**HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DENGAN PERILAKU PROSOSIAL PADA REMAJA AKHIR PENGGUNA MEDIA SOSIAL DI YOGYAKARTA**

***RELATIONSHIP BETWEEN EMOTION MATURITY WITH PROSOCIAL BEHAVIOR OF ADMINISTS SOCIAL MEDIA IN YOGYAKARTA***

**Ananta Minur Sofia**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

anantaminursofia@gmail.com

082335386028

**Abstrak**

Remaja idealnya memiliki rasa kepedulian terhadap orang lain dan menumbuhkan kepedulian sosialnya, dimana remaja harus perduli terhadap masyarakat atau lingkungannya karena remaja merupakan bagian dari masyarakat. Sikap perduli pada lingkungan sekitar oleh remaja mulai memudar, hal ini akibat tumbuhnya sikap individualis di kalangan remaja akibat media sosial. Berkurangnya waktu berinteraksi dapat membuat remaja kurang memiliki perilaku menolong dan kurang untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Suasana perasaan positif yang hangat dapat meningkatkan kesediaan untuk melakukan tindakan prososial. Dengan suasana positif tersebut maka kemampuan remaja untuk menguasai emosi akan menjadi baik, remaja akan bertindak sesuai dengan situasi yang dihadapinya. Orang yang memiliki emosional yang matang tidak akan menampilkan emosional yang dilakukan pada anak –anak dan juga mampu mengontrol emosinya dalam menghadapi situasi. Hal tersebut yang membuat remaja dituntut untuk menjadi manusia yang lebih perduli dengan lingkungan sekitarnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dengan perilaku prososial pada remaja akhir pengguna media sosial. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 90 remaja. Metode pengumpulan data menggunakan skala, ada dua skala yaitu perilaku prososial dan kematangan emosi. Hasil penelitian dapat disimpulkan: Ada hubungan yang positif antara kematangan emosi dengan perilaku prososial pada remaja pengguna media sosial, dengan hasil uji kolerasi product moment sebesar r = 0,751 dan p < 0,01 . Artinya semakin tinggi kematangan emosi maka perilaku prososial semakin tinggi, sebaliknya kematangan emosi rendah maka perilaku prososial rendah. Adapun sumbangan kematangan emosi terhadap perilaku prososial adalah 56,3%.

Kata Kunci : Kematangan Emosi, Perilaku Prososial

**Abstract**

Adolescents should ideally have a sense of caring for others and foster social care, where adolescents must care about the community or environment because teenagers are part of the community. Attitudes care about the environment by teenagers began to fade, this is due to the growth of individualistic attitudes among adolescents due to social media. Less time interacting can make teens less helpful and less interacting with the surrounding environment. A warm atmosphere of positive feelings can increase the willingness to take prosocial actions. With this positive atmosphere, the ability of adolescents to master emotions will be good, adolescents will act according to the situation they are facing. People who have mature emotions will not display emotionally done to children and also able to control their emotions in dealing with situations. This is what makes adolescents required to become more human beings who care about the surrounding environment. This study aims to determine the relationship between emotional maturity with prosocial behavior in late adolescents using social media. The subjects in this study were 90 teenagers. Data collection methods use a scale, there are two scales, namely prosocial behavior and emotional maturity. The results of the study can be concluded: There is a positive relationship between emotional maturity and prosocial behavior in adolescent social media users, with the product moment correlation test results of r = 0.751 and p< 0,01. This means that the higher the emotional maturity the higher the prosocial behavior, conversely the lower emotional maturity the lower the prosocial behavior. The contribution of emotional maturity to prosocial behavior was 56.3%.

