

Revitalisasi Empati Remaja: Menghidupkan Kembali Kepedulian Terhadap Lingkungan Rumah dan Masyarakat

Contemporary Home Industry for Barracks Housewives Through Training in Patchwork Quilting Sewing Techniques in Kuala Kapuas

Whilis Putri Pitaloka ^{1*}

Universitas Palangka Raya, Indonesia

whilis_pitaloka@fkip.upr.ac.id

Abstract: *The program was conducted in Batulayang Subdistrict, Khatulistiwa City Residential Area, Pontianak, involving 22 adolescents aged 10–15 years. The methods employed included interactive socialization sessions, reflective discussions based on contextual cases, perspective-taking exercises, and the formulation of social action commitments. The results indicated an increased conceptual understanding of empathy, heightened awareness of regulating smartphone use within family interactions, and the emergence of commitments to prosocial behavior within the community. This initiative affirms that strengthening empathy integrated with digital literacy serves as a preventive strategy in maintaining adolescents' social cohesion in the digital era.*

keywords : *empathy, prosocial behavior, digital literacy, adolescents, social value development*

Abstrak: Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola interaksi sosial remaja secara signifikan. Akses luas terhadap smartphone dan media sosial berpotensi memengaruhi sensitivitas sosial apabila tidak diimbangi penguatan karakter. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan merevitalisasi empati remaja sebagai fondasi pembentukan perilaku prososial di tengah intensitas penggunaan teknologi digital. Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Batulayang, Komplek Khatulistiwa City, Pontianak, dengan melibatkan 22 remaja usia 10–15 tahun. Metode yang digunakan meliputi sosialisasi interaktif, diskusi reflektif berbasis kasus kontekstual, latihan perspective taking, serta penyusunan komitmen aksi sosial. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman konseptual tentang empati, tumbuhnya kesadaran regulasi penggunaan smartphone dalam interaksi keluarga, serta munculnya komitmen perilaku prososial di lingkungan masyarakat. Kegiatan ini menegaskan bahwa penguatan empati yang diintegrasikan dengan literasi digital merupakan strategi preventif dalam menjaga kohesi sosial remaja di era digital .

kata kunci : *empati, perilaku prososial, literasi digital, remaja, penguatan nilai sosial*

1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola interaksi sosial remaja secara signifikan. Smartphone tidak lagi sekadar alat komunikasi, tetapi menjadi ruang sosial alternatif yang membentuk cara berpikir, membangun relasi, dan mengekspresikan diri. Fenomena ini

* Whilis Putri Pitaloka, whilis_pitaloka@fkip.upr.ac.id

selaras dengan temuan bahwa media digital memiliki peran kuat dalam perkembangan psikososial remaja (Subrahmanyam & Smahel, 2017). Di satu sisi, teknologi membuka peluang konektivitas tanpa batas, namun di sisi lain dapat menggeser kualitas komunikasi interpersonal apabila tidak diimbangi dengan kesadaran sosial (Twenge, 2019).

Di sebuah Kawasan padat penduduk tepatnya dikomplek khatulistiwa kabupaten Batulayang Pontianak Kalimantan Barat, realitas tersebut tampak dalam keseharian remaja yang cenderung lebih aktif di ruang digital dibandingkan dalam aktivitas lingkungan. Kondisi ini tidak dapat dipahami semata sebagai penurunan kepedulian, melainkan sebagai dinamika generasi yang tumbuh dalam ekosistem digital. Oleh karena itu, penguatan literasi digital yang tidak hanya teknis, tetapi juga etis dan sosial menjadi kebutuhan penting (OECD, 2021; UNESCO, 2023).

Pada fase perkembangan remaja, empati berperan penting dalam membentuk kualitas relasi sosial yang sehat (Steinberg, 2020). Empati tidak hanya berkaitan dengan kemampuan merasakan emosi orang lain, tetapi juga melibatkan pemahaman perspektif serta pertimbangan moral sebelum bertindak (Decety & Cowell, 2021).

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa tingkat empati yang baik berkontribusi terhadap munculnya perilaku prososial pada remaja (Harahap, et al., 2025). Selain itu, empati juga berkaitan dengan kualitas pertemanan dan dukungan sosial sebaya, yang menjadi faktor penting dalam kesejahteraan psikososial remaja (Nuralifah & Rohmatun, 2025). Temuan ini menegaskan bahwa penguatan empati tidak hanya berdampak pada perilaku individual, tetapi juga pada dinamika relasi sosial dalam komunitas remaja (Uliya et al., 2025).

