

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Mahasiswa adalah manusia yang tengah menuntut ilmu pada sebuah perguruan tinggi yang diharapkan dapat menjadi penerus bangsa dengan menggunakan ilmu yang telah didapat untuk dapat menyatu dengan lapisan masyarakat yang kemudian diharapkan menjadi calon-calon intelektual. (Shabrina, 2015). Pada masa peralihan, mahasiswa yang berada pada rentan usia remaja mengalami pertumbuhan secara fisik dan juga menunjukkan perkembangan kognitif yang pesat. Hal ini dibutuhkan bagi kalangan remaja agar siap menjalani tugas dan peran barunya sebagai manusia dewasa. Selain itu dalam masa remaja ini mahasiswa juga diharapkan mengalami perkembangan sosial dan perkembangan moral (Sarwono, 2012).

Tidak terkecuali bagi mahasiswa psikologi. Menurut Buanadewi dan Nugraha (2017) mahasiswa psikologi adalah sekelompok manusia yang tengah menempuh pendidikan untuk nantinya dapat membantu masyarakat disekitarnya dalam mengelola kejiwaan, emosi, dan perilaku. Mahasiswa psikologi yang tengah menempuh pendidikan di universitas dalam rentan usia dimasa remaja, peran lingkungan sangat berpengaruh dikarenakan adanya kecenderungan untuk mulai berkelompok dan bersosial dengan remaja yang sejenis (Sa'id, 2015). Dari hal ini kemudian mahasiswa psikologi diharapkan untuk dapat mengontrol diri, dan memiliki perilaku prososial pada lingkungan mahasiswa psikologi berada.

Berdasarkan data yang didapatkan dari Universitas Indonesia menyebutkan bahwa jumlah mahasiswa yang diterima di Fakultas Psikologi UI pada tahun 2019 sebanyak 328 mahasiswa yang terdiri dari berbagai daerah. Kemudian data lain dari Universitas Negeri Makassar menyebutkan bahwa mahasiswa aktif fakultas psikologi UNM dari tahun 2012 hingga 2018 mencapai 1133 orang. Data yang dicantumkan penulis belum mewakili seluruh Indonesia, namun dari beberapa data ini kemudian sudah menjelaskan bahwa mahasiswa-mahasiswa psikologi yang menempuh pendidikan di Indonesia sudah sangat banyak dan diharapkan nantinya akan berbaur dengan kehidupan sosial serta mengaplikasikan perilaku prososial. Sejalan dengan aturan pemerintah RI No.30 tahun 1990 (Dekdikbud, 2005) menyatakan bahwa seorang peserta didik yang sedang menempuh pendidikan pada perguruan tinggi dapat menjalankan peran sebagai mahasiswa yang bermoral, mengontrol diri, berperilaku prososial, agar hubungan yang baik dapat terjalin dengan harmonis pada tiap lapisan masyarakat sekitar.

Mahasiswa psikologi diharapkan nantinya akan mengabdikan bagi masyarakat sesuai dengan bidang ilmu kejiwaan yang dipelajari, maka mahasiswa psikologi dituntut untuk mengaplikasikan perilaku prososial di dunia sosialnya dan berbaur baik dengan masyarakat.

Perilaku prososial menurut Sears (1994) merupakan tindakan menolong atau berbuat baik, yang dimotivasi dengan adanya kesadaran diri tanpa mengharapkan sesuatu atau balasan dari orang yang ditolong. Perilaku prososial ini juga melalui proses belajar di mana adanya penguatan dan peniruan. Perilaku prososial melibatkan altruisme, yaitu suatu minat atau keinginan untuk menolong

orang lain dan tidak memikirkan diri sendiri. Walaupun sering kali remaja dinyatakan sebagai jenis manusia yang egosentrik dan memikirkan diri sendiri, remaja juga banyak menampilkan tindakan yang bersifat altruistik (Mussen & Morris, dalam Santrock, 2007).

