

**PENGARUH *SELF AWARENESS* TERHADAP ALTRUISME PADA *VOLUNTEER EARTH HOUR* DALAM MENJAGA LINGKUNGAN HIDUP DI BANDA ACEH**

**SKRIPSI**

**Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Untuk  
Memperoleh Derajat Sarjana S-1 Psikologi**



**Oleh :  
Zulmaita Sari  
1709110039**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH  
BANDA ACEH**

**2022**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

*Bismillahirrahmannirrahim*

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Zulmaita Sari

Npm : 1709110039

Fakultas : Psikologi

Menyatakan skripsi yang saya susun dengan judul **“Pengaruh *Self Awareness* Terhadap Altruisme Pada *Volunteer Earth Hour* Dalam Menjaga Lingkungan Hidup Di Banda Aceh”** ini, secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya, kecuali bagaian yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Jika dikemudian hari ternyata pernyataan saya ini tidak benar, maka saya sanggup menerima segala sanksi sesuai dengan Undang-Undang dan peraturan yang berlaku.

Banda Aceh, 25 Desember 2021

Yang menyatakan,

Zulmaita Sari

  
NPM : 1709110039

Skripsi Berjudul :

**Pengaruh *Self Awareness* Terhadap Altruisme Pada *Volunteer Earth Hour*  
Dalam Menjaga Lingkungan Hidup Di Banda Aceh**

Diajukan Oleh :

Zulmaita Sari

Telah disetujui Oleh :

Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Aceh

Tanggal Persetujuan

Pembimbing I



Maria Ulfa, S.Psi., M.Pd

18 Desember 2021

Pembimbing II



Sufрина Keumala Ayu, S.psi., M.Ed

24 Desember 2021

## PENGESAHAN

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh  
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

21032022

MENGESAHKAN  
Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Aceh

Dekan,



  
Barmawi, S.Ag., M.Si

Dewan Penguji

1. Maria Ulfa, S.Psi., M.Pd
2. Syarifah Zinab, S.Psi., M.Si
3. Barmawi, S.Ag., M.Si
4. Sufrina Keumala Ayu, S.Psi., M.Ed

Tanda Tangan



---



---



---



---

## **MOTTO**

“Akan ada sesuatu yang menantimu selepas banyak kesabaran (yang kau jalani), yang akan membuatmu terpana hingga kau lupa, betapa pedihnya rasa sakit”

**(Ali Bin Abi Thalib)**

“Terkadang kita sebagai manusia harus membiarkan kehidupan mengkacaukan semuanya, karena dengan begitu kita baru bisa melihat dan merasakan setiap kegagalan, kesedihan dan patah hati di dalam kehidupan yang sedang di jalani. Dengan demikian kita bisa menghargai setiap tawa, cinta dan kebersamaan bersama orang-orang tersayang. Agar setelahnya kita bisa menjalani hidup lebih baik”

**(Penulis)**

## **PERSEMBAHAN**



### **Yang Paling utama dari segala nya**

sembah sujud syukur kepada Allah SWT. Taburan cinta dan segala kasih sayang-Mu yang telah memberikan ku kesehatan dan kekuatan. Atas karunia serta kemudahan yang engkau berikan akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Shalawat dan salam selalu terlimpahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW.

### **Kupersembahkan karya sederhana ini kepada cinta kasihku**

Ayahnda tercinta Zulkarnain dan Ibunda tercinta Marlyah

#### **Untuk ibunda tercinta**

Segala kasih sayang ibu terhadap anak mu tidak akan pernah terlupakan, terima kasih sudah memberikan ku kasih sayang, mengajarkan ku tentang pedoman kebaikan kehidupan, kesabaran, memberikan motivasi yang bermakna untuk menjalani kehidupan serta dukungan yang selalu kau berikan kepada ku. Terima kasih telah melahirkan ku ke bumi, telah bersabar menanti pencapaian awal kesuksesan anak mu ini. Semoga karya ini menjadi langkah awal menuju kesuksesan di masa yang akan datang. Terima kasih ibu jasa dan kasih sayang mu tetap nomor satu dihidup ku.

## KATA PENGANTAR



*Assalamualaikum wr.wb*

Syukur Alhamdulillah telah dipanjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta karunianya sehingga skripsi dengan judul “Pengaruh *Self Awareness* Terhadap Altruisme Pada *Volunteer Earth Hour* Dalam Menjaga Lingkungan Hidup Di Banda Aceh”. Dapat diselesaikan dengan baik, salawat beserta salam disanjungkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW. yang telah membawa kita dari alam kebodohan ke alam berilmu pengetahuan.

Tujuan penulis penelitian ini dapat memberikan manfaat terutama bagi penulis dan kepada pembaca atau peneliti lainnya. Penulis menyadari sepenuhnya, tidaklah mudah bagi penulis untuk melakukan penulisan skripsi tanpa ada dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Barmawi, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.
2. Kepada Ibu Winda Putri Diah Restya., M.A selaku wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.
3. Kepada Ibu Devi Yanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Kaprodi Fakultas Psikologi Iniversitas Muhammadiyah Aceh.

4. Ibu Maria Ulfa, M.Pd., selaku pembimbing I yang telah membimbing penulis dengan sangat sabar dan khususnya dalam menyelesaikan skripsi ini, yang juga telah banyak meluangkan waktu serta tenaganya.
5. Ibu Sufrina Keumala Ayu, M. Ed. selaku dosen pembimbing II yang telah memberi saran serta bimbingan dengan baik dalam menyelesaikan skripsi ini, dan juga telah memberikan waktu dan tenaganya.
6. Ibu Ayu Safira, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing akademik penulis yang telah membantu penulis memberikan saran akademisi selama proses perkuliahan.
7. Para Dosen Pengajar Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang tidak penulis sebutkan satu per satu yang telah memberi ilmu yang bermanfaat bagi penulis di masa perkuliahan.
8. Staf Akademik Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang telah banyak membantu dalam pengurusan surat dan berkas selama masa perkuliahan hingga dalam proses penyusunan skripsi.
9. Kepada ayahanda dan ibunda yang telah memabantu, menyemangati dan mendukung penulis dalam menjalankan penyelesaian skripsi.
10. Anggota komunitas *Earth Hour* Aceh, yang telah bersedia dijadikan subjek dalam penelitian.
11. Terima kasih teman serta sahabat, Cut Adinda Shafira, Elvira Fransiska Seulanga, Fatimah, Khairan Nabila Yoza, Muhammad Geovannie Iqyan, M. Suhel, Novi Widiastusi, Nora Ramadhana, Radhiah, Riska Novira, dan Suci

Ramadhani, yang telah memberikan dukungan dan hiburan selama penyusunan skripsi.

12. Terima kasih kepada seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh angkatan 2017 atas dukungan dalam pembuatan skripsi.
13. Terima kasih kepada pihak yang telah banyak memberikan bantuan serta jasanya kepada penulis baik selama penelitian maupun dalam menyelesaikan skripsi ini.
14. *Playlist Spotify*, dan *Podcast Rintik Sedu* yang telah menemani dan menghibur dalam penyusunan pembuatan skripsi.

Banda Aceh, 25 Desember 2021

Zulmaita Sari

1709110039

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN MOTO .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Keaslian Penelitian.....	7
D. Tujuan Penelitian .....	10
E. Manfaat Penelitian .....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>12</b>
A. <i>Self Awereness</i> .....	12
1. Pengertian <i>Self Awereness</i> .....	12
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self Awereness</i> .....	13
3. Aspek-aspek yang Mempengaruhi <i>Self Awereness</i> .....	14
B. Altruisme.....	16
1. Pengertian Altruisme .....	16
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Altruisme .....	17