Keywords: Emotional Maturity, Prosocial Behavior

**PENDAHULUAN**

Remaja akhir merupakan bagian dari masyarakat, remaja akhir memiliki salah satu tugas perkembangan dalam berhubungan dengan penyesuaian sosial (Hurlock E. , 1980). Dalam perkembangan sosial remaja dapat dilihat ada dua macam gerak, yaitu memisahkan diri dari orang tua dan menuju kearah teman – teman sebayanya (Monks & Knoers, 2014). Adapun pembagian perkembangan dalam masa remaja belangsung 2 antara umur 12 dan 21 tahun, dengan pembagian 12 -15 tahun: masa remaja awal, 15 – 18 tahun : masa remaja pertengahan, 18 – 21 tahun : masa remaja akhir, hal tersebut tentunya memiliki banyak faktor pada setiap perkembangan remaja (Monks & Knoers, 2014). Remaja perlu diarahkan dan diajarkan norma – norma yang berlaku, supaya remaja mudah menjalin hubungan di masyarakat. Remaja idealnya memiliki rasa kepedulian terhadap orang lain dan menumbuhkan kepedulian sosialnya, dimana remaja harus perduli terhadap masyarakat atau lingkungannya karena remaja merupakan bagian dari masyarakat.

Sikap perduli pada lingkungan sekitar oleh remaja mulai memudar, hal ini akibat tumbuhnya sikap individualis di kalangan remaja akibat media sosial. Secara umum, remaja sibuk dengan adanya media sosial dan lupa dengan orang sekitar karena memiliki teman di dunia maya (Asmaya, 2015). Sebuah penelitian nasional oleh Radeout dan Roberts dalam (Santrock, 2012), kebiasaan anak – anak dan remaja terhadap media sosial rata – rata remaja sekarang menghabiskan 6,5 jam sehari (44,5 jam seminggu) bersama media sosial, menghabiskan 2,25 jam sehari bersama orang tua, serta 50 menit sehari untuk mengerjakan pekerjaan rumah. Pada tahun 2012, Frontier Consulting Group Indonesia dalam (Aprinta & Dwi, 2017) melakukan survei terhadap perilaku digital 3 remaja Indonesia. Dalam survei dengan responden remaja berusia 13-19 tahun didapatkan hasil temuan yang menunjukkan bahwa 91.2% remaja menggunakan media sosial secara aktif. Penggunaan media sosial tersebut meliputi kegiatan mengunggah dan mengunduh di dalam akun media sosial mereka. Jika diasumsikan dengan pemakaian jumlah waktu, maka remaja cenderung menghabiskan waktu 3- 5 jam sehari dalam menggunakan media sosial. Hal tersebut menunjukkan bahwa kurangnya waktu remaja dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya secara langsung.

Berkurangnya waktu berinteraksi dapat membuat remaja kurang memiliki perilaku menolong dan kurang untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Adapun perilaku menolong atau disebut sebagai perilaku prososial menurut (Baron & Byrne, 2005) adalah segala tindakan apapun yang menguntungkan orang lain, yaitu tindakan yang tidak menyediakan keuntungan – keuntungan langsung pada orang yang melakukan tindakan tersebut dan bahkan mungkin mengandung resiko tertentu.

Menurut Macy dalam (Sarwono, 2002) manusia menolong karena dibiasakan oleh masyarakat untuk menolong dan untuk perbuatan tersebut, masyarakat menyediakan ganjaran yang positif bagi si penolong. Hal tersebut yang membuat remaja dituntut untuk menjadi manusia yang lebih perduli dengan lingkungan sekitarnya. Sedangkan menurut (Asih & Pratiwi, 2010), 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 memperdulikan motif – motif si penolong. Dari hasil penelitian Setiadi dan kawan – kawan dalam (Lestari & Partini, 2015) menemukan kecenderungan pada manusia di 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 disekitarnya menjadi menurun. Begitu pula dengan penelitian Hamidah dalam (Lestari & Partini, 2015) di tujuh daerah di Jawa Timur menunjukkan adanya indikasi penurunan kepedulian sosial dan kepekaan terhadap orang lain, hal tersebut banyak terjadi pada remaja yang nampak lebih mementingkan diri sendiri dan keberhasilannya tanpa mempertimbangkan keadaan orang lain di sekitarnya. Beberapa penelitian tersebut menunjukkan bahwa remaja lebih mementingkan dirinya sendiri dan kurang memperdulikan lingkungan sekitarnya.

