anak saat pembelajaran materi makanan sehat berlangsung agar rasa empati anak tumbuh dan semakin meningkat sehingga akan memunculkan sikap peduli anak terhadap teman-temannya.

3. Makanan Sehat

Makanan sehat yaitu makanan mengandung gizi seimbang serta mengandung nutrisi penting bagi tubuh, antara lain yaitu mineral, protein, vitamin, karbohidrat, kalsium, lemak, air dan serat serta menyesuaikan dengan kebutuhan tubuh.

4. *Narrative Inquiry*

Dalam penelitian ini, penelitian *narrative inquiry* dimaksudkan sebagai metode penelitian, dengan menghadirkan cerita atau pengalaman individu yang diteliti selama penelitian.