

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada dasarnya manusia merupakan makhluk sosial yang diciptakan Allah SWT untuk hidup berdampingan dengan orang lain dan tidak dapat hidup sendiri. Dari ketidakmampuan tersebut manusia hidup dengan orang lain dan saling bergantung, yang disebut manusia sebagai makhluk sosial. Jadi, dapat diartikan bahwa manusia bertahan hidup dengan saling mendukung dan terhubung dengan orang lain. Setiap individu adalah makhluk sosial yang selalu hidup dalam lingkungan sosial, baik fisik maupun psikis, dimana terdapat hubungan timbal balik antara individu satu dengan individu yang lainnya. Hal tersebut dapat terlihat dalam kehidupan sehari-hari, seperti pos ronda, kerja bakti, ataupun membantu antar sesama. Wujud manusia sebagai makhluk sosial sering terlihat dalam kehidupan sebagai seorang relawan.¹

Relawan merupakan hal yang sangat mulia karena membantu sesama yang membutuhkan bantuan. Seorang relawan juga berarti memberikan waktu secara cuma-cuma untuk kepentingan orang lain, kelompok, atau organisasi. Menurut Susilo relawan merupakan seseorang yang rela menolong serta melakukannya dengan hati yang senang dan tanpa imbalan.² Salah satu komunitas relawan yang ada di Kediri yaitu Tim Reaksi Cepat (TRC) merupakan relawan yang dibentuk oleh Dinas Sosial Kota Kediri sebagai tangan kanan untuk membantu permasalahan yang ada di seluruh Kota Kediri. Anggota TRC yaitu masyarakat biasa yang bergabung menjadi relawan, dengan rata-rata umur 20-60 tahun. TRC terbentuk sejak tahun 2016 dengan 46 anggota yang tersebar di setiap kelurahan yang ada di Kota Kediri.

¹ Rully Nur Sofia & Dyan Evita, *Perilaku Prososial Volunter Save Street Child Sidoarjo:Adakah Peranan Kecerdasan Emosional dan Subjective Well-Being?*, Journal of Psychological Research, Vol 2 No 4, 2023.

² Ajrin Syarafina & Sendi Satriadi, *Religiusitas, Perilaku Prososial, Dan Kebahagiaan Pada Relawan*, Jurnal Psikologi, Vol 2 No 1, 2023.

Berdasarkan wawancara dengan pembina TRC langkah-langkah awal ketika menemui orang terlantar yaitu TRC mendapat laporan dari pihak Dinas Sosial kemudian TRC akan survey ke lokasi tersebut, dan TRC mencari tahu terlebih dahulu apakah orang ini benar-benar terlantar dan membutuhkan bantuan, maka TRC akan segera lapor ke Dinas Sosial kemudian pihak Dinas Sosial akan memulangkan orang terlantar tersebut ke daerah asalnya, jikalau ODGJ akan dibawa ke rumah sakit.

Dinas Sosial membentuk tim relawan tersebut karena merasa tidak dapat menjangkau sendiri semua permasalahan PMKS (Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial), ODGJ dan Disabilitas yang membutuhkan bantuan dari Dinas Sosial. Permasalahan seperti ini akan ditangani oleh Dinas Sosial sebagai wadah untuk membantu orang-orang memiliki permasalahan sosial salah satunya orang terlantar. PMKS ditemui di kota-kota besar. Mereka biasanya berada di lampu merah, pasar dan perempatan yang ada di kota tersebut. Hal tersebut membuat sangat membahayakan, karena mereka bisa mengganggu pengguna jalan dan juga membahayakan dirinya sendiri.

Permasalahan PMKS yang ada di Kota Kediri dapat di temukan dari jalanan maupun yang ada di rumah. Mereka juga dari berbagai usia, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa. Maka dari itulah dengan terbentuknya Tim Reaksi Cepat (TRC) ini Dinas Sosial merasa sangat terbantu. Relawan ini sangat luar biasa, karena mereka tidak hanya menyumbangkan tenaga saja namun pikiran serta harta juga mereka berikan untuk membantu masyarakat yang membutuhkan.

