**BAB I**

**PENDAHULUAN**

**A. Latar Belakang Penelitian**

Setiap manusia melalui tahap-tahap kehidupan yang saling mempengaruhi satu dengan yang lain. Tahap remaja mengambil peranan yang penting dalam keberlangsungan kehidupan manusia. Remaja merupakan keadaan dimana seseorang individu mengalami perkembangan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, dengan berbagai pengalaman baru, baik secara fisik hingga psikologis.

Salah satu pengalaman yang diperoleh remaja adalah interaksi dengan lingkungan, baik teman sebaya maupun orang dewasa. Melalui proses interaksi itulah remaja belajar menghargai, membantu, bertenggang rasa dan mengadaptasi norma serta aturan sehingga remaja belajar menyelaraskan diri dengan tuntutan-tuntutan lingkungannya. Sayangnya dalam perkembangan teknologi yang semakin canggih ini, kehidupan interaksi remaja dengan lingkungannya tidak lagi banyak terjadi secara langsung. Teknologi yang cenderung menciptakan sekat dalam komunikasi, menjadikan remaja yang cenderung memiliki interaksi secara virtual dan mengurangi interaksi langsung. Disatu sisi hal ini menggambarkan sebuah kemajuan jaman, namun disisi lain juga menjadi rapuhnya proses belajar berinteraksi secara langsung pada remaja baik dengan komunitasnya maupun dengan lingkungan sosialnya.

Parahnya, salah satu bentuk interaksi sosial yang berupa perilaku prososial pada remaja juga mendulang akibatnya. Remaja cenderung kurang peka pada kondisi orang lain dalam lingkungannya dan enggan membantu orang lain. Seperti kejadian yang dilaporkan sebuah media *online* (Kompas.com, 4 April 2020) tentang seorang remaja yang tega menganiaya seorang nenek yang menjadi orang tua asuhnya selama ini. Bahkan remaja tersebut juga dilaporkan warga seringkali meresahkan karena perilakunya yang cenderung mengganggu. Berita yang kurang lebih sama juga diperoleh dari media *online* lain (Soekarno, 2019) tentang aksi kekerasan dan perilaku merugikan masyarakat yang dilakukan remaja di wilayah Surabaya, Magetan dan Pasuruan. Bahkan dalam penelitiannya, Aridhona (2017) menyebutkan teknologi berdampak negatif dan memunculkan perilaku yang negatif sehingga banyak meresahkan berbagai lapisan di masyarakat.

Dampak negatif lain dari teknologi adalah munculnya perilaku *bullying* di kalangan remaja. Remaja menggunakan media komunikasi untuk menyebarkan perilaku *bullying* yang dilakukan. Seperti diberitakan oleh Farasonia (2020) tentang beberapa remaja di salah satu sekolah menengah di Purworeja Jawa Tengah melakukan aksi *bullying* terhadap teman sekelasnya yang berkebutuhan khusus dan sengaja merekam serta menyebarkannya melalui aplikasi *whattapps.* Kasus serupa juga terjadi pada remaja lain di kota Malang, Grobogan, Jakarta (Hens, 2019) dan masih banyak kasus *bullying* lainnya yang dapat berakibat luka fisik, luka psikis hingga sampai memicu bunuh diri (Tim, 2019).

Kejadian *bullying* ini terjadi karena pelaku kurang memiliki empati dan prososial (Frisnawati, 2012). Rendahnya kemampuan prososial remaja, menunjukkan kurangnya kesadaran serta keinginan untuk membantu orang lain, sehingga lahirlah *bullying* bukan memberikan support pada sesama. Ketidakmampuan dalam menyadari keadaan lingkungan disekitar, membuat remaja merasa bebas untuk melakukan perilaku negatif.(Wicaksono & Susilowati, 2016).