Fenomena perilaku prososial bisa saja terjadi pada tiap golongan masyarakat bahkan termasuk mahasiswa psikologi yang memang dituntut untuk memiliki kesadaran moral dalam lingkungan masyarakat. Menurut Husna dan Fahmi (2019) Mahasiswa secara garis besar dapat diartikan sebagai manusia yang tengah menempuh pendidikan di perguruan tinggi yang dimana mahasiswa juga diharapkan dapat memiliki atau menjunjung tinggi moralitas dalam bersosial serta dapat mengaplikasikan perilaku tersebut pada lingkungan mahasiswa bersosial. Hal ini dapat dilakukan dengan cara tidak berperilaku negatif tapi dengan berperilaku positif seperti berpemati atau berperilaku prososial. Menurut Papalia, Olds, dan Feldmen (2009) tujuan mahasiswa adalah dapat mengikuti seluruh rangkaian perkuliahan dalam segi akademisi serta diharapkan memiliki potensi pada segi akademisi tersebut sesuai dengan jurusan masing-masing. Namun kesuksesan mahasiswa dalam perkuliahan juga dapat dinilai dari bagaimana mahasiswa cakap dalam bersosial pada sesama mahasiswa, dosen, atau masyarakat sekitar kampus yang dapat dilihat dari cara mahasiswa berinteraksi dan menyesuaikan diri.

Kemudian dari hal ini pula mahasiswa dituntut untuk dapat mengetahui, mengenal, dan menjaga emosi atau suasana hati dalam dirinya agar dapat menyesuaikan diri dalam dunia bermasyarakat dan senantiasa berperilaku

prososial pada lingkungan hidupnya dimanapun mahasiswa berada. Menurut Buanadewi dan Nugraha (2017) mahasiswa psikologi semestinya harus menanamkan sikap ramah dan santun serta berperilaku prososial. Dikarenakan dari lulusan sarjana psikologi ini nantinya akan kembali pada masyarakat entah itu sebagai seorang psikoedukasi, menjadi helper, atau bahkan menjadi konselor di sekolah-sekolah.

Mussen (1989) menyebutkan aspek-aspek perilaku prososial antara lain : 1) Berbagi (*sharing*), 2) Kerjasama (*cooperating*), 3) Menolong (*helping*), 4) Bertindak jujur (*honest*), 5) Berdermawan (*generous*). Prososial akan tergambarkan dengan pemenuhan pada 6 aspek tersebut dan semestinya manusia hidup untuk saling mengasihi dan saling membantu dalam kesusahan dengan ketulusan satu sama lain. Sejalan dengan pendapat Baron (2003) Prososial yaitu sikap atau tindakan menolong pada orang lain dengan tulus atau tanpa mengharapkan balasan. Bahkan bagi mahasiswa psikologi hal-hal mengenai tindakan perilaku prososial sangat diwajibkan dikarenakan mahasiswa psikologi adalah orang yang mempelajari secara khusus tingkah laku, pikiran, emosi dan proses-proses mental manusia dalam interaksinya dengan lingkungan sekitarnya.

Namun faktanya beberapa kasus yang telah terjadi di negeri ini membeberkan bahwa sikap oleh beberapa oknum mahasiswa yang tidak patut dicontoh dikarenakan kurangnya pengontrolan diri pada emosi serta suasana hati yang negative. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Hasnah dan Fahmi (2019) mengungkapkan masih banyak mahasiswa psikologi yang memiliki perilaku prososial rendah. Dari 189 mahasiswa sebanyak 90 orang atau 47.6%

terindikasi memiliki perilaku prososial yang rendah atau kurang, dikarenakan mereka tidak menginginkan jika terlibat dengan masalah orang lain yang bukan kepentingannya.

