

MEMAHAMI PERILAKU MENOLONG PADA REMAJA DI ERA DIGITAL *UNDERSTANDING HELPING BEHAVIOR AMONG ADOLESCENTS IN THE DIGITAL ERA*

Aurora Cindy Wong¹, Yohanes Budiarto²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara

Email: 1Aurora.705210197@stu.untar.ac.id, 2Yohanesb@fpsi.untar.ac.id

Abstrak

Perilaku tolong-menolong, sebagai salah satu nilai luhur masyarakat Indonesia, mengalami pergeseran seiring dengan perkembangan era digital. Penelitian ini bertujuan untuk memahami perilaku prososial remaja di era digital, khususnya pada siswa SMA di Jakarta. Fenomena menurunnya tindakan prososial di kalangan remaja, yang dipengaruhi oleh gaya hidup individualistik akibat perkembangan teknologi, menjadi latar belakang penelitian ini. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode survei untuk mengungkap alasan seorang remaja melakukan perilaku menolong. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 103 orang, yang merupakan siswa dan siswi aktif dari beberapa SMA di Jakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku menolong dipengaruhi oleh faktor internal, seperti empati dan kepuasan diri, serta faktor eksternal, seperti pengaruh sosial dan penggunaan teknologi. Penelitian ini merekomendasikan upaya peningkatan kesadaran sosial dan empati melalui pendidikan serta pemanfaatan teknologi secara positif untuk mendukung penguatan nilai-nilai prososial di kalangan remaja.

Kata kunci: *Perilaku menolong, Remaja, Era digital, Teknologi*

Abstract

Helping behavior, as one of the noble values of Indonesian society, has experienced a shift with the development of the digital era. This study aims to understand prosocial behavior among adolescents in the digital era, particularly among high school students in Jakarta. The phenomenon of declining prosocial actions among teenagers, influenced by an individualistic lifestyle resulting from technological advancements, serves as the background of this research. A qualitative approach using a survey method was employed to uncover the reasons behind adolescents' helping behavior. The study involved 103 participants, consisting of active students from several high schools in Jakarta. The results indicate that helping behavior is influenced by internal factors, such as empathy and self-satisfaction, as well as external factors, including social influence and technology use. This research recommends efforts to enhance social awareness and empathy through education and the positive utilization of technology to reinforce prosocial values among adolescents.

Keywords: *Helping Behavior, Adolescents, Digital Era, Technology*

Article History

Received: Januari 2025

Reviewed: Januari 2025

Published: Januari 2025

Plagiarism Checker No 9877

DOI : Prefix DOI :

10.8734/liberosis.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under

a [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

[Attribution-](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

[NonCommercial 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

[International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

PENDAHULUAN

Era digital adalah zaman dimana semua hal bisa menjadi serba mudah dengan adanya teknologi serta akses internet dimana saja dan kapan saja sehingga dapat membantu manusia dalam kehidupan sehari-hari (Zuhria et al., 2020). Menurut Rahayu & Widodo (2019), era digital adalah masa peralihan serta perkembangan dengan capaian yang lebih luas dan pesat dibandingkan era sebelumnya. Perkembangan era digital saat ini telah membawa banyak perubahan khususnya dengan adanya internet dan media sosial (Mukhlizar & Yuliani, 2023). Saat ini, media sosial telah menjadi kebutuhan utama dalam komunikasi dalam jaringan (daring) bagi banyak individu (Hartinah & Nurcahya, 2022). Salah satu pengguna aktif sosial media adalah kalangan remaja. Penggunaan media sosial pada masa sekarang ini didominasi oleh kalangan remaja dan menjadi kebutuhan dasar (Tranggono et al., 2023).

Perkembangan teknologi dapat bermanfaat bagi kehidupan remaja. Dengan adanya perkembangan teknologi, remaja dapat berkomunikasi secara luas dan tidak terbatas dan berbagi informasi secara mudah. Namun, terdapat juga dampak negatif dari perkembangan teknologi yaitu penurunan kualitas moral atau yang disebut sebagai degradasi moral (Tranggono et al., 2023). Seiring dengan perkembangan zaman, sifat masyarakat, termasuk remaja cenderung bersifat individualistik dibandingkan dengan sebelumnya (Kumparan.com, 2024). Remaja tumbuh dengan terpapar informasi dan koneksi yang tak terbatas, dan terbiasa dengan komunikasi yang cepat dan instan. Hal ini dapat mempengaruhi cara mereka untuk berinteraksi dengan orang lain dan membangun koneksi (Ihsan, 2024).

Remaja atau yang dalam istilah bahasa Inggris disebut *adolescence* berasal dari Bahasa Latin yaitu *adolescere* yang memiliki arti "tumbuh" atau "tumbuh menjadi dewasa" (Monks et al., 2001). Menurut Hurlock (1999) masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang termasuk kematangan mental, sosial, fisik dan emosional. Hal ini juga selaras dengan penelitian (Sumara et al., 2017) yang menyatakan bahwa fase perkembangan yang ditandai oleh serangkaian perubahan fisik, psikologis, dan kognitif yang terjadi selama masa transisi menuju pendewasaan. Menurut Monks et al. (2001), pada tahap ini, remaja masih cenderung berpikir secara konkret karena mereka sedang mengalami proses pendewasaan.

