

**HUBUNGAN ANTARA *SELF ESTEEM* DENGAN PERILAKU
PROSOSIAL PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

Azka Anindita Aysar¹, Dinie Ratri Desiningrum¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

azkanindita29@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku prososial memiliki peranan penting bagi kehidupan individu di usia dewasa awal. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dengan perilaku prososial pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan modifikasi skala *Prosocialness for Adult* (PSA) dari Caprara yang telah diadaptasi ke versi Bahasa Indonesia oleh Sefianmi dkk. (2023) (16 aitem valid, $\alpha=0.895$) dan modifikasi skala *self esteem* dari Trisanti (2015) yang dikembangkan berdasarkan empat aspek *self esteem* menurut Coopersmith (55 aitem valid, $\alpha=0.962$). Partisipan penelitian terdiri dari 298 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro dari dua angkatan yang dipilih dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *Spearman Rho*. Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self esteem* dengan perilaku prososial pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro ($r_s = 0.355$, $p<0.001$). Artinya semakin tinggi tingkat *self esteem* individu maka semakin tinggi pula tingkat perilaku prososialnya. Penelitian juga menemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat perilaku prososial pada mahasiswa laki-laki dengan mahasiswa perempuan ($p<0.001$).

Kata kunci: *self esteem*, perilaku prososial, mahasiswa

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF ESTEEM AND PROSOCIAL
BEHAVIOR IN STUDENT AT THE FACULTY OF PSYCHOLOGY
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

Azka Anindita Aysar¹, Dinie Ratri Desiningrum¹

¹Faculty of Psychology Universitas Diponegoro
Prof. Mr. Sunario St., Tembalang, Semarang, 50275

azkanindita29@gmail.com

ABSTRACT

Prosocial behavior has an important role in the early adulthood stage of individuals. This research is a quantitative correlational research which aims to understand the relationship between self esteem and prosocial behavior in students at the Faculty of Psychology Universitas Diponegoro. This research used a modification of *Prosocialness for Adult* (PSA) scale by Caprara which has been adapted to Indonesian by Sefianmi et al. (2023) (16 valid items, $\alpha=0.895$) and a modification of Self Esteem Scale by Trisanti (2015) which was developed using four aspects of self esteem according to Coopersmith (55 valid items. $\alpha=0.962$) to gather data. 298 first and second year students from Faculty of Psychology Universitas Diponegoro chosen using cluster random sampling technique participated in this study. Analysis was done using the Spearman Rho test. Result showed that there is a significant positive correlation between self esteem and prosocial behavior in students at the Faculty of Psychology Universitas Diponegoro ($r_s = 0.355$, $p<0.001$). This result implies that a higher degree self esteem means a higher degree of prosocial behavior. Result also showed a significant difference in prosocial behavior between male students and female students ($p<0.001$).

Keywords: *self esteem*, prosocial behavior, university student

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia dikenal sebagai negara yang menjunjung nilai keramahan, gotong royong, dan tolong menolong dalam kehidupan masyarakatnya. Akan tetapi, berbagai kasus di media berita mulai menunjukkan menurunnya tingkat perilaku prososial masyarakat Indonesia. Dikutip dari salah satu berita di Tribun Jateng, pada tahun 2022 sempat marak kasus seorang wanita muda yang enggan untuk memberikan tempat duduk yang masih kosong kepada seorang ibu dan anaknya dan justru meletakkan tasnya di tempat tersebut dengan alasan menyimpan tempat untuk temannya (Manaf, 2022). Fenomena penurunan tingkat perilaku prososial juga tercermin dalam artikel berita yang ditulis Rasyad (2022) untuk *Kumparan News* mengenai kasus seorang pelajar SMP di Bandung yang diabaikan ketika dicopet walaupun korban telah berteriak minta tolong dan terdapat banyak orang di sekitar lokasi kejadian.

Adanya fenomena penurunan tingkat perilaku prososial dapat dilihat dari hasil wawancara dengan dua mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro dari dua angkatan berbeda (hasil wawancara terlampir). Walaupun kedua subjek sepakat bahwa membantu orang lain merupakan perilaku yang baik dan penting untuk dilakukan, para subjek berpendapat tingkat individualisme di zaman sekarang cukup tinggi. Terdapat banyak faktor yang perlu dipertimbangkan sebelum memberikan bantuan kepada individu lain. Tidak hanya itu, terdapat juga

hal-hal yang menyebabkan individu merasa ragu atau enggan memberikan bantuan kepada orang lain. Dari hasil wawancara, ditemukan bahwa di Lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro masih banyak ditemui perilaku yang menunjukkan rendahnya tingkat perilaku prososial terutama dalam kegiatan perkuliahan yang melibatkan pekerjaan kelompok.

