

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Landasan Teori

a. Perilaku Prosocial

1. Definisi Perilaku Prosocial

Manusia merupakan salah satu makhluk sosial yang dimana dalam kehidupannya saling berinteraksi antara satu dengan yang lainnya. Manusia selain sebagai makhluk sosial, juga sebagai makhluk komunal yang berarti dalam kehidupannya adalah saling membutuhkan seperti hidup berkelompok dengan manusia lainnya yang saling didasarkan atas kesamaan tujuan hidup bersama. Beberapa aktivitas yang telah dijalankan oleh setiap manusia dalam kehidupan bermasyarakatnya menuntut seseorang tersebut harus saling berinteraksi satu sama lain, bertukar pikiran, membutuhkan bantuan, bekerja sama dan saling tolong menolong. Salah satu perilaku menolong yang terjadi berdasarkan ketulusan dan kesukarelaan hati disebut dengan perilaku prososial.¹⁹

Eisenberg dan Mussen memaparkan bahwa perilaku prososial merupakan segala bentuk sikap yang memberikan konsekuensi positif bagi penerima, baik dalam bentuk materi, fisik ataupun psikologis namun tak mempunyai keuntungan yang kentara bagi orang yang memberi pertolongan, perilaku prososial meliputi berbagi, kerjasama,

¹⁹Ni Desak Made Santi Diwyarthi, dkk, *Psikologi Sosial* (Bandung: Widina Bhakti Persada, 2021), hlm. 174.

menyumbang, menolong, kejujuran, berderma dan mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain.²⁰

Adapun pengertian perilaku prososial menurut Prida adalah suatu sikap yang memiliki akibat bernilai positif bagi partner interaksi.²¹ Menurut Muryanto, dkk mengungkapkan perilaku prososial adalah suatu sikap atau tindakan yang dapat membentuk dampak positif bagi seseorang. Dan dapat diartikan bahwa suatu sikap prososial adalah tindakan positif yang dapat memberi keuntungan bagi diri sendiri atau bahkan orang lain yang dinilai bertujuan untuk memberikan kesejahteraan bagi diri sendiri maupun orang lain.²²

Menurut Papalia, et al perilaku prososial (*prosocial behavior*) merupakan segala tindakan yang dilakukan dengan sukarela tanpa mengharap suatu imbalan yang bertujuan untuk membantu orang lain. Demikian juga menurut Bar-Tal mengartikan perilaku prososial sebagai perilaku yang dilakukan dengan cara sukarela, yang didalamnya dapat menguntungkan orang lain tanpa antisipasi, reward eksternal, dan perilaku tersebut dilakukan tidak untuk dirinya sendiri, meliputi *helping* atau *aiding*, *sharing*, dan *donating* untuk orang lain.²³

²⁰Muhammad Rafli Ramadhani, dkk, "Perilaku Prososial Masyarakat Kota Surabaya Dimasa Pandemi covid 19: Bagaimana Peran Kecerdasan Emosi?", Jurnal Penelitian Psikologi, (2021), Vol. 2, No. 2, Hlm 113.

²¹Danang Satrio, dkk, "Hubungan Religiusitas dan Kepribadian Terhadap Perilaku Prososial Pada Perawat", Jurnal Pena, (2020), Vol. 34, No. 1, Hlm 79.

²²Siera Saharani, dkk, "Perkembangan Perilaku Prososial Anak Usia 4-5 Tahun di TK Mardi Putra 01 Kota Batu", Jurnal Pendidikan, Pengasuhan, Kesehatan, dan Gizi Anak Usia Dini, (2021), Vol. 2, No. 1, Hlm 24.

²³Dea Annisa dan Nurhayati Djamas, "Meningkatkan Perilaku Prososial Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Permainan Tradisional Babington", Jurnal Audhi, (2020), Vol. 3, No. 1, Hlm 43.

