

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia selain sebagai makhluk pribadi, juga merupakan makhluk sosial. Secara sosial, manusia tidak akan mampu hidup sendiri tanpa kebersamaan dan senantiasa membutuhkan kehadiran orang lain. Hal ini dikarenakan pada dasarnya manusia memiliki ketergantungan kepada orang lain. Adanya rasa ketergantungan inilah yang kemudian menjadikan manusia mendapatkan label sebagai makhluk sosial (Maghfiroh & Suwanda, 2017).

Sears (dalam Asih & Pratiwi, 2010) memberikan pemahaman mendasar bahwa masing-masing individu bukanlah semata-mata makhluk tunggal yang mampu hidup sendiri, melainkan sebagai makhluk sosial yang sangat bergantung pada individu lain. Oleh karena itu manusia sebagai makhluk sosial diharapkan bisa berinteraksi dengan orang lain, memiliki rasa saling memberi dan menerima, memiliki rasa kesetiakawanan dalam kehidupan bermasyarakat (Faturachman, dalam Lestari & Partini, 2015).

Manusia sebagai makhluk sosial dalam kehidupan sehari-hari tidak bisa lepas dari tolong menolong. Semandiri apapun seseorang, pada saat tertentu akan membutuhkan orang lain. Hal ini dikarenakan manusia sebagai makhluk yang berkelompok dan melakukan interaksi baik di dalam kelompok maupun di luar kelompoknya. Dalam berinteraksi itulah manusia memperlihatkan perilaku-perilaku mereka dan saling memengaruhi satu sama lain (Maghfiroh & Suwanda, 2017).

Kehidupan masyarakat yang semakin modern membuat individu hanya mementingkan dirinya sendiri. Fenomena ini dapat dijumpai dalam kehidupan masyarakat terutama di perkotaan, ketika ada orang yang mengalami kesulitan sering tidak mendapat bantuan dari orang lain. Fenomena perilaku yang kurang peduli terhadap kesulitan orang lain tidak hanya terjadi di masyarakat perkotaan, tetapi terjadi disemua lapisan masyarakat, di lingkungan kerja, dan juga di lingkungan pendidikan atau sekolah. Tidaklah mengherankan jika sekarang nilai-nilai kesetiakawanan, pengabdian, dan tolong-menolong mengalami penurunan yang berdampak pada perwujudan kepentingan diri sendiri atau egois dan rasa individualis (Awaliya, 2012).

Arus globalisasi telah mengikis perilaku tolong menolong yang sudah menjadi ciri manusia sebagai makhluk sosial. Egoisme yang ditampakkan oleh individu demi kepentingan sendiri terlihat ketika ada orang yang memerlukan bantuan di mana seringkali tidak ada yang mengulurkan bantuan (Nugroho dkk, 2005).

Menanggapi proses pembangunan dalam era globalisasi yang terjadi saat ini, dari hasil penelitian Setiadi dan kawan-kawan, mengemukakan kecenderungan pada manusia Indonesia, antara lain merosotnya semangat gotong royong, tidak menghargai prestasi dan menempuh jalan pintas, cenderung menyelamatkan diri sendiri begitu juga dengan solidaritas sosial dan kedisiplinan sosial terhadap orang lain maupun lingkungan di sekitarnya menjadi menurun. Beberapa kenyataan sekarang ini menunjukkan semakin lunturnya perilaku prososial dari kehidupan masyarakat, seperti tolong menolong, solidaritas sosial, kesejahteraan, kepedulian terhadap orang lain (Lestari & Partini, 2015).

Perilaku prososial merupakan salah satu bentuk perilaku yang muncul dalam kontak sosial, sehingga perilaku prososial adalah tindakan yang dilakukan atau direncanakan untuk menolong orang lain tanpa mempedulikan motif-motif si penolong (Asih & Pratiwi, 2010). Maka dapat dikatakan, menolong merupakan tanggung jawab sosial, yaitu setiap individu dinilai dapat berkontribusi bagi kesejahteraan orang lain. Terjadinya perilaku prososial diawali dengan adanya kemampuan mengadakan interaksi sosial, dalam interaksi sosial ini perilaku prososial akan terjadi karena dalam interaksi sosial individu butuh bantuan orang lain untuk memenuhi kebutuhan hidupnya (Dayakisni dan Hudaniah, 2003).

