

HUBUNGAN EMPATI DAN KEMATANGAN EMOSI DENGAN PERILAKU ALTRUISME PADA RELAWAN COVID-19

Maftuhah¹, IGA Noviekayati², Dyan Evita Santi³

Email : maf.tucha211@gmail.com¹, ekayatinovi@gmail.com², arma_luna@yahoo.com³

Program Studi Psikologi Profesi (S2) Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan empati dan kematangan emosi dengan perilaku altruisme pada relawan Covid-19. Altruisme adalah suatu tindakan sukarela yang dilakukan untuk memberi manfaat pada orang lain dengan memberikan pertolongan untuk kesejahteraan atau keselamatan orang lain dengan mengabaikan kepentingan diri sendiri. Empati adalah kemampuan untuk memahami perasaan dan emosi orang lain sehingga secara tidak langsung ikut merasakan penderitaan orang lain. Kematangan emosi adalah kemampuan untuk mengendalikan dan memberikan tanggapan emosi dengan baik serta mengantisipasi secara kritis situasi yang dihadapi. Subjek penelitian ini adalah 349 relawan Covid-19 baik medis atau non medis yang berpartisipasi menangani Covid-19 di Indonesia. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi berganda untuk mencari hubungan antara semua variabel bebas dan variabel terikat (korelasi simultan) dan untuk melihat hubungan antara suatu variabel dengan variabel lain (korelasi parsial) dengan bantuan IBM SPSS versi 26 for Windows. Hasil penelitian menunjukkan nilai $F = 204,831$ dengan taraf signifikansi $0,000$ ($p < 0,001$) artinya ada hubungan yang sangat signifikan antara empati dan kematangan emosi dengan perilaku altruisme pada relawan Covid-19. Ada hubungan positif yang sangat signifikan antara empati dengan altruisme pada relawan Covid-19 (diperoleh koefisien $t = 17,549$ dengan $p = 0,000$). Terdapat pula hubungan positif yang sangat signifikan antara kematangan emosi dengan perilaku altruisme pada relawan Covid-19 (diperoleh koefisien $t = 17,904$ dengan $p = 0,000$). Sumbangan efektif pada kedua variabel bebas menyatakan bahwa kematangan emosi memiliki hubungan yang lebih dominan dengan variabel altruisme yaitu sebesar $28,3\%$ sedangkan hubungan empati dengan variabel altruisme sebesar $25,9\%$.

Kata Kunci : Empati, Kematangan Emosi, Altruisme, Relawan Covid-19

Abstract

This study aims to determine the relationship between empathy and emotional maturity with altruism behavior in Covid-19 volunteers. Altruism is a voluntary action taken to benefit others by providing assistance for the welfare or safety of

others by ignoring self-interest. Empathy is the ability to understand the feelings and emotions of others so that they indirectly feel the suffering of others. Emotional maturity is the ability to control and respond well to emotions and to anticipate critically the situation at hand. The subjects of this study were 349 Covid-19 volunteers both medical and non-medical who participated in handling Covid-19 in Indonesia. The data analysis technique used multiple regression analysis to find the relationship between all independent variables and the dependent variable (simultaneous correlation) and to see the relationship between one variable and another variable (partial correlation) with the help of IBM SPSS version 26 for Windows. The results showed the value of $F = 204.831$ with a significance level of 0.000 ($p < 0.001$) meaning that there was a very significant relationship between empathy and emotional maturity with altruism behavior in Covid-19 volunteers. There is a very significant positive relationship between empathy and altruism in Covid-19 volunteers (coefficient $t = 17.549$ with $p = 0.000$). There is also a very significant positive relationship between emotional maturity and altruistic behavior in Covid-19 volunteers (coefficient $t = 17.904$ with $p = 0.000$). The effective contribution to the two independent variables states that emotional maturity has a more dominant relationship with the altruism variable, which is 28.3%, while the relationship between empathy and altruism is 25.9%.

Keywords: Empathy, Emotional Maturity, Altruism, Covid-19 Volunteers

PENDAHULUAN

Relawan merupakan orang yang secara sukarela mengulurkan bantuan kepada orang yang membutuhkan yang biasanya berkaitan erat dengan bencana. Relawan adalah seseorang yang karena keinginan dari hati nuraninya membarikan segala yang dimiliki yaitu tenaga, pikiran, harta, waktu dan lainnya secara ikhlas sebagai wujud tanggung jawab sosial pada masyarakat tanpa berharap pamrih seperti upah (imbalan), kedudukan, kekuasaan, karier atau kepentingan yang lain (Melina, 2012). Tugas relawan ketika terjadi bencana antara lain melakukan rescue (penyelamatan), pelayanan kesehatan, evakuasi korban, pelayanan kebutuhan pokok seperti makanan dan pakaian, melakukan pendataan serta pemulihan psikologis korban dengan terapi psikologis atau mengajak anak-anak korban bencana untuk bermain.

