

Menggabungkan Teknologi dan Empati untuk Mewujudkan Dunia Digital yang Lebih Manusiawi

Pramita Sekar Dwi Pangesti *1
Ranu Iskandar ²

^{1,2} Universitas Negeri Semarang

*e-mail : Spangesti588@students.unnes.ac.id Ranuiskandar@mail.unnes.ac.id

Abstrak

Kemajuan teknologi digital telah secara signifikan mengubah cara manusia menjalin komunikasi, membangun hubungan sosial, dan menjalankan rutinitas harian. Di balik berbagai kemudahan yang diberikan, seperti akses informasi instan dan konektivitas tanpa batas, tersimpan tantangan besar berupa maraknya perundungan daring, hoaks, kecanduan teknologi, serta melemahnya rasa empati di dunia maya. Situasi ini menegaskan perlunya menghadirkan kembali nilai-nilai kemanusiaan dalam pengembangan dan penggunaan teknologi. Tulisan ini mengupas pentingnya penerapan empati digital sebagai pendekatan yang mampu mengarahkan interaksi digital ke arah yang lebih etis dan manusiawi. Melalui analisis literatur dan refleksi kritis, artikel ini menyoroti peran desain teknologi yang berfokus pada manusia, kecerdasan buatan yang peka terhadap emosi, serta literasi digital yang menekankan aspek emosional. Di akhir pembahasan, ditegaskan bahwa kolaborasi antara berbagai pihak seperti akademisi, pengembang, pemerintah, dan masyarakat sangat diperlukan demi terciptanya ruang digital yang bukan hanya modern secara teknologi, tetapi juga berakar kuat pada nilai-nilai sosial dan empatik.

Kata Kunci: Empati digital, teknologi berorientasi manusia, etika dalam dunia digital, literasi, emosional, ruang daring etis, kecerdasan buatan yang empatik.

Abstract

The advancement of digital technology has significantly changed the way humans communicate, build social relationships, and carry out daily routines. Behind the various conveniences provided, such as instant access to information and unlimited connectivity, there are major challenges in the form of rampant online bullying, hoaxes, technology addiction, and a weakening sense of empathy in cyberspace. This situation emphasizes the need to bring back human values in the development and use of technology. This article examines the importance of implementing digital empathy as an approach that can direct digital interactions in a more ethical and humane direction. Through literature analysis and critical reflection, this article highlights the role of human-focused technology design, emotion-sensitive artificial intelligence, and digital literacy that emphasizes emotional aspects. At the end of the discussion, it is emphasized that collaboration between various parties such as academics, developers, government, and society is essential for the creation of a digital space that is not only technologically modern, but also deeply rooted in social and empathetic values.

Keywords: Digital empathy, human-oriented technology, ethics in the digital world, emotional literacy, ethical online space, empathetic artificial intelligence.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital dalam beberapa dekade terakhir telah mengalami kemajuan pesat, menghadirkan konektivitas global, otomatisasi melalui kecerdasan buatan (AI), dan pergeseran besar dalam cara manusia berinteraksi di dunia maya. Inovasi seperti internet, media sosial, dan berbagai platform digital telah mengubah cara kita bekerja, belajar, dan berkomunikasi, memberikan efisiensi dan akses informasi yang tanpa batas. Namun, kemajuan ini juga membawa dampak sosial dan emosional yang tidak bisa diabaikan. Banyak ruang digital kini mulai kehilangan dimensi kemanusiaannya, dengan fenomena seperti perundungan siber, penyebaran ujaran kebencian, disinformasi, dan kecanduan digital yang semakin meningkat. Hal ini menunjukkan bahwa, tanpa penanaman nilai-nilai empati dan etika dalam teknologi, hubungan antarmanusia dapat mengalami degradasi serius. Sebagai contoh, perundungan siber dapat berdampak buruk pada kesejahteraan psikologis remaja, termasuk kecemasan dan depresi.

Oleh karena itu, penting untuk mengintegrasikan nilai-nilai kemanusiaan, terutama empati, dalam setiap aspek pengembangan teknologi. Tanpa pendekatan yang berfokus pada manusia, teknologi berisiko menciptakan ruang interaksi yang tidak dipenuhi rasa saling pengertian. Dalam konteks ini, empati digital menjadi konsep yang sangat penting untuk menghubungkan kemajuan teknologi dengan kebutuhan emosional manusia. McStay (2018) dalam bukunya *Emotional AI: The Rise of Empathic Media* menekankan perlunya desain teknologi yang mampu mengenali dan merespons emosi pengguna secara kontekstual, yang menjadi dasar untuk menciptakan ruang digital yang lebih manusiawi (Boucher, 2011).