Prososial dalam kehidupan bermasyarakat menjadi bagian yang tak terpisahkan. Ada kalanya individu akan dihadapkan dalam kondisi memberikan pertolongan, ada pula individu dalam kondisi membutuhkan pertolongan (Kurniawan & habibah, 2015).

Baron & Byrne (2005) menyatakan perilaku prososial adalah segala tindakan apapun yang menguntungkan orang lain. Tindakan ini tidak menyediakan keuntungan langsung pada orang yang melakukan tindakan tersebut, dan bahkan mengandung derajat resiko tertentu. Meskipun tindakan prososial dimaksudkan untuk memberikan keuntungan kepada orang lain, namun tindakan ini dapat muncul karena beberapa alasan. Astuti, (2014) mencontohkan misalnya, seorang individu mungkin membantu orang lain karena punya motif untuk mendapatkan keuntungan pribadi (mendapat hadiah), agar dapat diterima orang lain, atau karena memang dia benar-benar bersimpati, atau menyayangi seseorang.

Bersumber pada pendapat Mussen (dalam Asih & Pratiwi, 2010), secara operasional prososial terbagi dalam lima aspek, yaitu berbagi (*sharing*), kerjasama (*cooperating*), menolong (*helping*), bertindak jujur, dan berdermawan.

Penelitian yang dilakukan oleh Hamidah, (dalam Lestari & Partini, 2015) ditujuh daerah di Jawa Timur menunjukkan adanya indikasi penurunan kepedulian sosial dan kepekaan terhadap orang lain banyak terjadi pada remaja yang nampak lebih mementingkan diri sendiri dan keberhasilannya tanpa mempertimbangkan keadaan orang lain di sekitarnya. Hal ini menyebabkan remaja menjadi semakin individualis dan sikap prososial yang dimiliki semakin pudar. Baron dan Byrne, (2005) menyatakan pula perilaku prososial di Amerika serikat misalnya, hampir 100 juta orang dewasa menyumbangkan waktunya selama 20,5 miliar jam setiap tahunnya, dengan rata-rata 4,2 jam aktivitas prososial setiap pekannya.

Baron dan Byrne, (2005) menegaskan perilaku prososial merupakan salah satu bentuk dari kepedulian terhadap orang lain yang membutuhkan serta perilaku yang berkembang berdasarkan nilai dan norma solidaritas. Melemahnya norma-norma dan nilai-nilai di masyarakat dapat dilihat pada berkurangnya sikap gotong royong, kekeluargaan dan kerjasama di masyarakat. Ketidakpedulian individu terhadap hal kecil yang butuh perhatian sering terjadi, tidak terkecuali pada mahasiswa. Sikap acuh tak acuh ketika melihat teman yang kesulitan mengeluarkan kendaraan di area parkir menjadi salah satu contohnya. Menurut Mahmud (2003), fenomena perilaku prososial dapat terjadi pada setiap lapisan masyarakat, tak terkecuali mahasiswa. Mahasiswa secara harafiah adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, entah di universitas, institut atau akademi.

Sears, (1994) mengatakan mahasiswa berada pada usia 18-40 tahun merupakan masa peralihan dari remaja akhir ke dewasa awal. Masa peralihan yang dialami oleh mahasiswa, mendorong mahasiswa untuk menghadapi berbagai tuntutan dan tugas perkembangan yakni penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Cobb (dalam Pitaloka & Ediati, 2015) juga mengungkapkan kompetensi sosial remaja ataupun mahasiswa meliputi tiga hal, yaitu menilai situasi, bagaimana individu merespon situasi tersebut, kemudian bagaimana individu membangun hubungan. Perilaku prososial termasuk dalam poin kedua yaitu bagaimana individu merespon terhadap tindakan orang lain. Kompetensi sosial ini menjadi tolok ukur remaja ataupun mahasiswa apakah disukai dalam lingkungannya atau tidak. Jika individu bisa bertindak sesuai harapan lingkungannya, misalnya memberi pertolongan saat dibutuhkan, individu bisa lebih diterima dalam lingkungannya.

