

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Prososial

1. Pengertian Prososial

Perilaku prososial menurut William merupakan suatu perilaku yang memiliki intensi untuk mengubah keadaan fisik atau psikologis seseorang (secara mental maupun psikis) dari yang kurang baik menjadi lebih baik (Dayakisni & Hudaniah, 2003). Perilaku prososial menjadi bagian kehidupan sehari-hari yang dapat mencakup kategori yang lebih luas berupa tindakan yang dilakukan dalam membantu orang lain. Prososial ini dilakukan tanpa mementingkan diri sendiri serta dilakukan tanpa pamrih dengan motivasi dari dalam diri sendiri. Adapun tujuan spesifik yang bisa ditunjukkan dalam perilaku prososial terkadang tidak disadari oleh pelakunya.

Pendapat Sarwono (2002) menyatakan bahwa bentuk perilaku yaitu sesuatu yang dilakukan oleh setiap individu dan sesuatu yang bersifat nyata. Unit dasar perilaku adalah sebuah aktivitas, sesungguhnya hal itu dapat menyatakan bahwa perilaku merupakan suatu rangkaian aktivitas-aktivitas yang dilakukan oleh seseorang. Lebih lanjut disampaikan oleh Shaffer (dalam Edwina, 2002), bahwa tindakan yang memberikan keuntungan bagi orang lain seperti berbagi dengan orang lain yang mendatangkan keuntungan bagi orang tersebut dibanding dengan dirinya sendiri, menghibur atau menolong orang lain untuk mencapai tujuannya atau bahkan membuat orang lain senang dengan memuji perilaku atau prestasi disebut perilaku prososial.

Baron & Byrne (2005) mengatakan bahwa perilaku prososial adalah suatu tindakan menolong yang menguntungkan orang lain tanpa harus menyediakan suatu keuntungan langsung pada orang yang melakukan tindakan tersebut, dan mungkin bahkan melibatkan suatu resiko bagi orang yang menolong. Manusia tidak bisa lepas dari tolong menolong dalam kehidupan sehari-hari. Setinggi apapun kemandirian seseorang, pada saat-saat tertentu akan membutuhkan orang lain (Faturachman, 2006). Perilaku menolong atau menguntungkan orang lain atau sekelompok orang tanpa pamrih disebut dengan tingkah laku prososial. Mussen dkk (dalam Asih & Pratiwi, 2010) menekankan bahwa perilaku prososial mencakup tindakan-tindakan menolong, bekerja sama, berbagi perasaan, bersikap jujur dan bertindak dermawan terhadap orang lain.

Asih & Pratiwi (2010) berpendapat bahwa perilaku prososial adalah salah satu bentuk perilaku yang muncul dalam interaksi sosial sehingga perilaku prososial diartikan sebagai suatu tindakan yang dilakukan atau direncanakan untuk menolong orang lain tanpa mempedulikan motif-motif penolong. Pendapat lain disampaikan oleh Dahriani (2007) bahwa perilaku prososial merupakan bentuk perilaku yang mempunyai tingkat pengorbanan tertentu yang tujuannya memberikan keuntungan bagi orang lain baik secara fisik maupun psikologis, menciptakan perdamaian dan meningkatkan toleransi hidup antar sesama, namun tidak ada keuntungan yang jelas bagi individu yang melakukan tindakan tersebut.

Berdasarkan pengertian perilaku prososial yang dibuat oleh berbagai tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku prososial merupakan tindakan menolong atau memberikan bantuan yang ditujukan untuk menguntungkan orang lain (tanpa mengharapkan imbalan) atau menguntungkan diri sendiri, tanpa ada unsur paksaan.