Dari berbagai definisi para tokoh diatas dapat disimpulkan bahwa, perilaku prososial merupakan suatu tindakan yang dilakukan oleh seseorang dengan sadar yang bertujuan untuk membantu satu sama lain yang saling membutuhkan dan dapat menguntungkan bagi yang ditolong tersebut tanpa imbalan apapun.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Prososial

Menurut Staub dalam Dayaksini dan Hudaniah terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku prososial, yaitu:

a. Self-gain

Harapan seseorang untuk memperoleh atau menghindari kehilangan sesuatu, misalnya ingin mendapatkan pengakuan, pujian atau takut dikucilkan.

b. 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, seperti berkewajiban menegakkan kebenaran dan keadilan serta adanya norma timbal balik.

c. Empathy

Kemampuan seseorang untuk ikut merasakan perasaan atau pengalaman orang lain. Kemampuan untuk empati ini erat kaitannya dengan pengambilan peran. Jadi, prasyarat untuk mampu

melakukan empati, individu harus memiliki kemampuan untuk melakukan pengambilan peran.²⁴

3. Aspek-aspek Perilaku Prososial

Terdapat beberapa aspek-aspek perilaku prososial yang telah dipaparkan oleh Mussen, dkk yaitu meliputi:

- a. Berbagi: Kesiediaan untuk berbagi perasaan dengan orang lain dalam suasana suka dan duka.
- b. Kerjasama: Kesiediaan untuk bekerjasama dengan orang lain demi tercapainya suatu tujuan.
- c. Menolong: Kesiediaan untuk menolong orang lain yang sedang berada dalam kesulitan.
- d. Bertindak jujur: Kesiediaan untuk melakukan sesuatu seperti apa adanya, tidak berbuat curang.
- e. Berderma: Kesiediaan untuk memberikan sukarela sebagian barang miliknya kepada orang yang membutuhkan.²⁵

b. Kebersyukuran

1. Definisi Kebersyukuran

Menurut Seligman dalam Shobihah memaparkan bahwa kebersyukuran adalah salah satu diantara banyak kajian dalam bidang

²⁴Putri Maharani Yusuf dan Ika Febrian Kristina , "Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Prososial Pada Siswa Sekolah Menengah Atas", Jurnal Empati, (2017), Vol. 7, No. 3, Hlm 89.

²⁵Gusti Yuli Asih dan Margaretha Maria Shinta Pratiwi, "Perilaku Prososial Ditinjau Dari Empati dan Kematangan Emosi", Jurnal Psikologi Universitas Muria Kudus, (2020), Vol. 1, No. 1, Hlm 35.

psikologi positif yang memiliki arti wujud pengungkapan rasa terima kasih atas anugerah.²⁶

Salah satu pandangan mengenai syukur yang dikemukakan oleh Westermack dalam Emmons dan McCullough, bahwa syukur merupakan salah satu bentuk emosi moral yang terdiri dari keinginan untuk membalas kebaikan orang yang telah berbuat baik sebelumnya. Pada penelitian selanjutnya, syukur juga dipandang sebagai sifat atau watak dalam McCullough, Emmons dan Tsang. Aquinas dalam Emmons & McCullough mengemukakan bahwa syukur merupakan motivator dari perilaku altruistik, sebab syukur ditandai dengan penghargaan kepada sesuatu yang diberikan orang lain dan menghasilkan respon yang sesuai pula.

Menurut Watkins, rasa syukur menjadi kekuatan yang paling penting untuk mencapai kehidupan yang lebih baik sehinggamemiliki maksud dan tujuan dalam hidup juga tidak terlepas dari adanya rasa bersyukur untuk kehidupan yang sedang dijalani. Menurut Froh, Miller dan Snyder, bersyukur menjadikan seseorang merasa bahagia, optimis dan merasakan kepuasan hidup. Hal ini menandakan bahwa kebersyukuran merupakan salah satu faktor penting dalam mendapatkan kebahagiaan.²⁷

²⁶Siti Vika Durrotul Atoqoh dan Muh. Anwar Fu'ady, "*Kebersyukuran dan Optimisme Masa Depan Siswa Sekolah Menengah Pertama*", Jurnal Psikologi, (2020), Vol. 5, No. 1, Hlm 106.

²⁷Ragil Budi Prabowo dan Hermien Laksmiwati, "*Hubungan Antara Rasa Syukur dengan Kebahagiaan Mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Negeri Surabaya*", Jurnal Penelitian Psikologi, (2020), Vol. 7, No. 1, Hlm 4.

2. Faktor-faktor Kebersyukuran

Faktor-faktor kebersyukuran yang dikemukakan Al-Fauzan yaitu sebagai berikut:

1. Memiliki pandangan yang luas pada Hidup

Hal ini berarti bahwa individu mengetahui bahwa segala sesuatu yang diterimanya merupakan bagian dari nikmat Tuhan-Nya.

