

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia pada dasarnya adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri dan selalu membutuhkan orang lain untuk menjalin interaksi serta membangun hubungan yang saling menguntungkan. Dalam kehidupan sosial, manusia sering kali dihadapkan pada situasi sulit yang tidak bisa diselesaikan sendiri, sehingga timbul kebutuhan untuk meminta bantuan atau bekerja sama dengan orang lain. Sebagai makhluk sosial, manusia tidak hanya hidup untuk kepentingan dirinya sendiri, tetapi juga perlu memperhatikan kebutuhan dan kesejahteraan orang lain. Sikap peduli, saling membantu, dan memberi tanpa pamrih merupakan bagian dari perilaku sosial yang penting untuk keberlangsungan hidup bermasyarakat.

Salah satu bentuk konkret dari perilaku sosial yang telah menjadi bagian dari identitas masyarakat Indonesia adalah budaya gotong royong. Tradisi gotong royong mencerminkan semangat kebersamaan dan kepedulian terhadap sesama, baik dalam kepentingan umum seperti perbaikan jalan atau pembangunan fasilitas desa, maupun dalam kepentingan pribadi seperti acara pernikahan atau kelahiran. Contoh nyata seperti tradisi *Sinoman* di masyarakat Jawa menggambarkan bagaimana kerja sama antaranggota masyarakat berjalan secara sukarela dan terorganisir. Namun demikian, fenomena sosial ini mulai menunjukkan gejala penurunan. Setelah masa darurat pandemi Covid-19 dinyatakan berakhir oleh WHO pada 5 Mei 2023, hasil survei Kompas pada bulan yang sama menunjukkan penurunan tingkat kepercayaan masyarakat terhadap kinerja pemerintah dalam mengembangkan budaya gotong royong, dari 76% pada Januari menjadi 74% pada Mei 2023. Hal ini mencerminkan melemahnya semangat kolektif dalam membantu sesama.

Salah satu faktor penting yang mendasari munculnya semangat gotong royong dan tindakan sosial lainnya adalah empati. Empati merupakan kemampuan individu untuk memahami dan merasakan perasaan serta kondisi orang lain, seolah-olah berada di posisi mereka. Empati mendorong seseorang untuk peduli, membantu, dan merespons kebutuhan orang lain secara positif. Dalam konteks pendidikan, empati menjadi landasan penting dalam pembentukan karakter mahasiswa, termasuk dalam membangun hubungan yang sehat, mengurangi konflik, dan meningkatkan kerja sama. Sayangnya, penelitian yang dilakukan oleh Gustini (2017) menunjukkan bahwa tingkat empati di kalangan mahasiswa masih perlu ditingkatkan. Penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa mahasiswa yang berasal dari desa cenderung memiliki empati yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dari kota, yang mungkin disebabkan oleh masih kuatnya nilai-nilai gotong royong di lingkungan pedesaan.

Empati sendiri merupakan salah satu komponen dari kecerdasan emosional, yaitu kemampuan individu untuk mengenali, memahami, mengelola, dan menggunakan emosinya secara efektif dalam berinteraksi sosial. Oleh karena itu, kecerdasan emosional diyakini memiliki peran penting dalam mendorong perilaku prososial, yakni tindakan sukarela yang dilakukan untuk membantu orang lain tanpa mengharap imbalan. Pada dasarnya, perilaku prososial tidak dapat lepas dari empati. Menurut Baron dan Byrne (dikutip dari Sabiq, 2012) mengatakan bahwa perilaku prososial merupakan perilaku yang menguntungkan bagi penerima bantuan tetapi tidak ada keuntungan yang jelas bagi pelaku yang menolong. Maka dapat dikatakan bahwa perilaku prososial merupakan tindakan seseorang yang lebih mendominasi kepentingan orang lain dibandingkan kepentingannya sendiri. Sejalan dengan pendapat Santrock (dikutip dalam Susanto, 2018) yang menyatakan perilaku prososial merupakan suatu aksi yang tidak mementingkan dirinya sendiri, menolong orang lain, dan memiliki sikap empati yang tinggi terhadap orang lain.