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan merevitalisasi empati remaja melalui integrasi penguatan nilai prososial dan literasi digital, sehingga kecanggihan teknologi tidak mengarah pada pembentukan sikap individualistik, tetapi justru memperkuat kohesi sosial di lingkungan Masyarakat.

2. METODE

Kegiatan PKM dilaksanakan di Komplek Khatulistiwa City, Kelurahan Batulayang, Kota Pontianak, dengan peserta sebanyak 22 remaja berusia 10–15 tahun yang terlibat secara aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan. Instrumen penelitian meliputi lembar observasi partisipatif

terstruktur, pedoman diskusi reflektif berbasis studi kasus, serta format komitmen aksi sosial tertulis sebagai indikator perubahan sikap. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung selama kegiatan, pencatatan respons dan dinamika interaksi peserta, serta dokumentasi refleksi lisan dan tertulis pada akhir sesi. Analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif melalui tahapan reduksi data, pengelompokan tematik, interpretasi makna, dan penarikan simpulan untuk mengidentifikasi perubahan pemahaman empati dan kecenderungan perilaku prososial peserta

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan menunjukkan adanya pergeseran pemahaman remaja mengenai empati dan tanggung jawab sosial. Sebelum kegiatan berlangsung, empati dipahami secara sederhana sebagai kemampuan merasakan kesedihan orang lain. Setelah melalui diskusi reflektif berbasis kasus, peserta mulai memaknai empati sebagai kemampuan memahami sudut pandang orang lain sebelum merespons situasi sosial. Perkembangan ini menunjukkan penguatan dimensi kognitif empati yang berperan dalam kematangan relasi sosial remaja (Steinberg, 2020).

Dalam diskusi, terungkap bahwa penggunaan smartphone sering kali memengaruhi kualitas komunikasi keluarga. Namun peserta juga menyadari bahwa teknologi bukanlah ancaman, melainkan sarana yang perlu dikelola secara bijak. Kesadaran ini menunjukkan berkembangnya literasi digital yang tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga reflektif dan etis (OECD, 2021; UNESCO, 2023). Temuan ini memperkuat pandangan bahwa pengelolaan media digital yang sehat dapat mendukung perkembangan sosial remaja (Subrahmanyam & Smahel, 2017).

Perubahan pemahaman dan sikap peserta selama kegiatan dapat diringkas pada Tabel 1. Tabel tersebut memperlihatkan pergeseran dari pemahaman empati yang bersifat emosional sederhana menuju kesadaran yang lebih reflektif dan aplikatif. Selain itu, terlihat pula transformasi pada aspek regulasi penggunaan smartphone serta munculnya komitmen prososial sebagai bentuk konkret internalisasi nilai.

Tabel 1. Ringkasan Perubahan Pemahaman dan Sikap Remaja Sebelum dan Sesudah Kegiatan

Aspek yang Diamati	Kondisi Sebelum Kegiatan	Kondisi Sesudah Kegiatan
Pemahaman Empati	Dipahami sebatas ikut merasakan emosi orang lain	Dipahami sebagai kemampuan memahami perasaan dan sudut pandang orang lain sebelum merespons
Interaksi Keluarga	Waktu kebersamaan sering terganggu penggunaan smartphone	Muncul kesadaran membatasi penggunaan smartphone saat berkumpul keluarga
Partisipasi Sosial	Keterlibatan dalam kegiatan lingkungan masih terbatas	Tumbuh komitmen mengikuti kerja bakti dan aktivitas masyarakat
Regulasi Digital	Penggunaan smartphone belum disadari dampaknya terhadap relasi sosial	Muncul kesadaran literasi digital dan tanggung jawab penggunaan teknologi
Sikap Prososial	Belum terumuskan dalam komitmen nyata	Peserta menyusun komitmen aksi sosial secara tertulis

Dalam dinamika diskusi, terungkap bahwa intensitas penggunaan smartphone sering kali memengaruhi kualitas komunikasi keluarga. Beberapa peserta mengakui bahwa waktu kebersamaan di rumah kerap tergantikan oleh aktivitas media sosial. Namun kegiatan ini tidak memosisikan teknologi sebagai faktor yang sepenuhnya negatif, melainkan sebagai realitas kehidupan remaja yang memerlukan pengelolaan secara sadar dan bertanggung jawab. Ketika empati dibahas bersamaan dengan literasi digital, peserta mulai menyadari bahwa penggunaan teknologi tetap dapat berjalan seiring dengan kepedulian sosial apabila disertai regulasi diri dan kesadaran etis. Temuan ini sejalan dengan pandangan bahwa empati berkontribusi terhadap perilaku sosial yang lebih adaptif dan konstruktif (Decety & Cowell, 2021).

