

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Manusia dalam kehidupannya tidak akan terlepas dari manusia yang lain. 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 (Maghfiroh dan Suwanda, 2017). Hal ini dikarenakan pada dasarnya ia memiliki ketergantungan kepada orang lain. Adanya rasa ketergantungan inilah yang kemudian menjadikan manusia mendapatkan label sebagai makhluk sosial. Artinya manusia tidak bisa terlepas dari manusia yang lain, tidak mampu untuk menjalani kehidupan sendiri tanpa adanya kehadiran manusia yang lain (Rohmatun, 2015).

Sears (dalam Rohmatun, 2015) menjelaskan bahwa manusia dalam proses hidupnya senantiasa membutuhkan kehadiran orang lain yang dimulai dari lingkungan yang paling dekat dengannya, yaitu keluarga, pendidikan, pekerjaan, bahkan sampai orang yang tidak pernah dikenalnya sama sekali. Manusia sebagai makhluk sosial dalam kehidupan sehari-hari tidak bisa lepas dari tolong menolong, saling membantu dan gotong royong. Fenomena yang terjadi di masyarakat menunjukkan hal yang jauh berbeda. Sekarang kepedulian orang terhadap orang lain pun mulai menurun. Masyarakat sekarang lebih mementingkan dirinya sendiri daripada orang lain, dimana masyarakat cenderung apatis terhadap hal-hal yang terjadi di sekelilingnya (Wisudiani dan Fardana, 2014). Padahal budaya di

Indonesia sebagai orang timur adalah kekeluargaan dan gotong-royong, namun hal itu sudah jarang ditemukan dalam kehidupan masyarakat (Asih & Pratiwi, 2010).

Setiap perilaku yang memiliki tujuan untuk menguntungkan orang lain atau memberikan manfaat positif dalam psikologi disebut dengan perilaku prososial (Farida, 2017). Perilaku prososial Menurut Baron dan Byrne (2010) diartikan sebagai perilaku yang ditunjukkan kepada orang lain dan memberikan manfaat yang positif bagi orang yang dikenai perbuatan tersebut. Perilaku prososial mencakup tindakan seperti membagi sesuatu yang dimiliki pada orang lain, kerjasama, berderma, menolong, kejujuran, serta mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain. Perilaku prososial menurut Myers (dalam Sarwono, 2002) adalah hasrat untuk menolong orang lain tanpa memikirkan kepentingan kepentingan sendiri. Perilaku prososial dapat dimengerti sebagai perilaku yang menguntungkan orang lain. Aspek-aspek perilaku prososial menurut teori Mussen (1989) yaitu; berbagi, bekerjasama, menolong, memberi atau menyumbang, dan kejujuran.

Perilaku prososial adalah bekal yang sangat dibutuhkan dalam bermasyarakat untuk menyesuaikan diri agar dapat diterima sesuai dengan norma yang berlaku pada masyarakat. Pentingnya perilaku prososial dalam kehidupan masyarakat membawa dampak positif bagi pengembangan diri individu, masyarakat, dan dapat menjaga kelangsungan hidup antar sesama manusia. 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 dan Suwanda, 2017). Banyak manfaat yang diperoleh dengan melakukan perilaku prososial, selain memberi manfaat bagi penerima bantuan, pelaku juga ikut mendapat manfaat, antara lain menimbulkan perasaan positif setelah membantu orang lain, perasaan kompeten, serta terhindar dari perasaan bersalah apabila tidak menolong orang lain (Baum, Fisher, dan Singer, dalam Wisudiani dan Fardana, 2014).

Dampak positif yang dimiliki mahasiswa dengan perilaku prososial diantaranya adalah bisa diterima lingkungan. Karena dengan adanya perilaku prososial akan muncul atmosfer yang sehat dan kondusif dalam hubungan individu dengan individu lainnya, misalnya adalah terciptanya rasa saling menghormati antara mahasiswa dengan dosen, bekerjasama, berbagi, toleransi, empati, dan saling menghargai sesama mahasiswa. Bisa dipastikan jika perilaku prososial bisa ditanamkan dengan baik dan dimiliki oleh setiap individu, akan muncul lingkungan hidup yang aman, nyaman, damai, dan kondusif (Efastri, Fadillah & Sari, 2018).