Peneliti melakukan wawancara pada Rabu 16 Juni 2021 melalui *video call Instagram* pada 5 orang mahasiswa psikologi. Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan data sebanyak 3 orang dari 5 mahasiswa psikologi terindikasi memiliki perilaku prososial yang rendah, seperti tidak ingin ikut campur dengan kesusahan orang lain, tidak ingin bekerja sama, sulit menolong orang lain. Subjek merasa masih banyak hal lain yang dapat dikerjakan dari pada ikut campur dengan masalah orang lain. Subjek juga menilai dirinya tidak akan sanggup jika menjadikan beban orang lain sebagai beban untuk dirinya.

Dari hasil wawancara, terdapat kaitannya dengan aspek-aspek perilaku prososial. Aspek Berbagi (*sharing*). 4 subjek mengatakan bahwa dirinya lebih senang jika menyimpan perasaan keluh kesahnya sendiri dibandingkan harus menceritakan kepada orang lain, dikarenakan subjek menganggap bahwa kehidupannya tidak menarik untuk diceritakan kepada orang lain. Aspek Kerjasama (*cooperating*), 3 subjek mengatakan jika dirinya lebih senang bekerja sendiri dibandingkan dengan harus bekerjasama dengan orang lain, dikarenakan subjek menganggap orang lain bisa saja merusak rencana dari subjek. Aspek Menolong (*helping*), 4 subjek mengatakan jika sulit membantu permasalahan orang lain, dikarenakan subjek menganggap beban dirinya saja sudah terlalu berat untuk membantu orang lain. Aspek Bertindak Jujur (*honest*). 5 subjek mengatakan sulit hidup apa adanya, dikarenakan subjek menganggap hidup seperti perlombaan dan

tidak menutup kemungkinan bahwa orang lain juga akan berbuat curang untuk kebahagiaan dirinya. Aspek Berdermawan (*charity*), 5 subjek mengatakan sulit untuk berperilaku dermawan, dikarenakan subjek merasa apa yang dimiliki sekarang juga masih kurang sehingga sulit bagi dirinya berbagi. Berdasarkan hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa 3 dari 5 mahasiswa psikologi memiliki perilaku prososial yang rendah. Subjek merasa jika beban dalam dirinya juga sudah sangat sulit sehingga sulit untuk mengurus hidup orang lain atau ikut andil terhadap permasalahan orang lain.

Akibat Perilaku prososial rendah ini seseorang akan merasa dirinya tidak membutuhkan orang lain, tidak mau menolong, enggan untuk berbagi dengan orang lain, tidak bisa bekerjasama baik dengan orang lain, hanya memikirkan dirinya sendiri, tidak dapat merasakan perasaan orang lain, dan tidak jujur. Perilaku-perilaku itu berdampak buruk bagi perkembangan mahasiswa baik dalam proses belajar di kelas maupun dalam proses melakukan kontak dengan lingkungan sosialnya. Baron dan Byrne (2005) menyatakan bahwa perilaku prososial adalah adanya sikap menolong pada sesama yang menggambarkan sikap tersebut disenangi oleh orang yang ditolong, dan juga orang yang menolong mengetahui kemampuan dirinya bahwa ia dapat memberikan bantuan pada orang lain.

Sears (1991) menyebutkan beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prososial antara lain faktor situasi, didalam faktor situasi terdapat faktor kehadiran orang lain, kondisi lingkungan, tekanan waktu. Sedangkan dalam faktor penolong, didalam faktor penolong ini terdapat faktor kepribadian, suasana hati,

distress diri dan rasa empatik. Dan terakhir adalah faktor orang yang membutuhkan.

Salah satu faktor kuat yang menjadi faktor terjadinya perilaku prososial adalah Suasana hati yang menyebabkan seseorang menyikapi permasalahan sulit orang lain. Bagaimana suasana hati menentukan respon seseorang terhadap sebuah kejadian atau situasi pada lingkungan sosial yang sedang terjadi. Tergantung dari suasana hati seseorang apakah positif atau negative. Suasana positif yang dimaksud adalah suasana hati bahagia atau hal-hal yang dapat membuat perasaan seseorang menjadi terasa menyenangkan sehingga bahagia dan positif dalam menjalani kesehariannya, sedangkan suasana hati negatif adalah perasaan dimana seseorang sedang berada pada perasaan yang sedih, jengkel yang nantinya akan membuat seseorang tidak bersemangat dan rentan marah pada sesuatu hal atau sensitif terhadap sesuatu dalam menjalani aktifitasnya. Sejalan dengan apa yang dikemukakan (North, Tarrant, & Hargreaves, 2004), orang-orang lebih senang menolong orang lain jika perasaan atau suasana hatinya juag sedang dalam keadaan bahagia.