Berdasarkan wawancara awal yang dilakukan pada tanggal 13 November 2023, terdapat alasan yang membuat anggota relawan tetap bertahan dalam komunitas TRC karena relawan merasa senang ketika membantu orang terlantar di jalanan, mereka merasakan sisi positif atau manfaat dan merasa nyaman berada dalam

komunitas tersebut. Selain itu, menjadi relawan juga dapat menjadi salah satu cara dalam mengembangkan diri, mendapatkan pengalaman serta kepuasan bagi diri sendiri. Dari salah satu anggota relawan TRC mengungkapkan bahwa dengan adanya TRC Dinas Sosial cukup terbantu mengatasi permasalahan PMKS yang ada di Kota Kediri. TRC bisa bekerja kapan saja bahkan malam pun ketika ada laporan dari warga mereka akan tetap melakukan pekerjaannya. Walaupun mereka mendapatkan gaji tetapi gaji jasa tenaga relawan tersebut tentunya tidak seberapa dari apa yang telah mereka kerjakan. Namun mereka TRC telah menekankan bahwa klien pertama tetapi keluarga tetap yang utama.

Alasan lain mereka tetap bergabung menjadi relawan TRC karena mendapatkan dampak yang positif. Dampak positif yang didapatkan relawan yaitu merasa bahagia meskipun terhadap hal-hal kecil, merasa bermanfaat bagi orang lain, meningkatkan keterampilan interpersonal, kemampuan bersosialisasi dan lebih mensyukuri hidup. Hal-hal tersebut sesuai dengan aspek-aspek *psychological well-being*. Ketika individu memiliki keadaan psikologis yang sudah dapat menerima sisi negatif serta positif di dalam dirinya menunjukkan bahwa individu tersebut berada pada kondisi *psychological well-being*.

Menurut Ryff & Keyes *Psychological Well-Being* atau kesejahteraan psikologis merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya, mampu menjalin hubungan dengan orang lain, menjadi individu yang otonomi dari tekanan sosial, mampu mengontrol lingkungan di luar dirinya, memiliki pemaknaan dalam hidupnya dan dapat mewujudkan potensinya secara terus-menerus.³

Akhtar menjelaskan bahwa *psychological well-being* dapat menstimulasi perilaku dan hal-hal positif seperti kestabilan emosi pada relawan. Selain itu, mereka

³ Zainal Abidin, *Well-Being konsep penelitian dan penerapannya di Indonesia*, Bandung 2022, PT Remaja Rosdakarya, hal. 168.

dengan kesejahteraan psikologis yang baik dapat lebih menikmati hidup karena mereka memperoleh rasa puas dan kebahagiaan dalam hidup. Guna mencapai aktualisasi diri dan dapat mengembangkan potensi secara optimal, menjadi langkah yang penting untuk memiliki *psychological well-being* yang baik bagi relawan.⁴

Suasana hati juga mempengaruhi individu dalam melakukan perilaku prososial. Individu akan lebih suka memberikan pertolongan pada orang lain apabila mengalami suasana hati yang gembira. Suasana hati yang positif bisa didapatkan dari bersyukur. Froh, Yurkewiez dan Kashdan menyatakan bahwa sikap syukur tinggi mengindikasikan kebahagiaan, optimisme, perilaku prososial dan sebagainya.⁵

Empati juga turut memberi pengaruh terhadap tindakan prososial. Dalam menjalani peran sebagai relawan tentunya diperlukan rasa empati yang kuat sehingga memiliki perilaku prososial dan dalam kehidupan beragama pun diajarkan untuk saling tolong menolong pada sesama makhluk hidup yang membutuhkan, sehingga hal tersebut juga akan meningkatkan kebahagiaan dan religiusitas pada relawan. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku prososial mempengaruhi atau menjadi salah satu penyebab adanya perasaan bahagia.⁶

Menurut Baroon & Bryne perilaku prososial merupakan perilaku yang memberikan keuntungan kepada individu lain. Sedangkan menurut Eiseinberg perilaku prososial adalah perilaku prososial berfungsi meningkatkan kualitas hubungan sosial antar individu. Perilaku prososial menimbulkan perasaan berharga,

⁴ Ninda Alza & Rita Setyani, *Psychological Well-being Pada Mahasiswa Santri Ditinjau Dari Dukungan Sosial & Stress Akademik*, Jurnal Psikologi Integratif, Vol 10 No 2, 2022.

⁵ Shabrina Aulia Tsaani, *Hubungan Syukur Dan Empati Dengan Perilaku Prososial Pada Volunteer Save Street Child Sidoarjo*, Jurnal Faculty of Psychology, 2018.