Hal ini didukung dari hasil wawancara yang dilakukan pada hari Minggu, 10 November 2019 di Yogyakarta, menunjukkan dari 8 remaja yang di wawancarai, 5 remaja memiliki tingkat perilaku prososial yang rendah, berdasarkan aspek dari Mussen dkk (Asih & Pratiwi,2010) yaitu berbagi, kerjasama, menolong, bertindak jujur, dan berdermawan. Pada aspek menolong remaja hanya perduli terhadap teman kelompoknya saja atau orang – orang terdekat dan kurang perduli terhadap orang lain. Hal ini juga dilihat ketika ada teman yang bukan dari kelompoknya meminta tolong, namun remaja enggan untuk menolong, begitu juga ketika ada temannya yang lebih muda usianya meminta tolong menyelesaikan suatu masalah maka remaja enggan untuk menolong. Pada aspek bekerjasama, subjek mau bekerjasama dengan sungguh – sungguh apabila bersama orang – orang yang dikenal atau yang sudah dekat. Pada aspek bertindak jujur, ketika dalam keadaan mendesak atau tidak memiliki pilihan lain subjek tidak melakukan tindakan jujur, tapi subjek juga teteap berusaha untuk melakukan tindakan jujur. Pada aspek berdermawan dan aspek berbagi, subjek masih memilih-milih untuk memberikan apa yang dia punya kepada orang yang membutuhkan, jika dirasa orang yang membutuhkan benar-benar membutuhkan maka subjek akan memberikan apa yang dia punya untuk membantu. Hal tersebut jika dilihat pada dasarnya remaja memiliki perilaku prososial, akan tetapi perilaku prososialnya masih rendah, karena remaja masih memilih milih dan melihat situasi untuk melakukan tindakan prososial.

Menurut Staub (Dayakisni & Hudaniah, 2009) terdapat beberapa faktor yang mendasari seseorang untuk bertindak prososial yaitu, (1) Self-Gain; harapan seseorang untuk memperoleh atau menghindari kehilangan sesuatu, (2) Personal Values and Norms; adanya nilai – nilai dan norma sosial yang diinternalisasikan oleh individu selama mengalami sosialisasi dan sebagian nilai –nilai serta norma tersebut berkaitan dengan tindakan prososial, (3) Empathy; kemampuan seseorang untuk ikut merasakan perasaan atau pengalaman orang lain. Suasana perasaan positif yang hangat dapat meningkatkan kesediaan untuk melakukan tindakan prososial (Sears & Pelpau, 1985). Dengan kata lain, kematangan emosi diperlukan ketika suasana hati individu dalam keadaan kurang baik agar individu tersebut mampu mengendalikan emosi negatifnya sehingga dapat melakukan tindakan prososial.

Menurut Chaplin dalam (Paramitasari & Alfian, 2012) mendefinisikan kematangan emosi sebagai kondisi atau keadaan dalam perkembangan emosional seseorang. Orang yang memiliki emosional yang matang tidak akan menampilkan emosional yang dilakukan pada anak –anak dan juga mampu mengontrol emosinya dalam menghadapi situasi. Kematangan emosi adalah kemampuan dan kesanggupan individu untuk memberikan tanggapan emosi dengan baik dalam menghadapi tantangan hidup yang ringan dan berat serta mampu menyelesaikan, mampu mengendalikan luapan emosi dan mampu mengantisipasi secara kritis situasi yang di hadapi dalam kehidupannya (Asih & Pratiwi, 2010). Adapun karakteristik kematangan emosi menurut Hurlock (1980) yaitu, (1) Kontrol emosi; individu dikatakan mencapai kematangan emosi apabila pada akhir masa remaja tidak “meledakan” emosinya dihadapan orang lain, (2) Penggunaan fungsi kritis mental; individu yang matang emosinya menilai secara kritis suatu masalah sebelum bertindak secara emosional, (3) Pemahaman diri; remaja yang matang emosinya memberikan reaksi emosional yang stabil. Kematangan emosi sebagai keadaan seseorang yang tidak cepat terganggu rangsangan yang bersifat emosional, baik dari dalam maupun luar dirinya. Selain itu dengan matangnya emosi maka individu dapat bertindak sesuai dengan situasi dan kondisi dengan tetap mengedepankan tugas dan tanggung jawabnya, sehingga dengan kematangan emosi yang dimilikinya, individu mampu memberikan atau berperilaku prososial sesuai dengan yang diharapkan (Asih & Pratiwi, 2010). Artinya semakin tinggi kematangan emosi maka perilaku prososial semakin tinggi, sebaliknya kematangan emosi rendah maka perilaku prososial rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kematangan emosi dengan perilaku prososial pada remaja akhir pengguna media sosial.