Santrock (2011) menyatakan bahwa masa remaja adalah periode ketika identitas moral dan perilaku prososial sedang berkembang, dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor seperti biologis, genetik, sosial, dan lingkungan. Kohlberg (dalam Papalia et al., 2013) juga menyatakan bahwa remaja sedang berada pada tingkat penalaran moral konvensional, artinya remaja mulai mematuhi aturan sosial yang berlaku, berusaha menyenangkan orang lain, menginternalisasi standar dari figur otoritas dan mempertahankan peraturan sosial yang berlaku. Masa remaja merupakan masa yang menunjukkan perkembangan yang pesat pada kemampuan kognitif dan perkembangan moral (Piaget dalam Ali & Asrori, 2011). Dalam perkembangannya, remaja memiliki salah satu tugas yang diungkapkan oleh Havighurst (dalam Agustiani, 2009) yaitu menuntut individu untuk dapat mencapai tingkah laku sosial yang bertanggung jawab. Remaja diharapkan dapat berpartisipasi sebagai individu yang bertanggung jawab dalam kehidupan bermasyarakat dan menjunjung nilai sosial yang berlaku di lingkungan masyarakat tersebut salah satunya adalah tolong menolong.

Berdasarkan hasil penelitian (Noya, 2019) menemukan bahwa remaja saat ini cenderung kurang memiliki kesadaran untuk menolong temannya. Penelitian yang dilakukan oleh Arifah & Haryanto (2019) juga menyatakan bahwa perilaku prososial (termasuk perilaku tolong menolong) pada siswa berada dalam kategori rendah. Alfianti (2021) mengatakan bahwa remaja cenderung jarang memberikan simpati seperti menyebarluaskan peristiwa yang membutuhkan pertolongan pada media sosial. Hal ini terjadi karena remaja cenderung mementingkan diri

sendiri sehingga empati pada seorang remaja pun menurun. Remaja juga memiliki pemikiran bahwa akan ada pihak lain yang akan membantu sehingga mereka tidak harus menolong orang lain. Hal ini dinamakan *bystander effect*.

Ketergantungan pada media sosial dapat mengurangi kemampuan remaja untuk berempati dan berinteraksi secara langsung. Banyak remaja yang lebih fokus pada diri sendiri dan berasumsi bahwa orang lain akan lebih proaktif dalam membantu. Hal ini menyebabkan mereka cenderung tidak berinisiatif untuk melakukan tindakan prososial, seperti berbagi informasi atau memberikan dukungan kepada teman-teman mereka di media sosial (Kompasiana.com, 2021). Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Riaz et al. (2023) menunjukkan bahwa remaja yang lebih banyak berinteraksi secara online cenderung memiliki tingkat empati yang lebih rendah, yang penting untuk mendorong tindakan menolong.

Budaya tolong menolong juga merupakan salah satu budaya sosial yang dimiliki oleh warga Indonesia yang dimuat dalam nilai Pancasila (Vidyanto, 2017). Perilaku tolong menolong merupakan perilaku yang sangat penting dalam kehidupan bermasyarakat (Rochmawati, 2013). Dalam melakukan perilaku menolong, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang untuk melakukan perilaku tolong menolong, yaitu faktor internal (dari dalam diri sendiri) dan juga faktor situasional (Sarwono & Meinarno, 2009). Faktor dalam diri yang termasuk adalah suasana hati, jenis kelamin, sifat dan tempat tinggal. Sedangkan faktor situasional yang termasuk adalah daya tarik, *bystander*, sifat kebutuhan korban, desakan waktu, ada model dan atribusi terhadap korban (Sarwono & Meinarno, 2009). Seseorang melakukan perilaku menolong atau yang biasa disebut penolong memiliki beberapa karakteristik. Karakteristik yang dimiliki seseorang yang melakukan perilaku menolong adalah empati, *belief in a just world* (mempercayai dunia yang adil), *social responsibility* (tanggung jawab sosial), *internal locus of control* dan *low egocentrism*.

Penelitian terdahulu menemukan bahwa remaja yang aktif di media sosial dan menunjukkan tingkat empati yang tinggi cenderung terlibat dalam perilaku prososial (Selviana, 2020). Ini menunjukkan bahwa media sosial tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai sarana untuk membangun identitas sosial dan perilaku prososial di kalangan remaja. Namun pada penelitian tersebut masih tidak dijabarkan secara rinci bagaimana perilaku menolong pada remaja di era digital saat ini. Maka dari itu peneliti ingin meneliti bagaimana perilaku menolong di lingkungan remaja pada era digital serta memahami mengapa perilaku menolong pada remaja di era digital cenderung mengalami penurunan dan faktor-faktor apa saja yang mengakibatkan perubahan ini. Hal ini menarik untuk peneliti uji karena budaya tolong menolong merupakan budaya sosial yang dimiliki oleh warga Indonesia sehingga peneliti berharap melalui penelitian ini, krisis perilaku tolong menolong yang terjadi pada remaja juga dapat teratasi dengan baik.

METODE

Partisipan

Adapun partisipan dalam penelitian ini adalah remaja di Indonesia dengan karakteristik berusia 15-17 tahun, aktif menggunakan media sosial dalam kehidupan sehari-hari, berjenis kelamin laki-laki atau perempuan, dan merupakan siswa/i aktif di beberapa SMA X di Jakarta. Jumlah partisipan dalam penelitian ini sebanyak 103 partisipan yang terdiri dari 53 partisipan (51,5%) laki-laki dan 50 partisipan perempuan (48,5%).

Tabel 1.