3. Aspek-aspek yang Mempengaruhi Altruisme.....	19
C. <i>Volunteer</i> .....	20
D. Lingkungan Hidup.....	22
1. Pengertian Lingkungan Hidup.....	22
2. Jenis-jenis Lingkungan Hidup.....	23
3. Indikator Lingkungan Hidup.....	23
E. Pengaruh <i>Self Awareness</i> Terhadap Altruisme Dalam Menjaga Lingkungan Hidup.....	24
F. Hipotesis.....	26
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>27</b>
A. Variabel Penelitian.....	27
B. Definisi Operasional Variabel.....	27
C. Populasi dan Sampel.....	28
D. Metode Penelitian.....	29
E. Pengujian Validitas dan Realibilitas.....	31
F. Analisis Data.....	32
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>35</b>
A. Orientasi Kancah.....	35
B. Persiapan Penelitian.....	38
1. Surat Izin Penelitian.....	38
2. Penyusunan Alat Ukur.....	38
C. Pelaksanaan Penelitian.....	39
D. Hasil Penelitian.....	40
E. Pembahasan.....	47
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>52</b>
A. Kesimpulan.....	52
B. Saran.....	52
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>54</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>58</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Bobot Penilaian Pernyataan <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i> .....	30
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Awareness</i> .....	30
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala Altruisme .....	31
Tabel 4. Hasil Analisis Diskriminasi Item Skala <i>Self Awareness</i> .....	41
Tabel 5. Hasil Analisis Diskriminasi Item Skala Altruisme .....	41
Tabel 6. Hasil Uji Realibilitas Sebelum Item Gugur .....	42
Tabel 7. Hasil Uji Reabilitas Sesudah Item Gugur .....	42
Tabel 8. Hasil Deskripsi Data Penelitian .....	43
Tabel 9. Norma Pengkatagorian.....	43
Tabel 10. Hasil Norma Pengkatagorian <i>Self Awareness</i> .....	43
Tabel 11. Hasil Norma Pengkatagorian Altruisme .....	44
Tabel 12. Katagori Penelitian <i>Self Awareness</i> .....	44
Tabel 13. Katagori Penelitian Altruisme.....	45
Tabel 14. Hasil Uji Normalitas .....	45
Tabel 15. Hasil Uji Linieritas.....	46
Tabel 16. Hasil Uji Regresi Tabel .....	47

**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Peta Koordinator *Earth Hour Aceh*.....37

## DAFTAR LAMPIRAN

Skala Penelitian <i>Self Awareness</i> dan Altruisme.....	58
Tabulasi Skor Item Penelitian <i>Self Awareness</i> .....	64
Tabulasi Skor Item Penelitian Altruisme.....	65
Realibilitas Item <i>Self Awareness</i> Sebelum dan Sesudah dibuang.....	66
Realibilitas Item Altruisme Sebelum dan Sesudah dibuang.....	68
Deskriptive Data.....	70
Hasil Uji Normalitas .....	71
Hasil Uji Linieritas.....	71
Uji Regresi .....	72

**PENGARUH *SELF AWARENESS* TERHADAP ALTRUISME PADA *VOLUNTEER EARTH HOUR* DALAM MENJAGA LINGKUNGAN HIDUP DI BANDA ACEH**

Zulmaita Sari

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, Jl. Muhammadiyah No, 91  
Batoh, Lueng Bata, Banda Aceh. Telp (0651)21024

[zulmaita25@gmail.com](mailto:zulmaita25@gmail.com)

**ABSTRAK**

*Self awareness* merupakan kesadaran individu yang telah memiliki segala sesuatu yang dibutuhkan didalam diri untuk mencapai tujuan, kebahagiaan, atau menjadikan pemenang pada diri individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh *self awareness* terhadap altruisme pada *volunteer earth hour* dalam menjaga lingkungan hidup di Banda Aceh. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah sebanyak 50 *volunteer earth hour* Aceh, dengan pengambilan data menggunakan skala *Likert* dengan menyebarkan kuesioner melalui *google form*. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh *self awareness* terhadap altruisme pada *volunteer earth hour*. Hasil analisis data menggunakan regresi dengan nilai *R Square* 0,668 dengan nilai *F* 96,609 dan nilai *sig* 0,000 yang artinya ada pengaruh *self awareness* terhadap altruisme sebesar 66,8% seperti memberikan perhatian pada orang lain, membantu orang lain, mementingkan kepentingan yang lain dibandingkan diri sendiri, dapat mengenali emosi diri, adanya pengakuan dalam diri dan kepercayaan diri serta 33,2% lainnya dipengaruhi oleh variabel-variabel lain yang tidak diteliti oleh penelitian ini.

Kata kunci : *Self awareness, Altruisme, dan Volunteer*

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latarbelakang Masalah**

Saat ini kondisi lingkungan hidup membutuhkan perhatian dari seluruh masyarakat untuk turut mengupayakan meringankan kerusakan lingkungan. Seperti diketahui bumi sedang dalam krisis di ambang kehancuran, seperti tersisa 15% dari keseluruhan hutan di bumi yang masih asri dan hanya 3% bagian laut di seluruh dunia yang tidak tercampur oleh manusia. Kehilangan berbagai spesies, keanekaragaman hayati sampai ke titik mengkhawatirkan yang disebabkan oleh ulah manusia (Bout, 2021). Pernyataan Bout didukung oleh Effendi, Salsabila, & Malik (2018) kerusakan hutan dan lautan menyebabkan banyaknya penurunan habitat keanekaragaman hayati seperti kepunahan pada hewan dan tumbuhan yang mulai jarang terlihat dan mulai langka serta diharuskan untuk dilindungi dari kepunahan yang menjadi ancaman untuk berbagai makhluk hidup.

Hubungan antara tumbuhan dan hewan menciptakan jaringan kehidupan yang akan membantu memastikan keberlangsungan dan kesejahteraan makhluk hidup termasuk manusia. Ketika makhluk hidup memiliki keseimbangan dan saling terikat maka dapat membersihkan mineral serta udara bersih yang dapat mempertahankan tanah, mengatur iklim, menghentikan penyebaran penyakit, mendaur ulang nutrisi yang terdapat dari elemen biologis dan biotik yang berdampak positif bagi makhluk hidup untuk mendapatkan makanan dengan baik bagi keberlangsungan makhluk hidup. Namun ketika spesies makhluk hidup menghilang maka jaringan kehidupan akan terputus seperti banyaknya perusahaan

besar menggunakan bahan bakar fosil, membakar hutan untuk pembukaan lahan dan membangun komoditas pertanian dan produk sekali pakai, serta menjarah wilayah lautan yang lebih besar yang membahayakan kehidupan makhluk hidup (Bout, 2021).

Indraswari (2019) menyatakan kepedulian masyarakat terhadap lingkungan tecermin pada hasil survei sosial ekonomi nasional 2017, produksi sampah plastik di Indonesia cukup besar, yakni 175.000 ton per hari. Dengan jumlah tersebut, dalam satu tahun, sampah plastik di Indonesia mencapai 63,9 juta ton. Penggunaan transportasi pribadi juga lebih tinggi dibandingkan dengan transportasi umum. Hal ini menunjukkan kepedulian akan emisi gas yang berdampak terhadap lingkungan, penggunaan kendaraan pribadi menyebabkan tingginya konsumsi energi bahan bakar minyak (BBM) dan meningkatnya pencemaran udara dibandingkan dengan tahun 1998, kualitas udara Indonesia pada 2016 menurun. Dalam meningkatkan kesadaran masyarakat Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) melakukan penyeteran sampah anorganik bagi masyarakat dan menyeter ke bank sampah untuk pengelolaan sampah yang lebih modern dan bisa dipakai lebih lama.

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin pesat juga menumbuhkan industri yang berpengaruh negatif bagi lingkungan hidup, seperti adanya perkembangan teknologi hal ini mengakibatkan penurunan lingkungan akibat eksploitasi berlebihan dan berdampak pada kerusakan lingkungan hidup maupun lingkungan sosial. Untuk itu diperlukan tanggung jawab dari semua

bagian masyarakat dalam menjaga lingkungan hidup dan lingkungan sosial yang dapat menciptakan cara pandang yang lebih baik dalam memandang lingkungan sekitar (Effendi, 2018).

*World Wide Fund for Nature* (WWF) adalah lembaga swadaya masyarakat yang pertama kali memberikan gagasan berkampanye untuk lingkungan hidup salah satunya *Earth Hour* yaitu suatu pergerakan masyarakat yang mendunia, pada tahun 2008 sebanyak 371 kota dan di 35 Negara yang ikut berpartisipasi dalam kampanye tersebut. *Earth Hour* menjadi komunitas kampanye dunia yang mengajak individu, komunitas, praktisi bisnis dan pemerintahan di seluruh dunia untuk turut peduli terhadap perubahan iklim yang disebabkan oleh manusia, dengan cara melakukan kegiatan sederhana yang berdampak luar biasa untuk dijadikan gaya hidup dengan mematikan lampu dan peralatan elektronik yang tidak diperlukan selama satu jam, setiap minggu ke-3 bulan Maret yang diadakan setiap tahunnya. Gerakan ini menimbulkan kesadaran diri individu yang akan melakukan perubahan serta menambah wawasan mengenai menjaga lingkungan (Baktiar, 2014).

Pada diri individu yang menjadi *volunteer* (relawan) dapat memiliki perilaku tolong menolong atau dalam istilah psikologi dinamakan perilaku altruisme dengan karakteristik yang dikemukakan Baron dan Bryne (dalam Oktavia, 2020) lima karakteristik altruisme yang terdiri dari empati, mempercayai dunia yang adil, tanggung jawab sosial, *locus of control internal*, dan egosentrisme rendah. Neoloka menyatakan kesadaran lingkungan merupakan keadaan tergugahnya jiwa atau mengetahui sesuatu secara mendalam terkait lingkungan hidup dan dapat

tercermin melalui perilaku dan tindakan setiap individu (Munawar, Heryanti & Miarsyah, 2019).