Penelitian oleh Zamzami (2024) mengungkapkan bahwa teknologi digital telah mengubah cara generasi muda berkomunikasi dan berinteraksi, menimbulkan tantangan seperti isolasi sosial dan penurunan empati. Hal ini didukung oleh temuan dari Kompasiana, yang menyatakan bahwa interaksi di dunia maya cenderung lebih dangkal dan kurang empatik dibandingkan interaksi langsung, yang lebih terbatas oleh teks atau gambar saja. Untuk mengatasi tantangan ini, konsep empati digital menjadi semakin relevan. Empati digital merujuk pada kemampuan untuk memahami, merasakan, dan merespons emosi orang lain secara efektif melalui platform digital, yang penting untuk memastikan bahwa interaksi di dunia maya tetap mengedepankan nilai-nilai kemanusiaan meskipun ada keterbatasan media.

Di bidang pendidikan, penggunaan media digital secara inovatif, seperti digital storytelling, telah terbukti efektif dalam menumbuhkan empati pada anak-anak sejak usia dini. Beberapa peneliti menunjukkan bahwa metode ini berhasil menyampaikan nilai empati melalui pengalaman emosional yang dihadirkan oleh narasi interaktif. Ini membuktikan bahwa media digital bukan hanya alat komunikasi, tetapi juga sarana penting untuk menanamkan nilai-nilai afektif pada generasi muda. Dalam konteks ini, menyatakan bahwa di era Society 5.0, penanaman empati digital dapat dilakukan melalui kurikulum yang inklusif, media edukatif yang tepat, dan kegiatan komunitas berbasis nilai-nilai kemanusiaan.

Selain sebagai alat pendidikan, empati digital juga menjadi dasar bagi kewarganegaraan digital yang etis. Buku *Net Smart: How to Thrive Online* menjelaskan bahwa literasi digital yang komprehensif harus mencakup dimensi afektif, yang memungkinkan individu untuk berinteraksi secara bijaksana dan bertanggung jawab di dunia maya. Dengan mengintegrasikan empati dalam literasi digital, masyarakat akan lebih siap untuk menghadapi tantangan interaksi sosial berbasis teknologi. Metode seperti design thinking, yang menempatkan empati sebagai tahap awal dalam proses inovasi, juga dapat menghasilkan solusi yang lebih berorientasi pada manusia. Dengan memahami kebutuhan dan perasaan pengguna, desainer dapat menciptakan produk dan layanan yang lebih efektif dan berdampak positif. Penelitian oleh Mauri et al. (2022) menekankan bahwa desain yang berfokus pada empati dalam skala besar dapat menciptakan solusi yang inklusif dan memperhitungkan dampaknya terhadap masyarakat, yang pada gilirannya memperkuat solidaritas sosial dan membangun kepercayaan di era digital.

Lebih lanjut, literasi digital afektif bukan hanya tentang memahami teknologi, tetapi juga kemampuan untuk mengenali dan mengelola dampak emosional dari interaksi digital. Penelitian yang dilakukan oleh Jurnal Inventa mengungkapkan bahwa peningkatan literasi digital di kalangan pelajar dapat membantu mengurangi perundungan daring dan meningkatkan kesadaran etis dalam berkomunikasi. Oleh karena itu, penerapan empati dalam teknologi bukan hanya pendekatan moral, tetapi juga strategi yang dapat memperkuat struktur sosial dan kohesi masyarakat di era digital.