Wabah Corona Virus (Covid-19) termasuk bencana non-alam dengan penyebaran penyakit Covid-19 yang terjadi secara cepat dan masif sehingga mengancam dan mengganggu kehidupan masyarakat. Kasus Covid-19 di Indonesia hingga saat ini jumlahnya terus bertambah. Berdasarkan data pemerintah hingga 10 Agustus 2020 pukul 12.00 WIB, jumlah kasus Covid-19 mencapai 127.083 kasus dengan 82.236 kasus pasien yang sembuh serta 5.765 orang yang meninggal dunia akibat Covid-19 (Kompas.com, 2020). Berbagai kebijakan telah diterapkan baik

oleh pemerintah pusat maupun daerah untuk mengurangi penyebaran Covid-19 diantaranya himbauan untuk memakai masker, rajin mencuci tangan dengan sabun, *social distancing* dan mengurangi aktivitas di luar rumah. Wabah Covid-19 yang semakin menyebar di Indonesia menggerakkan masyarakat dan kelompok komunitas untuk bersinergi dengan pemerintah membantu menekan angka penularan dan mengobati korban. Kebutuhan relawan untuk membantu mengatasi pandemi sangat tinggi mengingat jumlah korban yang terus meningkat, terutama untuk relawan medis.

Mengutip dari berita Idionline pada tanggal 18 Juni 2020, dr. Hartati B. Bangsa selaku Koordinator Medis di RSDC Wisma Atlet menyampaikan bahwa pada awal rekrutmen kendala yang dihadapi adalah relawan sulit mendapatkan izin dari orangtua atau keluarga terutama untuk relawan yang medis. Sebagian besar relawan mengundurkan diri karena tidak mendapat izin, meskipun ada kompensasi yang diberikan oleh pemerintah. Sebagai relawan medis yang menjadi garda terakhir, dapat keluar dari *zona merah* (area yang terisolir dengan *resiko tinggi*) dalam kondisi selamat atau tidak tertular Covid19 saja sudah menjadi anugrah yang patut disyukuri (idionline.org, 2020). Jumlah kematian relawan medis di Indonesia sampai tanggal 1 Agustus 2020 tercatat 153 kasus dengan kelompok kematian terbanyak adalah dokter yang mencapai 73 kasus kematian dan disusul perawat 55 kasus kematian (cnnindonesia.com, 2020). Kematian relawan yang cukup tinggi tidak hanya terjadi karena relawan bersinggungan dengan pasien Covid-19, tetapi juga karena berbagai factor seperti tidak memakai alat pelindung diri yang sesuai standart sehingga mudah terpapar, kelelahan, atau juga karena adanya relawan yang kurang cermat dan hati-hati dalam melaksanakan tugas contohnya memberi toleransi orang-orang yang tidak sesuai prosedur yang ditetapkan. Relawan yang abai dan kurang hati-hati tidak mempertimbangkan dampak dari tindakan toleransi yang dilakukan terhadap kesalahan atau kekurangan orang lain sehingga dapat membahayakan orang disekitarnya termasuk relawan lain yang bertugas.

Altruisme merupakan salah satu sikap yang dimiliki relawan, yaitu peduli dan membantu orang lain tanpa memikirkan untung rugi dan selalu berupaya untuk memperhatikan kesejahteraan dan hak orang lain serta selalu mengupayakan agar orang lain tidak mengalami kesulitan. Altruisme merupakan tindakan nyata yang positif terutama saat kondisi bencana dengan upaya meringankan penderitaan orang lain tanpa mengharap imbalan. Faktor yang membuat seseorang melakukan tindakan altruisme menurut Wortman adalah: a) suasana hati, yaitu keadaan psikologis yang nyaman dan emosi yang terkendali akan mendorong seseorang untuk lebih banyak melakukan pertolongan; b) yakin akan keadilan dunia, yaitu terdapat timbal balik dari

apa yang dilakukan; c) empati; d) faktor situasional, dimana situasi yang dialami ketika seseorang memerlukan bantuan; dan e) faktor sosio-biologis (Nielsen, 2010).

Myers (2012) menyatakan altruisme adalah keinginan untuk menolong seseorang tanpa mementingkan keuntungan untuk diri sendiri. Myers (2012) juga menambahkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi altruisme adalah a) faktor internal yaitu adanya pengaruh internal yang menjadi pertimbangan dalam memberi pertolongan, seperti kondisi suasana hati, kemampuan mengendalikan emosi, situasi *mood*, empati perolehan reward; b) faktor eksternal yang meliputi hal-hal dari luar diri seseorang seperti jenis kelamin, adanya karakteristik yang sama, terdapat hubungan tertentu antara pemberi bantuan dan yang dibantu, waktu, keadaan lingkungan dan atribusi; dan c) faktor personal dimana karakteristik atau sifat orang yang menolong menjadi pertimbangan dalam memberi pertolongan, seperti kepribadian penolong, gender dan kepercayaan beragama (religiusitas).