2 Aspek - aspek Perilaku Prososial

Aspek-aspek perilaku prososial menurut Carlo & Randall (2002) diantaranya adalah :

- a. Perilaku prososial altruistik adalah perilaku bantuan sukarela atas kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain, yang mana dapat menimbulkan pengorbanan bagi orang yang menolong. Adanya respon simpati yang berhubungan dengan norma dalam diri individu sehingga akan menimbulkan suatu empati.
- b. Perilaku prososial complaint ialah memberikan bantuan bagi orang lain yang meminta bantuan secara verbal maupun non verbal. Membantu secara complaint dengan tingkat yang lebih tinggi diasosiasikan dengan penggunaan mode orientasi penerimaan penalaran moral dan tidak diasosiasikan dengan simpati, perspektif, ataupun penalaran moral.
- c. Perilaku prososial emosional yaitu membantu orang lain yang sedang dalam keadaan emosional. Bagi beberapa individu situasi yang sangat menggugah secara emosional dapat memicu tekanan pribadi, sehingga hanya memunculkan respon simpati.
- d. Prososial publik yaitu perilaku yang dilakukan di depan orang lain dan cenderung termotivasi oleh keinginan untuk mendapatkan rasa hormat dari orang lain, serta meningkatkan suatu harga diri seseorang.

- e. Perilaku prososial anonymous yaitu perilaku yang dilakukan tanpa diketahui oleh orang lain.
- f. Perilaku prososial dire ialah memberikan bantuan dalam keadaan yang darurat.

Pendapat lain disampaikan oleh Mussen (dalam Nashori, 2008) bahwa aspek perilaku prososial yaitu:

- a. Menolong, yaitu membantu orang lain dengan cara meringankan beban fisik atau psikologi orang tersebut. Hal ini dilakukan untuk membantu meringankan beban penderitaan maupun kesukaran orang lain tanpa pamrih.
- b. Berbagi rasa, yaitu kesediaan untuk ikut merasakan apa yang dirasakan orang lain. Orang menggunakan perasaannya dengan efektif di dalam situasi orang lain, didorong oleh emosinya seolah-olah dia ikut mengambil bagian dalam gerakan-gerakan yang dilakukan orang lain.
- c. Kerjasama, yaitu melakukan pekerjaan atau kegiatan secara bersama-sama berdasarkan kesepakatan untuk mencapai tujuan bersama pula. Kegiatan atau usaha yang dilakukan oleh beberapa orang untuk mencapai tujuan bersama.
- d. Menyumbang, yaitu berlaku murah hati kepada orang lain. Ikut menyokong dengan tenaga dan pikiran, memberikan sesuatu kepada orang yang sedang tertimpa musibah.
- e. Memperhatikan kesejahteraan orang lain. Hasrat untuk menolong orang lain tanpa memikirkan kepentingan sendiri.

Menurut Mussen, dkk (2002) berpendapat mengenai beberapa aspek perilaku prososial diantaranya adalah :

- a. Berbagi (*sharing*), yaitu kesediaan untuk berbagi perasaan dengan orang lain baik suka maupun duka. Sharing diberikan bila penerima menunjukkan kesukaran sebelum ada tindakan, meliputi dukungan variabel dan fisik.
- b. Menolong (*helping*), yaitu kesediaan untuk menolong orang lain yang sedang berada dalam kesulitan. Menolong meliputi membantu orang lain, memberitahu, menawarkan bantuan kepada orang lain atau melakukan sesuatu yang menunjang berlangsungnya kegiatan orang lain.
- c. Berdermawan (*donating*), yaitu kesediaan untuk memberikan secara sukarela sebagian barang miliknya kepada orang lain yang membutuhkan.
- d. Kerja sama (*cooperating*), yaitu kesediaan untuk bekerja sama dengan orang lain guna tercapainya suatu tujuan. Kerja sama biasanya saling menguntungkan, saling memberi, saling menolong dan menenangkan.

- e. Jujur (*honesty*), yaitu kesediaan untuk tidak berbuat curang terhadap orang lain disekitarnya.

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah diuraikan di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa aspek-aspek perilaku prososial meliputi perilaku berbagi, menolong, berbagi rasa, bekerjasama, berdermawan, jujur, dan hal-hal yang dilakukan untuk membantu orang lain dengan sukarela dan tanpa pamrih. Adapun aspek-aspek perilaku prososial yang dijadikan indikator dalam penyusunan skala prososial adalah berdasarkan pendapat Mussen (dalam Nashori, 2008) yang berpendapat bahwa aspek-aspek perilaku prososial yaitu menolong, berbagi rasa, kerjasama, menyumbang, dan memperhatikan kesejahteraan orang lain.