Frekuensi Jenis Kelamin Partisipan

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	53	51,5%
Perempuan	50	48,5%
Total	103	100%

Rentang usia partisipan adalah mulai dari 14 tahun – 18 tahun. Mayoritas partisipan berusia 15 tahun yaitu sebanyak 49 partisipan (48%). Sementara itu, jumlah paling sedikit adalah 18 tahun berjumlah 1 partisipan (1%) dan 14 tahun berjumlah 2 partisipan (2%).

Tabel 2.

Frekuensi Usia Partisipan

Usia	Frekuensi	Persentase
14 tahun	2	2%
15 tahun	49	48%
16 tahun	14	14%
17 tahun	37	36%
18 tahun	1	1%
Total	103	100%

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif, yang sering diterapkan dalam ilmu sosial, termasuk pendidikan. Penelitian kualitatif merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif yang berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang serta perilaku yang bisa diamati (Waruwu, 2023).. Penelitian kualitatif ini menggunakan metode survei. Survei kualitatif adalah alat penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan data non-numerik yang mendalam dari responden. Survei ini menggunakan *open-ended questions* untuk memperoleh pendapat, pengalaman, narasi, atau cerita terperinci dari responden. Survei kualitatif bertujuan untuk mengumpulkan data kualitatif yang mendalam, yang memberikan wawasan mengenai emosi, perilaku, dan persepsi para responden. Metode ini sangat efektif dalam mengeksplorasi isu-isu kompleks dan dalam memahami alasan mendasar di balik tindakan dan sikap individu. Dengan demikian, melalui penelitian ini, peneliti dapat menjelaskan dan mendeskripsikan perilaku menolong pada remaja secara jelas dan sebagaimana yang terjadi di lapangan.

Analisis data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan aplikasi MAXQDA Analytics Pro 24 v24.4.1 untuk melakukan visualisasi data penelitian dan menganalisis data. Tahap pertama dalam pengolahan dan analisis data adalah dengan menggunakan data kualitatif yang sudah didapatkan melalui pertanyaan terbuka pada kuesioner penelitian. Data kualitatif di analisis dengan *axial coding*. *Axial coding* adalah proses menganalisis hubungan antara kategori dan tema yang teridentifikasi melalui jawaban dari pertanyaan-pertanyaan dalam survey. Sehingga melalui proses analisis ini peneliti dan mengeksplorasi jawaban responden dan pola kategori yang teridentifikasi. Setelah proses analisis menggunakan *axial coding*, data kemudian diintegrasikan dan disaring menjadi kategori inti. Proses ini dinamakan *selective coding*. Kemudian, peneliti mencari frekuensi dari hasil sintesis.

HASIL

Identifikasi Perilaku Menolong yang Paling Berkesan Menurut Siswa-siswi SMA X di Jakarta

Pada bagian ini peneliti akan mengidentifikasi dan melakukan pengelompokan perilaku menolong yang paling berkesan menurut partisipan. Identifikasi dan pengelompokan ini didapat melalui pertanyaan "*Berdasarkan pengalaman kamu, ada gak sih perilaku menolong yang paling berkesan?*". Hasil dari pertanyaan ini terdiri dari 3 kategori yaitu keluarga, teman dan orang yang tidak dikenal. Hasil pada kategori keluarga dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3.*Pengalaman Menolong yang Paling Berkesan pada Keluarga*

Pengalaman Menolong Paling Berkesan pada Keluarga	
Sub-tema	Sampel Respon
Psikologis	
Berbagi pengetahuan	membantu adik membuat catatan sekolah membantu saudara membaca not balok
Dalam kesulitan	menolong orang tua yang sedang sakit menolong adik karena hidungnya kemasukan pilus mengangkat beban <i>packing</i> yang berat menolong orang tua dalam hal apapun
Pekerjaan rumah tangga	membereskan pekerjaan rumah tangga menolong cuci piring pada malam hari membantu mengangkut galon air yang berat melanjutkan jemur baju

Hasil pada kategori teman dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4.*Pengalaman Menolong yang Paling Berkesan pada Teman*

Sub-tema	Sampel Respon
Teman	
Psikologis	
Dalam hubungan	membantu teman dekat menjalin hubungan (pacaran) menolong teman yang sedang bertengkar dengan pasangannya
Dalam kesulitan	menolong teman saya yang terjatuh menolong teman yang kesulitan membawa barang saat <i>live-in</i> menolong teman jatuh dari motor menolong teman yang sedang kesusahan menolong teman sedang membutuhkan pertolongan darurat membantu teman mengangkat gawang membantu teman yang mengalami masalah di sekolah membantu teman ke uks setelah terjatuh memberikan teman <i>hotspot</i> internet

	<ul style="list-style-type: none">membantu teman yang motornya mogokmembantu teman yang tenggelam di kolam renangmenolong teman yang dibullymenolong temanku yang jatuh dari sepeda
Dukungan	<ul style="list-style-type: none">memberikan semangat dan saran pada teman yang panikmenjadi teman dan pendengar seorang yang merupakan korban bullymenghibur teman yang sedang sakitmembujuk seorang teman onlinemenolong orang yang sedang mengalami depresi
Berbagi pengetahuan	<ul style="list-style-type: none">mengajar teman pelajaranmembantu mengajar teman sebaya di sekolahmenolong teman saya belajar selama ujianmembantu teman yang kesulitan disalah satu materi pelajaranmembantu teman yang ingin bermain gitarmembantu teman soal tugas dan keperluan dari acara sekolahmengajari teman saya materi matematikamengajari teman dengan memberikan latihan soalmengajari orang lainmengajari beberapa materi ke teman atau orang lain.mengajarkan teman saya yang kesulitanmengajari temanmenolong teman menjawab pertanyaan yang dilemparkan oleh gurumembantu teman yang sedang kesulitan mengerjakan tugasmembantu teman yang tidak mengerti suatu pelajaran
Material	
Bantuan makanan	<ul style="list-style-type: none">memberikan makanan saat teman tidak membawa makananmembantu teman yang ingin membeli makanan tapi tidak memiliki uangberbagi makanan
Finansial	<ul style="list-style-type: none">menolong teman yang kekurangan uangmembantu teman yang kelupaan membawa uangmenolong teman yang membutuhkan uang

Hasil pada kategori orang yang tidak dikenal dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5.