**METODE**

Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang mana pengumpulan data menggunakan skala, ada dua skala yaitu perilaku prososial dan kematangan emosi. Subjek pada penelitian ini adalah remaja yang berjumlah 90 orang yang terdiri dari 30 remaja putra dan 60 remaja putri yang berumur 17-21 tahun yang menggunakan media sosial. Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis korelasi product moment yang dikembangkan oleh Pearson untuk menguji hubungan antara Kematangan Emosi dengan Perilaku Prososial. Data dalam penelitian ini menggunakan data interval. Peneliti menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* karena sesuai untuk menguji hipotesis mengenai hubungan antara 2 variabel.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Hasil**

Hasil analisis kolerasi product momen (pearson correlation) diperoleh kolerasi antara perilaku prososial dengan kematangan emosi dengan r = 0,751 dan p < 0,01 berarti ada kolerasi yang positif antara kematangan emosi dengan perilaku prososial. Semakin tinggi kematangan emosi maka perilaku prososial cenderung semakin tinggi dan sebaliknya semakin rendah kematangan emosi maka cenderung semakin rendah perilaku prososial. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Korelasi antara kematangan emosi dan perilaku prososial termasuk dalam kategori sangat kuat (r > 0,700). Selain itu, hasil analisis data juga menunjukkan koefesien determinasi atau (R2 ) sebesar 0,563 yang menunjukkan bahwa sumbangan kematangan emosi terhadap perilaku prososial hanya sebesar 56,3% sementara sisanya 43,7% dipengaruhi oleh faktor – faktor lain. Adapun faktor lain yang dapat mempengaruhi perilaku prososial seperti faktor situasional dan faktor internal. Faktor situasional yaitu bystander, daya tarik, atribusi terhadap korban, ada model, desakan waktu, dan sifat kebutuhan korban. Sedangkan faktor internal yaitu suasana hati, sifat, jenis kelamin, tempat tinggal, dan pola asuh.

**Pembahasan**

Perilaku prososial dapat ditunjukkan ketika individu telah mengambil keputusan untuk menolong yang memerlukan proses psikologis. Perilaku prososial sendiri dapat di pengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor suasana hati. Seseorang akan menolong apabila keadaan hatinya dalam suasana hati yang baik. Hasil penelitian Brigham dalam (Trifiana,2015) menunjukkan bahwa orang yang mempunyai suasana hati baik mungkin lebih dermawan dan menolong orang lain. Oleh karena itu kematangan emosi mempunyai pengaruh terhadap munculnya perilaku prososial. Kematangan emosi pada individu akan membantu individu tersebut menolong orang lain, meskipun keadaan emosinya sedang tidak baik. Individu yang sudah matang secara emosi tentu sudah dapat mengontrol emosinya, berfikir dahulu sebelum bertindak dan dapat memahami emosi yang dirasakan. Ketika dapat mengontrol emosi dengan baik, pada saat melihat orang lain membutuhkan bantuan maka individu akan menolong, meskipun susana hatinya sedang tidak baik. Seperti yang tertera pada aspek kematangan emosi yaitu tentang personal value and norm yang mana adanya nilai – nilai dan norma sosial yang diinternalisasikan oleh individu selama mengalami sosialisasi dan sebagian nilai –nilai serta norma tersebut berkaitan dengan tindakan prososial. Begitu juga dengan aspek kematangan emosi tentang empathy, tentang pengambilan peran menjadi persyaratan untuk mampu melakukan empati, individu harus memiliki kemampuan untuk melakukan pengambilan peran. Dengan kata lain, kematangan emosi diperlukan ketika suasana hati individu dalam keadaan kurang baik agar individu tersebut mampu mengendalikan emosi negatifnya sehingga dapat melakukan tindakan prososial. Seperti yang diungkapkan oleh Martin dalam (Haryati, 2013) bahwa kematangan emosi adalah kemampuan menerima hal-hal negatif dari lingkungan tanpa membalasnya dengan sikap yang negatif, melainkan dengan kebijakan atau sikap yang positif. Selain itu dengan matangnya emosi, individu dapat bertindak sesuai dengan situasi dan kondisi, sehingga dengan kematangan emosi yang dimiliki individu, maka individu mampu memberikan atau berperilaku prososial sesuai dengan yang diharapkan (Asih & Pratiwi, 2010), seperti menolong orang lain atau menawarkan bantuan kepada orang yang sedang kesusahan.

**Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penenlitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang positif antara kematangan emosi dengan perilaku prososial pada remaja. Hal ini menunjukkan semakin tinggi kematangan emosi maka cenderung semakin tinggi perilaku prososial pada remaja dan begitu juga sebaliknya semakin rendah kematangan emosi maka cenderung semakin rendah juga perilaku prososial pada remaja. Seperti yang diungkapkan oleh Martin dalam (Haryati, 2013) bahwa kematangan emosi adalah kemampuan menerima hal-hal negatif dari lingkungan tanpa membalasnya dengan sikap yang negatif, melainkan dengan kebijakan atau sikap yang positif. Dengan kata lain, kematangan emosi diperlukan ketika suasana hati individu dalam keadaan kurang baik agar individu tersebut mampu mengendalikan emosi negatifnya sehingga dapat melakukan tindakan prososial. kematangan emosi terhadap perilaku prososial memiliki sumbangan sebesar 56,3% sementara sisanya 43,7% dipengaruhi oleh faktor – faktor lain. Adapun faktor lain yang diteliti dalam penelitian ini seperti faktor situasional dan faktor internal.

# **DAFTAR PUSTAKA**

Aprinta, G., & Dwi, E. (2017). Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Tingkat Kepekaan Sosial Di Usia Remaja. *The Messengger*.

Asih, G., & Pratiwi, M. (2010). Perilaku Prososial Ditinjau Dari Empati dan Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi Universitas Muria Kudus*.

Asmaya, F. (2015). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Facebook Terhadap Perilaku Prososial Remaja Di Kenagarian Kota Bangun. *Jom FISIP*.

Baron, R., & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial, Edisi Kesepuluh, Jilid 2, Alih Bahasa : Dra. Ratna Djuwita.* Ciracas, Jakarta: Penerbit Erlangga.

Dayakisni, T., & Hudaniah. (2009). *Psikologi Sosial.* Malang: UMM Press.

Gerungan, W. (2004). *Psikologi Sosial.* Bandung: Refika Aditama.

Haryati, T. (2013). Kematangan Emosi, Religiusitas, dan Perilaku Prososial Perawat Di Rumah Sakit. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 164.

Hurlock, E. (1980). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi Kelima. Alih Bahasa : Dra. Istiwidayanti.* Jakarta: Penerbit Erlangga.

Lestari, D., & Partini. (2015). Hubungan Antara Penalaran Moral Dengan Perilaku Prososial Pada Remaja. *Jurnal Indigenous*, 42.

Monks, F., & Knoers, A. (2014). *Psikologi Perkembangan, Cetakan Ketujuh Belas.* Yogyakarta: GADJAH MADA UNIVERSITY PRESS.

Muawanah, L., & Pratikto, H. (2012). Kematangan Emosi, Konsep Diri dan Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi*.

Paramitasari, R., & Alfian, I. (2012). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Kecenderungan Memaafkan Pada Remaja Akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*.

Santrock, J. (2012). *Perkembangan Masa Hidup Edisi Ketiga Belas, Jilid 1.* Ciracas, Jakarta: Penerbit Erlangga.

Sarwono, S. (2002). *Psikologi Sosial.* Jakarta: Balai Pustaka.

Sears, D., & Pelpau, L. (1985). *Psikologi Sosial, Jilid 2 Edisi 5 (Alhi bahasa: Michael Ardiyanto).* Jakarta: Erlangga.

Trifiana, R. (2015). *Pengaruh Kematangan Emosi Terhadap Perilaku Prososial Remaja Pengguna Gadget Di SMP N 2 Yogyakarta. Skripsi.* Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.