Indikator perubahan yang paling nyata terlihat pada tahap penyusunan komitmen aksi sosial. Mayoritas peserta menyatakan kesediaan untuk mengatur waktu penggunaan smartphone saat berkumpul bersama keluarga, meningkatkan partisipasi dalam kegiatan lingkungan, serta membangun komunikasi langsung dengan teman dan tetangga. Komitmen tersebut menunjukkan bahwa pemahaman yang diperoleh tidak berhenti pada tataran kognitif, tetapi berkembang menjadi niat perilaku konkret. Hal ini selaras dengan temuan bahwa penguatan empati berkorelasi positif dengan kecenderungan prososial pada remaja (Harahap, et al., 2025).

Komitmen aksi sosial yang disusun peserta menjadi indikator konkret terjadinya perubahan sikap. Remaja menyatakan kesediaan untuk mengatur waktu penggunaan smartphone saat berkumpul bersama keluarga serta meningkatkan partisipasi dalam kegiatan lingkungan. Komitmen tersebut menunjukkan mulai terinternalisasinya kecenderungan prososial dalam perilaku sehari-hari. Secara konseptual, empati memang dipandang sebagai fondasi munculnya perilaku prososial karena melibatkan sensitivitas terhadap kebutuhan dan kondisi orang lain (Akhzalini, 2024). Dalam konteks empiris, temuan ini selaras dengan penelitian yang menunjukkan bahwa empati berkontribusi terhadap perilaku sosial positif pada remaja (Yang et al., 2023) serta mendorong keterlibatan sosial yang lebih aktif dalam lingkungan komunitas (Harahap et al., 2025).

Selain itu, penguatan empati dalam konteks relasi sebaya juga menjadi penting, mengingat kualitas pertemanan dan dukungan sosial turut dipengaruhi oleh sensitivitas interpersonal (Ningsih et al., 2025). Dengan demikian, pendekatan integratif empati–prosocial–literasi digital yang diterapkan dalam kegiatan ini memperlihatkan relevansi kontekstualnya dalam menjawab tantangan sosial remaja masa kini.

Suasana pelaksanaan kegiatan yang dialogis dan partisipatif turut mendukung proses internalisasi nilai. Dokumentasi kegiatan pada Gambar 1 menunjukkan pola interaksi dua arah antara fasilitator dan peserta, dengan pengaturan tempat duduk yang memungkinkan diskusi terbuka dan pertukaran pengalaman secara langsung. Anak akan mendapatkan pengarahan bermakna dan lebih banyak lagi berbagai kesan dan penyampaian informasi mendalam dan menggugah hati mereka untuk dapat terinfluence dengan berbagai afirmasi positif dalam pembentukan dan peningkatan nilai empati pada diri mereka.



Gambar 1. Kegiatan diskusi reflektif dan sosialisasi penguatan empati berbasis literasi digital

Sumber: Dokumentasi kegiatan pengabdian.

Sebagaimana terlihat pada Gambar 1, keterlibatan aktif peserta menunjukkan bahwa pendekatan dialogis lebih efektif dibandingkan model penyampaian satu arah. Remaja terlihat antusias menyampaikan pengalaman pribadi terkait penggunaan smartphone dan dinamika relasi keluarga. Situasi ini menciptakan ruang refleksi kolektif yang memungkinkan munculnya kesadaran bersama mengenai pentingnya menjaga keseimbangan antara kehidupan digital dan interaksi sosial nyata. Walaupun dalam ruang penuh keterbatasan sarana sederhana tanpa alat canggih namun pembagian PPT materi yang dibuka dalam smart phone mereka masing-masing dan arahan langsung, mengajak diskusi dan memberi ruang bagi mereka menceritakan pengalaman-pengalaman menarik yang pernah mereka rasakan atau mereka lihat langsung, jelas memberikan kesan mendalam tersendiri.