Sedangkan menurut Davis (dikutip dari Lesmono & Ari Prasetya, 2020), empati merujuk pada kesadaran individu untuk dapat berpikir, merasakan, dan mengerti keadaan orang lain jika dilihat dari perspektif orang tersebut, sehingga individu mengetahui apa yang dirasakan dan dipikirkan oleh orang tersebut yang sedang mengalami kejadian tertentu. Menurut Mussen (dikutip dari Hidayatullah

dkk., 2021), perilaku prososial meliputi berbagai bentuk positif yang menunjukkan kepedulian terhadap orang lain. Perilaku ini antara lain ditunjukkan melalui sikap menolong, yaitu kesediaan seseorang untuk membantu orang lain yang sedang mengalami kesulitan secara sukarela. Selain itu, bederma atau memberikan sebagian miliknya kepada yang membutuhkan tanpa mengharapkan imbalan juga termasuk bentuk perilaku prososial. Kerjasama juga menjadi bagian penting, di mana individu bersedia bekerja sama dengan orang lain demi mencapai tujuan bersama. Dalam situasi emosional, perilaku prososial dapat terlihat melalui sikap berbagi perasaan, baik saat sedang bahagia maupun dalam kondisi sedih. Terakhir, bertindak jujur juga merupakan bagian dari perilaku prososial, karena menunjukkan tanggung jawab moral untuk mengatakan dan melakukan hal yang benar dalam berbagai situasi.

Menurut Branscombe & Baron (2017), perilaku prososial dapat meningkat ketika seseorang merasa memiliki kesamaan dengan orang lain, seperti dalam hal usia atau latar belakang, karena hal itu membuat mereka lebih mudah memahami dan merasakan apa yang dialami orang lain. Melihat atau meniru contoh perilaku menolong, baik secara langsung maupun melalui media seperti video game yang mengandung unsur prososial, juga dapat mendorong individu untuk lebih peduli dan membantu orang lain. Selain itu, perasaan kagum terhadap lingkungan sekitar dapat membuat seseorang tidak terlalu fokus pada dirinya sendiri melainkan merasa lebih bersyukur, sehingga lebih terdorong untuk menolong. Individu dari kelas sosial yang lebih rendah pun cenderung lebih prososial karena mereka merasa lebih membutuhkan dukungan dari orang lain.

Sebaliknya, Branscombe & Baron (2017) menjelaskan bahwa perilaku prososial bisa menurun ketika seseorang merasa diterima di lingkungannya, seperti saat dikucilkan atau diabaikan, karena hal ini bisa mengurangi rasa empati, terutama terhadap orang yang menolak mereka. Kondisi seperti berada dalam kegelapan atau merasa anonim juga mampu menurunkan keinginan untuk menolong, apalagi jika motivasi awalnya hanya ingin dilihat baik oleh orang lain. Selain itu, jika seseorang mulai memperhitungkan waktunya dengan uang, mereka cenderung enggan membantu karena merasa waktu tersebut lebih baik digunakan untuk hal yang lebih menguntungkan dirinya.

Dalam konteks pendidikan tinggi, mahasiswa memiliki peran penting bukan hanya sebagai pencari ilmu, tetapi juga sebagai individu yang diharapkan mampu berpikir kritis dan aktif dalam kehidupan sosial. Menurut Ariani (2019), mahasiswa merupakan seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut, dan universitas. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, ketepatan dalam berpikir, serta mampu merancang sesuatu dalam bertindak. Selain itu, mahasiswa dianggap memiliki pemikiran yang kritis dan bertindak dengan cepat serta tepat, sehingga ciri khas inilah yang merupakan sifat yang sering kali melekat pada diri setiap mahasiswa. Berdasarkan rentang usia, mahasiswa termasuk pada tahap perkembangan usia 18 hingga 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal, jika dilihat dari segi perkembangannya, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini merupakan pematangan pendirian hidup (Ariani, 2019).