3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Prososial

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prososial menurut Baron & Byrne (2005) antara lain:

- a. *Hipotesis empati-altruisme* yaitu perilaku prososial secara mendasar yang dimotivasi oleh keinginan untuk membantu orang yang membutuhkan. Empati terdiri dari tiga komponen berbeda diantaranya *emotional empathy*, *empathic accuracy*, dan *empathic concerns*. Perbedaan komponen ini berpengaruh pada aspek perilaku prososial yang berbeda dan juga pada efek jangka perpanjangan perilaku prososial yang berbeda pula.
- b. *Negatif-state relief* yaitu perilaku prososial yang dilakukan lebih untuk menghilangkan perasaan tidak nyaman atau tidak menyenangkan ketika melihat orang lain sedang menderita atau sedang membutuhkan bantuan sehingga empati menjadi hal yang tidak penting dalam situasi ini.
- c. *Hipotesis empathic-joy* yaitu penolong akan menanggapi kebutuhan orang lain yang membutuhkan karena adanya keinginan untuk mencapai sesuatu dan dengan melakukan hal tersebut dapat menghasilkan penghargaan diri bagi orang tersebut, sehingga penting bagi penolong untuk mengetahui bahwa tindakannya tersebut memberikan dampak positif bagi orang yang dibantu. Hal tersebut mendorong seseorang untuk terlibat dalam perilaku prososial.
- d. *Competitive altruism* yaitu untuk meningkatkan status dan reputasi, sehingga dapat memberikan manfaat yang lebih dari sekedar mengimbangi biaya untuk terlibat dalam tindakan prososial. Pengakuan publik terhadap perilaku sosial dapat meningkatkan status sosial. Maka dari itu semakin tindakan prososial

menghasilkan peningkatan pada status sosial seseorang, maka semakin tinggi pula perilaku prososial yang dilakukan orang tersebut.

- e. *Kin selection theory* yaitu membantu orang lain yang berhubungan secara genetik. Seseorang cenderung akan membantu orang lain yang dekat dengannya. Namun, tidak semua tindakan membantu berdasarkan pada kedekatan hubungan seseorang baik secara genetik atau pun tidak. Perilaku prososial tentu dilakukan pada orang yang tidak memiliki hubungan sama sekali, hal ini dapat terjadi karena adanya kecenderungan seseorang untuk membantu karena ada timbal baliknya. Jika seseorang telah membantu, maka dikemudian hari dia akan mendapat bantuan pula.
- f. *Defensive helping* yaitu bantuan diberikan kepada outgroup untuk mengurangi ancaman pada status atau kekhasan suatu ingroup. Dalam hal ini perilaku prososial muncul karena adanya keinginan untuk melindungi kekhasan dan status suatu kelompok.

Menurut Staub (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2015) terdapat beberapa faktor yang 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 pengambilalihan peran. Jadi prasyarat untuk mampu melakukan empati, individu harus memiliki kemampuan untuk melakukan pengambilan peran

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah diuraikan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prososial diantaranya adalah *empati-altruisme*, *negatif-state relief*, *empathic-joy*, *competitive altruism*, *kin selection theory*, *defensive helping*. Adapun faktor lainnya yaitu *self-gain*, *personal values and norms*, dan *empathy*.

B. Citra Diri (*Self Image*)

I. Pengertian Citra Diri (*Self Image*)

Citra diri merupakan konsep yang dibentuk di dalam pikiran individu mengenai seperti apa individu sebagai seorang manusia. Menurut Chaplin (2005) berpendapat bahwa citra diri (*self-image*) adalah jati diri seperti yang digambarkan atau yang dibayangkan akan menjadi dikemudian hari. Citra diri dalam psikologi dalam bentuk yang paling dasar akan membentuk gambaran mental internal atau ide mengenai diri sendiri, bagaimana cara berpikir dan merasa mengenai diri sendiri berdasarkan penampilan, kinerja dan hubungan-hubungan yang mempengaruhi kehidupan sebagaimana tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup seseorang. Setiap kali individu mempertanyakan mengenai penampilan diri, seberapa penting diri dan bagaimana kondisi diri individu akan membangun dasar citra diri tersebut.