SMAN 9 Surabaya merupakan sekolah menengah atas yang mendidik siswa dan siswinya untuk memiliki solidaritas yang tinggi dengan sesama, dalam prosesnya siswa-siswi diharapkan mampu bersikap prososial dan saling mendukung atas kegiatan yang ada disekolah. Hasil pengamatan dan wawancara ditemukan beberapa siswa-siswi kurang memiliki perilaku prososial, keadaan ini dapat dilihat dari adanya kasus bullying disekolah serta kurangnya keinginan dalam membantu teman yang mengalami kesulitan. Beberapa siswa-siswi lebih banyak mengabaikan teman lain yang membutuhkan bantuan. Siswa-siswi tersebut lebih cenderung menyelesaikan persoalan sendiri daripada memberikan bantuan kepada orang lain. Hal ini dapat dilihat dari acuhnya siswa terhadap teman yang memiliki masalah atau kesulitan dalam menyelesaikan tugas dalam kelompok belajar. ketidakinginan siswa-siswi dalam memahami serta memberikan bantuan kepada orang lain diakibatkan karena kurangnya kemampuan dalam melakukan perilaku prososial.

Fenomena yang terjadi saat ini adalah, banyak remaja yang tidak memiliki kemampuan melakukan perilaku prososial. Ketidakmampuan remaja dalam melakukan perilaku prososial menyebabkan adanya perilaku agresi dan kurangnya empati emosional, hal ini diungkapkan oleh Umayah (2017). Fakta lain menyebutkan bahwa ketidakmampuan melakukan perilaku prososial membuat remaja menjadi individual dan memiliki keengganan untuk bersosialisasi dengan lingkungan, hal ini dikemukakan oleh Lestari & Partini (2015), dijelaskan lebih lanjut keengganan melakukan sosialisasi memicu lunturnya keinginan untuk menolong dan solidaritas sosial. Remaja dengan ketidakmampuan melakukan perilaku prososial, akan memiliki kecenderungan apatis dan acuh terhadap lingkungan sekitarnya (Rahajeng, 2018).

Perilaku remaja yang negatif dan sering meresahkan masyarakat berbanding terbalik dengan tugas-tugas perkembangan yang seharusnya dilakukan oleh remaja (Frisnawati, 2013). Dijelaskan pula oleh Frisnawati bahwa remaja sebagai generasi muda seharusnya mampu memiliki pengendalian diri secara emosional dan mampu membina hubungan baik dengan kelompok masyarakat yang ada disekitarnya.

Silfiyah (2019) menyebutkan bahwa perilaku prososial merupakan kontak dan interaksi dengan dunia luar, sehingga individu yang melakukan perilaku prososial, adalah individu yang mampu menjalin relasi sosial, memberikan bantuan serta manfaat bagi orang lain tanpa meminta imbalan dan kepentingan diri sendiri. Ditegaskan pula oleh Silfiyah bahwa perilaku prososial juga dapat diartikan sebagai perilaku membantu orang lain, memberikan keuntungan secara fisik maupun psikologis terlepas dari motif penolong.

Menurut Frisnawati (2013) perilaku prososial adalah jembatan bagi remaja untuk dapat mengekspresikan keberadaannya di masyarakat, sehingga dengan menempatkan remaja untuk memiliki status sosial dimasyarakat. Individu yang memiliki perilaku prososial, akan memiliki kebermaknaan hidup, menghargai sesama, menolong yang membutuhkan dan memiliki peran yang positif, sehingga akan meningkatkan penghargaan terhadap dirinya (Kartika, 2016).

Ketidakmampuan remaja dalam melakukan perilaku prososial dikarenakan karena berbagai faktor. Yaitu antara lain faktor situasi, moral, keadaan dan perbedaan dari tiap individu (Shadiqi, 2018). Salah satu faktor yang cukup berperan penting secara internal adalah penerimaan diri serta kemampuan dalam melakukan regulasi emosi (Wulandari, 2018)

Penerimaan diri merupakan suatu keadaan dimana individu dapat menerima diri dan lingkungannya (Permatasari, 2016). Remaja yang tidak mampu menerima dirinya sendiri, akan sibuk untuk memberikan koreksi terhadap kekurangan diri dan mengeluhkan apa yang tidak dimiliki (Lail, 2017). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Putra (2016) remaja yang memiliki penerimaan diri yang baik akan mampu memiliki rasa kebersyukuran. Bahkan dijelaskan Putra bahwa Penerimaan diri dapat berdampak pada perilaku prososial sebagai bentuk rasa penerimaan dan syukur atas keadaan yang dimilikinya.