Di area fakta yang terjadi berlawanan dengan kondisi yang diharapkan. Penelitian yang dilakukan oleh Pitaloka & Ediati (2015), Perilaku prososial pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro dapat dilihat dari keikutsertaan mahasiswa dalam kegiatan yang diadakan organisasi kampus. Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) sebagai organisasi terbesar di Psikologi UNDIP memiliki berbagai kegiatan sosial. Pada tahun 2013, kegiatan sosial yang dilakukan adalah donor darah, sekolah binaan (PAUD), psikologi masuk desa, dan dialog sosial (web BEM Psikologi UNDIP). Meskipun pengumuman tersebar di papan pengumuman dan akun sosial media BEM, mahasiswa yang ikut terlibat tergolong sedikit, di bawah 10%.

Beberapa fenomena yang di ungkap (Solopos, 2013) terhadap melunturnya nilai-nilai perilaku prososial di dalam kehidupan sehari-hari pada remaja yaitu bila terjadi kecelakaan lalu lintas di jalan raya, sebagian remaja lebih banyak yang menonton dari pada memberikan pertolongan secara spontan,

Pernyataan di atas semakin diperkuat oleh wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti kepada 7 mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta pada tanggal 13 maret 2017. Berdasarkan hasil wawancara yang didapat bahwa 5 dari 7 mahasiswa yang diwawancarai kurang menunjukkan aspek prososial, yakni (1) berbagi, (2) kerjasama, (3) menolong, (4) bertindak jujur, dan (5) berdermawan. Pada aspek berbagi, responden menyatakan tidak mau berbagi pengetahuan yang dimilikinya. Pada aspek kerjasama, responden menyatakan sering menghindari tugas-tugas yang seharusnya diselesaikan secara kelompok. Pada aspek menolong, responden menyatakan pura-pura sibuk sendiri jika melihat teman sedang bingung mencari sesuatu dan hanya akan membantu orang, jika orang itu merupakan kenalannya. Pada aspek bertindak jujur, responden menyatakan mencontek saat ujian meskipun bisa mengerjakan soal dan Terkadang suka berbohong saat bercerita dengan teman-teman. Pada aspek berdermawan, responden menyatakan kurang suka memberikan motivasi kepada orang lain.

Berdasarkan kesenjangan antara harapan dengan kenyataan yang telah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat permasalahan prososial pada remaja akhir (mahasiswa). Dalam bermasyarakat, perilaku prososial sangatlah penting untuk menciptakan lingkungan yang aman dan kondusif sesuai dengan harapan warganya. Adapun manfaat lainnya adalah dapat meminimalisir kejadian-kejadian negatif seperti tawuran dan tindak kriminal yang lain

(Setyawan, Erlyani, Dewi, 2016). Selain itu Caprara dan Steca (dalam Caprara dan Steca, 2007) mengatakan bahwa perilaku prososial juga meningkatkan rasa kesatuan dan kepemilikan terhadap kelompok, perasaan positif, keinginan untuk tetap sehat, dan kepuasan hidup. Hal ini menjadikan peneliti tertarik untuk meneliti prososial pada mahasiswa.

Secara lebih rinci, prososial dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat memunculkan perilaku prososial. Menurut Baron & Byrne (2005) faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prososial, yaitu: Pengaruh Faktor Situasional dan faktor dalam diri. Faktor Situasional meliputi *Bystander*, daya Tarik, atribusi terhadap korban, adanya model, desakan waktu, sifat kebutuhan korban Sedangkan pengaruh faktor dalam diri, meliputi suasana hati, sifat, jenis kelamin, tempat tinggal, dan pola asuh.