⁶ Ajrin Syarafina & Sendi Satriadi, *Religiusitas, Perilaku Prososial, Dan Kebahagiaan Pada Relawan*, Jurnal Psikologi, Vol 2 No 1, 2023.

bangga atau puas terhadap diri sendiri sehingga bermanfaat untuk kesejahteraan seseorang.⁷

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti merasa tertarik dan perlu untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara perilaku prososial dengan *psychological well-being* pada relawan Tim Reaksi Cepat (TRC) di Dinas Sosial Kota Kediri.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara perilaku prososial dengan *psychological well-being* pada relawan Tim Reaksi Cepat (TRC) di Dinas Sosial Kota Kediri?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas yang sudah ditetapkan, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara perilaku prososial dengan *psychological well-being* pada relawan Tim Reaksi Cepat (TRC) di Dinas Sosial Kota Kediri.

D. Manfaat Penelitian

Manfat penelitian yang diperoleh adalah :

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan dan keilmuan dalam ilmu psikologi dalam menjelaskan perilaku prososial dan *psychological well-being*, dan khususnya berguna dalam perkembangan bidang ilmu psikologi sosial.

2. Manfaat praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai berikut:

⁷ Ayu Setya Mintarsih, *Hubungan Antara Perilaku Prososial Dengan Kesejahteraan Psikologis (Psychological well-being) Pada Siswa Kelas XI Di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta*, Jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi 12 Tahun ke-4 2015.

- a. Bagi relawan, penelitian ini diharapkan untuk mengetahui lebih dalam kepada relawan mengenai psikologi positif untuk memberikan gambaran bagaimana tentang perilaku propososial dan *psychological well-being* khususnya relawan Tim Reaksi Cepat (TRC) di Dinas Sosial Kota Kediri.
- b. Penelitian ini diharapkan mampu menambah ilmu pengetahuan khususnya dalam ilmu psikologi dan dijadikan referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya mengenai perilaku prososial dan *psychological well-being*.

E. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan pencarian yang dilakukan, ada beberapa penelitian terdahulu yang menjadi landasan penelitian ini diantaranya yaitu:

Penelitian yang ditulis oleh Rully Nur Sofia & Dyan Evita dalam *Journal of Psychological Research*, Vol 2 No 4, 2023. Yang berjudul “Perilaku Prososial *Volunter Save Street Child* Sidoarjo: Adakah Peranan Kecerdasan Emosional dan *Subjective Well-Being?*” penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Dengan jumlah partisipan sebanyak 107 *volunteer save street child* sidoarjo. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara kecerdasan emosional dengan perilaku prososial. Artinya, semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi pula perilaku prososial, begitu juga sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional maka semakin rendah pula perilaku prososial. Hal yang sama juga berlaku pada *subjective well-being* dengan perilaku prososial. Artinya, semakin tinggi *subjective well-being* maka semakin tinggi pula perilaku prososial, begitu juga sebaliknya semakin rendah *subjective well-being* maka semakin rendah pula perilaku prososial. Persamaan yang terlibat dalam penelitian diatas adalah

subjek yang digunakan sama-sama relawan, yang membedakan adalah lokasi dan metodenya.⁸

Penelitian yang ditulis oleh Ratu Dzakiyah & Sita Rositawati dalam Jurnal prosiding psikologi, Vol 5 No 2, 2019. Yang berjudul “Hubungan Antara Altruisme Dengan *Well-Being* Pada Anggota Relawan Nusantara di Kota Bandung” penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan teknik purposive sampling. Dengan jumlah partisipan 30 anggota Relawan Nusantara di Kota Bandung. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat ($r=0,664$) antara Altruisme dengan *Psychological Well-Being*. Persamaan yang terlibat dalam penelitian diatas adalah sama-sama relawan, yang membedakan adalah lokasi dan metodenya.⁹

Penelitian yang ditulis oleh Ajrin Syarafina & Sendir Satriadi dalam Jurnal Psikologi, Vol 2 No 1, 2023. Yang berjudul “Religiusitas, Perilaku Prososial, dan Kebahagiaan Pada Relawan” penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode regresi berganda. Dengan jumlah partisipan 105 orang relawan dalam bidang bencana alam, pendidikan, kesehatan, dan lingkungan alam yang sudah menjadi relawan minimal selama satu tahun. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku prososial mempengaruhi kebahagiaan lebih besar dibandingkan dengan religiusitas. Persamaan yang terlibat dalam penelitian diatas adalah sama-sama relawan, yang membedakan adalah lokasi dan metodenya.¹⁰

Penelitian yang ditulis oleh Mu'minatus Fitriati & Siti Marliah dalam Jurnal humanis, Vol 15 No 2, 2022. Yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Perilaku Prososial Pada Relawan Bencana Alam” penelitian ini menggunakan

⁸ Rully Nur Sofia & Dyan Evita, *Perilaku Prososial Volunteer Save Street Child Sidoarjo:Adakah Peranan Kecerdasan Emosional dan Subjective Well-Being?*, Journal of Psychological Research, Vol 2 No 4, 2023.