Kata altruisme sendiri berasal dari bahasa Yunani yaitu *altri* berarti orang lain yang berpendapat individu memiliki tanggung jawab moral dalam melayani orang lain sepenuhnya sehingga perilaku altruisme menjelaskan sebuah perhatian yang tidak mementingkan diri sendiri untuk kebutuhan orang lain Comte (dalam Widiyanti, Safitri & Yuserina, 2019). Mc. Guire & Neisz (dalam Leontopoulou, 2010) altruisme yaitu seseorang lebih menyukai memberi pertolongan, lebih murah hati, mudah bersosialisasi, berinteraksi dengan berbagai karakter orang. Seorang altruisme lebih dapat dikenal dengan teman-teman serta memiliki pikiran yang saling membutuhkan satu dengan yang lain. Altruisme adalah tindakan sukarela yang dilakukan seseorang atau sekelompok orang untuk menolong orang lain tanpa mengharapkan imbalan, kecuali telah memberikan suatu kebaikan (Taylor, Peplau & Sears, 2009).

Perilaku altruisme dalam diri individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor interpersonal dan faktor internal. Faktor interpersonal mencakup jenis kelamin, kesamaan karakteristik, adanya kedekatan hubungan, serta daya tarik penolong dan yang ditolong, sedangkan faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu yang menolong, berasal pada perasaan individu dan religiusitas individu tersebut (Myers, 2010). Menurut Batson (dalam Ni'mah, 2017) perilaku altruisme berkaitan dengan motivasi untuk meningkatkan kesejahteraan orang lain yang tidak mementingkan diri sendiri. Para ahli psikologi menyebutkan kesadaran diri sebagai kesadaran individu akan emosinya sendiri

(Pamungkas, 2019). Kesadaran diri berupa wawasan mengenai alasan dari tingkah laku diri atau pemahaman diri individu yang menjadikan bahan baku penting untuk menunjukkan kejelasan dan pemahaman tentang perilaku (Malikah, 2013).

Soedarsono (dalam Malikah, 2013) menyatakan bahwa *self awareness* adalah perwujudan jati diri pribadi seseorang yang sampai disebut sebagai pribadi yang berjati diri dalam pribadi individu yang bersangkutan tercermin dalam penampilan, rasa, karsa, sistem nilai (*value system*), cara pandang, dan perilaku (*behavior*) yang individu miliki. Kesadaran lingkungan yang tinggi kemungkinan besar akan mendorong seseorang berperilaku positif yang mendukung kelestarian lingkungan hidup (Wihardjo, Hartati & Nurani, 2017). Berdasarkan pengertian tersebut kesadaran berupa kesadaran mental mendalam, yang diawali dari adanya pengetahuan serta pemahaman tentang hakikat lingkungan sebagai sebuah sistem, dan kedudukan manusia sebagai pengelola yang bertanggung jawab (Yuniarto, 2013). Kekhawatiran manusia atas permasalahan lingkungan hidup, pada saat ini dapat dilihat dari munculnya berbagai gerakan Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) yang berbasis lingkungan hidup.

Dari hasil wawancara awal bersama satu orang subjek anggota *Earth Hour* Aceh mendapatkan hasil pada subjek pertama berinisial BD, di rumah subjek, Lambaro Skep, pada tanggal 06 Juli 2021 dengan hasil wawancara sebagai berikut:

*“Awalnya punya kesadaran diri itu bermula dengan banyak sampah plastik di pengurangan rumah, karena memang dulu rumah di area tempat pembuangan sampah di kampung Jawa kan. Nah dari situ timbul kesadaran diri kayak makin banyak aja sampah plastiknya mau gak mau aku sama keluarga aku optimis untuk gak pakai plastik lagi, tapi itu*

*cuman diawal aja mamak bapak aku pakek, kalo aku sampai sekarang pindah rumah pun masih optimis gak pakai plastik. Sekarang pun kalo jajan pakai paper bag sama sling bag kain tu. udah banyak pun yang jual-jual sling bag gitu di tempat penjualan online, untung-untung kalo pakai itu biar disangka orang penting juga untuk gak pakai kantong plastik. Biar orang pun ikut ngurangin pemakaian kantong plastik juga dengan lihat kita peduli sama lingkungan ya ini kan untuk manusia juga, sama kelestarian alam, satwa-satwa, tumbuhan. Kalau sikap tolong menolong itu, aku ikut karena ada dibuka pendaftaran jadi aku ikut komunitas ni. Makin sadar sih banyak juga yang peduli dengan lingkungan rasa saling tolong menolongnya tu ada aja gitu dari diri aku padahal ini komunitas di luar kan tapi patut aja diikuti gitu apalagi menyangkut lingkungan Mungkin karna aku peduli sama prinsip aku kan membantu sesama manusia sama lingkungan, tapi emng iya sih aku lebih mementingkan donasi berkedok sosial sama lingkungan sih, sampai-sampai kadang gak memikirin diri sendiri, karena aku juga khawatir dengan kondisi kedepannya kan, kalau gak ada rasa simpati sama saling tolong menolong satu sama lain pasti lingkungan habis terus juga berpengaruh dengan iklim sama udara bahkan bisa kena ke penyakit yang mematikan kalo lingkungan hidup udah gak ada. Makanya aku lebih menyelamatkan orang lain atau apapun itu dibandingkan di aku nya”*

Dalam hasil wawancara yang telah dipaparkan di atas bahwasannya subjek BD memiliki kesadaran diri yang timbul ketika ada banyaknya sampah plastik yang selalu ada di sekitar lingkungan subjek. Subjek juga berpendapat bahwa orang-orang di sekitar subjek dapat berpendapat bahwa perlunya mengurangi pemakaian kantong plastik. BD juga mengatakan bahwa lebih mementingkan berdonasi untuk sosial dan lingkungan dibandingkan kondisi pada dirinya. Hasil wawancara ini sesuai dengan pernyataan Suparno (2017) individu yang memiliki kesadaran diri yang baik akan mendapatkan pemahaman diri yang baik sebab individu tersebut menyadari bagaimana konsekuensi yang akan dihadapi individu tersebut dalam melakukan suatu tindakan. BD juga lebih menyukai memberi pertolongan sosial lingkungan dan dapat berinteraksi dengan baik dengan

kelompok, pernyataan ini sesuai dengan yang dimaksud oleh Leontopoulou (2010) yang menyatakan bahwa lebih menyukai berinteraksi dengan lebih banyak karakter orang yang ada disekitar.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, maka peneliti mengidentifikasi permasalahan dalam penelitian ini ialah apakah adanya pengaruh *self awareness* terhadap altruisme pada *volunteer earth hour* dalam menjaga lingkungan hidup di Banda Aceh.

### **C. Keaslian Penelitian**

Penelitian ini hampir serupa dengan penelitian yang dilakukan Widayanti, Safitri dan Yuserina (2019) yang mengarah pada hubungan antara kesadaran diri dengan perilaku altruisme pada relawan guru sekumpul. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis tertarik untuk mengangkat judul “Pengaruh *self awareness* terhadap altruisme pada *volunteer earth hour* dalam menjaga lingkungan hidup di Banda Aceh”

Berdasarkan hasil penelusuran kepustakaan ditemukan bahwa beberapa penelitian yang berkaitan dengan penelitian ini juga mengkaji mengenai permasalahan yang terkait *self awareness* terhadap Altruisme. Namun demikian sejauh ini penelitian – penelitian tersebut memiliki objek penelitian, variabel dan permasalahan yang berbeda dengan penelitian ini.