Perilaku prososial menjadi bagian integral dari kehidupan bermasyarakat. Di level yang paling sederhana, kecenderungan terhadap perilaku prososial di Indonesia terlihat dari adanya budaya yang mengedepankan gotong royong atau tolong menolong. Di masa lalu, budaya gotong royong yang sangat kental dapat dilihat dari berbagai kepedulian dan keringantanganan masyarakat terhadap satu sama lain. Dengan adanya kemajuan di berbagai bidang, akulturasi budaya yang disebabkan oleh globalisasi menjadi hal yang tidak dapat dihindari. Globalisasi menciptakan berbagai perubahan yang perlahan memudahkan budaya gotong royong yang ada dan memunculkan nilai-nilai individualisme di masyarakat Indonesia (Permana dkk., 2022).

Menurut Penner dkk. (2005), perilaku prososial dapat diartikan sebagai berbagai macam perilaku yang bertujuan memberikan keuntungan bagi kelompok sosial lain dan untuk memenuhi ekspektasi sosial, yang dilakukan individu atas keinginannya sendiri. Perilaku yang dimaksud mencakup membantu, berbagi, mendonasikan sesuatu, kooperasi, dan berderma. Sedangkan menurut Schwartz & Bilsky (1990) perilaku prososial merupakan berbagai perilaku yang bertujuan untuk melindungi atau mempertahankan kesejahteraan orang lain. Bashori (2017) menilai perilaku prososial sebagai perilaku sukarela yang menguntungkan pihak lain dan

bertujuan untuk mengurangi beban baik secara fisik maupun psikologis dari individu lain. Dari beberapa pendapat tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa perilaku prososial diartikan sebagai perilaku yang dilakukan individu atas kemauan sendiri dan dilakukan untuk membawa manfaat bagi individu lain.

Perilaku prososial merupakan hal yang penting untuk dimiliki di usia dewasa awal. Terbentuknya interaksi dan hubungan interpersonal yang optimal baik dalam konteks romantis, keluarga, pertemanan, pekerjaan, dan komunitas menjadi salah satu bagian tugas perkembangan yang perlu dipenuhi di usia dewasa awal (Havighurst dalam Huttenman dkk., 2014). Dalam menjalin hubungan sosial yang ideal, umum dikenal istilah perilaku prososial. Perilaku prososial memiliki peranan penting dalam kehidupan sosial individu dengan mendorong munculnya afiliasi dan penerimaan dari lingkungan sosialnya (McDonald dkk., 2023). Individu yang memiliki tingkat prososial tinggi di usia dewasa awal cenderung memiliki hubungan dan lingkungan sosial yang lebih ideal.

Sejalan dengan hal tersebut, perilaku prososial berperan secara signifikan dalam menciptakan serta mempertahankan sebuah hubungan interpersonal. Perilaku prososial menurut Lai dkk. (2020) memberikan kesempatan bagi individu untuk membentuk hubungan yang positif dengan orang lain. Fu dkk. (2022) menyebutkan bahwa perilaku prososial menjadi salah satu syarat terbentuknya hubungan interpersonal yang ideal. Klein (2017) juga menyebutkan bahwa perilaku prososial membantu individu untuk membentuk hubungan yang positif. Berdasarkan temuan-temuan tersebut, individu dewasa awal dengan tingkat

perilaku prososial yang tinggi dipercaya akan lebih mudah dalam menjalin hubungan interpersonal dan sosial yang positif.

Tidak hanya bermanfaat dalam bermasyarakat dan menjalin kehidupan sosial, perilaku prososial juga memiliki berbagai manfaat untuk kehidupan personal individu. Perilaku prososial sangat penting untuk diintegrasikan dalam kehidupan seseorang terlebih pada usia dewasa awal. Dakin dkk. (2022) dalam penelitiannya menemukan bahwa perilaku prososial dikaitkan dengan peningkatan kebermaknaan dan kebahagiaan di kehidupan sehari-hari. Afek yang muncul dari perilaku prososial juga dihubungkan dengan peningkatan kesejahteraan individu (Martela & Ryan, 2016). Sejalan dengan itu, penelitian oleh Nasihah & Alfian (2021) menemukan hubungan antara perilaku prososial pada aspek altruisme dan menolong dengan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penelitian lain juga menemukan bahwa perilaku prososial dapat mengurangi dampak negatif yang ditimbulkan oleh stres (Raposa dkk., 2016). Dengan meninjau fenomena, peran, dan manfaat perilaku prososial bagi individu, variabel perilaku prososial perlu untuk terus dieksplorasi dan memiliki urgensi tersendiri untuk diteliti.