Penelitian terkait karakteristik altruisme pada relawan menunjukkan bahwa relawan memiliki karakteristik altruisme lebih tinggi dibandingkan dengan seseorang yang bukan relawan. Karakteristik altruisme yang dimiliki relawan antara lain simpati, kepercayaan diri (*self efficacy*), sikap dan emosi yang positif dimana emosi yang ditampilkan cenderung stabil, serta memiliki standart moral yang tinggi (Melina, 2012). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hapsari (2016) menunjukkan bahwa seseorang dengan empati yang tinggi dapat menunjukkan perilaku altruisme dalam kehidupan sehari-hari dan seseorang yang bisa merasakan kondisi orang lain akan lebih mudah memunculkan perasaan peduli terhadap orang lain.

Hurlock (2000) menyatakan bahwa empati merupakan kemampuan seseorang untuk memahami kondisi emosi dan perasaan orang lain serta dapat membayangkan diri sendiri berada pada kondisi orang lain. Empati yang dimiliki membuat seseorang tergerak hatinya untuk memberikan pertolongan pada orang lain. Berdasarkan penelitian Stocks dan Lishner (2009) empati membangkitkan motif altruistik, tujuan akhirnya adalah untuk melindungi atau meningkatkan kesejahteraan orang yang merasakan empati dimana empati mengacu pada respon emosional yang berorientasi kongruen dengan kesejahteraan yang dirasakan orang lain dan dihasilkan dari mengadopsi perspektif tersebut (yaitu, membayangkan pikiran dan perasaan) dari seseorang yang jelas membutuhkan.

Penelitian yang dilakukan oleh Rani (2019) mengenai empati dengan perilaku altruisme pada subyek guru yang mengajar anak berkebutuhan khusus menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aspek-aspek empati yaitu aspek *perspective taking*, *fantasy*, *empathic concern* dan *personal distress* dengan perilaku altruisme. Hasil dari penelitian itu menunjukkan bahwa empati memiliki sumbangan efektif sebesar 32,1% terhadap perilaku altruisme pada guru anak berkebutuhan

khusus di Pekanbaru yang artinya semakin tinggi empati maka semakin tinggi perilaku altruisme, dan sebaliknya semakin rendah empati maka semakin rendah perilaku altruisme.

Kematangan emosi adalah seberapa baik seseorang dapat bertahan terhadap situasi, mengendalikan emosi dan berperilaku secara dewasa saat berhubungan dengan orang lain serta merasakan emosi yang tepat dalam situasi yang tepat dan mengungkapkannya dalam jumlah yang tepat (Brar, 2017). Individu yang matang emosinya dapat mengontrol emosi yang dimunculkan. Emosi yang terkontrol atau terkendali membuat seseorang dapat berfikir jernih dan melihat suatu persoalan dengan objektif. Davidoff (1991) mengungkapkan bahwa kematangan emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengelola emosinya dengan baik dan dapat mengungkapkan emosinya pada sesuatu yang bermanfaat sehingga emosi yang ada pada dirinya tidak dihilangkan melainkan dikelola dengan baik.

Kematangan emosi memiliki pengaruh terhadap altruisme. Kematangan emosi adalah keadaan individu yang mampu memberikan respon positif ketika menghadapi tantangan hidup baik ringan maupun berat dan dapat menyelesaikan, mengendalikan emosi serta mengantisipasi situasi secara kritis. Hasil penelitian (Haryati, 2013) menunjukkan perilaku altruisme memberikan pengaruh positif terhadap orang lain dengan salah satu variabel yang mempengaruhi yaitu kematangan emosi. Wujud perilaku altruisme ditunjukkan dengan menolong atau membantu orang lain yang sedang dalam kesulitan baik kesulitan materiil maupun moril. Kematangan emosi yang dimaksudkan dalam penelitian tersebut adalah kemampuan seseorang untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan baik tanpa menimbulkan gangguan perasaan tertentu yang menghambat penyelesaian masalah, dapat mempertimbangkan pendapat orang lain terkait keinginan pribadi yang sejalan dengan harapan masyarakat dan dapat mengungkapkan dengan tepat emosi yang muncul terkait pemahaman diri terhadap orang lain.

Altruisme merupakan perilaku positif yang dapat menjadikan keadaan fisik dan psikis orang lain menjadi lebih baik atau menguntungkan orang lain yang dilakukan dengan tulus ikhlas tanpa berharap mendapat balasan dari orang lain. Altruisme menjadi tindakan yang diharapkan oleh semua kalangan pada masa sulit menghadapi wabah Covid-19. Berdasarkan hasil observasi di lingkungan sekitar rumah sakit rujukan Covid-19 pada tanggal 25 Agustus 2020, banyak orang khawatir pada kesehatan diri sendiri dan tampak melakukan upaya-upaya pencegahan penularan virus dengan memakai masker, mengurangi aktivitas diluar rumah, menghindari kerumunan dan menjaga kebersihan dengan mencuci tangan. Kerelaan menolong orang lain ditunjukkan relawan dengan tetap bersinggungan dengan korban dan orang-orang yang berpotensi menularkan virus Covid-19 serta

