

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja yang dalam bahasa aslinya disebut *adolescence*, berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya “tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan”). Menurut Hurlock (2001) mengartikan remaja sebagai periode kehidupan dengan karakteristik biologis, kognitif, psikologis dan sosial yang sedang berubah dalam pola saling berkaitan dari yang sebelumnya disebut bersifat anak-anak kondisi yang kini disebut bersifat dewasa. Pada waktu sedang berlangsung perubahan pada karakteristik-karakteristik perkembangan itulah individu disebut remaja.

Perkembangan lebih lanjut, istilah *adolescence* sesungguhnya memiliki arti yang luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, 2001). Pandangan ini didukung oleh Piaget (Hurlock, 2001) yang mengatakan bahwa secara psikologis, remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar. Memasuki masyarakat dewasa ini mengandung banyak aspek efektif, lebih atau kurang dari usia pubertas.

Dari beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa pada masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang menggambarkan suatu periode perubahan dan perkembangan didalam keseluruhan aspek fisik, psikis maupun sosial dengan usia berkisar 12 sampai 21 tahun. Konopka dan Ingersoll (Hurlock, 2001) mengatakan bahwa secara umum masa remaja dibagi menjadi tiga bagian yaitu masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun) dan masa remaja akhir (19-21 tahun).

2. Ciri-Ciri Masa Remaja

Seperti halnya dengan semua periode yang penting selama rentang kehidupan, masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya. Hurlock (2001) mengatakan bahwa ciri-ciri remaja yaitu :

a. Masa remaja merupakan masa yang penting

Ada beberapa periode yang lebih penting daripada beberapa periode lainnya, karena akibatnya yang langsung terhadap sikap dan perilaku, dan adalah yang penting karena akibatnya jangka panjangnya. Pada periode remaja, baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetap penting karena akibat fisik dan adalah akibat psikologisnya.

b. Masa remaja sebagai periode pilihan

Dalam setiap periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan.

c. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode mempunyai masalah nya sendiri-sendiri, namun masalah remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh laki-laki maupun perempuan.

d. Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama masa awal remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat perubahan perilaku dan sifat juga bersifat pesat. Kalau perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku menurun juga.

e. Masa remaja sebagai masa dalam mencari identitas

Pada tahun-tahun awal masa remaja penyesuaian diri dengan kelompok masih tetap penting dengan anak-anak laki dengan anak perempuan. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal seperti sebelumnya.

Berdasarkan uraian di atas maka cirri-ciri masa remaja ialah masa yang penting, masa remaja sebagai periode peralihan, masa remaja sebagai usia bermasalah, sebagai periode perubahan dan sebagai masa dalam mencari identitas.

3. Aspek-Aspek Perkembangan Remaja

Karena manusia ini merupakan satu kesatuan yang tidak terpisahkan antara aspek jasmani dan rohani maka perkembangan berbagai aspek dalam diri individu itu akan tampak gejala-gejalanya sebagai gambaran perkembangan tersebut. Menurut Hurlock (2001) Gejala-gejala yang biasanya tampak sebagai gambaran berkembangnya berbagai aspek dalam diri individu itu adalah sebagai berikut :

a. Fisik

Perubahan fisik pada dikategorikan menjadi 2 yaitu perkembangan internal meliputi tinggi badan, berat proporsi tubuh, organ sex, dan ciri-ciri sekunde dan perkembangan eksternal meliputi sistem pencernaan, sistem peredaran darah, sistem pernafasan, sistem endokrin dan jaringan tubuh.

b. Emosi

Seorang remaja dikatakan sudah mencapai kematangan emosi apabila reaksi emosional mereka stabil, tidak berubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain, seperti dalam periode sebelumnya. Untuk mencapai kematangan emosional, remaja harus belajar memperoleh gambaran tentang situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosional. Pada masa ini Perkembangan kognitif remaja sudah terbentuk, remaja mengendalikan emosi dan memiliki rasa empati terhadap sesamanya (Hurlock, 2001).

c. Sosial

Untuk mencapai tujuan daripada sosialisasi dewasa, remaja harus membuat banyak penyesuaian baru. Terpenting dan tersulit adalah penyesuaian diri dengan meningkatnya pengaruh kelompok sebaya, perubahan dan perilaku sosial, pengelompokan sosial baru, nilai-nilai baru dalam seleksi pemimpin. Remaja lebih banyak berada diluar rumah bersama dengan teman-teman sebaya sebagai kelompok, maka dapatlah dimengerti bahwa pengaruh teman-teman sebaya pada sikap, pembicaraan, minat, penampilan dan perilaku lebih besar daripada pengaruh keluarga.

d. Moral

Perubahan pokok dalam moralitas selama remaja terdiri dari mengganti konsep-konsep moral khusus dengan konsep-konsep moral tentang benar dan salah yang bersifat umum, membangun kode moral berdasarkan pada prinsip-prinsip moral individual, dan mengendalikan perilaku melalui perkembangan hati nurani.

e. Kepribadian

Pada masa remaja mereka mulai menyadari akan peran kepribadian dalam hubungan sosial dan oleh karenanya terdorong untuk memperbaiki kepribadian mereka. Perubahan ini diharapkan dapat meningkatkan status mereka di dalam kelompok sosial.

f. Aspek intelek

Gejala yang tampak sebagai perkembangan individu dalam aspek intelek, antara lain perubahan mengenai kemampuan anak dalam mengatasi berbagai masalah. Yaitu semakin banyak hal yang dapat diatasi dan semakin dapat mengatasi hal-hal yang lebih sulit.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek perkembangan remaja menurut Hurlock (2001) yaitu fisik, emosi, sosial, moral, kepribadian, dan aspek intelek.

B. Perilaku altruistik

1. Pengertian perilaku altruistik

Altruistik adalah perhatian terhadap kesejahteraan orang lain tanpa memperhatikan diri sendiri. Perilaku ini merupakan kebajikan yang ada dalam banyak budaya dan dianggap penting oleh beberapa agama. Altruistik dapat dibedakan dengan perasaan loyalitas dan kewajiban. Beberapa orang dapat merasakan altruistik sekaligus kewajiban, sementara yang lainnya tidak. Altruistik murni memberi tanpa memperhatikan ganjaran atau keuntungan. Konsep ini telah ada sejak lama dalam sejarah pemikiran filsafat dan etika, dan akhir-akhir ini menjadi topik dalam psikologi (terutama psikologi evolusioner). Gagasan altruistik dari satu bidang dapat memberikan dampak bagi bidang lain, tapi metode dan pusat perhatian dari bidang-bidang ini menghasilkan perspektif-perspektif berbeda terhadap altruistic.

Kata altruistik pertama kali muncul pada abad ke-19 oleh sosiologis Auguste Comte. Berasal dari kata Yunani “alteri” yang berarti orang lain. Menurut Comte, seseorang memiliki tanggung jawab moral untuk melayani umat manusia sepenuhnya. Sehingga altruistik menjelaskan sebuah perhatian yang tidak mementingkan diri sendiri untuk kebutuhan orang lain. Jadi, ada tiga komponen dalam altruistik, yaitu *loving others, helping them during their time of need, dan making sure that they are appreciated*. Menurut Baston dalam (Carr, 2004), altruistik adalah respon yang menimbulkan *positive feeling*, seperti empati. Seseorang yang altruis memiliki motivasi altruistik, keinginan untuk selalu menolong orang lain.

Motivasi altruistik tersebut muncul karena ada alasan internal di dalam dirinya yang menimbulkan *positive feeling* sehingga dapat memunculkan tindakan untuk menolong orang lain. Alasan internal tersebut tidak akan memunculkan *egoistic motivation (egocentrism)*. Suatu tindakan altruistik adalah tindakan kasih yang dalam bahasa Yunani disebut *agape*. *Agape* adalah tindakan mengasihi atau memperlakukan sesama dengan baik semata-mata untuk tujuan kebaikan orang itu dan tanpa dirasuki oleh kepentingan orang yang mengasihi. Maka, tindakan altruistik pastilah selalu bersifat konstruktif, membangun, memperkembangkan dan menumbuhkan kehidupan sesama. Suatu tindakan altruistik tidak berhenti pada perbuatan itu sendiri, tetapi keberlanjutan tindakan itu sebagai produknya dan bukan sebagai

kebergantungan. Istilah tersebut disebut moralitas altruistik, dimana tindakan menolong tidak sekadar mengandung kemurahan hati atau belas kasihan, tetapi diresapi dan dijiwai oleh kesukaan memajukan sesama tanpa pamrih. Dari hal tersebut, seseorang yg altruist dituntut memiliki tanggung jawab dan pengorbanan yang tinggi.

Menurut Mandeville (Batson&Ahmad, 2008), altruistik yang memiliki motivasi dengan tujuan akhir meningkatkan kesejahteraan orang lain tidak mungkin terjadi (atau hanya khayalan). Menurut mereka, motivasi untuk semua hal didasari oleh *egoistic*. Tujuan akhir selalu untuk meningkatkan kesejahteraan pribadi “seseorang menolong orang lain hanya untuk keuntungan dirinya”. Tetapi hal tersebut dibantah oleh penelitian yg dilakukan oleh Baston&Ahmad (2008), yang menyatakan bahwa altruistik itu ada dan dapat dikembangkan dengan *emphaty*. Altruistik Menurut Myers (2001) altruistik adalah salah satu tindakan prososial dengan alasan kesejahteraan orang lain tanpa ada kesadaran akan timbal-balik (imbalan).

Maka berdasarkan pendapat dari beberapa ahli tersebut maka dapat ditarik sebuah simpulan bahwa Altruistik adalah tindakan sukarela yang dilakukan seseorang atau sekelompok orang untuk menolong orang lain tanpa mengharapkan imbalan apa pun kecuali mungkin perasaan telah melakukan kebaikan.

2. Faktor perilaku altruistik

Menurut Sears, Freedman, dan Peplau (1996) ada beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku altruistik yaitu sebagai berikut :

a. Situasi

Orang yang paling altruis sekalipun cenderung tidak memberikan bantuan dalam situasi tertentu. Penelitian yang telah dilakukan membuktikan makna penting beberapa faktor, yaitu :,

1) Situasional

Menurut Latane & Darley (Sears, 1996), mereka mengemukakan bahwa kehadiran penonton yang begitu banyak mungkin telah menjadi alasan bagi tiadanya usaha untuk memberikan pertolongan. Untuk menguji gagasan bahwa jumlah saksi mempengaruhi pemberian bantuan, Darley & Latane (Sears, Peplau, & Freedman, 1996) merancang penelitian laboratorium yaitu para mahasiswa yang mendengar adanya “keadaan darurat” lebih cenderung memberikan reaksi bila mereka sendirian ketimbang bila mereka mempunyai anggapan bahwa orang lain juga mengetahui situasi tersebut. Semakin banyak orang yang hadir, semakin kecil kemungkinan seseorang benar-benar memberikan pertolongan, dan semakin besar rata-rata tentang waktu pemberian bantuan, hal ini dinamakan efek penonton (bystander effect).

2) Kondisi Lingkungan

Keadaan fisik juga mempengaruhi kesediaan untuk membantu. Sejumlah penelitian membuktikan pengaruh kondisi lingkungan seperti cuaca, ukuran kota, dan derajat kebisingan terhadap pemberian bantuan.

Efek cuaca terhadap pemberian bantuan diteliti dalam dua penelitian lapangan yang dilakukan oleh Cunningham (Sears, Peplau, & Freedman, 1996). Dalam penelitian pertama, para pejalan kaki dihampiri di luar rumah dan diminta untuk membantu peneliti dengan mengisi kuesioner. Orang lebih cenderung membantu bila hari cerah dan bila suhu udara cukup menyenangkan.

3) Tekanan Waktu

Bukti penelitian menyatakan bahwa kadang-kadang kita berada dalam keadaan tergesa-gesa untuk menolong. Bukti nyata efek ini dilakukan oleh Darley & Batson (Sears, Peplau, & Freedman, 1996). Sebagai bagian dari penelitian ini, setiap mahasiswa diminta untuk berjalan ke gedung yang lain di mana mereka akan mengadakan pembicaraan singkat. Beberapa diantaranya diberitahu untuk memanfaatkan waktunya karena pembicaraan itu tidak akan segera dimulai. Beberapa diantaranya diberitahu untuk bergegas karena mereka sudah terlambat dan sedang ditunggu oleh si peneliti. Ketika

subjek itu berjalan dari gedung yang satu ke gedung yang lain, dia menjumpai seorang pria berpakaian lusuh tertelungkup di gang, terbatuk dan mengerang, yang ingin diketahui adalah apakah subjek akan memberikan bantuan atau tidak.

b. Penolong

Faktor situasional dapat meningkatkan atau menurunkan kecenderungan orang untuk melakukan tindakan altruistik. Namun, penelitian ini menunjukkan bahwa beberapa orang yang tetap memberikan bantuan meskipun kekuatan situasional menghambat penerima bantuan, dan yang lain tidak memberikan bantuan, meskipun berada dalam kondisi yang sangat baik. Ada perbedaan individual. Dalam usaha memahami mengapa ada orang yang lebih mudah menolong di bandingkan orang lain, para peneliti menyelidiki karakteristik kepribadian yang relative menetap maupun suasana hati dan psikologis yang lebih mudah.

c. Faktor kepribadian

Satow (Sears, Peplau, & Freedman, 1996) mengamati bahwa orang yang mempunyai tingkat kebutuhan yang tinggi untuk diterima secara sosial, lebih cenderung menyumbangkan uang bagi kepentingan amal dari pada orang yang mempunyai tingkat kebutuhan rendah untuk diterima secara sosial.

d. Suasana hati

Perasaan dalam diri individu dapat mempengaruhi perilaku menolong. Apabila rasa negative (sedih, kecewa, murung dan sebagainya), maka hal itu akan berpengaruh dengan kurangnya konsistensi perilaku menolong. Demikian juga sebaliknya, perasaan yang positif (bahagia, senang, dan sebagainya) menunjukkan hubungan yang lebih konsisten dengan perilaku menolong. Namun, ada batasan yang penting untuk efek merasa baik itu. Pertama, efek suasana hati yang positif tidak berlangsung lama, hanya 20 menit. Kedua, suasana hati yang baik bisa menurunkan kesediaan untuk menolong bila pemberian bantuan akan mengurangi suasana hati yang baik tersebut.

e. Rasa bersalah

Keinginan untuk mengurangi rasa bersalah bisa menyebabkan kita menolok orang yang kita rugikan, atau berusaha menghilangkannya dengan melakukan “tindakan yang baik”.

f. Distress Diri dan Rasa Empatik

Yang dimaksud distress diri (*personal distress*) adalah reaksi pribadi seseorang terhadap penderitaan orang lain, perasaan terkejut, takut, cemas, prihatin, tidak berdaya, atau perasaan apapun yang kita alami. Sebaliknya yang dimaksud dengan rasa atau sikap empati (*emphatic concern*) adalah perasaan simpati dan perhatian terhadap orang lain, khususnya untuk berbagi pengalaman atau secara tidak langsung merasakan penderitaan orang lain.

Distress diri memotivasi seseorang untuk mengurangi kegelisahannya sendiri dengan membantu orang yang berada dalam kesulitan dan juga dengan cara mengabaikan penderitaan di sekitar kita untuk menghindari situasi tersebut. Sedangkan rasa empati sudah jelas merupakan sumber altruistik karena tujuan bersimpati adalah meningkatkan kesejahteraan orang lain. Riset menunjukkan bahwa emosi yang diakibatkan oleh kesediaan personal dan empati mungkin diiringi dengan reaksi fisiologis tertentu, seperti detak jantung meningkat dan ekspresi wajah (Einsberg dan Fabes, 2004).

g. Menolong Orang yang Membutuhkan

Seorang altruis sejati tidak mempertimbangkan apa pun kecuali kebutuhan orang yang mengalami kesulitan, perilaku altruistik sehari-hari sering dipengaruhi oleh karakteristik orang yang membutuhkan.

h. Menolong Orang yang Disukai

Rasa suka terhadap orang lain dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti daya tarik fisik dan kesamaan. Orang-orang yang punya daya tarik fisik mempunyai kemungkinan yang lebih besar untuk menerima bantuan. Tingkat kesamaan antara orang yang akan menolong dan orang yang membutuhkan pertolongan juga penting.

i. Menolong Orang yang Pantas Ditolong

Seseorang dinilai pantas mendapatkan bantuan atau tidak bergantung kepada manfaat dari bantuan tersebut terhadapnya. Di samping menilai kelayakan kebutuhan itu sendiri, orang yang akan

menolong mungkin menarik kesimpulan tentang sebab-sebab timbulnya kebutuhan orang tersebut.

Berdasarkan uraian Menurut Sears, Freedman, dan Peplau (1996) faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku altruistic yaitu menolong orang yang pantas di tolong, menolong orang yang disukai, menolong orang yang membutuhkan, faktor distress diri dan rasa empatik, perasaan bersalahan, suasana hati, situasi, penolong dan faktor kepribadian.

Adapun faktor-faktor yang menentukan perilaku Altruistik dari berbagai penelitian mengenai Altruistik dalam Nilam (2009) yaitu :

a. Faktor Genetik

Faktor genetik ternyata memiliki pengaruh yang signifikan. Hal ini diketahui dari penelitian terhadap orang-orang kembar, dengan membandingkan antara kembar identik dan yang bukan kembar. Harap diketahui bahwa pada kembar identik memiliki kesamaan genetic yang tinggi (rata-rata 50 %). Mereka yang kembar identik ternyata altruistiknya setara daripada mereka yang bukan kembar identik. Namun, altruistik antara saudara kembar identik ini tidak sama persis. Terdapat sekitar 50 persen penentuan lainnya, yakni faktor pembelajaran masing-masing individu dalam perjalanan hidupnya.

b. Faktor Budaya

Faktor budaya memiliki pengaruh, tampak dari perbedaan kecenderungan prososial antara masyarakat yang berbudaya kolektivitas dengan masyarakat individualitas. Dalam masyarakat kolektivitas yang

berpandangan bahwa kebaikan kelompok lebih penting daripada keinginan individual, perilaku prososial didukung sangat kuat. Sementara dalam masyarakat individualis, memntingkan kebebasan untuk mencapai tujuan-tujuan pribadi dan kurang menekankan tanggung jawab terhadap kesejahteraan orang lain, perilaku prososial tidak setinggi yang ada pada masyarakat kolektivistis.

c. Faktor Keluarga

Faktor keluarga memiliki pengaruh sangat penting, beberapa literatur psikologi mengenai altruistik menyebutkan adanya penelitian yang menunjukkan bahwa para altruis ternyata diasuh oleh orang tua yang memiliki standar moral yang tinggi, sungguh-sungguh merawat dan mendidik anaknya untuk peduli terhadap kemanusiaan, tidak hanya untuk kelompoknya sendiri. Norma-norma dari prinsip-prinsip perlahan-lahan ditanamkan dalam diri anak saat superegonya berkembang. Setiap tahap perkembangan anak mempunyai target yang harus dipenuhi untuk membuat kepribadian anak. Perkembangan mental seseorang sangat dipengaruhi oleh pengalaman masa kecilnya.

Dari pendapat Nilam (2009) diatas dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab terjadinya perilaku altruistik antara lain yaitu faktor Kecerdasan Emosional yang berkaitan dengan situasi hati.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas salah satu faktor-faktor yang mempengaruhi Perilaku Altruistik adalah faktor suasana hati yang berkaitan dengan kecerdasan emosional, dimana suasana hati yang baik

merupakan kemampuan mengenali emosi diri sendiri, kemampuan mengenali emosi orang lain, dan dapat mengelola emosi tersebut (Goleman, 2001).

3. Aspek-Aspek Perilaku Altruistik

Menurut Einsberg dan Mussen (dalam Dayakisni & Huaniah, 2003) hal-hal yang termasuk dalam komponen altruistik adalah sebagai berikut:

a. *Sharing* (memberi)

Individu yang sering berperilaku altruis biasanya sering memberikan sesuatu bantuan kepada orang lain yang lebih membutuhkan dari pada dirinya.

b. *Cooperative* (kerja sama)

Individu yang memiliki sifat altruis lebih senang melakukan suatu pekerjaan secara bersama-sama, karena mereka berfikir dengan berkerja sama tersebut mereka dapat lebih bersosialisasi dengan sesama manusia dan dapat mempercepat pekerjaanya.

c. *Donating* (menyumbang)

Individu yang memiliki sifat altruis senang memberikan sesuatu atau suatu bantuan kepada orang lain tanpa mengharapkan imbalan dari orang yang ditolongnya.

d. *Helping* (menolong)

Individu yang memiliki sifat altruis senang membantu orang lain dan memberikan apa-apa yang berguna ketika orang lain dalam kesusahan karena hal tersebut dapat menimbulkan perasaan positif dalam diri si penolong.

e. *Honesty* (kejujuran)

Individu yang memiliki sifat altruis memiliki suatu sikap yang lurus hati, tulus serta tidak curang, mereka mengutamakan nilai kejujuran dalam dirinya

f. *Generosity* (kedermawanan)

Individu yang memiliki sifat altruis memiliki sikap dari orang yang suka beramal, suka memberi derma atau pemurah hati kepada orang lain yang membutuhkan pertolongannya tanpa mengharapkan imbalan apapun dari orang yang ditolongnya.

g. Mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain

Individu yang memiliki sifat altruis selalu berusaha untuk mempertimbangkan mereka selalu berusaha agar orang lain tidak mengalami kesusahan.

Aspek-aspek altruistik mengacu pada Cohen (2003) yang menyatakan bahwa dalam altruistik terdiri dari tiga hal yaitu :

a. Perilaku memberi

Perilaku ini bersifat menguntungkan bagi orang lain yang mendapat atau yang dikenai perlakuan dengan tujuan memenuhi kebutuhan atau keinginan orang lain, perilaku ini dapat berupa barang atau yang lainnya. Pada mahasiswa misalnya memberikan bantuan pada mahasiswa yang lain saat mengerjakan tugas salah satu matakuliah.

b. Empati

Goleman (2001) menjelaskan empati merupakan kemampuan untuk mengetahui perasaan orang lain, kesadaran terhadap perasaan kebutuhan dan kepentingan orang lain, ciri empati yang tinggi adalah memahami orang lain dengan minat aktif terhadap kepentingan mereka, orientasi pelayanan, mengembangkan orang lain, dan menumbuh kembangkan hubungan saling percaya.

Empati membutuhkan cukup banyak ketenangan dan kesediaan untuk menerima, sehingga sinyal-sinyal perasaan halus dari orang lain dapat diterima dan ditirukan oleh otak emosional orang itu sendiri. Lebih lanjut Goleman (2001) menjelaskan bahwa dalam sikap empati yang terus menerus akan terlibat dalam pertimbangan-pertimbangan moral. Mahasiswa yang memiliki empati tinggi maka mahasiswa tersebut akan lebih mudah untuk ikut merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain.

c. Suka rela

Tidak adanya keinginan untuk mendapatkan imbalan apapun kecuali semata-mata dilakukan untuk kepentingan orang lain. Misalnya mahasiswa yang menjadi panitia pada sebuah acara yang dilaksanakan oleh fakultas.

Cohen (2003) mengemukakan bahwa seseorang yang memiliki perilaku altruistic yaitu individu yang mempunyai karakteristik perilaku memberi, berempati dan sukarela.

Dari beberapa pendapat ahli diatas, maka dapat disimpulkan bahwa orang yang memiliki perilaku altruistic adalah seseorang yang suka memberi, dapat bekerja sama, menyumbang, menolong orang lain, bertindak jujur, dermawan, berempati, sukarela, dan mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain.

C. Kecerdasan Emosional

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Istilah kecerdasan emosional pertama kali dicetuskan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dan Jhon Mayer untuk menerapkan kualitas-kualitas tersebut antara lain : empati, mengungkapkan dan memahami perasaan orang lain, mengendalikan amarah diri, kemandirian, kemampuan menyesuaikan diri, disukai, kemampuan menyelesaikan masalah yang dihadapi atau pribadi, ketekunan, tolong menolong, kesetiakawanan, dan sikap hormat (Guntur, 2005).

Sawaf (Guntur, 2005) menyatakan bahwa *emotional intelligence* adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi dan pengaruh yang manusiawi. *emotional intelligence* menuntut penilaian perasaan untuk belajar mengakui dan memahami perasaan pada diri dan perasaan orang lain serta menanggapi dengan tepat, menerapkan secara efektif energi emosi dalam kehidupan sehari-hari.

Selanjutnya Waruwu (2003) mengatakan pada intinya, kecerdasan emosional merupakan komponen yang membuat seorang menjadi pintar menggunakan emosi. Lebih lanjut dikatakannya bahwa emosi manusia berada di wilayah dari perasaan lubuk hati, naluri yang tersembunyi dari sensasi emosi yang apabila diakui dan dihormati, kecerdasan emosional menyediakan pemahaman yang lebih mendalam dan lebih utuh tentang diri sendiri dan orang lain.

Goleman (2001) mendefinisikan bahwa kecerdasan emosional adalah suatu kemampuan seseorang yang didalamnya terdiri dari berbagai kemampuan untuk dapat memotivasi diri, bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan *impulsive needs* atau dorongan hati, tidak berlebih-lebihan, menjaga agar terbebas dari stress. Goleman juga menambahkan kecerdasan emosional merupakan sisi lain dari kecerdasan kognitif yang berperan dalam aktivitas manusia.

Stein & Book (Guntur, 2005) menyatakan bahwa dalam bahasa sehari-hari emotional intelligence biasanya disebut sebagai street smart (pintar dari pengalaman), yaitu kemampuan khusus yang disebut “akal sehat”, terkait dengan kemampuan membaca lingkungan politik dan sosial serta menatanya kembali, kemampuan untuk memahami dengan spontan apa yang diinginkan dan dibutuhkan orang lain serta memahami kelebihan dan kekurangan orang lain tersebut, kemampuan untuk tidak terpengaruh oleh tekanan dan kemampuan untuk menjadi orang yang menyenangkan yang kehadirannya diidamkan oleh orang-orang.

Howes dan Herald (dalam Guntur, 2005) menyatakan pada intinya kecerdasan emosional merupakan komponen yang membuat seseorang menjadi pintar menggunakan wilayah perasan lubuk hati, naluru yang tersembunyi dan sensasi emosi yang apabila diakui dan dihormati, kecerdasan emosional menyediakan pemahaman yang lebih mendalam dan lebih untuk diri sendiri dan orang lain.

Dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang dalam menggunakan atau mengelola emosi baik pada diri sendiri maupun ketika berhadapan dengan orang lain, dan menggunakannya secara efektif untuk memotivasi diri dan bertahan pada tekanan, serta mengendalikan diri untuk mencapai hubungan yang produktif dan dapat mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak menghambat kemampuan berfikir, untuk membaca

perasaan terdalam orang lain (empati) dan untuk memelihara hubungan dengan sebaik-baiknya.

2. Fungsi Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional merupakan bukti dalam segala sesuatu yang dikerjakan dan dikatakan perkembangan kecerdasan emosional yang terhambat akan memisahkan tubuh dari pikiran dan jiwa. Kecerdasan emosi ini merupakan kemampuan untuk menggabungkan pikiran dan perasaan. Dalam hal ini manusia khususnya remaja dalam perkembangannya mampu mengetahui dan memahami kondisi diri sendiri, kesukaran, sumber daya intuisi melalui kesadaran emosi yaitu mengenali emosi diri sendiri dan efeknya, penilaian diri yang akurat yaitu mengetahui kekuatan dan keterbatasan diri serta percaya diri yang merupakan keyakinan tentang harga diri dan kemampuan diri sendiri, sehingga dengan adanya kecerdasan emosi ini dapat membantu menerima dalam mengelola emosinya, memahami emosi orang lain sehingga terbina hubungan yang baik antara manusia.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa fungsi kecerdasan emosional adalah menyatukan pikiran dan jiwa dalam hubungan dengan tingkah laku sehari-hari. Perkembangan emosi yang terhambat akan membuat pikiran dan jiwa tidak selaras sehingga menimbulkan emosi yang dapat mempengaruhi perilaku yang tidak diinginkan.

3. Faktor Kecerdasan Emosional

Faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional menurut Goleman ada dua faktor yaitu:

a. Faktor Internal.

Faktor internal adalah apa yang ada dalam diri individu yang mempengaruhi kecerdasan emosinya. Faktor internal ini memiliki dua sumber yaitu segi jasmani dan segi psikologis. Segi jasmani adalah faktor fisik dan kesehatan individu, apabila fisik dan kesehatan seseorang dapat terganggu dapat dimungkinkan mempengaruhi proses kecerdasan emosinya. Segi psikologis mencakup didalamnya pengalaman, perasaan, kemampuan berfikir dan motivasi.

b. Faktor Eksternal.

Faktor eksternal adalah stimulus dan lingkungan dimana kecerdasan emosi berlangsung. Faktor eksternal meliputi:

- 1) Stimulus itu sendiri, kejenuhan stimulus merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam memperlakukan kecerdasan emosi tanpa distorsi
- 2) Lingkungan atau situasi khususnya yang melatarbelakangi proses kecerdasan emosional. Objek lingkungan yang melatarbelakangi merupakan kebulatan yang sangat sulit dipisahkan.

Kemampuan dalam membina hubungan merupakan suatu keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi (Goleman, 2001). Keterampilan dalam

berkomunikasi merupakan kemampuan dasar dalam keberhasilan membina hubungan. Individu sulit untuk mendapatkan apa yang diinginkannya dan sulit juga memahami keinginan serta kemauan orang lain.

Orang-orang yang hebat dalam keterampilan membina hubungan ini akan sukses dalam bidang apapun. Orang berhasil dalam pergaulan karena mampu berkomunikasi dengan lancar pada orang lain. Orang-orang ini populer dalam lingkungannya dan menjadi teman yang menyenangkan karena kemampuannya berkomunikasi (Goleman, 2001). Ramah tamah, baik hati, hormat dan disukai orang lain dapat dijadikan petunjuk positif bagaimana siswa mampu membina hubungan dengan orang lain. Sejauhmana kepribadian siswa berkembang dilihat dari banyaknya hubungan interpersonal yang dilakukannya.

Patton (dalam Guntur, 2005) membagi faktor kecerdasan emosional menjadi 5 bagian yaitu :

a. Keluarga

Keluarga adalah perekat yang menyatukan struktur dasar dunia kita agar saling mengasihi dan saling mendukung dalam keluarga merupakan cara agar mendapatkan kekuatan dalam menanamkan kecerdasan emosional.

b. Hubungan-hubungan pribadi

Hubungan-hubungan pribadi (interpersonal) terhadap seseorang dalam sehari-hari yang memberikan penerimaan dan kedekatan emosional

dapat menimbulkan kematangan emosional pada seseorang dalam bersikap dan bertindak.

c. Hubungan dengan teman sekelompok

Hubungan dengan teman sekelompok dalam membangun citra diri sosial diperlukan adanya hubungan dengan teman sekelompok saling menghargai, hal ini dapat mempengaruhi dalam pola pembentukan emosi seseorang.

d. Lingkungan

Keadaan lingkungan individu, dimana mereka tinggal dan bergaul ditengah-tengah masyarakat yang mempunyai nilai-nilai atau norma-norma tersendiri dalam berinteraksi sehingga mempengaruhi pola kehidupan seseorang.

e. Hubungan dengan Teman Sebaya

Pergaulan individu dengan teman sebaya yang saling mempengaruhi baik secara langsung maupun tidak, dapat membentuk kehidupan emosi tersendiri.

Shapiro (dalam Mashar, 2011) membagi faktor kecerdasan emosional menjadi dua bagian yaitu :

a. Peran orang tua

Peranan orang tua sangatlah besar dalam mengajarkan dan memberikan teladan kepada anak-anak untuk mempelajari perasaan-perasaannya dan mengajarkan nilai-nilai moral dan perasaan-perasaan itu, mengajarkan untuk mampu menerima tantangan pemecahan

masalah, mengajarkan ketrampilan sosial dan mengajarkan cara mengungkapkan kata-kata yang baik.

b. Komunikasi

Komunikasi membantu kita masuk ke dalam pergaulan yang baik dengan seseorang maupun kelompok, karena komunikasi meliputi berbagi informasi pribadi, mengajukan pertanyaan kepada orang lain, mengekspresikan minat dan penerimaan. Komunikasi membantu anak mengungkapkan perasaan melalui kata-kata sebagai upaya untuk mengatasi konflik dan kesusahan agar kebutuhan anak terpenuhi, mengajarkan nuansa komunikasi emosional dalam menghadapi segala persoalan dengan mengajarkan bahasa emosi non verbal secara baik dalam mengekspresikan diri kepada orang lain maupun kepada diri sendiri.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mendorong kecerdasan emosional terdiri dari faktor internal yaitu faktor yang terdapat dalam diri individu dan faktor eksternal yang berasal dari lingkungan seperti keluarga, hubungan dengan teman kelompok, hubungan dengan teman sebaya.

4. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional

Goleman (2001) menempatkan menempatkan kecerdasan pribadi dalam definisi dasar tentang kecerdasan emosional yang dicetuskannya dan memperluas kemampuan tersebut menjadi lima kemampuan utama, yaitu :

a. Pengenalan diri (Self-awareness)

Mengenali emosi diri sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional, para ahli psikologi menyebutkan kesadaran diri sebagai metamood, yakni kesadaran seseorang akan emosinya sendiri. Menurut Mayer (2001) kesadaran diri adalah waspada terhadap suasana hati maupun pikiran tentang suasana hati, bila kurang waspada maka individu menjadi mudah larut dalam aliran emosi dan dikuasai oleh emosi. Kesadaran diri memang belum menjamin penguasaan emosi, namun merupakan salah satu prasyarat penting untuk mengendalikan emosi sehingga individu mudah menguasai emosi.

b. penguasaan diri (Self-regulation)

Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Menjaga agar emosi yang merisaukan tetap terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi. Emosi berlebihan, yang meningkat dengan intensitas terlampau lama akan mengoyak kestabilan kita (Goleman, 2001). Kemampuan ini mencakup kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan akibat-akibat yang ditimbulkannya serta kemampuan untuk bangkit dari perasaan-perasaan yang menekan.

c. Memotivasi Diri (Self-motivation)

Prestasi harus dilalui dengan dimilikinya motivasi dalam diri individu, yang berarti memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif, yaitu antusiasisme, gairah, optimis dan keyakinan diri.

d. Empati

Kemampuan untuk mengenali emosi orang lain disebut juga empati. Menurut Goleman (2001) kemampuan seseorang untuk peduli terhadap orang lain, menunjukkan kemampuan empati seseorang. Individu yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan orang lain sehingga ia lebih mampu menerima sudut pandang orang lain, peka terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain.

Rosenthal dalam penelitiannya menunjukkan bahwa orang-orang yang mampu membaca perasaan dan isyarat non verbal lebih mampu menyesuaikan diri secara emosional, lebih populer, lebih mudah beraul, dan lebih peka (Goleman, 2001). Nowicki, ahli psikologi menjelaskan bahwa anak-anak yang tidak mampu membaca atau mengungkapkan emosi dengan baik akan terus menerus merasa frustrasi (Goleman, 2001). Seseorang yang mampu membaca emosi orang lain juga memiliki

kesadaran diri yang tinggi. Semakin mampu terbuka pada emosinya sendiri, mampu mengenal dan mengakui emosinya sendiri, maka orang tersebut mempunyai kemampuan untuk membaca perasaan orang lain.

e. Membina Hubungan yang efektif

Dengan adanya empat kemampuan tersebut, seseorang dapat berkomunikasi dengan orang lain secara efektif, kemampuan untuk memecahkan masalah bersama-sama lebih ditekankan dan bukan pada konfrontasi yang tidak penting yang sebenarnya dapat dihindari. Orang yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi mempunyai tujuan yang konstruktif dalam pikirannya.

Sedikit berbeda dengan pendapat Goleman, menurut Tridhonanto (2009) aspek kecerdasan emosi adalah :

- a. Kecakapan pribadi, yakni kemampuan mengelola diri sendiri
- b. Kecakapan sosial, yakni kemampuan menangani suatu hubungan
- c. Ketrampilan sosial, yakni kemampuan menggugah tanggapan yang dikehendaki orang lain.

Sedangkan menurut Patricia (2001) kecerdasan emosional dibagi menjadi 5 aspek yaitu :

- a. Keaslian

Keaslian berarti jika mengetahui siapa kita, merasa nyaman atas keberadaan diri sendiri dan mampu mengungkapkan apa yang kita maksud disertai integrasi dan otoritas. Kita merasakan keharmonisan dengan diri sendiri.

b. Kemampuan menyesuaikan diri

Kemampuan ini berarti memiliki keluwesan berkompromi dan berubah. Berkompromi adalah mengalah terhadap keteguhan pendirian seseorang yang lebih penting. Seseorang mempunyai kemampuan menyesuaikan diri kalau emosi mereka terkendali.

c. Integritas

Integritas memungkinkan semua perasaan diungkapkan dengan kejujuran dan ketulusan.

d. Rasa hormat

Rasa hormat dan penghargaan seyogyanya diterapkan dalam berbagai hal setiap hari. Kita harus membuka diri pada teman-teman, kelompok dan begitu pula dengan orang yang belum kita kenal.

e. Kasih sayang

Masing-masing orang memberikan kasih sayang dengan cara berbeda-beda. Cara paling baik menemukan kasih sayang yakni perilaku untuk merelakan segala kebutuhan kita untuk kepentingan orang yang kita sayangi.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecerdasan emosional antara lain : mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, membina hubungan yang efektif, kemampuan mengelola perasaan, mampu menangani stress,

menerima diri sendiri, tanggung jawab yang tinggi dan mampu menyelesaikan konflik.

Berdasarkan aspek-aspek dari kecerdasan emosional diatas, seseorang yang dikatakan memiliki kecerdasan emosional yang baik yaitu individu yang dapat mengenali emosi dirinya, mengelola emosi tersebut agar terbebas dari stress, dapat memotivasi diri, berempati terhadap orang lain, dan dapat membina hubungan yang efektif (Goleman, 2001)

5. Ciri-Ciri Individu yang Memiliki Kecerdasan Emosional

Goleman (2001) mengatakan bahwa orang-orang yang memiliki ciri-ciri kecerdasan emosional adalah :

a. Kesadaran diri

Yaitu mengetahui apa yang dirasakan pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri. Selain itu kesadaran diri juga berarti menetapkan tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.

b. Pengaturan diri

Yaitu menguasai emosi diri sedemikian sehingga berdampak positif, kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya sesuatu sasaran dan mampu pulih kembali dari tekanan emosi.

c. Motivasi

Menggunakan hasrat yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun seseorang menuju sasaran. Motivasi membantu seseorang mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.

d. Empati

Yaitu merasakan yang dirasakan orang lain, mampu memahami persepektif orang lain, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menelaraskan diri dengan berbagai macam orang.

e. Keterampilan sosial

Adalah dapat menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar, menggunakan keterampilan-keterampilan ini untuk mempengaruhi dan memimpin, dan menyelesaikan perselisihan dan untuk bekerja sama dan bekerja dalam tim.

f. Semangat meraih prestasi, mencari lingkungan yang menyediakan data yang penting.

g. Optimisme, ketangguhan dalam menghadapi masalah.

h. Adaptabilitas, keluwesan dalam menghadapi tantangan atau rintangan.

D. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Perilaku Altruistik pada Remaja

Masa remaja merupakan salah satu masa perkembangan yang dialami oleh setiap manusia dalam hidupnya, dimana masa remaja merupakan peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pada masa remaja banyak sekali terjadi perkembangan. Salah satu diantaranya adalah perkembangan sosial. Pada dasarnya perkembangan sosial seorang remaja merupakan ekspresi dari kondisi fisik dan psikis yang kemudian diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Hurlock, 2001).

Pada masa remaja ini mulai terlihat apakah mereka melihat sikap sosial yang baik atau tidak terhadap sekitarnya. Sikap altruistik sangat dipengaruhi oleh lingkungan sebagai tempat sosialisasi pertama manusia, terutama remaja yang masih dalam tahap perkembangan. Remaja diharapkan menanam tinggi perilaku menolong terhadap teman atau siapapun yang benar-benar membutuhkan tanpa memandang orang tersebut teman dekat atau bukan. Adanya empati yang kuat akan menumbuhkan rasa kepedulian dan perilaku menolong dalam diri remaja di lingkungan sekolah atau lingkungan tempat tinggal. Manusia saling tolong menolong satu sama lain dan mengadakan interaksi dengan orang lain untuk bertukar pikiran serta memenuhi kebutuhan hidupnya. Hal ini sering terlihat secara langsung dalam masyarakat, seperti kegiatan kerja bakti, atau memberi bantuan baik berupa barang maupun jasa pada orang yang sangat membutuhkan.

Altruistik adalah tindakan suka rela yang dilakukan oleh seseorang atau pun kelompok orang untuk menolong orang lain tanpa mengharapkan imbalan apa pun, kecuali mungkin perasaan telah melakukan perbuatan baik (Sears, Freedman, Peplau, 1996). Altruistik adalah perhatian terhadap kesejahteraan orang lain tanpa memperhatikan diri sendiri. Perilaku ini merupakan kebajikan yang ada dalam banyak budaya dan dianggap penting oleh semua agama.

Salah satu faktor penentu perilaku *altruistik* adalah faktor suasana hati, karena seseorang yang memiliki suasana hati yang baik akan cenderung membantu dan mengatasi situasi yang darurat dengan tepat. Seseorang yang memiliki suasana hati yang baik menurut Goleman (Sabiq & Djalali, 2012) merupakan suatu kemampuan mengenali emosi diri sendiri, kemampuan mengenali emosi orang lain (empati) dan mengelola emosi yang merupakan aspek dari kecerdasan emosi.

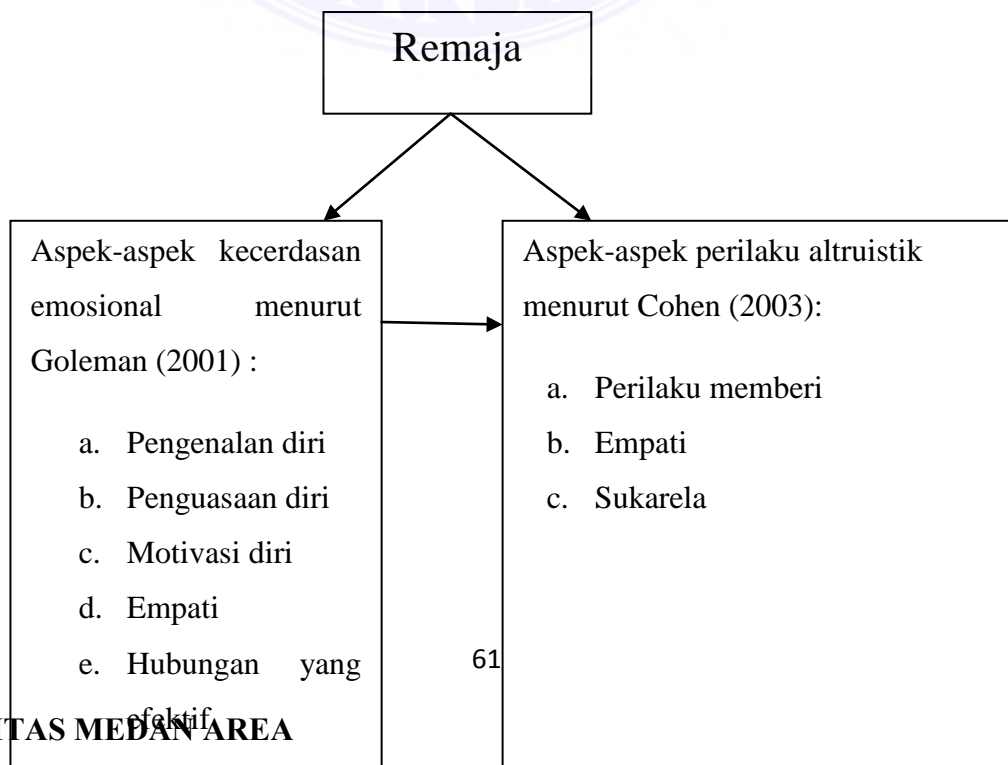
Kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan mengelola emosi ketika berinteraksi dengan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang baik maka akan tercermin dari tingkah laku sehari-hari termasuk di dalamnya adalah perilaku altruistik

Pendapat lain yang dapat mendukung pernyataan sebelumnya diungkapkan oleh Baron (Sarwono & Meinarno, 2012) menyatakan bahwa suasana hati yang didalamnya terdapat unsur emosi seseorang dapat

mempengaruhi kecenderungannya untuk menolong. Emosi seseorang dapat mempengaruhi kecenderungan untuk memberikan pertolongan. Emosi positif secara umum meningkatkan perilaku menolong. Namun, jika situasinya tidak jelas (ambigu), maka orang yang sedang bahagia cenderung untuk mengasumsikan bahwa tidak ada keadaan darurat sehingga tidak menolong. Pada emosi negatif, seseorang yang sedang sedih mempunyai kemungkinan menolong yang lebih kecil. Namun, jika dengan menolong dapat membuat suasana hati lebih baik, maka dia akan memberikan pertolongan (Sarwono & Meinarno, 2012).

Berdasarkan uraian diatas, disimpulkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan dengan perilaku altruistik. Dimana salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku altruistik adalah suasana hati, yaitu bagaimana orang bertindak untuk menolong sesuai dengan suasana hati(emosi) .

E. Kerangka Konseptual



F. Hipotesis

Dari tinjauan teori di atas dan berdasarkan uraian permasalahan yang dikemukakan, maka dalam penelitian ini penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut : “ada hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan perilaku altruistik pada remaja. Dengan asumsi bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi perilaku altruistik dan sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosionalnya maka semakin rendah perilaku altruistik.