Dengan mempertimbangkan berbagai temuan ini, dapat disimpulkan bahwa empati harus menjadi elemen utama dalam perancangan dan penggunaan teknologi digital. Inovasi yang berfokus pada manusia, dengan dukungan kolaborasi lintas sektor—dari akademisi, pengembang teknologi, pembuat kebijakan, hingga masyarakat merupakan kunci untuk menciptakan dunia digital yang inklusif, berkelanjutan, dan lebih manusiawi. Kolaborasi antara berbagai pihak sangat penting untuk mewujudkan dunia digital yang lebih manusiawi. Dengan mengutamakan empati dalam setiap aspek pengembangan dan penggunaan teknologi, kita dapat menciptakan ruang digital yang tidak hanya canggih, tetapi juga peka terhadap kebutuhan emosional manusia.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif melalui metode kajian pustaka. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk mengkaji secara mendalam pemikiran tentang empati digital serta bagaimana penerapannya dapat membentuk ruang teknologi yang lebih berkeadaban. Data yang digunakan bersumber dari berbagai referensi sekunder, seperti jurnal-jurnal ilmiah, buku akademik, artikel populer, hingga laporan kebijakan yang memuat isu-isu seputar teknologi digital, literasi emosional, etika, dan kecerdasan buatan.

Proses pengumpulan data dilakukan dengan menelusuri literatur yang sesuai, kemudian dianalisis menggunakan pendekatan analisis isi untuk menggali gagasan-gagasan utama yang mendukung tema kajian. Guna memperkuat validitas hasil, dilakukan perbandingan lintas referensi (triangulasi), sehingga temuan yang diperoleh lebih terpercaya. Dengan metode ini, penelitian diharapkan mampu memberikan kontribusi pemikiran kritis dalam membangun ruang digital yang tidak hanya canggih secara teknologi, tetapi juga selaras dengan nilai empati dan kemanusiaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Teknologi dan Empati serta Tantangan dan Potensi

Kemajuan teknologi digital telah memberikan dampak signifikan terhadap kehidupan manusia modern. Ia merevolusi cara kita berinteraksi, bekerja, hingga menjalani aktivitas sehari-hari. Teknologi menawarkan kepraktisan luar biasa, terutama dalam aspek komunikasi yang kini dapat dilakukan kapan pun dan di mana pun. Meski demikian, kemudahan ini disertai dengan tantangan dalam menjaga nilai-nilai kemanusiaan, seperti empati, agar tetap menjadi bagian penting dalam hubungan antarindividu.

Ketika kita berkomunikasi melalui media digital seperti pesan singkat, panggilan video, atau media sosial, interaksi memang menjadi lebih praktis. Namun, aspek emosional yang mendalam sering kali hilang. Dalam komunikasi tatap muka, kita dapat membaca ekspresi wajah, menangkap nada suara, dan memahami gerak tubuh, yang kesemuanya berperan besar dalam membangun kedekatan emosional. Sebaliknya, komunikasi digital yang minim nuansa tersebut berpotensi menyebabkan salah tafsir, konflik antarpribadi, bahkan mendorong munculnya perundungan di dunia maya.

Meskipun begitu, tidak dapat dipungkiri bahwa teknologi juga menyimpan potensi besar dalam menumbuhkan empati. Platform digital memungkinkan kita untuk mengenal kehidupan orang-orang dari beragam latar belakang budaya, sosial, dan ekonomi. Kisah-kisah yang disampaikan secara daring sering kali menyentuh sisi kemanusiaan, menggugah empati, dan memupuk kepedulian terhadap isu-isu global seperti ketimpangan sosial, bencana, atau krisis kemanusiaan. Teknologi pun dapat dimanfaatkan sebagai sarana edukatif yang membangun empati. Misalnya, melalui konten dokumenter, kampanye sosial digital, hingga simulasi virtual yang memberikan pengalaman langsung untuk memahami situasi orang lain. Pendekatan-pendekatan seperti ini dapat memperluas wawasan lintas budaya, mendorong toleransi, dan memperkuat kerja sama antaranggota masyarakat.

Desain Teknologi yang Mengutamakan Kemanusiaan

Agar dunia digital lebih manusiawi, desain teknologi harus mengutamakan aspek emosional, sosial, dan moral penggunaannya. Desain ini tidak hanya berfokus pada kemudahan penggunaan atau efisiensi, tetapi juga pada bagaimana teknologi dapat memperkuat hubungan antar manusia dan memberi dampak positif dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu contoh penerapan desain ini adalah penggunaan realitas virtual (VR) untuk menciptakan pengalaman empatik. Teknologi VR memberikan pengalaman yang memungkinkan pengguna merasakan apa yang dialami oleh kelompok terpinggirkan, seperti pengungsi atau penyandang disabilitas. Pengalaman ini dapat meningkatkan pemahaman dan empati, menunjukkan bagaimana teknologi dapat digunakan untuk mendukung empati, bukan menggantikannya.