Pengalaman Menolong yang Paling Berkesan pada Orang yang Tidak Dikenal

Sub-tema	Sampel Respon
Orang yang tidak dikenal	
Psikologis	
Dalam kesulitan	<p>menolong korban kemalingan</p> <p>menolong memesankan ojek online kepada anak sekolah membantu seorang bapak yang motornya mogok</p> <p>menolong ibu-ibu yang kesulitan untuk turun dari kereta</p> <p>menolong ibu-ibu mendorong motornya karena kehabisan bensin.</p> <p>menolong ibu-ibu yang kesusahan menyebrang jalan</p> <p>menolong ibu-ibu yang sedang kesusahan mencari anaknya di kereta</p> <p>menolong orang yang berkebutuhan khusus</p> <p>menolong pemulung</p> <p>menolong tetangga yang dalam kesulitan</p> <p>menolong orang ketika terjatuh dari sepeda</p> <p>menolong ibu-ibu mendorong gerobak</p> <p>membantu menuntun seorang nenek untuk jalan sampai ke tujuan</p> <p>membantu orang asing dengan memberikan petunjuk jalan.</p> <p>menolong orang yang tuli dengan bahasa isyarat</p> <p>membantu orang kecelakaan di jalanan</p> <p>menolong seorang nenek yang kesulitan naik tangga</p> <p>menolong lansia yang ingin menyebrang</p> <p>menolong orang yang tiba tiba jatuh di jalan karena masih belajar motor</p> <p>menolong seorang anak yang hampir jatuh</p> <p>membantu orang tua atau lansia mencari tempat duduk di kereta</p>
Material	
Bantuan pakaian	<p>memberikan pakaian yang sudah jarang digunakan kepada orang yang membutuhkan</p>
Bantuan makanan	<p>menolong dan membantu memberikan bantuan makanan</p> <p>memberikan makanan kepada kakek yang membutuhkan makanan</p> <p>menolong pemulung yang kelaparan</p> <p>menolong orang yang kelaparan bersama anaknya</p> <p>memberikan makanan kepada 1 keluarga yang kesusahan</p>

<p>memberikan roti kepada kakek-kakek yang sedang memulung memberikan makanan kepada pengemis di jalan memberi makanan orang di pinggir jalan memberikan bapak bapak minuman (takjil) berbagi makanan ke orang orang yang membutuhkan membelikan makanan dan minuman kepada kakek-kakek di pinggir jalan memberikan sumbangan makanan kepada tukang sampah, satpam, tukang parkir, dll memberikan makanan ke pemulung memberikan makanan kepada orang yang membutuhkan</p>	
<p>Finansial</p>	<p>memberikan sumbangan memberikan uang kepada wanita tua yang duduk di pinggir jalan membayar barang belanjaan orang yang kekurangan uang memberikan sisa uang jajan kepada orang yang sedang kesulitan membeli jualan kakek penjual balon dipinggir jalan membeli dagangan seorang pedagang memberi sumbangan kepada nenek-nenek memberi uang kepada orang yang kehabisan bensin memberikan sedikit makanan dan sedikit uang tunai kepada pemulung memberikan sumbangan kepada orang cacat fisik yang ada di pinggir jalan. memberikan sedekah pada badut yang sedang kelelahan memborong jualan kakek-kakek yang sudah tua memberikan sedekah ke anak kecil di lampu merah memberi sedikit uang kepada pengemis memberi pengemis uang</p>

Pengaruh Sosial Media dalam Penurunan atau Peningkatan Perilaku Menolong pada Remaja di Era Digital

Pada bagian ini, peneliti mengajukan pertanyaan yaitu *“Menurut kamu sendiri, media sosial bisa mendorong atau menurunkan kemungkinan kamu untuk menolong orang lain?”*. Pertanyaan ini diajukan untuk mengeksplorasi pemahaman mengenai pengaruh sosial media dalam penurunan dan/atau peningkatan perilaku menolong. Hasil yang diperoleh dari pertanyaan ini dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6.