memberikan pendampingan dan edukasi pada masyarakat tentang bahaya virus Covid-19 dan cara mencegah penularan. Namun tidak semua relawan menolong tanpa pamrih mengingat relawan Covid-19 berbeda dengan relawan bencana pada umumnya dimana relawan Covid-19 mendapat kompensasi secara materi dari pemerintah. Motif relawan yang mendaftar juga bervariasi sehingga menjadi penting untuk melihat altruisme yang dimiliki oleh relawan Covid-19. Hal ini dikarenakan relawan yang berjiwa altruistik cenderung akan melaksanakan tugas dengan memberikan pelayanan yang maksimal sehingga kepuasan dan manfaatnya dapat dirasakan oleh penerima bantuan.

Merujuk pada latar belakang tersebut diatas, maka empati dan kematangan emosi menjadi variabel yang perlu diuji hubungannya dengan perilaku altruisme pada relawan Covid-19. Dalam penelitian ini terdapat tiga hipotesis yaitu ada hubungan empati dan kematangan emosi dengan perilaku altruisme pada relawan Covid-19, terdapat hubungan positif terkait empati dan perilaku altruisme pada relawan Covid-19, dan Terdapat hubungan yang positif antara kematangan emosi dengan altruisme pada relawan Covid-19.

Pentingnya penelitian ini berasal dari fakta bahwa diperlukan tingkat altruisme untuk dapat melakukan pekerjaan relawan selama pandemi Covid-19 di Indonesia, namun hubungannya dengan empati dan kematangan emosi belum terbukti dalam konteks ini. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran awal bagaimana variabel-variabel tersebut saling berhubungan sehingga dapat dikembangkan pemahaman untuk memberikan masukan dalam proses rekrutmen dan seleksi relawan terutama relawan Covid-19.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang metodenya menggunakan metode korelasional. Variabel yang digunakan pada penelitian ini adalah dua variabel bebas dan satu variabel terikat dan masing-masing variabel tersebut akan diukur menggunakan kuesioner. Subyek dalam penelitian ini adalah relawan Covid-19 yang bertugas untuk menanggulangi wabah Covid-19 baik yang medis atau non-medis yang tersebar di seluruh Indonesia. Jumlah populasi diambil berdasarkan data yang disebutkan Ketua Koordinator BNPN bulan april 2020 sebanyak 23.472 orang dengan 4.401 orang di antaranya merupakan relawan medis, sementara 19.071 orang lainnya termasuk relawan non-medis yang tersebar dari provinsi Aceh hingga Papua (bnpn.go.id, 2020). Namun populasi ini masih dapat terus bertambah sehingga jumlah populasi ditetapkan tidak terhingga. Kriteria inklusi pada subyek penelitian ini adalah a) relawan yang mendaftar atas keinginan sendiri, b) relawan bertugas di rumah sakit darurat covid-19 dan atau di lembaga

yang diakui pemerintah yang ikut berperan menangani covid, dan c) Relawan bersedia menjadi responden penelitian. Penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling* dalam menentukan sampel penelitian. Dari populasi yang ada ditentukan jumlah sampel dengan menggunakan rumus table Isaac dan Michael. Berdasarkan table Isaac dan Michael dengan jumlah populasi tidak terhingga dengan memperhatikan tingkat kesalahan 5% adalah 349 sampel.

Jenis data dalam penelitian ini adalah data primer. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan memberikan kuesioner pada responden sesuai kriteria yang sudah dibuat. Skala yang digunakan dalam penelitian ini disajikan dalam bentuk *skala likert*. Peneliti menggunakan kuesioner dengan pernyataan tertutup yang memberikan kesempatan kepada responden untuk memilih alternatif jawaban yang telah disediakan. Terdapat 3 macam yaitu kuesioner altruisme, kuesioner empati dan kuesioner kematangan emosi.

Uji validitas dan reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan uji coba (*try out*) murni terhadap 50 subjek sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan namun diluar sampel penelitian. Hasil uji validitas skala altruisme terdapat 21 item valid, skala empati memiliki 29 item valid dan skala kematangan emosi memiliki 28 item valid.

Uji asumsi berupa uji normalitas sebaran menunjukkan bahwa sebaran data skala altruisme, skala empati dan skala kematangan emosi berdistribusi normal dengan $p = 0,200$ ($p > 0,05$). Hasil uji linearitas hubungan menunjukkan $p < 0,05$ maka hubungan antara empati dengan altruisme adalah linear dan hubungan antara kematangan emosi dengan altruisme juga memiliki hubungan yang linear. Hasil uji multikolinieritas variabel empati dan kematangan emosi menunjukkan VIF sebesar 2,313 ($VIF < 10$) yang artinya tidak ada multikolinieritas atau interkorelasi antara kedua variabel, yaitu variabel empati dan kematangan emosi.