2. Persepsi Positif dalam Hidup

Persepsi artinya memikirkan bahwa yang diterima dan datang padanya merupakan suatu kebaikan, baik itu hal yang negatif sekalipun.

3. Niatan Baik Terhadap Orang lain

Niat baik menjadikannya selalu berfikir untuk selalu melakukan kebaikan terhadap orang-orang disekitarnya.

4. Kecenderungan untuk Bersikap Positif

Aspek ini menunjukkan bahwa rasa syukur membuat individu lebih baik dalam bersikap melalui tindakan positif.

5. Rasa Apresiasi

Rasa apresiasi merupakan tindakan untuk menghargai dan menginginkan sesuatu yang lebih baik bagi dirinya dan oranglain. Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor kebersyukuran terdiri atas memiliki pandangan yang luas pada hidup, persepsi positif dalam hidup, niatan baik terhadap

oranglain, kecenderungan untuk bersikap positif, dan rasaapresiasi.²⁸

3. Aspek-aspek Kebersyukuran

Aspek-aspek kebersyukuran menurut McCullough, terdiri dari empat, yaitu:

a. Intensitas.

Perilaku seseorang yang bersyukur akan cenderung lebih positif ketika menjalani suatu peristiwa dibandingkan seseorang yang kurang merasa bersyukur atas kehidupannya

b. Frekuensi.

Seseorang yang sering bersyukur akan menghargai dan berterima kasih atas segala hal yang diperoleh baik berupa sesuatu atau kebajikan yang diterima dari orang lain. Sebaliknya, seseorang yang jarang bersyukur terkait apa yang diperoleh makaakan cenderung kurang menghargai dan kurang tertarik dengan sesuatu yang dimiliki.

c. *Span*.

Kebersyukuran pada diri seseorang akan muncul karena keadaan hidup yang terjadi pada rentang waktu tertentu dimana hal-hal tersebut bisa berupa keluarga, pekerjaan, kesehatan, dan kehidupan itu sendiri seiring dengan berbagai manfaat lainnya.

²⁸Adang Hambali, dkk, "*Faktor-faktor yang Berperan dalam Kebersyukuran (Gratitude) Pada Orang Tua Anak Berkebutuhan Khusus Perspektif Psikologi Islam*", Jurnal Ilmiah Psikologi, (2020), Vol. 2, No. 1, Hlm 85.

d. *Density*.

Kebersyukuran pada diri seseorang dipengaruhi seberapa besar peran keberadaan orang-orang di sekitar. Misalkan seseorang memperoleh pekerjaan yang baik, orang yang bersyukur akan cenderung berterima kasih dengan orang lain seperti orangtua, teman, keluarga dan pembimbing; berbeda dengan seseorang yang kurang bersyukur atas sesuatu hal yang diperoleh maka akan lebih sedikit berterima kasih atas peran yang orang lain berikan.²⁹

4. Dimensi Kebersyukuran

Menurut Takdir dimensi kebersyukuran dibagi menjadi 4 yaitu dimensi teologis, dimensi psikologis, dimensi sosiologis, dan dimensi filosofis.

a. Dimensi Teologis

Dimensi teologis sangat berkaitan dengan perintah agama bagi setiap manusia yang beriman untuk mengabdikan secara total dan tunduk kepada Allah SWT. Perbuatan syukur dalam dimensi teologis yaitu berhubungan langsung dengan keyakinan atau keimanan manusia terhadap Allah yang memberikan limpahan rahmat tak terhingga di dunia ini. Dimensi teologis yang terdapat dalam wawasan syukur berkaitan dengan perintah Allah secara

²⁹Alldino Gusta Rachmadi, dkk, "*Kebersyukuran: Studi Komparasi Perspektif Psikologi Barat dan Psikologi Islam*", Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi, (2019), Vol. 24, No. 2, Hlm 119.

langsung kepada umat manusia untuk senantiasa bersyukur tanpa mengenal waktu.

b. Dimensi Psikologis

Dimensi psikologis yang tampak dalam perilaku syukur adalah menyangkut mental manusia dalam menggerakkan hatinya untuk berada pada zona syukur. Mental menjadi landasan bagi pemikiran manusia untuk memenuhi kebutuhan yang belum terjangkau sehingga memengaruhi setiap keputusan dan langkah yang akan diambil. Dimensi psikologis yang juga terdapat dalam perilaku syukur adalah dimensi emosional. Dimensi psikologis ini terkait dengan ego atau sifat ke-aku-an yang melekat pada diri manusia dan menjadi pemicu lahirnya ambisi yang berlebihan.