Berbeda halnya dengan variabel yang diteliti pada penelitian lain. Adapun penelitian yang dimaksud adalah sebagai berikut :

- a. Risky Aulia, Dwi Nur Rachmah, dan Firdha Yuserina (2019), dengan judul “*Hubungan Antara Iklim Sekolah Dengan Kesadaran Diri Peserta Didik Kelas IX di MTSN 2 Banjar*” penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara iklim sekolah dengan kesadaran diri peserta didik kelas IX di MTsN 2 Banjar. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 134 peserta didik kelas IX di sekolah MTsN 2 Banjar. Metode analisis data menggunakan korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala iklim sekolah dan skala kesadaran diri. Hasil penelitian menunjukkan korelasi 0,603 ( $p < 0,05$ ) artinya ada hubungan signifikan yang kuat dan positif antara iklim sekolah dengan kesadaran diri peserta didik kelas IX di MTsN 2 Banjar, artinya semakin tinggi iklim sekolah maka akan semakin tinggi kesadaran diri, sebaliknya jika semakin rendah iklim sekolah maka akan semakin rendah kesadaran diri. Dari hasil penelitian juga diketahui sumbangan efektif iklim sekolah dengan kesadaran diri adalah sebesar 36,4% sedangkan 63,6% lainnya adalah dari faktor-faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.
- b. Wiwin Widayanti, Jehan Safitri dan Firdha Yuserina (2019) dengan judul “*Hubungan Antara Kesadaran Diri dengan Perilaku Altruisme Pada Relawan Guru Sekumpul*” Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui

apakah ada hubungan antara kesadaran diri dengan perilaku altruisme pada relawan haul atau peringatan meninggalnya keluarga terdekat guru sekumpul. Penelitian ini menggunakan *proportional purposive sampling*. Metode analisis data menggunakan korelasi *product moment*. Instrument yang digunakan adalah skala kesadaran diri dan perilaku altruisme. Hasil korelasi *product moment* menunjukkan adanya hubungan positif antara kesadaran diri dengan perilaku altruism pada relawan haul guru sekumpul. Adapun hubungan efektif kesadaran diri dengan perilaku altruisme adalah sebesar 26,7%, sedangkan 73,3% sisanya adalah dari variabel-variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

- c. Cahaya Kamilah dan Neka Erlyani (2017) dengan judul “*Gambaran Altruisme Anggota Komunitas 1000 Guru Kalimantan Selatan*” Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana gambaran altruisme pada diri subjek yang merupakan anggota komunitas 1000 guru Kalimantan Selatan. Jenis penelitian yang peneliti gunakan ialah penelitian kualitatif dengan metode penelitian yaitu wawancara semi terstruktur dengan wawancara mendalam dan observasi tak berstruktur. Hasil yang diperoleh yaitu adanya gambaran altruisme pada diri subjek memenuhi kelima aspek yaitu terdapatnya aspek empati, tanggung jawab sosial, meyakini keadilan dunia, kontrol diri internal dan ego yang rendah pada diri subjek yang dipengaruhi oleh lima faktor yang tergambar pada diri subjek, yaitu faktor suasana hati, empati, meyakini keadilan dunia, faktor sosiobiologis, dan faktor situasional.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang telah diuraikan di atas, perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu terletak pada lokasi dan subjek penelitian, jumlah posisi variabel penelitian atau teknik pengumpulan dan analisis data yang digunakan. Penelitian yang digunakan ialah Pengaruh *Self Awareness* Terhadap Altruisme Pada *Volunteer Earth Hour* Aceh Dalam Menjaga Lingkungan Hidup di Banda Aceh dengan menggunakan analisis data yaitu analisis regresi sederhana.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui pengaruh *self awareness* terhadap altruisme pada *volunteer earth hour* dalam menjaga lingkungan hidup di Banda Aceh.

#### **E. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi peneliti sebagai ilmu pengetahuan tambahan dalam memperluas wawasan tentang *Self Awareness* dalam aspek-aspek yang dapat mempengaruhi *Self Awareness* terhadap altruisme bagi relawan lingkungan hidup.
- b. Sebagai bahan masukan bagi penulis lain untuk menggali informasi lanjutan tentang pengaruh *self awareness* terhadap altruisme.

##### 2. Manfaat Praktis, hasil penelitian dapat dijadikan informasi bahan pembelajaran *volunteer* lingkungan hidup dan penelitian ini dapat menjadi pembaruan informasi untuk penelitian di masa depan dan penambahan

referensi bagi masyarakat yang ingin mengikuti kegiatan menjadi *volunteer*.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. *Self Awareness***

##### **1. Pengertian *Self Awareness***

*Self awareness* adalah suatu bentuk kesadaran sosial, artinya kesadaran individu yang berhubungan dengan golongan atau kelompok. Selain itu menurut Goleman (dalam Nafisa, 2010) juga mengemukakan bahwa *self awareness* yang baik akan meningkatkan kesadaran individu yang dapat mengembangkan kemampuan untuk sadar akan diri sendiri, serta kemampuan untuk mengendalikan dorongan hati dan kemampuan untuk bersikap optimis. Sedangkan menurut Mendatu (dalam Mudana, Dharsana & Suranata, 2014) *self awareness* adalah keadaan dimana seseorang bisa memahami diri sendiri, individu yang memiliki *self awareness* dapat memahami emosi dan perasaan yang sedang dirasakan, bersikap kritis terhadap informasi mengenai diri dan sadar tentang diri individu.

Soedarsono (dalam Malikhah, 2013) *self awareness* sebuah perwujudan jati diri pribadi seseorang yang disebut sebagai pribadi yang berjati diri dalam pribadi individu yang bersangkutan pada penampilan, rasa, karsa, sistem nilai (*value system*), cara pandang, dan perilaku (*behavior*) yang individu miliki. Sedangkan Goleman (dalam Sastrawinata, 2011) *self awareness* dapat mengetahui apa yang dirasakan pada individu dalam pengambilan keputusan pada diri. *Self awareness* juga melibatkan intelektual dan mendorong pada individu untuk melakukan tanggung jawab dengan adanya ilmu pengetahuan dalam mengatasi permasalahan lingkungan sekitar individu. *Self awareness* mampu membedakan dirinya dari

dunia, serta menjadikan orang lain mampu menempatkan diri dari suatu waktu dan keadaan (Maharani & Mustika, 2016). *Self awareness* adalah kesadaran individu yang telah memiliki segala sesuatu yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan, kebahagiaan, atau menjadikan pemenang pada diri individu (Suharli, 2013).

Berdasarkan pemaparan para ahli diatas *self awareness* dapat dikatakan bahwa suatu bentuk kesadaran individu yang akan dinilai oleh orang lain sebagai individu yang mempunya intelektual, persepsi, emosi, serta dorongan sosial dalam memahami penyebab terjadinya fenomena yang sedang terjadi dan berdampak baik bagi semua individu.

## **2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self Awareness***

Menurut Soedarsono (dalam Malikhah, 2013) ada beberapa faktor yang mempengaruhi *self awareness* yaitu :

1. Sistem Nilai (*Value System*), manusia fokus pada faktor normatif yang artinya sebuah pembentukan kesadaran diri lebih mengarah kepada unsur kejiwaan.
2. Cara pandang (*Attitude*), salah satu unsur pembentukan kesadaran diri didalamnya terdapat dua komponen berupa kebersamaan dan kecerdasan.
3. Perilaku (*Behavior*), perilaku mempengaruhi individu dalam bersikap dengan orang lain seperti, keramahan yang tulus dan ulet dalam membentuk kesadaran diri dengan sikap pantang menyerah dalam berusaha.

Menurut Sunny (dalam Sastrawinata, 2011) adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self awareness* ialah :

1. Penilaian diri, kemampuan individu dalam mengetahui kekuatan, kelemahan, dorongan, nilai, dan dampak pada orang lain.
2. Keputusan diri, suatu pendekatan yang terkait pada masalah, pengumpulan fakta, penentuan yang matang, dan pengambilan tindakan yang tepat.
3. Interaksi sosial, proses dimana individu berkomunikasi dengan saling mempengaruhi, pikiran dan tindakan dengan orang lain.

Goleman (dalam Anisah, apuanor & Sudarmono, 2018) faktor-faktor yang mempengaruhi kesadaran diri ada dua yaitu:

1. Faktor internal, faktor berasal dari dalam diri individu yang dipengaruhi oleh keadaan emosional pada diri individu.
2. Faktor eksternal, faktor yang datang dari luar diri individu dan mempengaruhi sikap pengaruh dari luar yang bersifat individu seperti respon terhadap lingkungan sosial dalam berhubungan dengan orang lain.

### **3. Aspek-aspek yang Mempengaruhi *Self Awareness***

Menurut Goleman (1996), terdapat tiga aspek yang mempengaruhi *self awareness* yaitu:

1. Kemampuan dalam mengenali emosi diri.

Kecakapan ini individu akan mengetahui makna dari pengaruh emosi yang individu rasakan dan mengapa emosi tersebut terjadi, menyadari adanya keterkaitan emosi yang dirasakan dengan apa yang dipikirkan individu,

mengetahui pengaruh emosi individu terhadap kinerja, serta mempunyai sebuah kesadaran yang menjadikan pedoman untuk nilai dan tujuan individu.

2. Kemampuan pengakuan pada diri

Individu dengan ini menyadari kelebihan dan kelemahan pada dirinya yang dapat mengintrospeksi diri, belajar dari sebuah pengalaman, dapat menerima saran atau perspektif baru, ingin terus belajar serta mengembangkan diri.