Teknik analisis data yang digunakan untuk mencari dan membuktikan hubungan mengenai hipotesis yang diajukan adalah menggunakan uji regresi linier berganda yang dianalisis dengan menggunakan software statistik IBM SPSS versi 26 for Windows.

HASIL

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan dari 349 subjek relawan yang berusia diatas 18 tahun diketahui jumlah subyek laki-laki sebanyak 107 dan subjek perempuan sebanyak 242. Subjek yang berprofesi medis sebanyak 216 dengan rincian 75 laki-laki dan 141 perempuan. Sedangkan subjek yang berprofesi non medis sebanyak 133 dengan rincian 32 laki-laki dan 101 perempuan. Jumlah relawan perempuan yang berpartisipasi dalam penelitian ini lebih banyak (69%)

dibandingkan relawan laki-laki (31%) dan yang berprofesi medis lebih banyak (62%) dibandingkan yang non medis (38%).

Berdasarkan hasil analisis data pengujian hpotesis pertama diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Pengujian Hipotesis Pertama

Model	F	p
Korelasi Simultan	204,831	0,000

Sumber: Output Statistics Program SPSS Seri 26 IMB for Windows

Hasil analisis regresi berganda pada tabel 1 menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara empati dan kematangan emosi dengan perilaku altruisme pada relawan Covid-19 yang dibuktikan dengan besarnya taraf signifikansi 0,000 dimana $p < 0,001$, artinya hipotesis pertama diterima.

Berdasarkan hasil analisis data untuk hipotesis kedua diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 2. Hasil Pengujian Hipotesis Kedua

Model	T	p
Korelasi Parsial	17,549	0,000

Sumber: Output Statistics Program SPSS Seri 26 IMB for Windows

Hasil analisis pada tabel 2 menunjukkan bahwa empati memiliki hubungan positif dan sangat signifikan dengan perilaku altruisme yang dibuktikan dengan nilai sig. 0,000 yaitu lebih kecil dari 0,001. Hal ini membuktikan bahwa hipotesis kedua terbukti yang artinya semakin tinggi empati maka perilaku altruisme relawan Covid-19 juga semakin tinggi.

Berdasarkan hasil analisis data uji hipotesis ketiga diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 3. Hasil Pengujian Hipotesis Ketiga

Model	T	p
Korelasi Parsial	17,904	0,000

Sumber: Output Statistics Program SPSS Seri 26 IMB for Windows

Hasil analisis pada tabel 3 menunjukkan bahwa kematangan emosi memiliki hubungan positif dan sangat signifikan dengan perilaku altruism yang dibuktikan dengan nilai sig. 0,000 yaitu lebih kecil dari 0,001. Hal ini membuktikan bahwa hipotesis ketiga terbukti yang artinya semakin tinggi kematangan emosi maka akan diikuti dengan perilaku altruisme relawan Covid-19 yang semakin tinggi pula.

Variabel empati memberikan sumbangan efektif (SE) terhadap perilaku altruisme sebesar 25,9%. Sementara sumbangan efektif (SE) variabel kematangan

emosi terhadap perilaku altruisme adalah sebesar 28,3%. Artinya variabel kematangan emosi lebih dominan terhadap perilaku altruisme daripada variabel empati. Total SE adalah sebesar 54,2% atau sama dengan koefisien determinasi (R_{Square}) analisis regresi yakni 54,2%

PEMBAHASAN

Altruisme merupakan perilaku yang dapat diidentifikasi oleh sukarelawan dimana altruisme adalah keinginan untuk menolong seseorang tanpa mementingkan keuntungan untuk diri sendiri (Myers, 2012). Orang yang altruistik adalah orang yang peduli dan ingin membantu orang lain meskipun tidak ada keuntungan yang ditawarkan atau tidak ada harapan untuk mendapatkan sesuatu kembali. Relawan yaitu seseorang yang karena keinginan hati nuraninya membarikan segala yang dimiliki yaitu tenaga, pikiran, harta, waktu dan lainnya secara ikhlas sebagai wujud tanggung jawab sosial pada masyarakat tanpa berharap pamrih seperti upah (imbalan), kedudukan, kekuasaan, karier atau kepentingan yang lain (Melina, 2012). Relawan juga rela berkorban demi kesejahteraan orang lain. Hasil analisis yang dilakukan menggunakan analisis regresi linear berganda diketahui bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara empati dan kematangan emosi dengan perilaku altruisme pada relawan Covid-19, dan hipotesis pada penelitian terbukti. Faktor internal yang mempengaruhi altruisme menurut Myers (2012) antara lain suasana hati, empati, kemampuan mengendalikan emosi, pencapaian reward, dan mood seseorang. Bagi seorang relawan covid-19 menjadi penting memiliki empati yang tinggi dan kematangan emosi yang tinggi karena relawan covid-19 yang memiliki empati dan kematangan emosi yang tinggi akan lebih peka terhadap kondisi sekitar dan mampu mempertimbangkan serta merespon segala sesuatu dengan baik meskipun dalam kondisi tertekan sehingga dapat meningkatkan perilaku altruisme. Relawan yang memiliki altruisme yang tinggi akan melakukan tugasnya dengan baik memberikan pelayanan yang maksimal sehingga pasien atau masyarakat yang dilayani merasa puas. Sebaliknya relawan yang memiliki perilaku altruisme rendah cenderung kurang berempati terhadap kondisi orang lain sehingga ketika berhadapan pada situasi yang tidak mendukung maka memunculkan emosi negatif yang membuat masyarakat yang dilayani menjadi tidak nyaman. Sedangkan kenyamanan dari masyarakat yang dilayani oleh relawan covid-19 terutama ketika berhadapan langsung dengan pasien covid-19 sangat mendukung untuk memotivasi pasien untuk sembuh, dimana tujuan dibentuknya relawan covid-19 adalah untuk membantu mengurangi penyebaran virus dan berupaya memulihkan pasien covid-19. Oleh sebab itu empati dan kematangan emosi sangat penting untuk tercapainya peningkatan perilaku altruisme pada relawan Covid-19.