Pengaruh Sosial Media terhadap Perilaku Menolong Remaja

Sub-tema	Sampel Respon
Setuju	
Mendorong	

Fleksibilitas	membantu orang lain secara online membantu berkomunikasi dengan orang lain dengan waktu yang sedikit mendorong orang lain untuk menolong dengan mudah menolong dapat dilakukan di mana saja bahkan secara online sekalipun dapat menolong karena lebih fleksibel terkait tempat dan waktunya.
Wadah yang lebih luas	mempermudah kita dalam membantu orang lain secara online mendorong kemungkinan seseorang untuk menolong orang yang jauh sekalipun menolong bisa dilakukan melalui sosial media dapat membantu pemberian informasi terkait sesuatu yang terjadi yang butuh bantuan karena ada beberapa orang yang bisa ditolong dari gadget media sosial dapat membuat orang menolong yang lebih jauh gadget juga dapat berfungsi untuk membantu orang dari dunia maya mendorong karena banyak video yang beredar sehingga membuat saya tergerak medis sosial dapat digunakan untuk menolong orang mendorong kita untuk lebih dekat ke sesama yang saling membutuhkan membantu kita menolong orang lain lewat akses informasi dan komunikasi yang cepat membantu sesama melalui jangkauan yang lebih luas menggunakan teknologi sekarang dapat membantu secara virtual menolong tidak harus melalui real life saja tetapi melalui media sosial juga bisa
Inspirasi	melihat orang orang mengalami kondisi ini dari medsos dapat membuat saya termotivasi karena dapat memberikan inspirasi karena dari gadget kita bisa melihat perilaku baik seseorang bisa terdorong atau termotivasi untuk membantu orang yang lagi kesusahan karena sosmed dapat digunakan untuk memotivasi orang karena dapat digunakan untuk menginspirasi penontonnya bisa mendorong karena banyak konten di sosial media yang mencontohkan
Menurunkan Individualis	sikap individualis seseorang yang muncul akibat terlalu sibuk dengan gadgetnya

orang-orang sekarang cenderung lebih mementingkan kepentingannya sendiri
rasa individualisme mereka meningkat
orang menjadi individualistik karena terlalu focus terhadap gadget mereka
menurut saya orang-orang pada zaman hanya mementingkan dirinya sendiri
karena dengan adanya gadget membuat anak menjadi lebih memikirkan diri sendiri
kadang tuh kurang peduli dan kurang peka mereka hanya peduli dengan diri sendiri
kondisi ini bisa memungkinkan seseorang menjadi lebih cuek
bisa menurunkan karena banyak orang yang terlalu fokus dengan kehidupannya sendiri
menurunkan apabila semua orang terlalu fokus terhadap gadget mereka
orang-orang menjadi kurang rasa empati dan simpatinya bisa, karena kita mulai mengabaikan teman
karena gadget jadi kita menjadi fokus dengan diri kita sendiri dan dengan gadget
banyak yang selalu ingin lebih tinggi dari orang lain sehingga tidak mau menolong
soalnya rata-rata orang bakal lebih fokus ke gadget mereka (main games, sosmed)
hanya fokus ke hidup masing-masing dan tidak peduli dengan lingkungan sekitar
karena di masa kini orang-orang hanya berfokus pada dirinya masing-masing
terlalu fokus terhadap diri sendiri
orang lebih pilih sibuk dengan diri sendiri

Koneksi fisik menurun ketergantungan pada gadget juga bisa mengurangi interaksi sosial dan empati
komunikasi non fisik ini mengurangi koneksi fisik kita dengan orang lain di luar
lebih memilih menghabiskan waktu bermain game dibandingkan bersosialisasi
keseluruhan aktivitas sekarang berporos pada sosmed
bermain gadget dapat menarik perhatian kami dari hal-hal di dunia nyata
karena gadget membuat anak mengurangi aktivitas diluar rumah
karena banyak orang di dunia terlalu fokus pada apa yang ada di hp tidak di dunia
menurunkan kecenderungan untuk bersosialisasi secara langsung.

	interaksi nyata jadi berkurang, dan kepekaan terhadap lingkungan ikut menurun
Apatis	<p>menurunkan kesadaran untuk membantu orang lain orang-orang hanya fokus pada gadgetnya dan tidak memedulikan orang sekitar banyak orang yang bergantung pada gadgetnya dan melupakan orang lain di sekitarnya orang lebih fokus dengan gadget mereka sendiri sampai lupa dengan sekitar mereka akibat terlalu fokus pada gadget akibatnya kita melupakan orang lain karena kebanyakan orang terlalu fokus dengan gadgetnya akan mengabaikan sekitar medsos membuat orang menjadi tidak peduli sebagian besar gadget akan membuat kita terganggu dan tidak fokus pada situasi sekitar karena setiap ada orang kesusahan di jalan banyak orang yang tidak peduli karena orang pada jaman sekarang akan lebih mementingkan gadget daripada menolong banyak yang berfokus pada gadget dan bisa membuat orang tidak mau menolong orang di dunia saat ini sangat berfokus pada gadget menjadi tidak peduli dengan sekitarnya karena orang hanya akan lebih fokus pada ponselnya sendiri orang-orang di sekitar semakin acuh tak acuh pada lingkungan sekitar. semakin berfokus ke gadget, semakin banyak juga yang akan cuek dengan lingkungan lain karena sekarang lebih banyak yang sangat fokus pada diri sendiri karena di zaman sekarang orang lebih berfokus dengan gadget masing masing karena dengan berfokus ke gadget biasanya membuat kita tidak peduli dengan sekitar karena terlalu fokus dengan gadget membuat kita tidak peka dengan sekitar terlalu fokus pada diri sendiri dan gadget membuat kita lupa dengan sekitar bisa jadi kurang empati terhadap orang lain di dunia nyata</p>
Penggunaan tidak bijak	<p>tidak menolong dengan ikhlas dan hanya untuk konten karena gadget tidak digunakan dengan baik</p>

	orang akan lebih fokus mengvideokan korban daripada menolongnya
Tidak inisiatif	karena tidak adanya inisiatif untuk menolong menurunkan karena orang lebih peduli untuk berkomen dibandingkan beraksi
Tidak teridentifikasi	ya, setuju setuju saya setuju menurut saya berpengaruh