3. Kemampuan mempercayai diri sendiri.

Individu dengan berani untuk menyuarakan sebuah pendapat pada diri sebagai cara untuk mengungkapkan keberadaan dirinya, berani menyampaikan sudut pandangan yang berbeda dan bersedia berkorban untuk kebenaran, tegas serta mampu membuat keputusan yang tepat walau dalam keadaan yang tidak pasti.

Fisher (dalam Fatimah, 2019) mengemukakan *self awareness* memiliki beberapa aspek yang mengacu identitas spesifik dari individu, aspek-aspek tersebut adalah :

1. Konsep diri (*self-consept*), sebuah gambaran yang dimiliki seseorang terhadap dirinya.
2. Proses menghargai diri sendiri (*self-esteem*), dasar untuk membangun hubungan antar manusia yang bersifat positif, proses belajar, kreativitas serta adanya rasa tanggung jawab individu.

3. Identitas diri individu yang berbeda (*multiple selves*), identitas berbeda ketika individu melakukan berbagai aktivitas, kepentingan, dan hubungan sosial.

## **B. Altruisme**

### **1. Pengertian Altruisme**

Sears (dalam Hidayat, 2017) altruisme adalah tindakan suka rela yang dilakukan oleh individu atau kelompok untuk menolong orang lain tanpa mengharapkan imbalan apapun, kecuali perasaan telah melakukan perbuatan baik. Sedangkan altruisme menurut King (2017) suatu perilaku menolong yang dilakukan tanpa adanya tujuan timbal balik yang menjadikan salah satu aspek yang sering muncul untuk keinginan menolong untuk orang lain. Altruisme motif untuk meningkatkan kesejahteraan orang lain tanpa memikirkan kondisi pada diri sendiri. Altruisme juga kebalikan dari egoisme dimana individu yang altruisme tinggi akan peduli membantu orang lain meski tidak ada keuntungan yang diharapkan imbalan, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi altruisme salah satunya empati (Myers, 2010).

Perilaku altruisme kebalikan dari perilaku egoistik, yaitu perilaku membantu orang lain tanpa mengharap keuntungan yang dapat ditawarkan atau tidak mendapatkan keuntungan dan harapan untuk didapatkan kembali (Myers, 2012). Altruisme dapat membangun hubungan antara sesama individu, mengurangi stress dan dapat membawa manfaat dalam kehidupan. Seseorang yang memiliki perilaku altruisme senang menolong orang lain dan memberikan sesuatu yang berguna

ketika orang lain dalam kesusahan hal tersebut menimbulkan perasaan positif dalam diri penolong (Laila & Asmarany, 2015).

Perilaku altruisme juga dapat meningkatkan dukungan dan hubungan sosial dalam masyarakat, menambah rasa syukur dan mendapatkan perspektif yang positif dari masyarakat, dengan altruisme dapat membangun hubungan masyarakat akan menjadi lebih baik Elizabeth (dalam Ni'mah, 2017). Sedangkan Aronson, Wilson, & Alkert (dalam Taufik, 2012) altruisme diartikan sebagai pertolongan yang diberikan secara murni, tulus, tanpa mengharapkan balasan dari orang lain dan tidak memberikan manfaat apapun bagi diri individu itu sendiri. Saworno (dalam Febriansyah & Frieda, 2018) menyatakan bahwa motivasi menolong sangat kuat pada individu yang bersedia terlibat dalam aktivitas menolong yang tidak berbahaya, bahkan tidak mengancam pada diri individu yang menolong.

## **2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Altruisme**

Menurut Myers (2012) ada beberapa faktor yang mempengaruhi altruisme yaitu:

### **a. Faktor internal**

- 1) Imbalan (*reward*) yang memotivasi untuk menolong yang bersifat internal ataupun eksternal. Biasanya individu lebih tertarik membantu orang yang menarik bagi dirinya.
- 2) Empati, kepedulian yang muncul ketika seseorang menyadari bahwa orang lain membutuhkan bantuan.

b. Faktor situasional

- 1) Jumlah pengamat, mengetahui apa yang sedang terjadi maka memiliki kecenderungan lebih kecil untuk menginterpretasikan informasi tentang apa yang sedang terjadi dalam suatu masalah atau kondisi darurat, dan memiliki kecenderungan lebih kecil untuk berasumsi bahwa individu bertanggung jawab untuk mengambil suatu tindakan.
- 2) Membantu ketika orang lain juga membantu (ada model), kondisi yang mempengaruhi individu cenderung akan memberikan bantuan ketika baru saja melihat ada orang lain atau informasi yang butuh diberikan bantuan.
- 3) Tekanan waktu, kondisi yang dapat meningkatkan perilaku menolong yang memiliki cukup waktu luang.
- 4) Adanya kesamaan, menyukai membantu individu untuk membantu seseorang dengan perilaku yang sama dengan dirinya.

c. Faktor personal

- 1) Sifat kepribadian, perbedaan individu dalam memberikan perilaku menolong dan terlihat bahwa perbedaan tersebut dapat bertahan sepanjang waktu dan dikenali oleh rekan dari individu tersebut.
- 2) Jenis kelamin, ketika menghadapi situasi yang berpotensi menimbulkan bahaya ketika seseorang membutuhkan bantuan, pria cenderung lebih sering memberikan bantuan dibandingkan wanita pada situasi ini.

- 3) Religiulitas, ajaran agama mendorong tindakan perilaku altruisme oleh karena itu semakin kuat keyakinan agama dengan ajaran agama yang dianut.

Menurut Wortman (dalam Arifin, 2015) faktor yang mempengaruhi perilaku altruisme ialah :

1. Suasana hati, adanya perasaan untuk memberikan pertolongan lebih banyak.
2. Meyakini keadilan dunia, berkeyakinan bahwa dalam kurun waktu jangka panjang yang salah akan dihukum yang baik akan mendapat keuntungan.
3. Empati, kemampuan seseorang merasakan perasaan atau pengalaman orang lain.
4. situasional, kondisi dan situasi yang muncul saat seseorang membutuhkan pertolongan.

### **3. Aspek-aspek yang Mempengaruhi Altruisme**

Myers (2012) menjelaskan bahwa altruisme memiliki 3 aspek yang mempengaruhi altruisme, antara lain:

- 1) Memberikan perhatian pada orang lain, adanya rasa kasih sayang, pengabdian dan kesetiaan yang diberikan tanpa ada suatu keinginan untuk memperoleh imbalan untuk diri individu.

- 2) Membantu orang lain, individu memberikan bantuan kepada orang lain dan disadari dengan keinginan yang tulus tanpa ada yang meminta atau mempengaruhi untuk menolong orang lain.
- 3) Meletakkan kepentingan orang lain atas kepentingan pribadi, individu lebih memilih mementingkan kepentingan orang lain dibandingkan kepentingan pada diri sendiri.

Menurut Einsbreg dan Mussen (dalam Rahmadhayanti, 2020) aspek-aspek yang dapat mempengaruhi altruisme adalah sebagai berikut :

- 1) Kerja sama, Melakukan kegiatan secara bersama-sama dengan dapat bersosialisasi dengan sesama dapat mempercepat menyelesaikan pekerjaan.
- 2) Menolong, individu memiliki sikap senang membantu orang lain ketika orang lain membutuhkan pertolongan karena tindakan menimbulkan perasaan positif.
- 3) Kejujuran, sikap yang tulus yang mengutamakan nilai kejujuran dalam diri.
- 4) Kedermawanan, individu yang memiliki sikap suka beramal dan murah hati kepada orang lain.

### **C. *Volunteer***

#### **1. Pengertian *Volunteer***

Menurut Schoender (dalam Rizkawati, Wibhawa & Raharjo, 2017) *volunteer* atau sering disebut sebagai relawan merupakan individu yang suka rela

memberikan tenaga, jasa, kempuan, dan waktu tanpa mengharapkan keuntungan materi dari organisasi atau komunitas pelayanan dalam mengikuti suatu kegiatan tertentu secara formal. *Volunteer* atau aktifis memiliki sikap kritis, bisa menjadikan inspirasi untuk membangun gerakan kepedulian melalui sikap dan perbuatan (Gusmadi, 2018).

Wilson (dalam Rizkiawati, Wibhawa, Santoso, & Raharjo 2017) juga mengemukakan relawan merupakan aktivitas yang memberikan waktu secara percuma dalam memberikan bantuan kepada orang lain, kelompok atau organisasi. Masyarakat bisa berpartisipasi dalam pelatihan penguatan organisasi-organisasi tentang kerelawanan (Gusmadi, 2018). Tindakan prososial menjadi salah satu bagian penting bagi perilaku untuk membantu aktivitas sebagai seorang relawan di berbagai budaya (Aydinli, Bender & Chasiotis, 2013).