Hipotesis pertama yang berbunyi terdapat hubungan empati dan kematangan emosi dengan perilaku altruisme pada relawan Covid-19 diterima yang menunjukkan bahwa bahwa variabel empati dan kematangan emosi secara bersama-sama dapat dipergunakan untuk memprediksi perilaku altruisme. Artinya apabila individu memiliki empati yang tinggi, kematangan emosi juga tinggi maka akan diiringi dengan perilaku altruisme relawan covid-19 yang tinggi pula.

Hipotesis kedua berbunyi ada hubungan positif antara empati dengan perilaku altruisme pada relawan Covid-19, yang berarti bahwa semakin tinggi empati maka semakin tinggi pula perilaku altruisme yang ditunjukkan oleh relawan covid-19. Artinya individu yang memiliki empati akan lebih peka terhadap kondisi orang lain dan memahami perasaan yang dirasakan oleh orang lain sehingga lebih mudah tergerak untuk menolong orang lain dibandingkan individu yang kurang peduli terhadap kondisi sekitar. Oleh karena itu perilaku altruisme yang tunjukkan akan meningkat pula. Penjabaran hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis penelitian ini terbukti dimana terdapat hubungan positif dan sangat signifikan antara empati dengan perilaku altruism relawan Covid-19.

Empati menurut Davis (2003) merupakan reaksi yang cepat, tidak sengaja, dan memunculkan perasaan emosional terhadap pengalaman orang lain, dan kemampuan untuk mengenali pengalaman emosional orang lain tanpa adanya perantara. Untuk dapat memberikan pelayanan yang baik relawan seharusnya mampu mengenali dan memahami kondisi serta perasaan yang sedang dirasakan oleh orang lain sehingga dapat memberikan respon emosional yang sesuai. Misalnya ikut merasakan kesedihan yang dirasakan oleh pasien yang menjalankan isolasi yang tidak dapat berkumpul dengan keluarga sehingga dapat bersikap lebih baik ketika berhadapan dengan pasien. Apabila dikaitkan dengan perilaku altruisme, individu yang memiliki empati tentunya akan lebih mudah tersentuh dan tertarik ketika melihat suatu peristiwa sehingga mendorong untuk berperilaku altruisme. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian-penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Huber dan Douglas (2012), Rani (2019) dan Ni'mah (2017) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara empati dengan altruisme.

Hipotesis ketiga berbunyi ada hubungan positif antara kematangan emosi dengan perilaku altruism pada relawan Covid-19 artinya jika kematangan emosi semakin tinggi maka perilaku altruisme relawan Covid-19 juga akan semakin tinggi. Kematangan emosi yang tinggi memungkinkan individu untuk mengetahui dan menanggapi perasaannya sendiri dengan tepat, membaca dan menangani perasaan orang lain secara efektif. Individu yang sedang emosi biasanya kurang memperhatikan kondisi di sekitarnya tetapi bagi individu yang mencapai kematangan emosi masih dapat mengendalikan dirinya sehingga emosi yang tampak

dapat lebih baik atau menunjukkan perubahan ekspresi yang wajar (Walgitto, 2008). Hasil analisis menunjukkan bahwa hipotesis ketiga penelitian ini terbukti, dimana terdapat hubungan yang positif dan sangat signifikan antara kematangan emosi dengan perilaku altruisme relawan Covid-19.