Secara reflektif, kegiatan ini memperlihatkan bahwa remaja bukanlah generasi yang kehilangan empati, melainkan generasi yang tumbuh dalam arus digital yang cepat dan membutuhkan ruang pembinaan yang relevan dengan konteks zamannya. Ketika diberikan kesempatan untuk berdialog tanpa dihakimi, mereka menunjukkan kesiapan untuk menyeimbangkan kehidupan digital dengan tanggung jawab sosial. Dengan demikian, penguatan empati yang diintegrasikan dengan literasi digital dapat dipandang sebagai strategi preventif yang kontekstual dalam menjaga kohesi sosial remaja di lingkungan masyarakat urban.

4. KESIMPULAN

Kegiatan revitalisasi empati remaja di Komplek Khatulistiwa City, Kelurahan Batulayang, menunjukkan bahwa penguatan empati yang diintegrasikan dengan literasi digital mampu meningkatkan pemahaman reflektif remaja tentang tanggung jawab sosial di tengah intensitas penggunaan smartphone. Perubahan yang terlihat tidak hanya pada aspek konseptual, tetapi juga pada munculnya komitmen prososial konkret seperti pengaturan waktu penggunaan gawai dalam keluarga dan peningkatan partisipasi dalam kegiatan lingkungan. Temuan ini menegaskan bahwa remaja bukan kehilangan empati, melainkan memerlukan ruang dialog yang kontekstual untuk menyeimbangkan kehidupan digital dan relasi sosial nyata. Kebaruan kegiatan ini terletak pada integrasi empati–prosocial–literasi digital sebagai pendekatan preventif berbasis komunitas yang tidak memosisikan teknologi sebagai ancaman, tetapi sebagai realitas yang perlu dikelola secara etis dan sosial. Oleh karena itu, kegiatan serupa disarankan untuk dikembangkan secara berkelanjutan dengan melibatkan orang tua dan tokoh masyarakat serta dapat diperluas melalui penelitian lanjutan yang mengkaji dampak jangka panjang terhadap perubahan perilaku sosial remaja

.

DAFTAR REFERENSI

- Akhzalini, H. A. (2024). Kontribusi empati bagi perilaku prososial pada remaja. *Prophetik: Jurnal Kajian Keislaman*.
- Decety, J., & Cowell, J. M. (2021). Empathy, justice, and moral behavior. *American Journal of Bioethics*, 21(1), 3–15.
- Harahap, D. E., Saragi, N. A., & Dewi, I. S. (2025). Hubungan sikap empati dengan perilaku sosial remaja. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*.
- Ningsih, S. C., Noviza, N., & Utami, H. F. (2025). Hubungan empathy terhadap friendship quality pada remaja. *Al Yasini: Jurnal Keislaman, Sosial, Hukum dan Pendidikan*.
- Nuralifah, I. P., & Rohmatun, R. (2025). Perilaku prososial pada siswa SMP Islam Plus Assalamah Ungaran Semarang ditinjau dari empati dan dukungan sosial teman sebaya. *Proyeksi*, 10(1), 7–19.
- OECD. (2021). *21st century readers: Developing literacy skills in a digital world*. Paris: OECD Publishing.

- Putra, G. B., & Hartini, N. (2024). Peningkatan pemahaman dan keterampilan sosial remaja melalui program intervensi komunitas. *Jurnal Diversita*.
- Steinberg, L. (2020). *Adolescence* (12th ed.). New York, NY: McGraw-Hill Education.
- Subrahmanyam, K., & Šmahel, D. (2017). *Digital youth: The role of media in development*. New York, NY: Springer.
- Twenge, J. M. (2019). *iGen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy—and completely unprepared for adulthood*. New York, NY: Atria Books.
- Uliya, R. P., Putra, K. N., Fathiyah, E. N., Jannah, E. N., & Rouns, E. (2025). Adolescent empathy concerning parenting style and peer social support based on gender differences. *International Journal of Islamic Educational Psychology*, 5(1), 1–15.
- UNESCO. (2023). *Digital literacy and education in the digital age*. Paris: UNESCO Publishing.
- Yang, X., et al. (2023). Associations between adolescents' empathy and prosocial attributes. *BMC Pediatrics*.
- Zulkarnain, Z., & Fitriani, R. (2022). Literasi digital dan pembentukan karakter remaja di era media sosial. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 12(2), 145–156.