Carlo dan Randall (2002) mengklasifikasikan perilaku prososial menjadi enam jenis atau kategori. Kategori pertama yaitu perilaku altruistik yang murni didasari oleh kekhawatiran akan kesejahteraan orang lain. Kategori kedua yaitu perilaku prososial sebagai tanggapan akan permintaan bantuan oleh orang lain. Kategori ketiga yaitu perilaku prososial yang muncul karena adanya hal yang menimbulkan respon emosional. Kategori keempat yaitu perilaku publik, di mana perilaku prososial dilakukan dengan harapan mendapatkan pengakuan dari orang

lain. Kelima yaitu perilaku prososial anonim yang dilakukan tanpa adanya pengetahuan individu lain. Kategori terakhir yaitu perilaku prososial yang dilakukan dalam situasi genting seperti krisis atau kejadian gawat darurat. Perilaku prososial berbeda dengan perilaku altruistik. Menurut Feigin dkk. (dalam Lay dkk., 2015) perilaku altruistik merupakan perilaku sukarela yang dilakukan individu secara tulus untuk menyejahterakan orang lain, sedangkan perilaku prososial lebih menekankan pada dampak positif yang diberikan kepada orang lain tanpa memerhatikan motif perilaku. Sehingga seluruh perilaku altruistik dapat dikategorikan sebagai perilaku prososial namun tidak sebaliknya.

Penelitian menemukan bahwa terdapat berbagai variabel yang dihubungkan dengan perilaku prososial. Roth (2017) menemukan bahwa kepedulian empatik, religiusitas, dan spiritualitas mempengaruhi munculnya perilaku prososial. Sedangkan Donald dkk. (2019) dalam penelitiannya menemukan bahwa *mindfulness* berkorelasi secara positif dengan perilaku prososial. Tidak hanya itu, penelitian menemukan bahwa kepribadian terutama *agreeableness* dan *openness* memiliki hubungan erat dengan perilaku prososial (Kline dkk., 2019). Penelitian juga menemukan bahwa *self esteem* memiliki korelasi dengan perilaku prososial (Rahmani dkk., 2022).

Leary dan Baumeister (2000) mendefinisikan *self esteem* sebagai perkiraan internal individu mengenai seberapa dihargainya individu oleh orang-orang di sekitarnya. Menurut Bailey (2003) *self esteem* merupakan istilah yang digunakan untuk mendeskripsikan kondisi mental terkait bagaimana seorang individu memandang dirinya. Stets & Burke (2014) berpendapat bahwa *self esteem* terdiri

dari tiga dimensi yaitu harga diri (*self worth*), efikasi diri (*self efficacy*), dan otentisitas (*authenticity*). *Self esteem* mempengaruhi bagaimana individu terlibat dalam interaksi dan membangun hubungan sosial dengan individu-individu lain di sekitarnya (Harris & Orth, 2020).

Berbagai penelitian telah dilakukan untuk meninjau hubungan antara *self esteem* dengan perilaku prososial. Penelitian oleh Wahyuni dkk. (2019) memberikan hasil adanya kontribusi sebanyak 14% dari *self esteem* terhadap perilaku prososial siswa SMP. Nurohman (2023) menemukan hubungan positif antara *self esteem* dan perilaku prososial pada siswa SMK di Karanganyar. Rahmani dkk. (2022) melakukan penelitian pada mahasiswa di Yogyakarta dan menemukan hasil serupa yaitu terdapat hubungan antara *self esteem* dengan perilaku prososial yang positif. Sejalan dengan itu, penelitian oleh Afolabi (2014) menunjukkan bahwa *self esteem* memprediksi munculnya perilaku prososial pada mahasiswa tahun pertama.

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa *self esteem* berhubungan dengan perilaku prososial baik secara langsung maupun melalui perantara variabel lain. Penelitian yang dilakukan Li dan Hao (2022) menemukan adanya korelasi yang positif antara *self esteem* dengan perilaku prososial yang dimoderatori oleh *self compassion* pada remaja. Pada penelitian Zhang dkk. (2023) *self esteem* menjadi variabel yang memediasi hubungan antara pendampingan dari orang tua semasa kecil dengan perilaku prososial. Berkebalikan dengan hasil penelitian populer, studi longitudinal oleh Zuffiano dkk. (2014) yang dimulai ketika para subjek berusia 15 tahun dan berakhir ketika subjek berusia 25 tahun menemukan bahwa *self esteem*

tidak memprediksi perilaku prososial. Perbedaan hasil studi tersebut menjadi salah satu alasan topik ini perlu diteliti lebih lanjut.