Tidak setuju	tidak setuju, karena banyak juga yang tidak terpaku dengan gadgetnya bagi saya gadget bukan hal yang utama tidak setuju, karena jika digunakan dengan baik maka tidak akan berpaku hidupku tidak selalu tentang gadget. aku tahu batasan penggunaan gadget tidak setuju, karena aku tidak terpengaruh tidak karena aku akan tetap menolong akan tetap memperhatikan sekitar tidak selalu terpaku dengan gadget dan diri sendiri tergantung orangnya, jika saya maka tidak akan terpengaruh tidak setuju, karena gadget tidak sepenuhnya mencuri perhatian saya tidak setuju karena aku bisa mengatur penggunaan gadget tidak setuju karena saya akan tetap menolong orang lain jika dibutuhkan tidak akan mempengaruhi saya karena saya akan tetap menolong orang tidak karena aku tidak kecanduan saya bisa mengatur hidup saya antara gadget dan dunia luar tidak setuju karena saya akan terus menolong orang lain tidak setuju, tergantung orangnya
--------------	--

Berdasarkan hasil pada tabel 6, dapat dilihat bahwa tema "*menurunkan*" mendapat respon lebih banyak dibandingkan "*mendorong*" yaitu sekitar 55 partisipan (53%). Pada tema "*menurunkan*", kategori "*apatis*" mendapatkan respon terbanyak yaitu 22 partisipan. Sedangkan kategori "*tidak inisiatif*" mendapatkan respon tersedikit yaitu 2 partisipan.

PEMBAHASAN

Masa remaja adalah masa ketika identitas moral dan perilaku prososial (termasuk perilaku menolong) remaja sedang berkembang, dan faktor-faktor seperti biologis, genetik, faktor sosial dan lingkungan sedang berinteraksi dengan maksimal (Santrock, 2011). Pada masa ini, remaja juga sudah seharusnya mulai memperhatikan sikap tolong menolong atau perilaku proposialnya karena pemikiran remaja sudah lebih rasional dan sudah bisa menggunakan kematangan kognitifnya (Eisenberg & Fabes, dalam Iswanto et al., 2022).

Pada dasarnya perilaku menolong kebanyakan diberikan pada seseorang yang sebelumnya memiliki hubungan dan seseorang yang pernah dikenal oleh penolong. Namun, kesempatan menolong orang yang tidak dikenal meninggalkan pengalaman berkesan yang dirasakan oleh beberapa penolong. Berdasarkan respon yang diberikan partisipan, menolong orang tidak dikenal mendapatkan respon paling dominan sebagai pengalaman menolong yang paling berkesan. Pengalaman menolong ini termasuk menolong dalam aspek psikologis dengan memberikan dukungan pada masa sulit, aspek material yang berupa bantuan pakaian dan makanan dan aspek finansial yaitu berupa memberikan sumbangan kepada orang yang membutuhkan. Pengalaman menolong dalam aspek psikologis dengan memberikan dukungan pada keadaan sulit mendapatkan respon yang paling dominan. Menurut McGuire (dalam Kalintabu & Sianipar, 2017) perilaku menolong ini termasuk kepada *casual helping*, yaitu ketika seseorang memberikan bantuan yang bersifat umum dan biasa.

Era digital saat ini adalah era ketika penggunaan teknologi menjadi kebutuhan dasar individu dan didominasi oleh kalangan remaja (Tranggono et al., 2023). Penggunaan media sosial pada remaja dapat berpengaruh pada kehidupan sosial remaja dan interaksi sosial pada remaja, salah satunya adalah perilaku menolong. Hal ini tentu saja dapat mengakibatkan penurunan pada perilaku menolong pada remaja. Dengan kondisi ketika remaja menjadi lebih fokus terhadap gadgetnya dapat membuat perilaku menolong menjadi menurun, namun juga dapat membuat perilaku menolong pada remaja menjadi menaik.

Hal ini terbukti dengan hasil respon yang diterima peneliti, terdapat respon dominan yang menyatakan bahwa perilaku menolong akan menurun karena pengaruh gadget atau media sosial. Berdasarkan jawaban partisipan, gadget atau media sosial dapat menyebabkan sikap individualis dan apatis remaja. Dengan meningkatkan sikap individualis dan apatis pada remaja dapat membuat sikap empati menurun. Empati adalah kondisi ketika seseorang mampu menempatkan dirinya pada posisi orang lain sehingga ia dapat merasakan perasaan orang tersebut secara emosional (Lestari et al., 2020). Sikap empati adalah sikap yang mendasari terjadi perilaku menolong. Sikap empati akan membuat seseorang peduli akan sekitarnya. Ketika individu tidak mampu merasakan atau memahami perasaan orang lain atau tidak memiliki empati, mereka cenderung tidak termotivasi untuk membantu (Anjani, 2018). Dengan menurunnya sikap empati juga dapat menimbulkan *bystander effect*, yaitu penurunan intensitas perilaku menolong yang disebabkan oleh kehadiran orang sekitar (Cherry, 2020). Hal ini terjadi karena remaja merasa bahwa ia tidak harus menolong karena sudah ada orang lain yang akan menolong. Oleh karena itu, munculnya sikap apatis dan individualis pada remaja akibat media sosial dapat menimbulkan efek negatif yaitu menurunnya perilaku menolong remaja karena menurunnya sikap empati dan munculnya *bystander effect*.