⁹ Ratu Dzakiyah & Sita Rositawati, *Hubungan Antara Altruisme Dengan Well-Being Pada Anggota Relawan Nusantara di Kota Bandung*, Jurnal prosiding psikologi, Vol 5 No 2, 2019.

¹⁰ Ajrin Syarafina & Sendir Satriadi, *Religiusitas, Perilaku Prososial, dan Kebahagiaan Pada Relawan*, Jurnal Psikologi, Vol 2 No 1, 2023.

penelitian kuantitatif dengan teknik purposive sampling. Dengan jumlah partisipan 198 relawan bencana alam. Hasil menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara dukungan sosial yang didapatkan oleh relawan bencana alam baik dari keluarga, teman dan orang terdekat dengan perilaku prososial. Artinya, jika relawan bencana alam mendapatkan dan merasakan dukungan baik dari keluarga, teman dan orang terdekat, maka hal tersebut dapat mengingkatkan perilaku prososial yang dimiliki oleh relawan bencana alam. Persamaan yang terlibat dalam penelitian diatas adalah sama-sama relawan, yang membedakan adalah lokasi dan metodenya.¹¹

Penelitian yang ditulis oleh Anik Cahyani dalam Jurnal *Acta Psychologia*, Vol 1 No 1, 2019. Yang berjudul “Perilaku Prososial Sebagai Prediktor Subjective Well-Being Pada Sukarelawan Kelas Inspirasi Yogyakarta” penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Dengan jumlah partisipan 100 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku prososial mampu memprediksi subjective well-being ($\beta = 0.61$; $p < 0.001$). Perilaku prososial dapat memprediksi subjective well-being dengan nilai kontribusi sebesar 37% ($R^2 = 0.37$; $F(1,98) = 58.06$; $p < 0.001$). Persamaan yang terlibat dalam penelitian diatas adalah sama-sama relawan, yang membedakan adalah lokasi dan metodenya.¹²

F. Definisi Operasional

1. Perilaku Prososial

¹¹ Mu'minatus Fitriati & Siti Marliah, *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Perilaku Prososial Pada Relawan Bencana Alam*, Jurnal humanis, Vol 15 No 2, 2022.

¹² Anik Cahyani, *Perilaku Prososial Sebagai Prediktor Subjective Well-Being pada Sukarelawan Kelas Inspirasi Yogyakarta*, Jurnal *Acta Psychologia*, Vol 1 No 1, 2019.

Perilaku prososial merupakan bentuk perilaku menolong, yang mencakup berbagi, kerjasama, menyumbang, kejujuran, kedermawanan, serta membagikan dampak yang positif bagi seseorang atau sekelompok orang yang menerima pertolongan, baik itu pertolongan bentuk materi, fisik maupun psikologis. Eisenberg & Mussen dalam Ayu Setya memberikan pengertian perilaku prososial mencakup pada tindakan-tindakan diantaranya yaitu: berbagi (*Sharing*), kerjasama (*Cooperative*), menyumbang (*Donating*), menolong (*Helping*), kejujuran (*Honestly*), kedermawanan (*Generosity*), dan mempertimbangan hak dan kesejahteraan orang lain.¹³

2. Psychological Well-Being

Psychological well-being merupakan suatu kondisi individu yang memiliki kemampuan dalam menentukan keputusan hidupnya secara mandiri, mampu menguasai lingkungan secara efektif, mampu menjalin hubungan yang positif dengan orang lain, mampu menentukan dan menjalankan arah dan tujuan hidup, mampu menerima diri secara positif, dan mengembangkan potensinya secara kontinu dari waktu ke waktu.¹⁴

¹³ Eisenberg & Mussen dalam Ayu Setya Mintarsih, *Hubungan Antara Perilaku Prososial Dengan Kesejahteraan Psikologis (Psychological well-being) Pada Siswa Kelas XI Di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta*, Jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi 12 Tahun ke-4 2015.

¹⁴ Ryff & Keyes dalam Ayu Setya Mintarsih, *Hubungan Antara Perilaku Prososial Dengan Kesejahteraan Psikologis (Psychological well-being) Pada Siswa Kelas XI Di SMK Muhammadiyah 2 Yogyakarta*, Jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi 12 Tahun ke-4 2015.