Berdasarkan laporan berita detik.com 5 April 2018 melaporkan, ketika terjadi kecelakaan, korban kecelakaan menjadi tontonan sehingga menyulitkan pihak kepolisian untuk mengevakuasi korban. Warga yang menonton malah memotretnya dan *selfie-selfie* untuk kemudian disebar ke jejaring sosial. Fakta yang terjadi dalam penelitian yang dilakukan oleh Pitaloka dan Ediati (2015), menunjukkan bahwa dalam kegiatan sosial seperti donor darah yang diadakan oleh BEM Fakultas Psikologi di salah satu Universitas Negeri di Jawa Tengah, tidak

lebih dari 10% mahasiswa yang bersedia mengikuti kegiatan sosial tersebut. Padahal acara tersebut sudah disosialisasikan di lingkungan kampus dan di sosial media. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Pitaloka dan Edianti (2015) menunjukkan bahwa 51% mahasiswa Fakultas Psikologi di salah satu Universitas Negeri di Jawa Tengah memiliki perilaku prososial yang rendah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nggozaini (2018) menunjukkan bahwa 50% mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan di salah satu Universitas Islam Negeri di Jawa Timur memiliki perilaku prososial yang sangat rendah.

Turunnya perilaku saling membantu dan tolong menolong ini terjadi pada setiap lapisan masyarakat dan tidak menutup kemungkinan terjadi pada mahasiswa, tak terkecuali mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Contoh kasus rendahnya perilaku prososial mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana Yogyakarta angkatan 2013 kelas 21 B pernah berencana mengadakan kegiatan bakti sosial. Kegiatan tersebut sudah disusun dengan baik oleh panitia inti, namun ketika diinfokan kepada mahasiswa lainnya sangat minim respon dan tidak lebih dari 50% yang bersedia ikut berpartisipasi dalam kegiatan bakti sosial tersebut. Akhirnya kegiatan bakti sosial tersebut batal dilaksanakan karena minimnya mahasiswa yang bersedia berpartisipasi.

Peneliti melakukan wawancara kepada lima mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta pada tanggal 27-29 Mei 2019. Subjek mengatakan, dalam menolong teman-temannya kadang melihat situasi, kondisi, dan permintaan dari temannya. Contohnya teman subjek beberapa waktu lalu ketilang oleh polisi dalam razia surat-surat kendaraan bermotor. Subjek dimintai tolong oleh

temannya untuk menemani menghadiri sidang pelanggaran lalu lintas di Pengadilan Negeri Sleman, namun subjek menolak permintaan temannya karena harus menempuh jarak yang cukup jauh dari kost ke Pengadilan Negeri Sleman. Hal serupa juga terjadi di dalam lingkungan kampus, ketika ada kerja tugas kelompok, subjek enggan untuk bekerjasama dalam mengerjakan tugas kelompok dengan berbagai alasan. Subjek beralasan dengan alasan ada kepentingan lain, padahal kenyataan yang terjadi subjek malah *update instastory* di media sosialnya sedang asik di *coffe shop* bersama teman-temannya. Subjek enggan meminjamkan atau memberikan bolpoin yang ia miliki ketika ada temannya yang lupa membawa bolpoin. Subjek beralasan karena dirinya juga sering kehilangan bolpoin di kelas.

Berdasarkan hasil observasi, subjek nampak kurang peduli ketika ada temannya yang sedang sakit, padahal di sekitar kampus banyak warung yang menjual obat-obatan. Subjek terlihat tidak menawarkan tempat duduk kepada yang lebih membutuhkan ketika ada dikeramaian di depan TU. Lebih lanjut, ketika ada teman satu kelas yang membawa buku cukup banyak cukup kesulitan, subjek nampak cuek terhadap keadaan tersebut. Subjek jug nampak enggan membukakan pintu ketika temannya tersebut akan memasuki ruangan kelas.

Kesimpulan dari hasil observasi dan wawancara kepada lima mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta, menunjukkan subjek cenderung kurang memiliki perilaku prososial. Subjek cenderung lebih mementingkan kepentingan dirinya sendiri daripada harus berbagi dengan teman-temannya. Padahal bekerjasama dan berbagi dalam mengerjakan tugas kelompok, juga menguntungkan bagi dirinya sendiri. Subjek dalam menolong temannya

cenderung melihat situasi dan kondisi terlebih dahulu, apabila permintaan tolong itu dirasa merepotkan, maka subjek enggan untuk menolong temannya.