Menurut Galuh (dalam Lumbanraja, 2016) relawan dapat dapat dikategorikan menjadi dua katagori yaitu :

1. Relawan jangka panjang, relawan yang mempunyai kepedulian serta komitmen terhadap isu, visi pada kelompok tertentu yang bersedia mendesikasikan diri untuk memperjuangkan isu yang dipergunakan dalam jangka waktu tidak tertentu.
2. Relawan jangka pendek, relawan yang bergabung dengan suatu lembaga atau komunitas dalam jangka waktu singkat.

## **D. Lingkungan Hidup**

### **1. Pengertian Lingkungan Hidup**

Lingkungan merupakan segala sesuatu yang berada diluar diri manusia yang berhubungan dengan kehidupan manusia Muhammad (dalam Hidayat, 2015). dijelaskan bahwa lingkungan merupakan suatu bentuk yang berhubungan langsung dengan kehidupan manusia untuk menjalankan hidup. Lingkungan hidup merupakan kesatuan ruang dengan semua benda, keadaan dan makhluk hidup, termasuk manusia didalamnya serta perilaku yang dapat mempengaruhi keberlangsungan kehidupan dan kesejahteraan makhluk hidup Manik (2018). Menurut (Rizana & Pratama, 2020) lingkungan hidup sebagai upaya pemeliharaan serta keberlangsungan dukungan dan tampungan lingkungan, untuk menjaga agar lingkungan tidak tercemar oleh zat, energi, yang berbahaya bagi makhluk hidup.

Saputro (dalam Fadli, Muklish & Mustofa, 2016) menyatakan bahwa lingkungan hidup merupakan semua benda dan kondisi termasuk manusia dan perbuatannya yang terdapat dalam ruang tempat manusia berada dan mempengaruhi serta berkaitan dengan kesejahteraan manusia dan jasad hidup lainnya. Lingkungan hidup merupakan sebuah dukungan terhadap kehidupan dan kesejahteraan di masa akan datang, yang bermanfaat bagi manusia, dan makhluk hidup lain, seperti hewan dan tumbuhan (Ilyas, 2008). Lingkungan merupakan integritas kehidupan manusia, sehingga lingkungan dipandang sebagai salah satu bagian dari ekosistem yang memiliki nilai untuk dihormati, dihargai, dan tidak dihancurkan serta lingkungan memiliki nilai terhadap lingkungan yang ada disekitar (Harahap, 2015).

## **2. Jenis-jenis Lingkungan Hidup**

Adapun jenis-jenis lingkungan hidup menurut (Effendi, Salsabila & Malik, 2018) yaitu:

1. Lingkungan hidup alami, lingkungan dengan komponen baik fisik dan biologi yang bersifat dinamis yang memiliki keanekaragaman organisme yang tinggi.
2. Lingkungan hidup Buatan, mencakup buatan dari manusia yang dibantu dengan bantuan teknologi sederhana atau modern dan dijalankan sesuai dengan kebutuhan manusia.
3. Lingkungan hidup sosial, terbentuk dengan adanya interaksi sosial didalam masyarakat yang membentuk hidup suatu pembinaan yang memberikan manusia sebagai makhluk yang bersosial.

## **3. Indikator Lingkungan Hidup**

Menurut Situs Lingkungan Hidup (dalam purwanti, 2017), pengelolaan lingkungan hidup alami dirumuskan enam indikator yaitu :

1. Ruang terbuka hijau, untuk meningkatkan lahan dan pembangunan yang meningkatkan tekanan sumber daya lahan seperti pengalihan fungsi lahan menjadi pemukiman dan industri.
2. Hutan, sumber daya alam yang terbarukan yang penting untuk kehidupan manusia.
3. Air permukaan, kerentanan air terhadap pencemaran yang berasal dari limbah masyarakat yang masih membuang sampah dan limbah rumah tangga ke sungai.

4. Air tanah, pemukiman dan jumlah penduduk membuat air tanah semakin menurun.
5. Udara, pencemaran udara dapat ditimbulkan oleh sumber alami seperti cuaca panas dan menyebabkan kebakaran maupun folusi kendaraan, atau aktifitas industri.
6. Pesisir, kawasan pantai yang harus dilindungi untuk batasan kebudidayaian hewan laut.

#### **E. Pengaruh *Self Awareness* Terhadap Altruisme dalam Menjaga Lingkungan Hidup**

*Self awareness* dibutuhkan individu dalam upaya mengembangkan kesadaran akan diri untuk mengendalikan suatu keinginan yang diinginkan oleh diri individu. *Self awareness* berupa pengetahuan diri pada individu mengenai tingkah laku yang menjadikan kebutuhan pada diri serta pemahaman perilaku individu. *Self awareness* dapat meningkatkan kesadaran individu untuk mengembangkan kemampuan sadar akan diri yang melibatkan pengetahuan dalam mengatasi permasalahan lingkungan yang ada disekitar individu. Menurut Soedarsono (dalam Malikah, 2013) *Self awareness* sebagai perwujudan jati diri pada pribadi individu, dalam hal ini individu dapat bersangkutan pada penampilan, rasa, karsa, sistem nilai, cara pandang, dan perilaku yang individu miliki. Goleman (dalam Sastrawinata, 2011) menyatakan bahwa, *self awareness* juga dapat mengetahui apa yang dirasakan pada individu dalam pengambilan sebuah keputusan pada diri.

Secara umum, altruisme adalah tindakan suka rela yang dilakukan individu atau kelompok tanpa mementingkan keuntungan untuk diri individu. Altruisme

dapat menjadi dorongan pada individu untuk meningkatkan kesejahteraan orang lain dibandingkan diri individu. Sears (dalam Hidayat, 2017) altruisme sebagai tindakan suka rela yang dilakukan oleh individu ataupun kelompok untuk menolong orang lain tanpa mengharapkan imbalan apapun, kecuali perasaan telah melakukan perbuatan baik. *Volunteer* menjadi salah satu bentuk keterlibatan masyarakat yang dapat memberikan manfaat fisik dan kesehatan pada mental yang berdampak positif bagi masyarakat (Agustiawan, Lisdiyati & Purba, 2021). Keterlibatan *volunteer* pada lingkungan hidup sangat mempengaruhi perubahan iklim di masa yang akan datang dalam menjaga lingkungan hidup perlunya keterlibatan masyarakat untuk mengupayakan agar tidak terjadi berbagai jenis kerusakan alam baik dilakukan oleh manusia atau bencana alam yang akan tiba-tiba datang. Peduli akan lingkungan hidup bagian dari pencegah kerusakan lingkungan yang ada di sekitar dengan mengembangkan upaya untuk memperbaiki kerusakan yang terjadi sehingga lingkungan dapat dijaga secara terus menerus tanpa merusak keadaan, menjaga dan melestarikan sehingga bermanfaat bagi makhluk hidup (Purwanti, 2017).

#### **F. Hipotesis**

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh *self awareness* terhadap altruisme pada *volunteer earth hour* aceh dalam menjaga lingkungan hidup di Banda Aceh.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Variabel Penelitian**

Variabel penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y), yaitu :

1. Variabel bebas (X) = *Self awareness*
2. Variabel terikat (Y) = Altruisme

#### **B. Definisi Oprasional Variabel**

##### **1. *Self Awareness***

Goleman (dalam Sastrawinata, 2011) *Self awareness* adalah mengetahui apa yang dirasakan pada individu untuk pengambilan keputusan individu sendiri. Dengan aspek-aspek yang diukur yaitu menurut Goleman (dalam Malikha, 2013) Terdapat tiga aspek dalam kesadaran diri yaitu, mengenali emosi diri, pengakuan diri, dan kepercayaan diri.

##### **2. Altruisme**

Perilaku altruisme Myers (2012) merupakan kebalikan dari perilaku egoistik, yaitu perilaku membantu orang lain tanpa mengharapkan keuntungan yang ditawarkan dan harapan untuk didapatkan kembali. Terdapat tiga aspek dalam altruisme Myers (2012) yaitu, memberikan perhatian pada orang lain, membantu orang lain, dan mementingkan kepentingan orang lain dibandingkan kepentingan diri sendiri.

## **C. Populasi dan Sampel**

### **1. Pengerian Populasi**

Menurut Sugiyono (2013) populasi merupakan bagian wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang sudah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan dapat menarik kesimpulan variabel yang diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah *volunteer earth hour* yang berjumlah 50 orang.