Secara umum, sebagian mahasiswa masih menunjukkan tingkat perilaku prososial yang rendah. Mereka cenderung enggan menolong orang yang tidak dikenal, merasa tidak nyaman membantu di depan umum, serta lebih memilih untuk bergaul dengan teman dekat atau yang berasal dari daerah asal yang sama. Kecenderungan ini dipengaruhi oleh berbagai alasan, seperti kesibukan, rasa khawatir dimanfaatkan, serta anggapan bahwa tidak adanya timbal balik yang akan diperoleh. Selain itu, banyak mahasiswa lebih senang bekerja sendiri dan kurang berminat untuk berbagi materi kepada orang lain. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa menyadari pentingnya peran sosial, penerapannya dalam perilaku sehari-hari masih cukup terbatas (Zai, 2021; Lensus, 2018).

Perilaku prososial memiliki peranan penting dalam menciptakan hubungan yang harmonis dalam masyarakat, baik dalam lingkungan keluarga, pertemanan, maupun komunitas yang lebih luas. Namun, tingkat perilaku prososial dapat bervariasi antar individu, yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kecerdasan emosional (Yantiek, 2014). Menurut Salovey & Mayer (1990), kecerdasan emosional merupakan kecerdasan sosial yang melibatkan

kemampuan perasaan serta emosi diri sendiri dan orang lain, membedakannya, dan menggunakan informasi untuk mengarahkan pikiran serta tindakan individu dalam membuat keputusan. Kecerdasan emosional inilah yang membuat seseorang lebih mendalami untuk berperilaku dan berbuat sesuatu, karena kecerdasan emosional menjadi aspek kecerdasan dalam menentukan efektivitas penggunaan kecerdasan yang konvensional tersebut (Yantiek, 2014).

Hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional sebagai faktor internal seseorang pada perilaku prososial, karena melibatkan kemampuan individu untuk memotivasi dirinya sendiri sehingga ia mampu mengenal dan memahami perasaan orang lain. Semakin tinggi motivasi diri dan sikap empati seseorang maka akan semakin tinggi pula keinginannya untuk menolong orang lain. Sejalan dengan pendapat Goleman (dikutip dari Sembiring dkk., 2015), aspek kecerdasan emosional terbagi menjadi lima komponen. Tiga aspek menyangkut kompetensi emosional, di antaranya kesadaran diri, pengendalian diri, dan motivasi diri. Sedangkan dua aspek berikutnya menyangkut kompetensi sosial, yaitu mengenali emosi orang lain (empati) dan keterampilan sosial. Maka dapat disimpulkan jika seseorang memiliki kecerdasan emosional yang rendah, akan rendah juga perilaku prososialnya. Begitupun sebaliknya, seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi maka akan tinggi pula perilaku prososialnya. Pernyataan tersebut dipertegas oleh Hernita (2016), dalam penelitiannya menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki pengaruh yang positif terhadap perilaku prososial, artinya semakin tinggi kecerdasan emosional individu maka semakin tinggi pula perilaku prososial.

Berbagai penelitian mengatakan bahwa kecerdasan emosional memiliki peran penting dalam mendorong perilaku prososial. Secara umum, hasil temuan menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional individu, maka semakin tinggi pula kecenderungannya untuk melakukan perilaku prososial yang meliputi membantu, berbagi, dan peduli terhadap orang lain. Kecerdasan emosional dianggap sebagai salah satu faktor penting yang turut berkontribusi terhadap perilaku prososial, meskipun masih terdapat faktor-faktor lain yang juga memengaruhinya (Noya, 2019; Maghfiroh & Suwanda, 2017; Sembiring dkk., 2015).