Ritung (2011) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa remaja yang memiliki penerimaan diri mampu menerima dirinya secara fisik da n sosial serta mampu memberikan dampak yang baik pada kematangan emosi seseorang. Hal serupa juga ditekankan Asih & Pratiwi (2010) bahwa kematangan emosi memicu individu melakukan perilaku prososial, dalam kematangan emosi terdapat aspek pembangun yaitu penerimaan diri. Ketidakmampuan remaja dalam melakukan penerimaan diri akan menyebabkan kesulitan dalam melakukan aktivitas secara mandiri, mengalami kesulitan dalam melakukan interaksi serta membangun relasi sosial yang positif (Ridha, 2012)

Faktor internal yang mampu memunculkan perilaku prososial yang lain adalah adanya kemampuan regulasi emosi (Rohmah, 2017). Dikatakan Rohmah dalam penelitiannya bahwa seseorang yang mampu mengendalikan emosi akan lebih merasa bahagia dan memiliki suasana hati yang senang.. Keadaan tersebut menurut Yusuf & Kristina (2017) akan memicu individu menjadi suka menolong dan berbagi kebaikan dengan orang lain. Yusuf & Kristina juga menjelaskan bahwa kemampuan regulasi emosi mampu meningkatkan perilaku prososial. Bahkan menurut Kurniawati (2013) kemampuan melakukan pengendalian emosi, akan memunculkan sikap kedewasaan dan memicu keinginan untuk melakukan tindakan prososial pada remaja.

Selain penerimaan diri, regulasi emosi juga merupakan salah satu faktor penting yang dapat memunculkan prososial. Regulasi Emosi merupakan sebuah proses secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku (Gross, 2007). Dikatakan Ratnasari (2017) bahwa seseorang yang memiliki regulasi emosi dapat mempertahankan atau meningkatkan emosi yang dirasakannya baik positif maupun negative. Lebih lanjut dijelaskan Ratnasari bahwa kemampuan melakukan regulasi emosi membuat seseorang dapat mengurangi emosinya baik positif maupun negatif. Seseorang yang mampu meregulasi emosinya dengan baik akan mendapatkan dampak positif bagi kesehatan fisik, tingkah laku dan hubungan sosial (Gross, 2007). Kemampuan regulasi emosi seseorang juga bisa dilihat dari beberapa aspek seperti kemampuan menemukan cara dalam mengurangi emosi negative, tidak mudah terpengaruh dengan emosi negative dan mampu menerima peristiwa yang menimbulkan emosi negatif (Astuti & Wasidi, 2009).

Mawardah (2014) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa kemampuan remaja dalam melakukan regulasi emosi berdampak positif terhadap perilaku prososial mereka. Semakin tinggi kemampuan dalam melakukan regulasi emosi semakin tinggi perilaku prososial yang dilakukan.

**B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan fakta-fakta yang terjadi di masyarakat saat ini, banyak sekali remaja yang kurang memiliki kemampuan dalam melakukan perilaku prososial. Ketidakmampuan dalam melakukan perilaku prososial pada remaja memberikan banyak dampak negatif bagi keberlangsungan remaja sebagai generasi penerus bangsa dan memiliki masa depan yang panjang. Kurangnya perilaku prososial pada remaja, merupakan akibat dari ketidakmampuan remaja dalam penerimaan diri dan kemampuan melakukan regulasi emosi (Yusuf & Kristina, 2018).