### **2. Pengertian Sampel**

Sampel merupakan setengah bagian dari populasi yang mewakili karakteristik populasi, akan tetapi jika kurang dari 100 populasi maka penelitiannya mengambil semua dari populasi (Sugiyono, 2013). Penelitian ini mengambil populasi sebanyak 50 orang responden. Pada penelitian ini yang menjadi sampel adalah berupa data kuesioner yang telah diisi oleh para responden dari seluruh sampel yang telah ditetapkan. Penelitian ini juga ditunjukkan kepada relawan *Earth Hour* Aceh yang dianggap paling memahami pengaruh *self awareness* terhadap altruisme pada *volunteer* dalam menjaga lingkungan hidup di Banda Aceh.

Dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling yang digunakan ialah *probability sampling* dengan teknik yang diambil yaitu *simple nonrandom sampling* atau sampel jenuh, dimana teknik pengambilan sampel yang terbatas memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap anggota populasi untuk menjadi sampel.

#### **D. Metode Pengumpulan Data**

Menurut Sugiyono (2013) metode penelitian data merupakan cara untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan penelitian tertentu. Dalam melakukan penelitian ini perlu adanya metode sebagai langkah-langkah yang harus ditempuh oleh peneliti untuk memecahkan permasalahan dan mencapai tujuan dalam mengungkapkan aspek-aspek atau indikator yang sedang diteliti. Penelitian ini melihat pengaruh *self awareness* terhadap altruisme pada *volunteer earth hour* dalam menjaga lingkungan hidup di Banda Aceh.

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan jenis kuantitatif yaitu menggunakan metode skala. Subjek diminta untuk merespon sejumlah pernyataan tertulis yang sesuai dengan diri subjek berdasarkan pilihan jawaban yang telah tersedia. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Likert* yang terdiri empat jawaban dalam bentuk pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. *Favorable* adalah pernyataan yang mendukung variabel *self awareness* dan altruisme, sedangkan *Unfavorable* adalah pernyataan yang tidak mendukung variabel *self awareness* dan altruisme. Bobot untuk nilai *favorable* adalah Sangat Sesuai (SS) = 4, Sesuai (S) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1. Sedangkan untuk bobot nilai *unfavorable* adalah (SS) = 1, Sesuai (S) = 2, Tidak Sesuai (TS) = 3, Sangat Tidak Sesuai (STS) = 4. Pernyataan *favorable* dan *unfavorable* dapat dilihat pada table di bawah ini:

**Tabel 1. Bobot Penilaian Pernyataan *Favorable* dan *Unfavorable***

No	Alternatif Jawaban	Pernyataan	
		<i>favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	Sangat Setuju (SS)	4	1
2	Setuju (S)	3	2
3	Tidak Setuju (TS)	2	3
4	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

### 1. Skala *Self Awareness*

*Self awareness* akan diukur menggunakan aspek-aspek menurut Goleman (dalam Malikha, 2013), yaitu: Kemampuan mengenali emosi diri, kemampuan pengakuan diri dan kemampuan kepercayaan diri sendiri. Skala kesadaran diri terdiri dari 56 item yang masing-masing memiliki pilihan jawaban Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

**Tabel 2. *Blue Print* Skala *Self Awareness***

No	Aspek <i>Self Awareness</i>	Nomor Item		Jumlah Item
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Kemampuan mengenali emosi diri	1,15,29,41,3,17,3 1,43	2,16,30,42,4,28,32, 44	16
2	Kemampuan pengakuan diri	5,19,33,45,7,21,3 5,47	6,20,34,46,8,22,36, 48	16
3	Kemampuan kepercayaan diri sendiri	9,23,37,49,11,25, 53,55,13,27,39,51	10,24,38,50,12,26,5 4,56,14,28,40,52	24
Jumlah		28	28	56

### 1. Skala Altruisme

Altruisme akan diukur menggunakan aspek-aspek menurut Myers (2012), yaitu: Memberikan perhatian pada orang lain, membantu orang lain, dan

meletakkan kepentingan orang lain atas kepentingan diri sendiri. Skala kesadaran diri terdiri dari 44 aitem yang masing-masing memiliki pilihan jawaban Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

**Tabel 3. Blue Print Skala Altruisme**

No	Aspek Altruisme	Nomor Item		Jumlah Item
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Memberikan perhatian kepada orang lain	1,13,25,3,15,27,5,17,29	2,14,26,4,16,28,6,18,30	18
2	Membantu orang lain	7,19,31,9,21,33	8,20,32,10,22,34	12
3	Meletakkan kepentingan orang lain diatas kepentingan pribadi	11,23,35	12,24,35	6
Jumlah		18	18	36

## **E. Pengujian Validitas dan Reliabilitas**

### **1. Uji Validitas**

Menurut Azwar (2010) validitas mempunyai arti ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur untuk melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrumen yang di ukur dapat mempunyai validitas yang tinggi jika alat tes tersebut melakukan fungsi pada ukurannya dapat memberikan hasil ukur yang sesuai dengan pengukuran tersebut.

Validitas yang digunakan pada penelitian ini adalah validitas konten atau validitas isi. Setelah melakukan uji validitas konten instrumen pertanyaan atau pernyataan akan direvisi sesuai saran dan masukan dari *expert judgement* yang diberikan oleh dosen pembimbing yang lebih memahami tentang penyusunan

skala psikologi. Fraenkel, Wallen, & Hyun (dalam Yusup, 2018) Jika suatu instrumen telah valid tanpa ada perbaikan maka instrument dapat diterima, jika setelah revisi ahli masih meminta adanya perbaikan maka revisi masih perlu dilakukan hingga dosen atau ahli benar-benar menerima instrument pertanyaan atau pernyataan tanpa perbaikan.

## **2. Uji Reliabilitas**

Alat ukur atau pertanyaan dalam angket dikategorikan reliable (andal), alat ukur yang digunakan dapat mengukur secara konsisten dan dapat dipercaya meskipun pertanyaan atau pernyataan diajukan dalam waktu yang berbeda (Kaplan & Saccuzo, 2017) ketika dalam hasil pengukuran terjadi kesalahan maka pengukuran tersebut tidak dapat dipercaya atau tidak akurat. Azwar (dalam Sugiyono, 2016) menyatakan reliabilitas menjadi konsistensi jika pengamatan yang diperoleh dari suatu pencatatan berulang atau sejumlah subjek selama aspek diukur belum berubah. Adapun uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan formula *Alpha Cronbach ( $\alpha$ )* dengan perhitungan menggunakan program *SPSS (Statistic Program for Social Science)* versi *23.00 for windows*.

Dengan rentang koefisien realibilitas berkisar antara 0 sampai dengan 1.00 jika semakin tinggi koefisien pada reliabilitas mendekati 1.00 maka semakin tinggi reliabilitas, dan sebaliknya jika koefisien semakin menurun mendekati 0 maka semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2010).

## **F. Analisis Data**

Penelitian ini merupakan penelitian regresi linier sederhana, yaitu bagaimana melihat pengaruh *self awareness* terhadap altruisme pada *volunteer Earth Hour*

dalam menjaga lingkungan hidup di Banda Aceh. Data ini diperoleh serta dan akan diuji dengan uji normalitas dan uji linieritas untuk melihat hipotesis pada penelitian ini. Maka data yang diperoleh akan diuji terlebih dahulu dengan menggunakan uji asumsi yaitu uji regresi, uji normalitas dan uji linieritas. Menggunakan bantuan komputer sebagai keakuratan pada pengolahan data yaitu dengan menggunakan program SPSS versi 23.0 *for windows*, untuk menganalisis variabel *self awareness* dan altruisme.

### **1. Uji Normalitas**

Menurut Sugiyono (2016) penggunaan data statistik pada setiap variabel yang akan dianalisis harus normal. Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, terlebih dahulu akan dilakukan pengujian normalitas data. Pengujian normalitas data menggunakan *Test of Normality Kolmogorov-smirnov* dengan bantuan program SPSS (*Statistic Program for Social Science*) versi 23.0 *for windows* sehingga dapat mengambil keputusan berdasarkan probabilitas. Jika probabilitas  $> 0,05$  maka regresi normal, Jika probabilitas  $< 0,05$  maka regresi tidak normal.

### **2. Uji Linieritas**

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui kedua variabel memiliki hubungan linier atau tidak secara signifikan. Bila data dinyatakan variabel maka regresi dapat dilakukan. Jika dua variabel dikatakan linier maka nilai signifikan nilai probabilitas  $< 0,05$  dan tidak linier apabila nilai  $p > 0,05$ . Uji ini dilakukan kepada masing-masing data menggunakan *Test for Linierity* dengan taraf signifikan 0,05 menggunakan bantuan SPSS versi 23.0 *for Windows*.