Di sisi lain, hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan tingkat perilaku prososial dan kecerdasan emosional pada mahasiswa. Berdasarkan penelitian Rufaida (2009), data pengukuran kematangan emosi menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa memiliki tingkat kematangan emosi yang tinggi, yang sejalan dengan perilaku prososial yang juga tergolong tinggi. Namun, berbeda dengan temuan tersebut, penelitian lain mengungkapkan bahwa sebagian besar mahasiswa justru berada pada kategori sedang dalam perilaku prososial dan kecerdasan emosional, dan hanya sebagian kecil saja yang mencapai kategori tinggi di kedua aspek tersebut (Triantasya dkk., 2021).

Selain itu, berdasarkan hasil penelitian terhadap mahasiswa Universitas Negeri Jakarta yang dilakukan Na'imah dkk., (2016) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengelola kecemasan dan emosi mereka. Mahasiswa mengaku merasa mudah cemas dan khawatir ketika harus berhadapan dengan banyak orang atau bergaul dengan orang yang baru dikenal. Gejala fisik seperti mudah berkeringan dan menjadi gugup kerap muncul, terutama saat presentasi di depan umum, sehingga memengaruhi performa mereka. Mereka juga merasa khawatir secara berlebihan ketika pendapatnya ditolak dan merasa seperti orang asing di dalam kelas, sehingga memilih menghindari interaksi sosial (Na'imah dkk., 2016).

Fenomena ini mencerminkan adanya tantangan dalam aspek kecerdasan emosional, khususnya pada pengelolaan emosi dan kepercayaan diri, yang pada akhirnya dapat berdampak pada rendahnya kecenderungan mahasiswa untuk berperilaku prososial. Menyadari pentingnya kecerdasan emosional dalam mendorong perilaku prososial, maka penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap perilaku prososial, serta sejauh mana kecerdasan emosional bisa memengaruhi kecenderungan seseorang dalam berperilaku prososial pada tingkat mahasiswa.

Pada dasarnya, seorang mahasiswa mampu menjunjung tinggi nilai sosial dalam bermasyarakat untuk mendorong perilaku prososial. Tetapi, hal tersebut bertolak belakang dengan wawancara terhadap perwakilan Himpunan Mahasiswa Jurusan (HMJ) yang dilakukan Wahyuni & Permatasari (2020), hasil wawancara menunjukkan rendahnya perilaku prososial pada kalangan mahasiswa dalam bakti

sosial untuk membantu masyarakat yang terkena musibah bencana alam. Kemudian, didapatkan pula data yang diperoleh dari perwakilan himpunan mahasiswa jurusan tersebut, bahwa mahasiswa dengan jurusan Psikologi Islam yang terlibat untuk penggalangan dana korban bencana hanya berjumlah 58 orang dari 468 mahasiswa Psikologi Islam. Rendahnya perilaku prososial pada mahasiswa menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara capaian pembelajaran dalam hal sikap dan nilai moral dengan penerapan sikap sosial di kehidupan nyata.

Sebagaimana yang tercantum dalam kurikulum Asosiasi Penyelenggara Pendidikan Tinggi Psikologi Indonesia (AP2TPI), dalam capaian pembelajaran, mahasiswa diharapkan mampu melakukan kegiatan-kegiatan profesional psikologi secara empatik kepada individu, kelompok, dan masyarakat yang memiliki budaya, latar belakang, dan karakteristik yang beragam. Kegiatan tersebut meliputi berbagai perilaku prososial, misalnya, melakukan asesmen psikologis, memberikan konseling dasar, melakukan psikoedukasi, mengelola kegiatan intervensi berbasis komunitas, serta mengembangkan program peningkatan kesejahteraan psikologis di berbagai ruang lingkup, seperti sekolah, instansi/lembaga, maupun masyarakat umum. Dengan demikian, mahasiswa diharapkan mampu menunjukkan perilaku prososial untuk menyejahterakan masyarakat yang membutuhkan pertolongan, terutama kepada mereka yang sedang mendapatkan musibah.