Susanto (2001) berpendapat bahwa citra diri adalah suatu konsep yang kompleks meliputi kepribadian, karakter, tubuh, dan penampilan individu. Individu akan menarik gambaran mental mengenai diri sendiri dan gambaran ini cenderung akan bertahan secara stabil seiring waktu kecuali individu tersebut mengambil langkah-langkah pertimbangan untuk mengubahnya.

Menurut Chaplin (2005) citra diri adalah gambaran mengenai diri individu, berdasarkan kamus psikologi *self image* atau gambaran diri adalah jati diri seperti yang digambarkan atau yang dibayangkan. Citra diri individu penting dalam sebagian besar alasan tetapi kebanyakan karena tingkat keakuratan dan keseimbangannya akan mempengaruhi secara signifikan kepada keseluruhan kesehatan psikologis dan karakter hubungan individu dengan orang lain. Pendapat lain disampaikan oleh Fitriadi (2011) yang berpendapat bahwa citra adalah cara individu menampilkan dirinya pada orang lain untuk membentuk penilaian atau konsepsi orang lain terhadap dirinya. Pencitraan merupakan cara membentuk citra mental pribadi atau gambaran sesuatu. Bisa juga berarti sebagai suatu gambaran visual yang ditimbulkan oleh sebuah kata, frasa atau kalimat.

Pendapat Jersild (dalam Fristy, 2012) menyatakan bahwa citra diri merupakan suatu cara seseorang dalam melihat dirinya, serta bayangan atau gambaran tentang diri seorang individu itu mengenai dirinya sendiri. Citra diri seseorang adalah kesan yang dimilikinya mengenai diri sendiri yang membentuk persepsi kolektif mengenai aset dan kewajiban seseorang. Citra diri dijadikan sebagai cara melabeli diri individu untuk menggambarkan kualitas dan karakteristik dirinya.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa citra diri (*self image*) adalah gambaran individu mengenai penampilan fisik dan perasaan yang menyertainya baik dalam bagian-bagian tubuhnya maupun terhadap keseluruhan tubuh berdasarkan penilaiannya sendiri yang dipengaruhi oleh beberapa aspek dan dapat dibentuk sesuai yang keinginan individunya.

2 Aspek-aspek Citra Diri (*Self Image*)

Menurut Beynon (2008) menjelaskan bahwa terdapat beberapa aspek-aspek citra diri yaitu sebagai berikut:

- a. *Performance of Roles*, hal ini menjelaskan tentang kemampuan dan seberapa baik seseorang dalam berbagai hal, seberapa sukses seseorang pada apa yang ia lakukan. Seperti dalam hal pendidikan, olahraga, karier, kehidupan rumah, atau pola asuh atau peran lainnya yang sangat spesifik.
- b. *Pedigree*, hal ini menjelaskan tentang identitas seseorang dan merupakan sumber rasa kebanggaan yang dimiliki seseorang. Dapat berupa latar belakang, asal, warisan keluarga atau status seseorang, sekolah atau universitas tempat menempuh pendidikan.
- c. *Acceptability to Others*, hal ini merupakan penerimaan individu kepada orang lain, perasaan terhadap hubungan dengan teman, pasangan atau orangtua, juga sebagai wilayah di mana latar belakang individu dapat memiliki efek yang sangat nyata pada masa kini.
- d. *Significance*, hal ini menjelaskan tentang arti hidup, bagaimana seseorang menganggap pentingnya ia didunia: di mana seseorang menyesuaikan diri dengan skema besar didalam hidup, bagaimana dirinya akan diingat, atau dampak yang akan dibuat.

Pendapat Jersild (dalam Fristy, 2012) aspek-aspek dalam citra diri diantaranya adalah:

- a. *Perceptual component*, aspek ini merupakan *image* yang dimiliki seseorang mengenai penampilan dirinya, terutama tubuh dan ekspresi yang diberikan pada orang lain. Tercakup didalamnya adalah *attractiveness*, *appropriateness* yang berhubungan dengan daya tarik seseorang bagi orang lain. Hal ini dapat dicontohkan oleh seseorang yang memiliki wajah cantik atau tampan, sehingga seseorang tersebut disukai oleh orang lain. Hal ini disebut sebagai *Physical Self Image*.

- b. *Conceptual component*, merupakan konsepsi seseorang mengenai karakteristik dirinya, misalnya kemampuan kekurangan dan keterbatasan dirinya. Hal ini disebut sebagai *Psychological Self Image*.
- c. *Attitudinal component*, merupakan pikiran dan perasaan seseorang mengenai dirinya, status dan pandangan terhadap orang lain. Hal ini disebut sebagai *Social Self Image*

Menurut Dittmar, et al (dalam Rohman & Baidun, 2019) mengelompokan dimensi citra diri (*self image*) menjadi dua, yaitu:

- a. *Actual self image*, yaitu bagaimana seseorang melihat dirinya sendiri sebagaimana adanya. *Actual self image* terbentuk karena adanya citra diri positif dan citra diri negatif pada seseorang.
- b. *Ideal self image*, merupakan konsep seseorang tentang bagaimana individu tersebut ingin dilihat. Dengan kata lain citra diri ideal adalah keinginan seseorang dari apa yang dia inginkan, dan apa yang mereka percaya bahwa dirinya bisa.

Berdasarkan uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa aspek-aspek citra diri (*self image*) adalah *performance of Roles, pedigree, acceptability to Others, significance*. Aspek-aspek lainnya yaitu *perceptual component, conceptual component, attitudinal component, actual self image, ideal self image*. Adapun aspek-aspek yang dijadikan sebagai indikator dalam menyusun skala citra diri (*self image*) yaitu berdasarkan pendapat Jersild (dalam Fristy, 2012) yang menyatakan bahwa aspek-aspek citra diri (*self image*) adalah *perceptual component, conceptual component, attitudinal component*.

3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Citra Diri (*Self Image*)

Menurut Komariyah (2012) faktor-faktor yang mempengaruhi citra diri (*self image*) yaitu:

- a. Faktor intrinsik meliputi kematangan fungsi organis dan perubahan-perubahan hormonal yang meningkatkan. Faktor ini berkaitan dengan persepsi terhadap sesuatu objek, tingkat kepercayaan diri, maupun kemampuan dalam menghadapi realitas.
- b. Faktor ekstrinsik seperti kegiatan teman kelompok sebaya, lingkungan sosial, internal, dan eksternal. Faktor ini berkaitan dengan hal-hal yang muncul dari luar individu dan biasanya dipengaruhi oleh teman, keluarga, maupun dalam interaksi sosialnya.

Pendapat Smolak (2002) mengatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi citra diri (*self image*) yaitu :