Perilaku prososial muncul karena hasil dari interaksi manusia sebagai makhluk sosial atau adanya keterkaitan antara berbagai macam faktor. Menurut Sears (1994) perilaku prososial dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya; faktor situasi, faktor karakteristik penolong, dan faktor yang membutuhkan pertolongan. Faktor karakteristik penolong terdiri dari kepribadian, suasana hati, rasa bersalah, dan distres diri dan empati. Respon stres yang dialami setiap individu dapat mempengaruhi perilaku menolong (Buchanan dan Preston, 2014).

Luthans (2006) mendefinisikan stres sebagai respons adaptif terhadap situasi eksternal yang menghasilkan penyimpangan fisik, psikologis, dan atau perilaku individu. Menurut Robbins (2006) stres meliputi tiga gejala, yaitu; fisiologis, psikologis dan perilaku. Gejala fisiologis ditandai dengan perubahan dalam metabolisme, meningkatkan detak jantung, menaikkan tekanan darah, menimbulkan sakit kepala. Gejala psikologis ditandai dengan ketegangan, kecemasan, kejenuhan, mudah marah, dan kebosanan. Gejala perilaku ditandai dengan ketidakteraturan waktu tidur, kegelisahan, pola merokok, perubahan pola makan dan meningkatnya frekuensi absensi.

Respon stres dapat berkembang sebagai cara adaptif untuk memotivasi perilaku dan melepaskan energi metabolisme dalam situasi tertekan (Buchanan dan Preston, 2014). Buchanan dan Preston, (2014) menyatakan bahwa stres dapat menekan fungsi kekebalan tubuh tergantung pada jenis stresor, lamanya, kambuhnya stresor, dan jenis hormon stres. Hal tersebut ditunjukkan oleh kondisi

individu yang merasakan sakit kepala, merasa tidak enak badan dan detak jantung berdebar-debar, dengan kondisi tersebut mempengaruhi perilaku individu yang acuh tak acuh terhadap orang-orang disekitarnya yang membutuhkan bantuan. Individu kurang bisa berperilaku saling tolong menolong apabila kondisi dirinya sendiri mengalami tekanan, merasakan tidak enak badan dan otot-otot tubuhnya terasa kaku. Individu yang mengalami penyimpangan fisik sebagai dampak stres, memberikan dampak berkurangnya perilaku untuk saling berbagi dan bekerja sama dengan individu lain.

Stres sering mempengaruhi kehidupan sosial individu. Menurut Sandi dan Heller (2015), ketika individu mengalami stres cenderung tinggi, individu sering menarik diri dari interaksi sosial dan menjadi mudah tersinggung dan bermusuhan dengan individu lain. Lebih lanjut Driskell dan Salas (1999) mengatakan bahwa stres mengarah pada pembatasan atau penyempitan fokus perhatian. Sedikitnya perhatian yang disebabkan oleh stres, membuat individu cenderung fokus terhadap diri sendiri daripada memperhatikan individu lain. Dampaknya apabila individu hanya fokus memperhatikan dirinya sendiri karena stres, individu cenderung menarik diri dalam interaksi sosial (Driskell dan Salas, 1999). Individu cenderung tidak memperdulikan keadaan disekitar karena hanya memperhatikan dirinya sendiri.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Buchanan dan Preston (2014) menunjukkan bahwa tingginya tingkat stres mempengaruhi perilaku prososial. Secara umum individu yang memiliki tuntutan tekanan yang tinggi, mengarahkan individu mengalami kecemasan, gelisah, dan depresi. Sejalan dengan kondisi

tersebut, dapat menurunkan perilaku untuk saling bekerja sama dan berbagi dalam kelompok sosial (Lazarus dan Folkman, 1984). lain halnya apabila Individu yang mampu merubah respon tuntutan dan tekanan menjadi eustres (stres yang positif), akan mempengaruhi perilaku prososial terhadap individu lain (Preston dan Wall, 2012).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan permasalahan yang diajukan dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara stres dengan perilaku prososial pada mahasiswa di Universitas Mercu Buana Yogyakarta?

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### 1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang penulis kemukakan di atas, maka peneliti ingin mengetahui hubungan antara stres dengan perilaku prososial pada mahasiswa di Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

### 2. Manfaat Penelitian

#### a. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini dapat memberikan sumbangan pemikiran di bidang psikologi khususnya untuk meningkatkan perilaku prososial pada mahasiswa di Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

#### b. Manfaat Praktis

Manfaat praktis penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan kepada masyarakat untuk mengetahui seberapa besar stres dapat mempengaruhi perilaku prososial.