Memahami permasalahan di atas, penulis menemukan adanya kesenjangan antara tujuan pembelajaran dengan aktualisasi sikap seorang mahasiswa di kehidupan sosial. Permasalahan tersebut akan sangat serius apabila tidak segera diberikan intervensi mengenai aspek emosional pada mahasiswa untuk meningkatkan perilaku prososial. Berdasarkan sejumlah penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya pengaruh kecerdasan emosional terhadap perilaku prososial, penulis meyakini bahwa aspek emosional sangat penting ditingkatkan pada mahasiswa untuk memberikan kontribusi yang nyata pada masyarakat, seperti perilaku prososial. Oleh karena itu, hasil penelitian diharapkan mampu memberikan dampak positif bagi pengembangan program pelatihan kecerdasan emosional untuk meningkatkan perilaku prososial dalam berbagai konteks kehidupan, seperti pendidikan, pekerjaan, dan kehidupan sosial secara umum. Dengan menggali lebih jauh hubungan antara kedua variabel ini, maka diharapkan penelitian ini dapat

memberikan wawasan yang lebih luas kepada mahasiswa mengenai bagaimana kecerdasan emosional dapat dikembangkan untuk meningkatkan kualitas interaksi sosial dan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan. Berdasarkan gambaran masalah di atas, maka penulis bermaksud melakukan penelitian yang berjudul *“Pengaruh Antara Kecerdasan Emosional Terhadap Perilaku Prososial pada Mahasiswa”*.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi masalahnya sebagai berikut:

- 1) Rendahnya tingkat perilaku prososial di kalangan mahasiswa, sebagaimana yang ditunjukkan dari beberapa penelitian.
- 2) Kurangnya tindakan menolong, berbagi, dan peduli terhadap sesama dalam kehidupan sehari-hari menjadi faktor melemahnya perilaku prososial.
- 3) Penurunan budaya gotong royong pada masyarakat Indonesia turut memengaruhi kurangnya semangat kerjasama dan perilaku saling membantu antar sesama.
- 4) Rendahnya empati menjadi salah satu penyebab utama berkurangnya perilaku prososial, terutama di lingkungan pendidikan.
- 5) Kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri maupun orang lain diyakini memiliki peranan penting dalam membentuk perilaku prososial.
- 6) Sebagian mahasiswa Universitas Negeri Jakarta masih mengalami kesulitan dalam mengelola kecemasan dan emosi saat berinteraksi sosial, yang berdampak pada rendahnya kecenderungan untuk berperilaku prososial.
- 7) Adanya kesenjangan antara tujuan pembelajaran dengan aktualisasi sikap seorang mahasiswa di kehidupan sosial.

1.3 Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini dapat lebih terfokus dan mencapai hasil yang lebih spesifik, maka batasan dalam penelitian ini untuk mengetahui pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap perilaku prososial pada mahasiswa.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Apakah terdapat pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap perilaku prososial pada mahasiswa?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka dapat diketahui tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap perilaku prososial pada mahasiswa.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat teoritis

Pada penelitian ini, pembaca diharapkan dapat menambah serta memperluas pengetahuan disiplin keilmuan dalam Psikologi Sosial terutama mengenai perilaku prososial dan kecerdasan emosional yang dapat dilihat dari teori keilmuannya, aspek pada masing-masing variabel, penyebab pada kedua variabel, dan sejenisnya yang berkaitan dengan perilaku prososial dan kecerdasan emosional.

1.6.2 Manfaat praktis

Secara praktis, peneliti berharap penelitian ini dapat menambah referensi untuk melakukan intervensi secara psikologis dalam ranah sosial untuk peningkatan kesadaran sosial dan kesejahteraan emosional individu. Selain itu, penelitian ini juga mampu memberikan gambaran bagi individu dalam pengembangan pelatihan

kecerdasan emosional dan perilaku prososial di berbagai ruang lingkup seperti di pendidikan, pekerjaan, keluarga, dan lingkungan sosial.