Hurlock (2000) menyatakan bahwa kematangan emosi merupakan kondisi individu yang tingkat emosinya sesuai dengan perkembangan emosi orang dewasa yang berimplikasi pada pengendalian emosi dalam situasi sosial. Individu yang memiliki tingkat kematangan emosi yang lebih baik biasanya mengalami keadaan yang menenangkan terhadap dirinya sendiri, jarang menderita penyakit, memiliki keterampilan memusatkan perhatian, memiliki kemampuan komunikasi yang lebih baik dengan orang lain, dan untuk pekerjaan yang lebih baik. Misalnya ketika berhadapan pada situasi yang tertekan, relawan tidak mudah panik atau marah dan dapat bersikap tenang sehingga dapat menenangkan orang lain. Dengan demikian seseorang dapat menjalankan tugasnya dengan menyenangkan tanpa ada perasaan tertekan. Hal ini dapat disebut sebagai relawan yang matang emosinya. Apabila dikaitkan dengan perilaku altruisme, individu yang matang secara emosional dapat mengontrol mood negatifnya sehingga dapat tetap menampilkan perilaku altruisme atau menolong pada orang yang memerlukan bantuan. Hasil dari penelitian ini sepakat dengan penelitian-penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Brar (2017) serta Haryati (2013) yang mengatakan bahwa ada hubungan yang positif antara kematangan emosi dengan perilaku altruisme.

Hasil perhitungan sumbangan efektif pada kedua variabel bebas yaitu empati dan kematangan emosi menjelaskan atau mempengaruhi variabel perilaku altruisme padarelawan covid-19 sebesar 54,2% dimana kontribusi dari empati terhadap perilaku altruisme sebesar 25,9% dan kontribusi dari kematangan emosi terhadap perilaku altruisme sebesar 28,3% sedangkan sisanya 45,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diketahui dan tidak termasuk dalam analisis regresi atau variabel diluar penelitian ini. Menurut Myers (2012) faktor yang mempengaruhi altruisme ada tiga yaitu faktor internal, faktor eksternal dan faktor personal. Faktor internal selain empati dan kematangan emosi adalah suasana hati, penghargaan, dan kondisi mood seseorang. Sedangkan faktor eksternal meliputi jenis kelamin, adanya karakteristik yang sama, terdapat hubungan tertentu antara pemberi bantuan dan yang dibantu, waktu, keadaan lingkungan dan atribusi, sedangkan kepribadian penolong, gender dan kepercayaan beragama (religiusitas) merupakan faktor personal. Tidak jauh beda dengan yang dipaparkan oleh Wortman (Dalam Yunico, 2016) bahwa suasana hati, keadilan dunia dan faktor situasional juga memiliki pengaruh terhadap perilaku altruisme.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan hasil penelitian adalah terdapat hubungan antara empati dan kematangan emosi dengan perilaku altruisme padarelawan Covid-19 yang artinya apabila individu memiliki empati yang tinggi, kematangan emosi juga tinggi maka akan diiringi dengan perilaku altruisme relawan covid-19 yang tinggi pula. Penelitian ini bukan tanpa kelemahan dimana terdapat keterbatasan dalam penelitian diantaranya tidak mengeksplorasi adanya kemungkinan hubungan dari segi data demografi responden, seperti jenis kelamin, status sosial ekonomi dan asal subjek yang mungkin memberikan hasil yang menarik dan penjelasan lebih lanjut tentang hubungan antara empati dan kematangan emosi dengan altruisme.

Bagi subyek penelitian disarankan agar senantiasa dapat berperilaku altruisme dalam memberikan pelayanan maksimal meskipun dalam kondisi yang kurang ideal dan tetap memberi dukungan kesejahteraan mental dan psikososial dalam kelompok sasaran selama pandemi Covid-19. Disarankan bagi peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian mengenai altruisme dengan faktor-faktor lain yang mempengaruhi altruisme yang tidak dimasukkan dalam penelitian ini, seperti beberapa karakteristik pribadi individu yang relevan (misalnya tingkat *self efficacy*) dan demografi responden, kesamaan karakteristik dan kedekatan hubungan. Bagi pemerintah disarankan agar dalam melakukan rekrutmen relawan memperhatikan adanya jiwa altruisme pada calon relawan dengan melihat motif dan tujuan menjadi relawan. Selain itu kemampuan empati dan kematangan emosi calon relawan juga menjadi salah satu faktor yang perlu dijadikan pertimbangan ketika memutuskan menerima relawan sehingga relawan yang tergabung benar-benar memiliki rasa empati dan keinginan tulus untuk menolong dan bukan karena kepentingan pribadi sehingga relawan dapat menjalankan tugas dengan maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Ã, E. L. S., Lishner, D. A., & Decker, S. K. (2009). Altruism or psychological escape: Why does empathy promote prosocial behavior? *European Journal of Social Psychology*, 39(June 2008), 649–665. <https://doi.org/10.1002/ejsp>
- Asih, G. Y., Maria, M., & Pratiwi, S. (2010). Perilaku Prosocial Ditinjau Dari Empati dan Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi Universitas Muria Kudus*, 1(1), 33–42.
- Baron, R. A. dan Bryne, D. (2005). Psikologi Sosial. Jilid 2. Alih Bahasa: Ratna Djuwta. Edisi Kesepuluh. Jakarta: Erlangga
- BNPN. (2014). Pedoman Relawan Penanggulangan Bencana. Jakarta: Peraturan Kepala Badan Nasional Penanggulangan Bencana Nomor 17 Tahun 2011 No.1422.