Penelitian ini, peneliti memilih regulasi emosi sebagai sebagai variabel bebas yang mempengaruhi perilaku prososial. Pada pengaruh faktor dalam diri terdapat faktor suasana hati yang berpengaruh terhadap perilaku prososial. Menurut Zimbardo (dalam Hanoum & Rosmiyanti, 2013), *mood* (suasana hati) adalah keadaan emosi tertentu yang tidak masuk dalam kategori *state* (emosi yang dipicu oleh faktor eksternal tertentu) atau *trait* (bentuk emosi yang menjadi bawaan seseorang). Hanoum & Rosmiyanti, (2013) menyatakan riset menemukan bahwa *mood* atau suasana hati memiliki pengaruh yang meyakinkan terhadap berbagai proses psikologis, antara lain memori, perhatian, persepsi, pengalaman diri (*self*) dan kecenderungan menolong. Berkowitz & William (dalam Dayaskini, 2009) menyatakan orang yang suasana hatinya gembira akan lebih suka menolong, sedangkan dalam suasana hati sedih orang akan kurang suka

memberikan pertolongan. Richard & Gross, (2000) menyatakan untuk menjaga agar suasana hati bisa digunakan untuk melakukan tindakan prososial maka diperlukannya regulasi emosi.

Menurut Gross dan Thompson, (2007) secara operasional, regulasi emosi adalah serangkaian proses emosi diatur sesuai dengan tujuan individu, baik dengan cara otomatis atau dikontrol, disadari atau tidak disadari dan melibatkan banyak komponen yang bekerja terus menerus sepanjang waktu. Regulasi emosi berarti seseorang mampu mengekspresikan emosi baik emosi yang disadari ataupun tidak sesuai dengan tujuan individu. Gross, (2007) mengemukakan regulasi Emosi terbagi dalam tiga ciri, yakni dapat mengatur emosi dengan baik yaitu emosi negatif atau positif, dapat mengendalikan emosi secara sadar, mudah dan otomatis, dan dapat menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang dihadapinya.

Baron & Byrne, (2005) menyatakan ketika berada dalam suasana hati yang buruk serta sedang memusatkan perhatian pada diri sendiri dan pada masalah-masalah sendiri, seseorang lebih cenderung untuk tidak menolong seseorang yang membutuhkan. Penelitian yang dilakukan oleh North, Tarrant, & Hargreaves, (2004) Orang-orang lebih suka untuk menolong orang lain ketika sedang dalam mood yang baik untuk sejumlah alasan, misalnya sukses dalam ujian, menerima hadiah, memikirkan pemikiran-pemikiran yang bahagia, dan mendengarkan musik yang menyenangkan. Sejumlah penelitian lain yang dilakukan oleh Carlson, Charlin, & Miller, 1988; Isen, 1999; Salovey, Mayer, & Rosenhan, 1991 (dalam, Baron & Byrne, 2005) ketika partisipan penelitian sedang berada pada suasana hati yang positif yakni setelah mendengarkan rekaman komedi, pada saat

mememukan uang di slot kembalian pada telpon umum, akan lebih mungkin untuk terlibat dalam tindakan prososial untuk menolong orang asing. Oleh karena itu regulasi emosi sangat diperlukan untuk mengelolah suasana hati (*mood*) agar tindakan prososial dapat terjadi.

Bertolak dari dinamika hubungan di atas regulasi emosi merupakan salah satu cara untuk meningkatkan suasana hati agar dapat melakukan tindakan prososial. Maka dalam hal ini variabel bebas pada penelitian ini ialah regulasi emosi.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial pada remaja akhir (mahasiswa)?

B. Tujuan Dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial pada mahasiswa.

2. Manfaat penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi ilmiah dalam bidang psikologi, terutama psikologi sosial yang berkaitan dengan perilaku prososial.

b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan informasi yang dapat dijadikan acuan terkait hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial.