

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORITIS**

#### **2.1. Alasan Pemilihan Teori**

Teori yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah *gratitude* dari McCullough, Tsang & Emmons (2002) dan prososial dari Nancy, Eisenberg dan Paul Henry Mussen (2003). Alasan peneliti menggunakan kedua teori tersebut karena dapat digunakan untuk menjelaskan permasalahan yaitu mengenai *gratitude* dengan perilaku prososial pada remaja panti asuhan Ulul Albab Bandung.

#### **2.2. Gratitude**

##### **2.2.1. Definisi *Gratitude***

Secara empiris, *gratitude* merupakan keadaan yang menyenangkan dan berhubungan dengan emosi positif (Walker dkk, dalam Synder & Lopez, 2005). Keadaan emosional yang positif itu membuat individu melihat segalanya dengan cara positif dan lebih peka dengan keadaan sekitarnya. Emosi yang positif membantu meningkatkan suasana hati individu sehingga cenderung untuk mempengaruhi pikiran dan perilaku individu.

McCullough, Tsang & Emmons (2002) berpendapat bahwa *gratitude* juga merupakan sebuah bentuk perasaan atau emosi senang karena telah mendapatkan sesuatu hal yang baik, di mana hal baik tersebut didapatkan karena adanya orang lain. McCullough, Tsang & Emmons (2002) membagi *gratitude* menjadi 3 tingkatan, yaitu *gratitude* sebagai *trait*, *gratitude* sebagai *mood*, dan *gratitude* sebagai emosi.

*Gratitude* sebagai *trait* yaitu merupakan sebuah kecenderungan yang stabil terhadap beberapa respon emosional yang menentukan ambang batas individu untuk merasakan keadaan emosional (Rosenberg, 1998; dalam McCollough, Tsang & Emmons, 2004). Biasanya orang yang memiliki *gratitude* sebagai *trait* yang tinggi, cenderung memiliki tingkat kepuasan yang tinggi di dalam hidupnya, memiliki perilaku yang suka menolong, lebih mudah untuk merasakan empati, pemaaf, memiliki spiritualitas dan religiusitas yang tinggi, lebih bahagia dalam menjalani hidupnya dan memiliki harapan dalam hidup. Sebaliknya, orang yang memiliki *gratitude* sebagai *trait* yang rendah akan mengalami depresi, iri hati dan kebencian dalam menjalani hidupnya (McCollough, Tsang & Emmons, 2004).

Individu yang mengalami emosi dari *gratitude* biasanya disertai dengan ekspresi dan tindakan yang terlihat jelas, sedangkan pada individu yang mengalami *gratitude* sebagai suasana hati hal ini tidak akan terlihat jelas. Suasana hati dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk memproses informasi, reaksi fisiologis, dan fenomena psikologis lainnya. Suasana hati akan mempengaruhi kognitif seseorang. Oleh karena itu, seseorang yang sering kali mengalami *gratitude* sebagai suasana hati, akan cenderung memiliki tingkat stress yang lebih rendah (Wood, Joseph, & Linley, 2007). Sedangkan seseorang mengalami emosi dari *gratitude*, orang tersebut akan memiliki kecenderungan untuk melakukan tindakan tertentu yang berkontribusi pada kesejahteraan hidup orang lain.

Emosi memiliki efek yang besar pada kesadaran, namun efek-efek ini cenderung termotivasi oleh adanya sebuah tujuan dan akan hilang saat tujuan tersebut

telah tercapai. Emosi tidak bertahan lama jika dibandingkan dengan mood atau suasana hati, oleh karena itu tindakan seperti membantu orang lain setelah orang tersebut merasakan gratitude akan terjadi karena dipengaruhi oleh emosi.

Sebagai bentuk emosi, *gratitude* dioelajari sebagai *trait* afeksi, yang artinya merupakan kecenderungan seseorang saat mengalami emosi khusus. *Trait* afeksi *gratitude* sehingga dapat dikatakan sebagai kecenderungan untuk mengalami perasaan bersyukur. Orang-orang bersyukur mungkin tidak merasakan pengalaman syukur setiap saat, tetapi kemungkinan pengalaman syukur itu datang pada situasi-situasi tertentu. Individu yang bersyukur dapat dikatakan berada pada ambang syukur tertendah, sehingga *trait gratitude* harus dipandang sebagai hubungan antara disposisi syukur dan perasaan bersyukur (Watskins dkk, 2003). Sebagai kondisi psikologis, syukur diartikan perasaan yang takjub, berterima kasih, dan apresiasi bagi kehidupan. Syukur dapat diekspresikan kepada orang lain, sumber-sumber impersonal (alam) atau bukan manusia seperti Tuhan dan hewan (Emmons & Shelton, 2002).

McCullough, Kilpatrick, Emmons, dan Larson (dalam Bono, Emmons, & McCullough, 2004) menjelaskan bahwa bersyukur merupakan afek moral karena berasal dari dan mendorong tingkah laku yang dimotivasi oleh kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain. Afek moral disini adalah sesuatu yang subjektif dan bukan sesuatu yang mutlak karena penerima dapat mempersepsi sebuah pemberian sebagai sesuatu yang bisa meningkatkan kesejahteraannya walaupun hal tersebut belum tentu menjadi sesuatu yang menguntungkan bagi orang lain.

McCullough, (2002) juga mengaitkan gratitude disposition dengan sifat kepribadian di antaranya:

- a. Sifat positif afektif dan kesejahteraan (*positif affective trait and well being*)
- b. Individu yang merasa mendapat bantuan dari orang lain merasa dikuatkan, dipercaya dan dihargai, yang dapat meningkatkan rasa percaya diri dan merasa adanya dukungan sosial terhadap dirinya. Orang berterima kasih memiliki cara pandang apa yang mereka miliki dan hidup itu sendiri sebagai sebuah anugrah dan hasilnya membantu memperpanjang kebahagiaan dan subjective wellbeing sepanjang waktu
- c. Sifat Prososial (*prosocial trait*). Bersyukur disadari sebagai suatu afek prososial karena itu adalah respon terhadap orang lain yang membantu kesejahteraan seseorang dan pada gilirannya memotivasi terus munculnya perilaku itu sendiri.
- d. Sifat spiritual (*spiritual trait*). Orang yang berterima kasih menyadarinya kekuatan lain yang lebih tinggi dari manusia yang berkontribusi terhadap kesejahteraan mereka secara umum.

### 2.2.2. Perkembangan *Gratitude*

Dan Wang, dkk. (2015) mengadakan studi perbandingan terhadap pengekspresian gratitude pada lebih dari 300 individu berusia 7-14 di Amerika dan Cina memberikan hasil bahwa secara umum anak dengan usia berbeda menunjukkan ekspresi gratitude dengan cara yang berbeda pula.

Anak belajar bahwa perasaan berterimakasih tidak hanya diucapkan tetapi merupakan suatu bentuk perilaku timbal balik antara menerima dan memberi. Anak yang berusia lebih muda biasanya membalas kebaikan si penolong dengan memberikan sesuatu yang menjadi ketertarikan pribadinya daripada apa sebenarnya dibutuhkan oleh si penolong, sedangkan anak yang sudah beranjak remaja sudah lebih mengerti, sehingga mereka memberikan atau melakukan sesuatu yang sekiranya dapat berguna bagi si penolong. Dari hasil penelitian juga diketahui terdapat perbedaan dalam pegekspresian gratitude antara perempuan dan laki-laki. Perempuan mengekspresikan perasaan terimakasih mereka dalam situasi yang berhubungan dengan itu sosial atau interpersonal, sedangkan laki-laki cenderung menunjukkan ekspresi terimakasih mereka ketika mendapatkan hal-hal yang bersifat material.

### 2.2.3. Aspek-Aspek Gratitude

Terdapat aspek-aspek *gratitude* menurut Mc Cullough, Emmons, & Tsang (2002), yaitu intensitas (*intensity*), frekuensi (*frequency*), kepadatan (*density*), dan rentang waktu (*span*).

- a. *Intensity*, individu dengan kecenderungan bersyukur diharapkan mampu merasakan perasaan syukur yang lebih intens dibandingkan mereka yang kurang bersyukur ketika mengalami peristiwa positif.
- b. *Frequency*, individu dengan kecenderungan bersyukur dapat mengungkapkan perasaan syukur secara sering setiap harinya, adapun perasaan berterima kasih tersebut bisa didapat bahkan dari kebaikan kecil

atau sikap sopan dari orang lain. Sebaliknya, untuk seseorang yang cenderung kurang bersyukur, perasaan syukur dirasakan lebih jarang.

- c. *Span*, mengacu pada banyaknya lingkungan/konteks kehidupan yang membuat seseorang merasa bersyukur seperti keluarga, pekerjaan, kesehatan, dan kehidupan itu sendiri, beserta berbagai hal menguntungkan lainnya. Orang yang kurang bersyukur mengalami lebih sedikit rasa syukur dalam aspek kehidupan mereka.
- d. *Density*, mengacu pada jumlah orang-orang yang kehadirannya telah memberikan dampak positif dalam kehidupan individu. Seseorang dengan kecenderungan bersyukur dapat mengingat/merinci lebih banyak orang yang berjasa kepadanya (seperti orang tua, keluarga, teman, dan guru) dibanding yang kurang bersyukur.

#### 2.2.4. Faktor-Faktor *Gratitude*

Menurut McCullough, dkk. (2002) faktor yang mempengaruhi *gratitude* diantaranya, yaitu :

- a. *Emotionlity or Well-being*. Satu kecenderungan atau tingkatan dimana seseorang bereaksi secara emosional dan merasa menilai kepuasan hidupnya.
- b. *Prosociality*. Kecenderungan seorang untuk diterima oleh lingkungan sosialnya.
- c. *Spirituality or Religiousness*. Berkaitan dengan keagamaan, keimanan yang menyangkut nilai-nilai transdental.

### 2.2.5. Fungsi *Gratitude*

Menurut McCullough (2001) terdapat tiga fungsi moral dari *gratitude*, diantaranya:

a. *Gratitude as Moral Barometer*

*Gratitude* adalah sebuah tampilan (*read out*) atas afeksi yang sensitif terhadap tipe khusus perubahan yang terjadi dalam hubungan sosial individu dan hal ini tergantung dari masukan sosial kognitif.

b. *Gratitude as Moral Motive*

Seseorang yang bersyukur atas bantuan yang di terimanya akan membalas kebaikan atas pemberian dari pemberi dan tidak ingin membalasnya dengan hal-hal negatif.

c. *Gratitude as Moral Reinforcer*

Dengan mengekspresikan *gratitude* kepada seseorang yang telah memberikan bantuan maka akan menguatkan perilaku prososial individu tersebut di masa yang akan datang. Beberapa individu termotivasi untuk mengambil bagian dalam tindakan prososial jika lingkungan memberikan pujian yang bersifat menguatkan.



## 2.3. Prosocial

### 2.3.1. Definisi Prosocial

Nancy Einsberg dan Paul Henry Mussen (2003) menyatakan bahwa prososial adalah perilaku yang dilakukan sukarela dan bertujuan untuk menolong atau menguntungkan orang lain, baik individu maupun kelompok. Meskipun perilaku prososial ditujukan untuk memberikan konsekuensi positif (bantuan) bagi orang lain, perilaku prososial dapat dilakukan untuk berbagai alasan, misalnya termotivasi oleh alasan egosentris (untuk memperoleh imbalan yang bisa berupa pengakuan dari orang lain) atau memang karena dia benar-benar peduli (simpati) kepada orang lain. Perilaku sukarela ini juga dapat termotivasi oleh nilai-nilai yang terinternalisasi, serta tujuan penghargaan diri, bukan sebagai kepuasan karena penghargaan diri social ataupun untuk menghindari hukuman. Perilaku prososial dapat terwujud dalam beberapa tindakan seperti bekerjasama, menolong, memberi atau menyumbang dan kejujuran.

Prososial seringkali sulit dibedakan dari altruisme. Keduanya merujuk pada perilaku positif, namun bagaimanapun keduanya jelas berbeda. Perilaku prososial mengarah pada tindakan sukarela yang bertujuan untuk menolong atau menguntungkan individu atau kelompok. Prosocial didefinisikan sebagai perilaku yang memberikan konsekuensi positif bagi orang lain dan tanpa paksaan. Seseorang dapat melakukan tindakan prososial karena berbagai alasan dan motif yang terhubung misalnya agar mendapatkan pengakuan dari orang lain. Tindakan menolong, berbagi, atau memberikan kenyamanan dari penolong dilatarbelakangi oleh motif yang



terselubung, secara sederhana orang disekitarnya dapat langsung berpikir bahwa tindakan tersebut benar-benar tulus demi kepentingan kesejahteraan orang yang ditolong atau *other-oriented* (Einsberg & Mussen, 2003).

Altruisme merujuk kepada perilaku prososial yang lebih spesifik, yaitu perilaku yang dimaksudkan untuk menguntungkan orang lain yang dimotivasi secara instrinsik, misalnya oleh perasaan simpatik dan sebagainya atau nilai-nilai dan penghargaan diri daripada untuk memperoleh keuntungan dengan perasaan bersalah ketika mereka tidak mempraktikkan nilai-nilai yang mereka ketahui (Bandura, dalam Einsberg & Mussen, 2003).

Untuk itu, beberapa ahli mengatakan bahwa tindakan-tindakan prososial yang termotivasi oleh nilai-nilai si penolong dianggap lebih egois dibandingkan yang dimotivasi secara altruistik (Batson, Bolen Cross, & Neuringer-Benefiel, dalam Einsberg & Mussen, 2003). Hal yang membedakan suatu tindakan merupakan perilaku prososial atau bukan sangat ditentukan oleh motif altruistik yang melatarbelakangi tindakan prososial. Maka istilah prososial dimaksudkan untuk menyatakan suatu perilaku yang bertujuan untuk memberi keuntungan bagi orang lain. Ketika perilaku tersebut tidak melibatkan motif egoistik maka hal tersebut baru bisa disebut altruistic (Einsberg & Mussen, 2003).

Hal yang membedakan apakah suatu tindakan merupakan perilaku prososial atau bukan sangat ditentukan oleh adanya motif altruistik yang melatarbelakanginya. Namun, sulit (bukan tidak mungkin) untuk mengukur motif yang melatarbelakangi tindakan prososial tersebut. Maka, istilah prososial di sini dimaksudkan untuk

menyatakan suatu perilaku yang bertujuan untuk memberi keuntungan bagi orang lain, ketika perilaku tersebut tidak melibatkan motif egoistik maka hal tersebut baru bisa disebut perilaku altruistik (Eisenberg & Mussen, 2003).

### 2.3.2. Perkembangan Perilaku Prososial

Proses pembelajaran perilaku prososial dimulai dari masa kanak-kanak dimana hal ini dilakukan dengan cara mengajarkan empati, berbagi, membantu orang lain, kompromi, dan perhatian pada orang lain kepada anak. Perilaku prososial yang dimiliki oleh individu ada yang sudah merupakan predisposisi tetapi juga dapat diperoleh secara eksplisit, yaitu dengan mengajarkan anak untuk berperilaku prososial, seperti membangun hubungan yang aman dan nyaman, komunikasi, *modelling* dan dukungan (Hyson & Taylor, 2011).

Hammond dan Brownell (2015) menjelaskan perkembangan perilaku prososial sebagai berikut:

#### a. *Infancy and toddler*

Pada saat bayi berusia 12 bulan (*infant*), mereka mulai melakukan perilaku prososial dengan cara menunjuk benda-benda yang ia perlukan untuk memudahkan tugas orang dewasa yang mengasuhnya. Pada usia 3 tahun (*toddler*) sudah mampu membuat nyaman orang di sekitarnya yang sedang merasakan distress, misalnya dengan memeluk atau berbagi makanan dan mainan kepada orang yang memintanya.

Pada masa ini, peran orang tua sangat penting dalam mengembangkan perilaku prososial, misalnya dengan mengajari anak tentang apa yang

dirasakan orang lain, emosi yang dirasakan anak, membangun jiwa afiliasi anak dengan cara melibatkan mereka untuk membantu aktivitas dan menjadi role model bagi anak.

b. *Childhood*

Pada usia 4 tahun, anak menjadi semakin pandai dalam memikirkan perilakunya dan perilaku orang lain. Mereka juga mulai mengerti soal usaha, kebutuhan, keanggotaan kelompok, pengorbanan, dan pengalaman. Pada masa ini anak mulai sering bergabung dengan temannya daripada bersama dengan orangtua, namun keduanya sama-sama berpengaruh penting. Anak mulai memahami emosi yang dirasakan temannya dan mulai menjaga perasaan teman, dalam beberapa kebudayaan ditunjukkan dengan sikap rendah hati.

c. *Adolescence and emerging adulthood*

Perilaku prososial menunjukkan penurunan di usia remaja awal, kemungkinan disebabkan oleh masalah hormonal dan pubertas, tapi hal ini dapat kembali normal. Pada masa ini muncul bentuk perilaku prososial yang baru, yaitu kewarganegaraan dan kesukarelaan yang membuat mereka semakin mandiri secara sosial. Mereka tergabung dalam banyak komunitas, dimana perilaku prososial ini perlu untuk dipertahankan dari waktu ke waktu, mereka merasa menjadi seorang agen yang dapat mempengaruhi kehidupan orang lain. Kesukarelaan pada diri remaja mempengaruhi jiwa kewarganegaraan mereka di kemudian hari.

d. *Adulthood and beyond*

Orang dewasa memiliki akses yang lebih luas secara materi, pengetahuan, dan kebebasan. Mereka dapat menjadi contoh moral dan menampilkan pengorbanan yang heroik. Namun, studi psikologi sosial klasik menunjukkan bahwa terdapat faktor *bystander effect* yang dapat mempengaruhi perilaku prososial, yaitu ketika orang dewasa sedang berada di kerumunan mereka cenderung enggan menolong orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa orang dewasa tidak melakukan perbuatan menolong secara otomatis seperti anak-anak dan remaja.

Eisenberg,dkk. (2010) juga mengadakan penelitian tentang perkembangan perilaku prososial, partisipan yang diukur adalah taraf kecenderungan prososial dan kemampuan nalarnya. Responden yang diukur yaitu usia remaja (15-16 tahun) dan dewasa (25-26 tahun). Hasil penelitian menunjukkan bahwa orientasi interpersonal (*stereotipik moral prososial*) meningkat dari masa remaja ke dewasa, dimana disertai penurunan tingkat *distress. Prosocial moral judgement* secara umum meningkat dari usia remaja akhir saat memasuki usia 20 tahun (usia 17-18 ke 21-22) tetapi menurun lagi secara tajam (*curbid trend*). Sedangkan kecenderungan untuk melakukan perilaku prososial tidak demikian. Hal ini menunjukkan bahwa tingginya pengetahuan moral seseorang tidak membuatnya melakukan perilaku prososial.

### 2.3.3. Aspek Prososial

Aspek-aspek perilaku prososial menurut Einsberg & Mussen (2003), diantaranya:

a. *Sharing* (berbagi)

Kesediaan berbagi perasaan dengan orang lain baik dalam suasana suka maupun duka. Berbagi dilakukan apabila penerima menunjukkan kesukaan sebelum ada tindakan melalui dukungan verbal dan fisik.

b. *Cooperating* (bekerjasama)

Kesediaan untuk bekerjasama dengan orang lain demi tercapainya suatu tujuan. Kerja sama biasanya mencakup hal-hal yang saling menguntungkan, saling memberi, saling menolong, dan menenangkan.

c. *Helping* (menolong)

Kesediaan untuk menolong orang lain yang sedang dalam kesusahan. Menolong meliputi membantu orang lain, memberi informasi, menawarkan bantuan kepada orang lain, atau melakukan sesuatu yang menunjang berlangsungnya kegiatan orang lain.

d. *Donating* (memberi atau menyumbang)

Kesediaan berderma, memberi secara suka rela sebagian barang miliknya untuk yang membutuhkan.

e. *Honesty* (kejujuran)

Kesediaan untuk tidak berbuat curang terhadap orang lain.

#### 2.3.4. Faktor-Faktor Perilaku Prosocial

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku sosial, diantaranya (Baron, 2006):

- a. Faktor internal, terdiri dari guilt dan mood
- b. Faktor eksternal, terdiri dari social norms, number of bystanders, time pressures, dan similarity.
- c. Faktor karakteristik penolong (*helpers* dispositions), terdiri dari personality trait, gender, dan religious faith.

Para peneliti kepribadian mengemukakan 3 hal penting (Baron, 2006), yakni:

- a. Adanya individual differences dalam perilaku menolong, dan menunjukkan bahwa perilaku menolong tersebut bertahan lama atau menetap dan dapat diamati oleh orang lain. Orang-orang yang dapat dipercaya cenderung lebih suka menolong.
- b. Para peneliti mengumpulkan bukti-bukti sebagai *network of traits* (kumpulan trait yang berhubungan) yang menunjukkan kecenderungan seseorang untuk memberikan pertolongan. Trait yang

tinggi dalam hal emosi positif, empati, dan self-efficacy adalah yang paling mendapatkan perhatian dan dapat dikategorikan suka menolong.

- c. Kepribadian mempengaruhi bagaimana orang-orang merespon pada situasi-situasi tertentu. Self-monitoring yang tinggi disesuaikan dengan harapan orang lain disebut sebagai “suka menolong” jika mereka berpikir bahwa pertolongan yang mereka berikan tersebut akan mendapatkan reward secara sosial.

## 2.4. Remaja

### 2.4.1. Definisi Remaja

Salah satu periode dalam rentang kehidupan individu adalah masa remaja. Fase ini merupakan segmen kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan individu, dan merupakan masa transisi yang dapat diarahkan pada perkembangan masa dewasa yang sehat. Masa remaja menurut (Hurlock, 1993) diartikan sebagai suatu masa transisi atau peralihan, yaitu periode dimana individu secara fisik maupun psikis berubah dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Hurlock juga mengungkapkan istilah *adolescence* sesungguhnya memiliki arti yang luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik.

Remaja diartikan sebagai masa yang penuh dengan “badai dan tekanan jiwa”, yaitu masa di mana terjadi perubahan besar secara fisik, intelektual dan emosional pada seseorang yang menyebabkan kesedihan dan kebimbangan (konflik) pada yang bersangkutan, serta menimbulkan konflik dengan lingkungannya.



### 2.4.2. Klasifikasi Remaja

Menurut Hurlock (1993) masa remaja dikelompokkan menjadi:

- a. Remaja awal (*early adolescence*) Sub tahap ini ditunjukkan untuk individu yang berusia 11-14 tahun. Umumnya, sama dengan siswa yang duduk dibangku sekolah menengah pertama dan individu ini telah banyak mengalami perubahan untuk pubertas.
- b. Remaja akhir (*late adolescence*) Sub tahap ini di tunjukan untuk individu yang berusia 15-19 tahun. Umumnya, sama dengan siswa yang duduk disekolah menengah atas atau mahasiswa pada awal perkuliahan. Dalam subtahap ini muncul minat yang lebih nyata untuk karir, pacaran dan eksplorasi identitas.

### 2.4.3. Tugas Perkembangan Remaja

Hurlock (1993) mengemukakan delapan tugas perkembangan pada masa remaja yaitu meliputi:

- a. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.
- b. Mencari peran sosial pria dan wanita
- c. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif
- d. Mengharapkan dan mencapai perilaku sosial yang bertanggung jawab
- e. Mencapai kemandirian emosional dari orangtua dan orang-orang dewasa lainnya
- f. Mempersiapkan karier ekonomi

- g. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga
- h. Memperoleh perangkat nilai dan system etis

## 2.5. Kerangka Pikir

Panti Sosial Asuhan anak adalah suatu lembaga usaha kesejahteraan sosial yang mempunyai tanggung jawab untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial pada anak telantar dengan melaksanakan penyantunan dan pengentasan anak telantar, memberikan pelayanan pengganti orang tua/wali anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial kepada anak asuh (Kementrian Sosial RI, 2004). Namun sayangnya kondisi anak yang dibesarkan di panti asuhan tidak sebaik kondisi anak yang tinggal bersama orangtua. Hurlock (1993) menyatakan bahwa seseorang yang dibesarkan di panti asuhan menunjukkan perkembangan fisik dan emosi yang kurang sehat dibandingkan mereka yang tinggal dirumah.

Minnis, Everet, Pelosi, Dunn dan Knapp (2006) menyatakan bahwa remaja panti asuhan diidentifikasi sering mengalami masalah perilaku dan emosional hal ini di karenakan mereka dianggap sebagai makhluk biologi daripada makhluk sosial. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Silfia, Asmidir & Nurfarhanah (2014) permasalahan yang muncul pada remaja panti asuhan, mereka kurang merasakan empati atau rasa peduli terhadap orang disekitar. Selain itu remaja panti asuhan menunjukkan adanya indikasi penurunan kepedulian sosial dan kepekaan di

masyarakat terhadap lingkungan sosialnya. Sehingga mereka menjadi manusia yang individual (Hamidah, 2012)

Alfred Adler (Alwisol, 2007) mengatakan bahwa manusia selain dikenal dengan makhluk individu, juga dikenal sebagai makhluk sosial. Dimana manusia tidak dapat hidup sendirian dalam kehidupannya, sehingga di dalam kehidupannya manusia membutuhkan orang lain. Manusia bertindak lebih dimotivasi oleh dorongan sosial. Dorongan tersebut akan terwujud menjadi perilaku, salah satunya adalah tolong-menolong yang dilakukan untuk mencapai tujuan hidup. Perilaku tersebut disebut sebagai istilah prososial.

Nancy Einsberg dan Paul Henry Mussen (2003) menyatakan prososial merupakan perilaku yang dilakukan secara sukarela dan bertujuan untuk menolong atau menguntungkan orang lain, baik individu maupun kelompok yang dapat terwujud dalam beberapa tindakan seperti berbagi, bekerjasama, menolong, memberi atau menyumbang dan berperilaku jujur. Perilaku prososial merupakan interaksi yang kompleks dari faktor-faktor yang mempengaruhi, baik internal atau eksternal.

Kecenderungan menolong dan adanya rasa peduli terhadap orang lain telah berlaku sejak seseorang berusia 1 tahun hingga seumur hidupnya (Hammond & Brownell, 2015). Namun adakalanya perilaku prososial tidak muncul secara otomatis karena berbagai faktor. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perilaku prososial menurut Baron (2006) adanya faktor internal (*guilt & mood*), faktor eksternal (*social norms, number of bystanders, timepressures, dan similarity*) dan Faktor karakteristik penolong (*personality trait, gender, dan religious faith*).

Secara internal, salah satu faktor yang menyebabkan munculnya perilaku prososial adalah kondisi *mood* (emosional). Suatu keadaan emosional yang positif akan membuat individu melihat segala sesuatu dengan cara yang lebih positif sehingga peka terhadap lingkungan sekitar. Emosi positif membantu meningkatkan suasana hati sehingga cenderung untuk mempengaruhi pikiran dan perilaku individu (Walker dkk, 2005). Salah satu bentuk dari kondisi emosional yang positif adalah perasaan syukur atau *gratitude*.

McCullough, Tsang & Emmons (2002) berpendapat bahwa *gratitude* merupakan sebuah bentuk perasaan atau emosi senang karena telah mendapatkan sesuatu hal yang baik, hal baik tersebut didapatkan karena adanya orang lain. *Gratitude* sendiri terdiri dari berbagai aspek seperti *intensity, frequency, span, dan density*. Sebagai salah satu bentuk emosi, *gratitude* dipelajari sebagai *trait afeksi*. Orang yang memiliki *gratitude* sebagai *trait* yang tinggi, cenderung untuk memiliki tingkat kepuasan yang tinggi, memiliki perilaku suka menolong dan lebih peka terhadap lingkungan sekitar, pemaaf, membantu sesama individu lain dan memiliki harapan lebih tinggi dalam hidupnya (McCullough, Tsang & Emmons, 2004).

## Bagan 1

### Bagan Kerangka Pikir

Remaja yang tinggal di Panti Asuhan

1. Sebagian besar yang tinggal di dalam panti menunjukkan perkembangan fisik & emosi yang kurang sehat dibandingkang yang tinggal di rumah
2. Penurunan kepedulian sosial dan kepekaan terhadap lingkungan sosialnya.

Remaja yang tinggal di Panti Asuhan Ulul Al-Bab

1. Memiliki kepedulian sosial dan kepekaan terhadap lingkungan sekitarnya, baik itu di dalam panti asuhan ataupun di lingkungan masyarakat
2. Merasakan hal yang lebih positif, menikmati segala sesuatu yang sudah didapatkan, menerima keadaan yang sedang dijalannya saat ini. Berterima kasih kepada Allah dan orang-orang sekitar mereka (donatur, pihak panti, teman dalam panti asuhan) dengan apa yang sudah diterimanya saat ini.

#### **Gratitude :**

1. *Intensity*: Remaja panti asuhan dapat merasakan perasaan senang dan rasa terima kasih.
2. *Frequency*: Karena remaja panti asuhan merasa cukup dengan apa yang sudah didapatkan, sehingga timbul perasaan empati kepada orang lain.
3. *Span*: Remaja panti asuhan mampu menyadari hal-hal apa saja yang membuat mereka bersyukur, yaitu sekolah, pakaian, makanan dan kesehatan.
4. *Density*: Remaja panti asuhan mampu menyadari kehadiran orang-orang yang memberikan dampak positif, sehingga mereka semakin bersyukur

#### **Prososial :**

1. *Sharing* : Berbagi perasaan (menjadi teman curhat dengan sesama remaja panti asuhan)
2. *Cooperating* : bekerja sama dengan lingkungan sekitar (dalam tugas ketika piket, mengerjakan tugas sekolah jika ada kesulitan, dan saling menjaga satu sama lain)
3. *Donating* : Memberi bantuan secara material kepada orang lain secara sukarela, seperti yang dilakukan remaja panti asuhan yaitu melakukan donasi tiap bulan.
4. *Honesty* : Berperilaku jujur dalam mengatakan sesuatu, bertindak (seperti

## 2.6. Hipotesis

Hipotesis penelitian ini adalah semakin tinggi *gratitude* maka semakin tinggi perilaku prososial pada remaja panti asuhan.