Penelitian-penelitian terdahulu menemukan bahwa tingkat perilaku prososial yang ditunjukkan oleh individu dapat berubah seiring berjalannya usia. Penelitian longitudinal oleh Fu dkk. (2017) menemukan adanya peningkatan perilaku prososial kepada orang asing bagi remaja perempuan seiring bertambahnya usia. Penelitian yang sama menemukan bahwa untuk laki-laki terdapat pola perilaku sosial kepada orang asing yang fluktuatif. Sebaliknya, Luengo-Kanacri dkk. (2013) menemukan bahwa tingkat perilaku prososial cenderung menurun selama remaja. Penelitian oleh Matsumoto dkk. (2016) menunjukkan hasil bahwa perilaku prososial terus meningkat seiring berjalannya usia bahkan setelah individu mencapai usia dewasa awal.

Tidak hanya itu, dalam meneliti perilaku prososial konteks budaya merupakan faktor yang penting untuk dipertimbangkan. Budaya memberikan memberikan pengaruh kuat terhadap bagaimana individu berpikir, berperasaan, dan bertindak (Schroeder dkk., 2014). Tingkat dan jenis perilaku prososial yang ditunjukkan oleh individu beragam pada budaya yang berbeda. Studi pada 63 negara menemukan bahwa negara yang menganut nilai kolektivisme menunjukkan empati dan perilaku prososial yang lebih tinggi (Chopik dkk., 2017). Menurut Schroeder dkk. (2014), norma dan ekspektasi budaya, status dan jabatan, lingkungan sosial, keterlekatan, dan motivasi individu menjadi faktor-faktor yang menyebabkan adanya perbedaan perilaku prososial pada budaya kolektivis dan individualis.

Walaupun terdapat penelitian yang menunjukkan adanya kemungkinan perubahan perilaku prososial seiring berjalannya usia, sejauh ini penelitian mengenai hubungan *self esteem* dan perilaku prososial lebih banyak difokuskan pada remaja. Sedangkan, penelitian mengenai perilaku prososial pada usia dewasa awal lebih banyak dilakukan di Amerika dan Eropa di mana sebagian besar memiliki budaya individualis. Mengingat adanya keterkaitan antara usia dan konteks budaya dengan perilaku prososial, penelitian dengan sampel yang lebih beragam dan spesifik masih perlu dilakukan. Penelitian ini berusaha mengisi *research gap* dan memberikan kebaruan dengan mengeksplorasi hubungan antara variabel *self esteem* dengan perilaku prososial pada individu usia dewasa awal di Indonesia sebagai negara dengan budaya kolektifis.

Penelitian ini dilakukan untuk memperoleh data terbaru yang akurat terkait hubungan antara *self esteem* dan perilaku prososial pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Subjek penelitian dipilih dengan landasan pendapat Harton dan Lyons (2003) yang menyebutkan bahwa mahasiswa psikologi dilatih untuk menolong orang lain dan rata-rata memiliki tingkat empati yang lebih tinggi dibanding mahasiswa disiplin lain. Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro dipilih dengan pertimbangan aksesibilitas pengambilan data. Selain itu, karakteristik demografis mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia diharapkan dapat memberikan sampel yang representatif dalam penelitian.

B. Rumusan Masalah

Meninjau paparan latar belakang tersebut, penelitian ini akan membahas rumusan masalah berupa “Apakah terdapat hubungan antara *self esteem* dengan perilaku prososial pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan utama penelitian ini yaitu untuk mendapatkan hasil yang empiris dan menguji secara kuantitatif mengenai hubungan antara *self esteem* dengan perilaku prososial pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian diharapkan berkontribusi dalam menambah serta memperdalam informasi mengenai studi hubungan *self esteem* dengan perilaku prososial. Penelitian juga diharapkan dapat berkontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan terutama di dalam lingkup disiplin ilmu psikologi perkembangan dan psikologi sosial.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi dan ilmu pengetahuan mengenai gambaran tingkat perilaku prososial pada individu usia dewasa awal sebagai bahan masukan dan evaluasi kepada diri mahasiswa. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi dan

bahan masukan terkait upaya yang dapat dilakukan oleh orang tua dan tenaga pendidik untuk meningkatkan perilaku prososial individu .