- a. Jenis kelamin (Gender), Pria cenderung menggunakan tubuhnya dengan aktif agar dapat menunjang aktivitasnya, sedangkan perempuan lebih memandangi tubuhnya dari segi estetika dan bersifat evaluatif. Akibatnya perempuan memiliki kepuasan citra diri yang lebih rendah dibandingkan dengan kaum pria. Kelompok remaja putri lebih memperhatikan perkembangan tubuhnya dibandingkan remaja putra karena lebih terkait pada nilai – nilai yang ada pada kehidupan.
- b. Berat badan dan derajat kekurusan atau kegemukan, Konsep citra diri berkaitan dengan derajat kekurusan ataupun kegemukan tubuh individu. Remaja putri dengan berat badan berlebih akan merasa tidak puas dengan citra tubuhnya dan sebagaimana pula sebaliknya. Bagi remaja dengan normal akan lebih merasa puas dengan citra dirinya. Ketidakpuasan yang timbul tidak hanya dikarenakan berat badan yang berlebih tetapi juga harapan untuk memiliki bentuk tubuh yang ideal. Dalam hal ini, berat badan dan ukuran badan disebutkan memiliki peranan penting dalam kepuasan citra tubuh pada remaja, terutama yang tumbuh dalam budaya yang mementingkan penampilan.
- c. Teman sebaya, Teman pergaulan memiliki peranan besar dalam terbentuknya citra diri remaja dan ketidakpuasan terhadap tubuhnya. Sekolah adalah tempat pertama remaja untuk berinteraksi dengan teman sebayanya.
- d. Konsep diri, Konsep diri berpengaruh terhadap kepuasan citra tubuh yang dipersepsikan. Mereka yang memiliki harga diri positif tidak rentan terhadap penghinaan fisik yang dilakukan pada lingkungannya.
- e. Media masa, Media masa juga mengambil peran dalam pembentukan citra diri yang positif maupun negatif. Remaja putri banyak menghabiskan waktu mereka untuk melihat televisi maupun membaca majalah, hal ini secara tidak langsung juga akan mempengaruhi pandangan gambaran penampilan yang ideal, sehingga banyak dari remaja putri tersebut melakukan diet dan olahraga untuk pembentukan badan yang ideal, sesuai dengan apa yang mereka lihat di televisi maupun yang mereka baca dimajalah.

Berdasarkan uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi citra diri (*self image*) adalah faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik merupakan faktor dari dalam individu itu sendiri sedangkan faktor ekstrinsik merupakan faktor dari luar individu yang meliputi teman, keluarga, dan sosial. Faktor yang mempengaruhi citra diri (*self image*) secara rinci

meliputi jenis kelamin (gender), berat badan dan derajat kekurusan atau kegemukan, teman sebaya, konsep diri, dan media masa.

C. Kerangka Berfikir

Manusia sebagai makhluk sosial tentunya tidak terlepas dari interaksi dengan sesama. Interaksi sosial yang terjadi membutuhkan keterlibatan kerjasama maupun sikap saling membantu untuk saling menguntungkan antara yang satu dengan lainnya. Kebutuhan setiap individu yang berbeda memberikan suatu pembelajaran satu sama lain untuk saling membantu menyelesaikan maupun mencukupi hal yang dibutuhkan. Adanya pengaruh sosial dan orang lain pada situasi darurat yang lebih mungkin menyebabkan perbuatan keputusan untuk menolong. Perilaku menolong merupakan suatu tindakan yang secara harfiah ada dalam diri manusia. Hal tersebut dilakukan dalam rangka memenuhi kebutuhan hidup, saling menolong, membantu, dan melengkapi satu sama lain dalam hidup bermasyarakat.

Individu yang mampu memandang dirinya dengan baik, tentunya dapat menumbuhkan sikap menolong terhadap orang lain yang membutuhkan. Individu tersebut merasa dirinya mampu dan memiliki cukup kekuatan dalam melengkapi maupun menolong orang yang membutuhkan. Individu tersebut tentunya memiliki citra diri yang baik dalam dirinya. Hal ini yang membuat individu memiliki kepercayaan diri yang baik dalam menumbuhkan sikap menolong terhadap orang yang membutuhkan. Citra diri terbentuk dari penilaian yang dibuat oleh diri sendiri maupun oleh orang lain yang terbentuk dari informasi, pengalaman, umpan balik dan kesimpulan yang dibuat diri sendiri. Citra diri adalah sikap atau cara pandang seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar.

Individu dengan citra diri yang baik tentunya memiliki kepercayaan diri yang baik akan dirinya, memiliki konsep diri yang sudah tertata, tidak merasa *minder* dengan segala yang dimilikinya sehingga hal inilah yang membuat dirinya menumbuhkan rasa prososial yang baik terhadap sesama. Individu tersebut akan mudah berempati ketika melihat orang lain memerlukan bantuan. Individu yang memiliki pandangan diri yang baik akan berusaha melakukan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki untuk membantu orang lain dengan baik. Hal ini tentunya dilakukan dengan penuh keikhlasan dan ketulusan yang ada dalam dirinya.