Clark (2005) Suasana hati merupakan kondisi emosional seseorang dalam masa waktu tertentu dan tidak menetap. Menurut Ryle dan Thayer (dalam Alwisol, 2012) suasana hati kondisi emosional seseorang yang mendorong untuk bertindak melakukan sesuatu dimana hal tersebut merupakan karakter yang dimiliki sejak dulu dan tidak akan mungkin dirubah.

Mayer dan Gaschke (2008) menyatakan terdapat dua jenis ciri-ciri suasana hati yaitu: ciri-ciri suasana hati positif, yaitu: suasana hati dalam keadaan senang

(bahagia, bersemangat), suasana hati dalam keadaan penuh cinta (penuh kasih, perhatian), suasana hati dalam keadaan tenang (teduh, puas), suasana suasana hati dalam keadaan semangat (aktif, segar). Ciri-ciri suasana hati negatif, yaitu: suasana hati dalam keadaan cemas (gelisah, gugup), suasana hati dalam keadaan marah (menggrutuh, kesal), suasana hati dalam lelah (letih, mengantuk), suasana hati dalam keadaan sedih (suram, sendu).

Hasil penelitian dari Buanadewi dan Nugraha (2017) adalah mahasiswa Psikologi Unisba yang tergolong pada perilaku prososial *emotional* sebanyak 7,7%. Perilaku prososial *emotional* adalah perilaku prososial yang dikonseptualisasikan sebagai orientasi ke arah membantu orang lain dibawah keadaan emosional yang menggugah atau dalam suasana hati yang positif. Perilaku prososial *emotional* yang muncul pada mahasiswa psikologi unisba diantaranya adalah merasa bahagia ketika dapat menyenangkan hati orang yang sedang bersedih, cenderung membantu orang lain yang sedang tertekan perasaannya, sangat mudah membantu orang yang berada dalam kesulitan. Sarwono dan Meinarno (2012), menjelaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi adanya perilaku prososial adalah suasana hati. William (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2003) menemukan bahwa suasana hati cukup mempengaruhi perilaku prososial, yaitu pada individu yang suasana hatinya positif cenderung suka memberikan pertolongan, sedangkan pada individu yang suasana hatinya negatif, cenderung kurang suka menolong. Dari pemaparan tersebut dapat dilihat bahwa perilaku prososial dipengaruhi suasana hati.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan suasana hati dengan perilaku prososial pada mahasiswa psikologi. Maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara suasana hati dengan perilaku prososial pada mahasiswa psikologi?

### **B. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan suasana hati dengan perilaku prososial pada mahasiswa psikologi.

### **C. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan secara praktis.

#### **a. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi pengembangan disiplin ilmu psikologi terutama di bidang psikologi sosial dan psikologi klinis mengenai suasana hati terhadap perilaku prososial yang menyebabkan perilaku prososial atau non prososial dapat terjadi.

#### **b. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan atau wawasan baru mengenai perilaku prososial dan dapat membantu para mahasiswa, masyarakat dan universitas. terkhusus pada mahasiswa psikologi mengenai pentingnya

mengenali suasana hati dan mengontrol hal tersebut. Dari hasil penelitian ini juga nantinya diharapkan dapat menjadi acuan bagi para mahasiswa psikologi dalam mengenali suasana hatinya, agar suasana hati negatif dapat direkayasa menjadi suasana hati positif untuk nantinya dapat berperilaku prososial.