c. Dimensi Sosiologis

Syukur dalam dimensi sosiologis adalah bentuk ungkapan nyata bagi setiap orang untuk melipatgandakan nikmat yang diterima dengan cara memberi kepada orang yang lebih membutuhkan. Dimensi sosiologis sangat berkaitan dengan kepentingan orang yang hidup dalam kesulitan atau kemiskinan. Dimensi sosiologis syukur yang tampak dalam kehidupan nyata adalah berkenaan dengan pengendalian diri dari ketamakan terhadap dunia.

d. Dimensi Filosofis

Makna filosofi syukur adalah hendaknya individu harus mampu merenungkan dan merefleksikan hidupnya yang telah Allah karuniakan dengan kekayaan yang melimpah. Nilai filosofis yang penting dalam dimensi syukur adalah bahwa manusia hendaknya tidak menjadikan nikmat islam, iman, kesehatan, jabatan, kekuasaan, dan kesuksesan materi/kekayaan, sebagai jembatan untuk bersikap sombong atau arogan atas berbagai kenikmatan yang Allah berikan.³⁰

B. Dinamikal Hubungan Altruisme Kebersyukuran dengan Perilaku

Prososial.

Perilaku menolong ini, menurut Baron dan Byrne pada tahun 2005 adalah perilaku prososial sebagai perilaku menolong yang menguntungkan orang lain tanpa harus menyediakan suatu keuntungan langsung pada orang yang melakukan perilaku tersebut yang bahkan dapat mengakibatkan resiko padanya. Selain itu, perilaku prososial berkisar dari tindakan altruisme yang tidak mementingkan diri sendiri sampai dengan tindakan menolong yang sepenuhnya di motivasi oleh kepentingan diri sendiri. Dalam perilaku prososial memiliki beberapa aspek-aspek yang dikemukakan oleh Mussen, dkk pada

³⁰Marda Yani Siagian, Skripsi: *Gambaran Kebersyukuran Individu di Fase Lanjut Usia*, (Pekanbaru: Universitas Islam Riau, 2021), Hal. 85.

tahun 1989 antara lain: 1) Berbagi, 2) Kerja sama, 3) Menolong, 4) Bertindak jujur, 5) Berderma.³¹

Banyak faktor di balik perilaku prososial yang dapat meningkatkan maupun menurunkan perilaku tersebut. Salah satu faktor yang dapat meningkatkan perilaku prososial adalah rasa syukur. Emmons pada tahun 2007, mendefinisikan rasa syukur dalam dua kategori, yaitu pertama, bersyukur adalah pengakuan kebaikan dalam kehidupan seseorang. Pengakuan yang mana seseorang menerima sesuatu yang memuaskan, baik dengan kehadirannya atau dengan usaha yang diberikan oleh pemberi. Kedua, bersyukur adalah pengakuan bahwa sumber kebaikan ini setidaknya sebagian berada di luar diri. Objek rasa syukur seseorang seperti kepada orang lain, kepada Tuhan, pada hewan, tetapi tidak pada dirinya sendiri melainkan kepada pemberi hadiah atau bantuan. Dalam kebersyukuran sendiri memiliki beberapa aspek-aspek yang dikemukakan oleh McCullough, dkk pada tahun 2002 terdiri dari empat, yaitu: 1) Intensitas, 2) Frekuensi, 3) *Span*, 4) *Density*.³²

Dalam penelitian ini, peneliti merumuskan kebersyukuran sebagai variabel independen (X) dan perilaku prososial sebagai variabel dependen (Y). Untuk memudahkan pemahaman terhadap pembaca, peneliti menggambarkan kerangka berpikir sebagai berikut

³¹Muryadi dan Andik Matulesy, "Religiulita, Kecerdasan Emosi dan perilaku Prososial Guru", Jurnal Psikologi, (2020), Vol. 7, No. 2, Hlm 56.

³²Muhammad Al-Fayed, dkk, "Penerapan Gratitude journal Untuk Meningkatkan Kebersyukuran ABH Di Rumah Aman UPTD PPA Kota Makassar", Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat, (2021), Vol. 2, No. 2, Hlm 76

Gambar 2.1 Kerangka Teoritik