Perilaku prososial yang ada dalam diri individu memiliki suatu arti sebagai perilaku yang memiliki intensi untuk mengubah keadaan fisik atau psikologis penerima bantuan dari kurang baik menjadi lebih baik, dalam arti secara material maupun psikologis. Pemahaman yang melibatkan komponen kognisi dan afeksi

membuat individu mampu membangun hubungan interpersonal yang kuat, positif, dan peduli terhadap kondisi orang lain yang sedang mengalami kesulitan. Akar empati yang kuat diharapkan anggota bakti sosial akan mampu menumbuhkan perilaku *altruisme* yang tinggi dalam berinteraksi dengan orang lain. Empati yang kuat dalam diri individu diharapkan mampu menumbuhkan perasaan peka serta rasa iba terhadap suatu kejadian yang dialami oleh orang lain, sehingga mendorong para mahasiswa untuk menolong orang lain dalam setiap kesulitan.

Hal lain akan berbeda ketika individu tersebut memiliki citra diri yang rendah. Individu ini akan merasa *minder* dengan kemampuannya, tidak percaya diri dengan usaha yang dilakukan, merasa tidak berdaya untuk membantu orang lain sehingga individu ini akan cenderung mengabaikan untuk membantu orang lain yang membutuhkan. Individu ini merasa dirinya tidak mampu untuk mengurangi beban atau tidak mampu memberikan pertolongan terhadap orang lain yang memang benar-benar membutuhkan bantuannya.

Individu yang memiliki citra diri yang rendah akan selalu merasa tidak setara dengan orang lain bahkan merasa tidak mampu untuk membantu kesulitan orang lain. Ada individu yang bahkan dirinya bersikap merendahkan orang lain, sombong, selalu mencela atau meremehkan orang lain, tidak pernah menghargai orang lain yang membuatnya enggan untuk membantu orang lain. Jika seorang individu memiliki citra diri seperti itu maka seorang individu tersebut akan sulit dalam menjalin hubungan dengan orang lain bahkan tidak akan peduli dengan kesulitan orang lain.

Citra diri yang sebenarnya terjadi ketika individu mampu memahami bagaimana individu melihat diri sendiri sebagai pribadi, mengetahui tentang diri sendiri dan menginginkan diri sendiri menjadi individu sebagaimana diharapkan. Citra diri sangat mempengaruhi munculnya sikap menolong terhadap orang lain yang membutuhkan bantuan. Pada dasarnya hubungan dengan orang lain merupakan perpanjangan dari hubungan dengan diri sendiri. Penerimaan diri yang buruk bisa menjadi penyebab tingkat kemandirian yang tidak sehat, kompetisi, rasa iri, pengekan diri, terlalu berusaha menyenangkan hati orang lain dan penyiksaan diri. Sedangkan penerimaan diri yang positif bisa membantu mengembangkan keakraban, keramahan dan kesuksesan secara keseluruhan. Hal ini dapat terjadi ketika individu mampu merasakan bagaimana memandang diri sendiri menentukan jenis peran yang diambil dalam hubungan dengan orang lain sehingga mampu berempati terhadap kesulitan orang lain untuk menumbuhkan sikap menolong. Citra diri merupakan penasihat internal yang membimbing seseorang untuk melakukan atau tidak melakukan sesuatu terhadap orang yang membutuhkan bantuan dan

pertolongan. Hal ini akan menarik ketika individu yang memiliki citra diri yang baik tentunya perilaku menolong atau perilaku prososialnya akan tumbuh dengan baik. Hal lain akan berbeda ketika individu memandang dirinya rendah atau citra dirinya rendah, tentunya sikap prososialnya akan rendah dan cenderung akan abai dengan kesulitan yang dialami oleh orang lain.



Gambar 2. 1 Hubungan antara citra diri dengan prososial.

D. Hipotesis

Berdasarkan latar belakang dan kajian pustaka yang telah diuraikan di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah Ada hubungan positif antara citra diri (*self image*) dengan prososial. Artinya, jika individu memiliki citra diri yang positif, maka perilaku prososialnya akan tinggi. Sebaliknya, jika citra diri individu negatif, maka perilaku prososialnya juga akan rendah.