Namun, selain efek negatif, terdapat pula respon partisipan yang menyatakan bahwa gadget atau media sosial tidak mengakibatkan penurunan perilaku menolong, namun akan mendorong terjadi perilaku menolong terdapat beberapa alasan yang diberikan. Menurut partisipan, dengan adanya gadget atau media sosial akan membuat perilaku tolong menolong menjadi lebih

fleksibel dan bisa dilakukan di mana saja, dengan wadah yang lebih luas dan bahkan bisa menjadi inspirasi untuk orang lain.

Sebagaimana hasil yang telah didapatkan, hal ini menunjukkan bahwa perilaku menolong yang dilakukan oleh remaja seperti menyebarkan informasi yang dibutuhkan orang lain, memberikan sumbangan, dan sebagainya dapat dilakukan menggunakan media sosial. Media sosial juga menimbulkan rasa motivasi untuk menolong orang lain. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Permoni (2019) yang menyatakan bahwa perilaku menolong pada remaja dapat dipengaruhi oleh faktor motivasi eksternal, seperti postingan di media sosial dapat memotivasi remaja untuk melakukan perilaku menolong dan kemudian dapat disalurkan melalui media sosial.

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh, terdapat 18 partisipan yang berpendapat bahwa media sosial tidak dapat mengakibatkan penurunan atau kenaikan perilaku menolong pada remaja. Menurut beberapa partisipan, sosial media tidak mengakibatkan penurunan atau kenaikan pada perilaku menolong. Namun menurut beberapa partisipan, faktor yang mengakibatkan penurunan atau kenaikan pada perilaku menolong adalah sikap empati yang ada pada diri seseorang. Jika seseorang tidak memiliki sikap empati, maka kecenderungan untuk melakukan perilaku menolong kecil. Sehingga, media sosial bukanlah hal yang dapat mengakibatkan penurunan atau kenaikan perilaku menolong pada remaja tetapi sikap empati. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Anjani (2018) yang menunjukkan bahwa kurangnya empati berhubungan dengan rendahnya perilaku prososial, menegaskan bahwa empati adalah salah satu motivasi seseorang untuk melakukan perilaku menolong.

KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa perilaku menolong atau perilaku prososial pada remaja mulai berkembang seiring dengan kematangan kognitif dan emosional mereka. Faktor-faktor seperti biologis, sosial, dan lingkungan berperan penting dalam memengaruhi perilaku menolong pada remaja. Pengalaman menolong yang paling berkesan cenderung berkaitan dengan tindakan yang dilakukan kepada orang yang tidak dikenal, terutama dalam bentuk dukungan psikologis, material, maupun finansial. Motivasi utama untuk melakukan perilaku menolong secara berulang adalah kepuasan psikologis seperti rasa bahagia, puas, dan bersyukur, yang mencerminkan adanya *internal rewards*. Faktor tanggung jawab sosial juga menjadi dorongan penting, di mana remaja merasa bahwa menolong adalah kewajiban moral sebagai bagian dari kehidupan sosial manusia.

Namun, era digital memberikan tantangan baru terhadap perilaku menolong remaja. Sebagian besar partisipan menyatakan bahwa fokus terhadap gadget dan media sosial dapat meningkatkan sikap individualis dan apatis, sehingga menurunkan empati dan intensitas perilaku menolong. Dampak negatif ini berpotensi menimbulkan *bystander effect*, di mana remaja cenderung mengandalkan orang lain untuk membantu. Di sisi lain, media sosial juga memiliki potensi positif dalam mendukung perilaku menolong. Penggunaan media sosial memungkinkan remaja untuk menolong secara lebih fleksibel, seperti menyebarkan informasi, memberikan donasi, atau memotivasi orang lain untuk melakukan tindakan serupa. Dengan demikian, media sosial dapat menjadi sarana yang efektif untuk menumbuhkan perilaku prososial pada remaja, asalkan digunakan dengan bijak.