- Brar, S. K. (2017). Altruistic Behavior Among Adolescents In Relation To Their Emotional Maturity. *International Journal of Educational Science and Research (IJESR)*, 7(5), 29–36.
- Davidoff, L. L. (1991). Psikologi Suatu Pengantar. Alih Bahasa: Mari Juniati. Jakarta: Erlangga
- Davis, M. H.(2003).Measuring Individu Differences in Empathy : Evidence for a Multidementional Approach. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 44 (1), 113-126.
- Departemen Pekerjaan Umum. (2008). Modul Khusus Komunitas PNM Mandiri: Peran Relawan Dalam Nangkis. Jakarta: Direktorat Jenderal Cipta Karya
- Hapsari, I. I. (2016). Empati dan Motivasi Kerja Guru. *Jurnal Penelitian dan PengukuranPsikologi*, 5(1), 48-56.
- Haryati, T. D. (2013). Kematangan Emosi, Religiusitas dan Perilaku Prososial Perawat Di Rumah Sakit. *Persona,Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 162-172.
- Huber, J.T., & Douglas, A.M. (2012). An Investigation of the Relations Between Altruism, Empathy, and Spirituality. *Journal of Humanistic Psychology*, 52(2), 206–221
- Hurlock, E. B. (2000). Psikologi Perkembangan. Jilid 2. Alih Bahasa: Med. Meitasari Tjandrasa dan Muslichah Zarkasih. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga
- Hoffman. (1977). Sex Differences In Empathy and Related Behavior. *Psychological Bulletin*, 84(4), 712-722.
- Kartono, K. (2011). Patologi Sosial Suatu Pengantar. Jakarta: Rajawali Pers
- Laila, K. N., & Asmarany, A. I. (2015). Altruisme Pada Relawan Perempuan Yang Mengajar Anak Berkebutuhan Khusus di Yayasan Anak Jalanan Bina Insan Mandiri. *Jurnal Psikologi*, 8(1), 17-24.
- Melina, G. G. (2012). Resiliensi Dan Altruismee Pada Relawan Bencana Alam. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 1(Desember), 17–24.
- Myers, G. David., (2012). Psikologi Sosial, Salemba Humanika, Jakarta
- Ni'mah, R. (2017). Hubungan Empati Dengan Perilaku Altruistik. *At-Tuhfah:Jurnal Keislamam*, 6(1), 99-115.
- Nielsen, M. L. (2010). Incorporating a Concept of Altruismee into Psychoanalytic Theory. *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies Int. J. Appl. Psychoanal.*, 7(4), 262–280. <https://doi.org/10.1002/aps>.
- Rani, Septiani, D., & Syaf, A. (2019). Empati Terhadap Perilaku Altruisme Pada Guru Anak Berkebutuhan Khusus. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 3(1), 49-56.
- Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Unger, S. (1991). Altruismee as a motivation to volunteer. *Journal of Economic Psychology*, 12(November 20), 71–100.
- Yunico, A., Lukmawati, & Botty, M. (2016). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Perilaku Altruistik pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis

Islam Jurusan DIII Perbankan Syariah Angkatan 2013 UIN Raden Fatah Palembang. *Jurnal Psikologi Islam-PSIKIS*, 2(2), 181–194.

- “Jumlah Relawan COVID-19 Capai 23.472 Orang”. Bnpb.go.id. Diakses tanggal 27 Agustus 2020, dari <https://bnpb.go.id/berita/jumlah-relawan-covid19-capai-23-472-orang>
- “Menyoal Tingginya Kematian Nakes Indonesia Akibat Covid-19”. CNN Indonesia. Diarsipkan dari [versi asli](http://m.cnnindonesia.com/nasional/20200804155902-20-532096/menyoal-tingginya-kematian-nakes-indonesia-akibat-covid-19) tanggal 2020-08-05, Diakses tanggal 1 September 2020 dari <http://m.cnnindonesia.com/nasional/20200804155902-20-532096/menyoal-tingginya-kematian-nakes-indonesia-akibat-covid-19>
- “Rangkuman Diskusi : Suka Duka Relawan Medis Covid-19”. Idionline.org. Diakses tanggal 27 Agustus 2020, dari <http://www.idionline.org/berita/rangkuman-diskusi-suka-duka-relawan-medis-covid-19/>
- “Relawan Positif COVID-19, Kini Sang Ibu Ikut Tertular di Langkat”. IDNTimes. Diakses tanggal 1 September 2020, dari <https://sumut.idntimes.com/news/sumut/bambang-suhandoko/relawan-positif-covid-19-kini-sang-ibu-ikut-tertular-di-langkat/3>
- “Update bertambah kasus Covid-19 di Indonesia menjadi 127083 kasus”. Kompas.com. Diakses tanggal 27 Agustus 2020, dari <https://www.google.co.id/amp/s/amp.kompas.com/nasional/read/2020/08/10/15004201/update-bertambah-1687-total-ada-127083-kasus-covid-19-di-indonesia>