Desain berorientasi manusia juga mencakup pembuatan antarmuka yang ramah pengguna, aksesibilitas yang lebih baik, serta perlindungan terhadap data pribadi. Pengguna

harus merasa aman dan dihargai di dunia digital yang semakin kompleks, dan bukan hanya diperlakukan sebagai data atau objek konsumsi.

Dehumanisasi dan Kesenjangan Digital sebagai Risiko

Meskipun teknologi memiliki manfaat besar, sisi gelapnya juga perlu diperhatikan. Salah satunya adalah fenomena dehumanisasi digital, di mana individu seringkali dipandang hanya sebagai data atau objek yang bisa dimanfaatkan untuk tujuan tertentu. Pengumpulan data tanpa izin, dominasi algoritma dalam menyaring informasi, dan penggunaan teknologi untuk kepentingan komersial adalah beberapa contoh nyata dari dehumanisasi ini. Dehumanisasi digital berdampak langsung pada kualitas komunikasi. Dengan algoritma yang menyaring informasi, kita sering hanya terpapar pada perspektif yang sesuai dengan pandangan kita (filter bubble), yang mengabaikan pandangan orang lain. Ini memperburuk polarisasi sosial dan melemahkan ikatan empatik antarindividu. Di dunia maya, kita sering kali melihat komentar kasar, perundungan, dan kurangnya empati dalam interaksi sosial.

Selain itu, kesenjangan digital semakin menjadi masalah yang signifikan. Meskipun teknologi dapat menghubungkan orang dari berbagai belahan dunia, kenyataannya tidak semua orang memiliki akses yang sama. Mereka yang tinggal di daerah terpencil, dengan keterbatasan ekonomi, atau penyandang disabilitas sering kali terpinggirkan dalam proses digitalisasi. Kesenjangan ini bukan hanya berkaitan dengan akses fisik terhadap perangkat atau jaringan internet, tetapi juga dengan kemampuan untuk memahami dan memanfaatkan teknologi secara bijaksana.

Mengurangi Kesenjangan Digital dan Membangun Inklusivitas

Untuk mengatasi kesenjangan digital, kita perlu memastikan bahwa teknologi dapat diakses oleh semua lapisan masyarakat, tanpa memandang latar belakang ekonomi, geografis, atau fisik. Salah satu langkah penting adalah memperkuat literasi digital di semua jenjang pendidikan, mulai dari sekolah hingga masyarakat umum. Literasi digital tidak hanya mencakup keterampilan teknis, seperti mengoperasikan perangkat atau aplikasi, tetapi juga kesadaran sosial dan etika dalam penggunaan teknologi. Pengguna perlu diberikan pemahaman tentang bagaimana menggunakan teknologi dengan bijaksana, menghargai privasi orang lain, serta menjaga hubungan yang sehat dan empatik di dunia maya.

Selain itu, regulasi yang lebih ketat diperlukan untuk mengatur pengumpulan data pribadi, perlindungan privasi, dan penggunaan algoritma. Kebijakan ini harus memastikan bahwa teknologi digunakan untuk kebaikan umat manusia, bukan untuk mengeksploitasi atau merugikan individu atau kelompok tertentu.

Membangun Dunia Digital yang Lebih Empatik Melalui Pendidikan

Pendidikan memiliki peran penting dalam membentuk dunia digital yang lebih empatik. Literasi digital harus menjadi bagian integral dari kurikulum pendidikan, tidak hanya dalam pengajaran teknologi, tetapi juga dalam pembentukan karakter, kesadaran sosial, dan tanggung jawab digital. Dengan pendekatan ini, generasi muda dapat menjadi pengguna teknologi yang cerdas serta individu yang bijaksana dan empatik dalam berinteraksi di dunia maya.

Pendidikan mengenai etika digital dan nilai-nilai kemanusiaan harus dimulai sejak dini, baik di sekolah, keluarga, maupun komunitas. Nilai-nilai seperti toleransi, penghargaan terhadap perbedaan, dan pentingnya mendengarkan serta memahami sudut pandang orang lain harus diajarkan. Dengan pendidikan yang baik, diharapkan teknologi dapat digunakan untuk memperkuat hubungan sosial dan menciptakan dunia yang lebih inklusif dan manusiawi.