Secara keseluruhan, perilaku menolong pada remaja dipengaruhi oleh faktor internal seperti empati dan kepuasan diri, serta faktor eksternal seperti pengaruh sosial dan teknologi. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan kesadaran sosial dan empati remaja, terutama melalui pendidikan dan penggunaan teknologi secara positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. (2009). *Psikologi perkembangan pendekatan ekologi kaitannya dengan konsep diri dan penyesuaian diri pada remaja*. PT. Refika Aditama.
- Alfianti. (2021). Fenomena perilaku prososial saat ini. *Kompasiana.com*. <https://www.kompasiana.com/mairani91155/6130f3970101905fd90b77a3/fenomena-perilaku-prososial-saat-ini>
- Ali, M., & Asrori, M. (2011). *Psikologi remaja: Perkembangan peserta didik* (7th ed.). Bumi Aksara.
- Anjani, K. Y. (2018). Hubungan antara empati dengan perilaku prososial pada siswa SMK swasta x di surabaya. *Character: Jurnal Psikologi* 5.2, 1–6.
- Arifah, S. F., & Haryanto, H. C. (2019). Perilaku prososial remaja pada siswa SMA atau sederajat yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. *Inquiry: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2), 125–140. <https://doi.org/10.51353/inquiry.v9i2.262>
- Cherry, K. (2020). *How psychology explains the bystander effect*. Verywellmind.com. <https://www.verywellmind.com/the-bystander-effect-2795899>
- Dwi Iswanto, M., Ariyanto, E. A., Muslikah, D., & Psikologi, F. (2022). Perilaku prososial pada remaja: menguji kematangan emosi. *Inner: Journal Of Psychological Research*, 2(3), 470–479.
- Hartinah, S., Nurcahya, S. B., Hartinah, S., & Nurcahya, S. B. (2022). Peranan mahasiswa dalam bela negara: Pengertian bela negara di indonesia. *Jurnal Sosio Dan Humaniora*, 1(1), 45–54.
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi perkembangan*. Erlangga.
- Ihsan. (2024). *Perubahan hidup terhadap aspek sosial*. Kompasiana.com. <https://www.kompasiana.com/ihsanfaqot/65d02b28c57afb47853cddb2/perubahan-hidup-terhadap-aspek-sosial>
- Kalintabu, H., & Sianipar, D. (2017). Peran orangtua dan pendeta dalam meningkatkan perilaku menolong pada remaja gereja Alkitab Anugerah Bekasi. *Jurnal Shanan*, 1(2), 1–20. <https://doi.org/10.33541/shanan.v1i2.1483>
- Kompasiana.com. (2021). *Fenomena perilaku prososial saat ini*. Kompasiana.com. <https://www.kompasiana.com/mairani91155/6130f3970101905fd90b77a3/fenomena-perilaku-prososial-saat-ini>
- Kumparan.com. (2024). *Mengapa perubahan sosial selalu melekat dalam diri manusia dan kebudayaan?* Kumparan.com. <https://kumparan.com/sejarah-dan-sosial/mengapa-perubahan-sosial-selalu-melekat-dalam-diri-manusia-dan-kebudayaan-23dwsgxblbc>
- Lestari, W. D., Martika Anggriana, T., Dwi Pratama, B., & Kunci, K. (2020). Pengaruh empati dan bystander effect terhadap perilaku prososial siswa SMP. *Prosiding SNBK (Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling)*, 4(1), 1–10.
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. (2001). *Psikologi perkembangan: pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta Gadjah Mada University Press.
- Mukhlizar, M., & Yuliani, F. (2023). Hoax dan tanggung jawab sosial pengguna sosial media. *Kaganga: Jurnal Pendidikan Sejarah Dan Riset Sosial Humaniora*, 6(2), 461–466. <https://doi.org/10.31539/kaganga.v6i2.7695>
- Noya, A. (2019). Hubungan kecerdasan emosi dan perilaku prososial siswa di sma negeri 9 halmahera selatan. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 2(1), 28–34. <https://ejournal.upg45ntt.ac.id/index.php/ciencias/index>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2013). *Human development (ed.10th)* (10th ed.). Salemba Humanika.
- Permoni, A. W. (2019). *Perilaku prososial pada dewasa awal di media sosial* [Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga]. <https://digilib.uin-suka.ac.id/id/eprint/38237>

- Rahayu, A. H., & Widodo, A. (2019). Understanding of nature of science pre-service students and elementary school teachers in the digital age. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan Mipa*, 9(2), 161–172. <https://doi.org/10.30998/formatif.v9i2.3251>
- Riaz, H., Khanam, H., Arshad, F., Asif, A., Khan, Y., & Jagirani, T. S. (2023). Relationship and difference of levels between schadenfreude, social media addiction and social comparison among adults and adolescents. *European Journal Of Theoretical And Applied Sciences*, 1(2), 149–160. [https://doi.org/10.59324/ejtas.2023.1\(2\).15](https://doi.org/10.59324/ejtas.2023.1(2).15)
- Rochmawati, E. (2013). Palang merah remaja sebagai wadah pengembangan perilaku menolong di kalangan siswa SMA negeri 9 Semarang. *Universitas Negeri Semarang, Vol 2 No 2 (2013): Solidarity*. <https://doi.org/10.15294/solidarity.v2i2.2158>
- Santrock, J. W. (2011). *Child development (Perkembangan Anak Edisi 11 Jilid 2)* (Rachmawati & Kuswanti, ed.; 11th ed.). Erlangga.
- Sarwono, S. W., & Meinarno, E. A. (2009). *Psikologi sosial*. Salemba Humanika.
- Selviana, S. (2020). Empati dan penggunaan situs jejaring sosial sebagai faktor dalam membentuk moral remaja. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 3(2), 143–157. <https://doi.org/10.24854/jpu49>
- Sumara, D., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Kenakalan remaja dan penanganannya. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 129–389. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14393>
- Tranggono, Jasmin, K. J., Amali, M. R., Aginza, L. N., Sulaiman, S. Z. R., Ferdhina, F. A., & Effendie, D. A. M. (2023). Pengaruh perkembangan teknologi di era globalisasi dan peran pendidikan terhadap degradasi moral pada remaja. *Bureaucracy Journal: Indonesia Journal Of Law And Social-Political Governance*, 3(2), 7. <https://doi.org/10.53363/bureau.v3i2.299>
- Vidyanto, M. H. (2017). *Hubungan antara kecerdasan emosi dengan perilaku altruis pada remaja*. <https://eprints.ums.ac.id/54567/11/02.%20naskah%20publikasi%20karya%20ilmiah.pdf>
- Waruwu, M. (2023). Pendekatan penelitian pendidikan: Metode penelitian kualitatif, metode penelitian kuantitatif dan metode penelitian kombinasi (mixed method). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jptam.v7i1.6187>
- Zuhria, A. F., Kurnia, M. D., Jaja, J., & Hasanudin, C. (2020). Dampak era digital terhadap minat baca remaja. *Jubah Raja: Jurnal Bahasa, Sastra, Dan Pengajaran*, 1(2), 22.