Penerimaan diri pada remaja merupakan faktor yang penting dalam mengembangkan kemampuan untuk menghadapi realita sosial (Gamayanti, 2016). Kemampuan remaja dalam melakukan penerimaan diri akan membantu remaja memahami diri serta lingkungan sekitarnya ( Ridha, 2012). Selain hal tersebut, regulasi emosi juga merupakan penunjang dalam mengekspresikan apa yang dirasakan oleh remaja (Rohmah, 2017). Remaja yang mampu mengekspresikan emosi yang dirasakannya dengan baik dan tepat akan mampu menyeimbangkan keinginan dan harapannya dengan situasi sosial yang ada.

Mengacu bahasan di atas peneliti memfokuskan permasalahan yang diteliti dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah penerimaan diri dan regulasi emosi berhubungan dengan perilaku prososial pada remaja ?
2. Apakah penerimaan diri berhubungan dengan perilaku prososial pada remaja?
3. Apakah regulasi emosi berhubungan dengan perilaku prososial pada remaja?

**C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

**1. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan penelitian diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk :

1. Mengetahui hubungan antara hubungan penerimaan diri dan regulasi emosi dengan perilaku prososial pada remaja
2. Mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan perilaku prososial pada remaja
3. Mengetahui hubungan regulasi emosi dengan perilaku prososial pada remaja.

**2. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah keilmuan, khususnya dalam bidang psikologi sosial mengenai bagaimana hubungan penerimaan diri dan regulasi emosi dengan perilaku prososial.

1. Manfaat Praktis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi sekolah khususnya para guru, dan juga orangtua dalam meningkatkan perilaku prososial terkait dengan pengelolaan penerimaan diri dan regulasi emosi. Hasil penelitian ini juga diharapkan bermanfaat sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tema yang sama.

**D. Keaslian Penelitian**

Penelitian yang menjelaskan tentang perilaku prososial telah banyak dilakukan. Beberapa diantaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Silfiyah (2019) tentang hubungan religiusitas dengan perilaku prososial. Penelitian yang dilakukan oleh Putri & Rustika (2017) tentang hubungan pola asuh dan efikasi dengan perilaku prososial, serta penelitian yang dilakukan oleh Kurniawati (2013) tentang hubungan pola asuh dan kecerdasan emosi dengan perilaku prososial. Penelitian sebelumnya lebih banyak melihat keterikatan antara religiusitas, empati, dan kepercayaan diri dengan perilaku prososial. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Silfiyah (2019) menghasilkan adanya hubungan antara religiusitas dan regulasi emosi dengan perilaku prososial. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawati (2013) menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh, kecerdasan emosi dengan perilaku prososial, dalam hal ini digambarkan bahwa pola asuh dan kecerdasan emosi dapat dijadikan prediktor untuk memprediksi perilaku prososial remaja.

Penelitian lain juga membahas tentang hubungan antara penerimaan diri dengan prososial serta regulasi emosi dengan prososial secara terpisah. Hasil penelitian Wicaksono & Susilawati (2016) serta Putra (2016) mengemukakan bahwa individu yang mampu melakukan penerimaan diri, akan mampu memahami dan menerima dirinya dengan kekurangan yang dimilikinya. Keadaan ini akan meningkatkan rasa syukur atas keberadaannya. Rasa syukur yang timbul akan memberikan pandangan yang positif terhadap dirinya dan lingkungan sekitarnya, hal ini memicu perilaku prososial yang akan meningkatkan kesejahteraan psikologis individu. Penelitian lain yang dilakukan oleh Yusuf & Kristiana (2017) menjelaskan bahwa kemampuan melakukan regulasi emosi mampu memberikan sumbangsih terhadap keinginan untuk melakukan perilaku prososial.

Berbeda dengan semua penelitian-penelitian terdahulu terkait dengan perilaku prososial, penelitian tesis ini menggunakan variabel penerimaan diri dan regulasi emosi. Berdasarkan paparan diatas dapat dijelaskan bahwa penelitian ini dikatakan orisinil dan belum pernah dilakukan sebelumnya. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap tiga variabel secara bersama-sama. Peneliti tertarik untuk mengungkap tentang hubungan Penerimaan diri dan regulasi emosi dengan perilaku prososial pada remaja.