Etika dalam Pengembangan Teknologi dan Keadilan dalam Kecerdasan Buatan

Tidak kalah penting adalah penekanan pada etika dalam pengembangan teknologi, khususnya terkait dengan kecerdasan buatan (AI). Seiring berkembangnya AI, teknologi ini semakin berpotensi untuk membuat keputusan secara otomatis. Tanpa regulasi yang jelas, hal ini bisa berisiko menimbulkan ketidakadilan. Oleh karena itu, penting untuk memastikan bahwa

sistem AI dirancang dengan prinsip transparansi, keadilan, dan tanggung jawab yang jelas. Keputusan yang diambil berbasis teknologi harus tetap berada dalam kendali manusia, dan keputusan tersebut harus mempertimbangkan dampak sosial, moral, dan kemanusiaan. Regulasi yang ada harus memastikan bahwa teknologi tidak mengorbankan kepentingan manusia demi efisiensi atau keuntungan semata.

KESIMPULAN

Perkembangan teknologi digital telah memberikan banyak kemudahan dan membuka peluang besar dalam berbagai aspek kehidupan. Meski demikian, kemajuan ini juga memunculkan tantangan, terutama terkait dengan mudahnya nilai-nilai kemanusiaan dalam interaksi daring. Di tengah dominasi sistem otomatis dan algoritma, aspek empati, etika, dan hubungan emosional manusia sering kali terabaikan.

Oleh karena itu, penting untuk menyelaraskan kemajuan teknologi dengan nilai-nilai empati agar ruang digital yang kita ciptakan tetap berpihak pada manusia. Inovasi teknologi seharusnya tidak hanya fokus pada kecepatan dan efisiensi, tetapi juga mempertimbangkan kenyamanan, hak, dan kesejahteraan emosional pengguna. Pendekatan yang berpusat pada manusia dan penerapan prinsip etika dalam pengembangan teknologi, seperti kecerdasan buatan, menjadi langkah strategis untuk menciptakan ruang digital yang lebih manusiawi.

Di sisi lain, masyarakat juga perlu dibekali dengan pemahaman digital yang tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga menanamkan kesadaran akan nilai-nilai moral dan empati. Dukungan dari dunia pendidikan dan kebijakan pemerintah sangat diperlukan untuk membentuk generasi digital yang cakap secara teknologi sekaligus peduli terhadap dampak sosial dari teknologi yang digunakan. Melalui sinergi antara para pelaku teknologi, pendidik, pembuat kebijakan, dan masyarakat luas, kita dapat membangun ekosistem digital yang tidak hanya cerdas, tetapi juga adil dan berperikemanusiaan. Mewujudkan teknologi yang berlandaskan empati bukan sekadar idealisme, melainkan fondasi penting dalam menghadirkan masa depan digital yang lebih baik dan inklusif bagi semua.

DAFTAR PUSTAKA

- Andryanto, S. D. (2023). *Etika Digital di Era Disrupsi: Antara Kecanggihan dan Kepekaan Sosial*. Jakarta: Penerbit Literasi Bangsa.
- Fitriani, L., Nida, A. S. A., & Slamet, S. (2022). Penanaman empati digital di era social society 5.0. *Jurnal Pendidikan: Riset dan Konseptual*, 6(4), 584-592.
- Hariyanto, D. (2020). Kecerdasan Buatan dan Tantangan Etika Sosial. *Jurnal Teknologi dan Masyarakat*, 7(1), 56-69.
- McStay, A. (2018). *Emotional AI: The rise of empathic media*.
- Nasution, A. (2022). Teknologi dan Tantangan Nilai-nilai Kemanusiaan. *Jurnal Filsafat dan Teknologi*, 18(2), 134-145.
- Prasetya, Y. (2024). Kreativitas, empati, berpikir kritis: Keunggulan manusia di era AI.
- Prasetyo, H. & Kartika, M. (2021). Peran Pendidikan dalam Meningkatkan Kesadaran Etika Digital. *Jurnal Pendidikan dan Sosial*, 11(3), 205-219.
- Rahardhian, A. (2022). Kajian kemampuan berpikir kritis (critical thinking skill) dari sudut pandang filsafat. *Jurnal Filsafat Indonesia*, 5(2), 87-94.
- Sudarajat, D., Tunjungsari, H. K., & Hartanti Nugrahaningsih, S. E. (2024). *Pemasaran 5.0: Menciptakan Koneksi di Era Digital*. Takaza Innovatix Labs.