### **3. Uji Regresi Linier Sederhana**

Menurut Sugiyono (2016) regresi sederhana merupakan adanya hubungan fungsional pada suatu variabel independen atau bebas (X) dengan variabel dependen atau terikat (Y) dengan mencari persamaan regresi yang bersifat menduga nilai pada variabel dependen dengan berdasarkan nilai-nilai yang ada pada variabel independen dan juga menganalisis pengaruh antara variabel dependen. Untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel independen yaitu *self awareness* (X) secara keseluruhan terhadap variabel dependen altruisme (Y), maka digunakan uji regresi linier sederhana.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Orientasi Kancah Penelitian

Orientasi kancah penelitian merupakan salah satu yang harus dilakukan sebelum melakukan penelitian. Hal ini bertujuan untuk mengenal kancah penelitian secara detail dan membantu peneliti agar dapat mempersiapkan segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan. Mendapat informasi tentang fenomena permasalahan penelitian yang diperlukan, peneliti awalnya melakukan observasi dan wawancara yang mengacu pada sampel yang diinginkan. Peneliti memilih tempat penelitian di komunitas *Earth Hour* Aceh karena peneliti mendapatkan data yang mewakili subjek penelitian seperti yang telah di paparkan sebelumnya.

##### 1. Profil *Earth Hour* Aceh

Gerakan *Earth Hour* pertama kali diperkenalkan di kalangan anak muda Aceh pada tahun 2012. Aceh menjadi kota pertama di Sumatera yang mengikuti aksi peduli lingkungan yang tergabung dalam Gerakan *Earth* sehingga dikenal dengan *Earth Hour* Aceh. Muhammad Lutfi sebagai Koordinator Kota *Earth Hour* Aceh tahun 2021 Bersama dengan Pemerintah Kota Banda Aceh menyelenggarakan malam puncak peduli lingkungan dengan melibatkan masyarakat, perusahaan, LSM, komunitas, ikon kota dan lebih dari 200 relawan lainnya.

## **2. Visi *Earth Hour* Aceh**

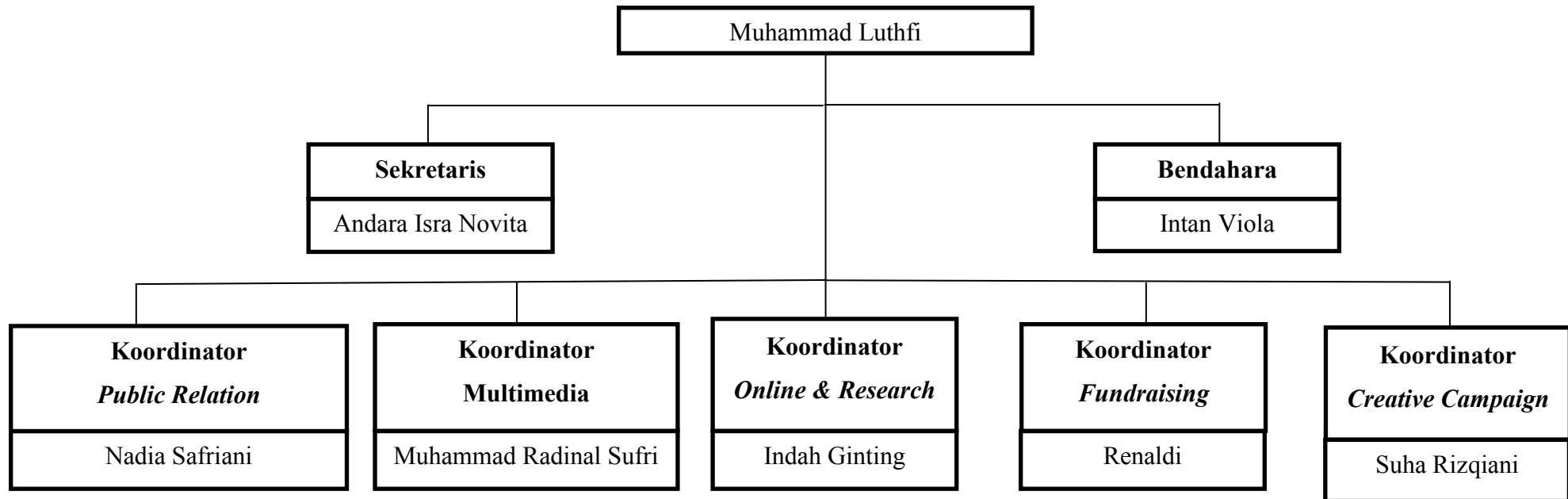
- 1) Untuk melanjutkan target efisiensi energi dan perubahan gaya hidup dengan tidak menggunakan energi listrik bermuatan tinggi
- 2) Menjadikan komunitas peduli lingkungan yang aktif memberikan edukasi kepada masyarakat
- 3) Mengaitkan potensi sumber daya energy terbarukan yang lebih bersih dan berdampak pada lingkungan hidup
- 4) Menyebarkan gaya hidup ramah lingkungan dengan berbagi informasi tentang lingkungan hidup

## **3. Misi *Earth Hour* Aceh**

- 1) *Earth Hour* Aceh melakukan aksi kampanye isu-isu kampanye untuk memperbaiki garis kehidupan makhluk hidup dan unsur-unsur di bumi melalui diskusi umum inovasi energi terbarukan.
- 2) Penghijauan serta penanaman *mangrove* yang secara kontinyu terus dilakukan.
- 3) *Long march* dengan orasi-orasi penyelamatan satwa
- 4) Penyelamatan tukik dari kepunahan
- 5) Aksi *clean up* dengan monster sampah sebagai ikon
- 6) Peringatan hari bumi dan hari besar lingkungan lainnya
- 7) Sosialisasi kepada generasi muda dalam menyuarakan perubahan untuk bumi

## 1. Struktur Komunitas *Earth Hour* Aceh

Gambar. 1. Peta Koordinator *Earth Hour* Aceh



Sumber: Data *Earth Hour* Aceh, 2021

## **B. Persiapan Penelitian**

Persiapan penelitian ialah gambaran singkat tentang penelitian secara menyeluruh mengenai kondisi kancah penelitian serta persiapan yang telah dilakukan. Berikut beberapa persiapan penelitian yang dilakukan. Persiapan penelitian dimulai dengan melakukan observasi dan wawancara pada beberapa sasaran subjek penelitian di lokasi penelitian yang dituju. Setelah melakukan observasi dan wawancara awal, peneliti menyusun alat ukur yang akan digunakan dalam pengambilan data penelitian, mengurus surat izin penelitian selanjutnya melakukan proses penelitian hingga selesai. Berikut beberapa persiapan penelitian yang dilakukan:

### **1. Surat Izin Penelitian**

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu mengajukan surat permohonan penelitian ke *Earth Hour* Aceh pada tanggal 1 November 2021 dengan nomor 387/UM.M<sub>6</sub>/F/2021 dikeluarkan oleh Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, kemudian pada tanggal 12 November 2021 Koordiantor *Earth Hour* Aceh mengeluarkan surat peneliti telah melakukan penelitian dengan nomor 064/EH\_ACEH/XI/2021.

### **2. Penyusunan Alat Ukur**

Penelitian ini menggunakan skala *self awareness* dan altruisme dengan menggunakan skala *Likert* sebagai alat ukur. Item skala disusun berdasarkan aspek-aspek *self awareness* Goleman (1996) yang terdiri dari 56 item.

Sedangkan item skala altruisme disusun berdasarkan aspek-aspek yang disusun oleh Myers (2012) yang terdiri dari 36 item.

### **C. Pelaksanaan Penelitian**

Setelah melakukan beberapa persiapan untuk melakukan penelitian, kemudian peneliti melakukan *try out* terpakai pada responden dalam penelitian ini. Adapun maksud sistem *try out* terpakai adalah mengabaikan item yang tidak valid dan merespon jawaban responden pada aitem yang dianggap valid. *Try out* terpakai dilakukan pada 50 *volunteer Earth Hour* Aceh di Banda Aceh.

Pembagian skala penelitian dilakukan dengan cara memanfaatkan platform survey *online* yaitu dengan cara membagikan *link* untuk pengisian skala yang dikirim ke grup *Earth Hour* Aceh melalui Koordinator dengan mengakses *link google form* selama dua minggu. Pembagian *link* ini dilakukan karena kondisi yang kurang memungkinkan untuk bertemu dan bertatap muka secara langsung dengan subjek sehingga peneliti membagikan *link* melalui media sosial. Setelah semua skala terisi, selanjutnya peneliti melakukan skoring dan menganalisis data menggunakan program SPSS (*Statistic Program for Social Science*) versi 23.0 *for windows*.

Adapun hambatan-hambatan peneliti dalam melakukan penelitian yaitu tidak semua subjek membuka *group* atau *link* yang telah disebar dan kondisi jaringan yang kurang memadai sehingga peneliti berinisiatif untuk membagikan *link quationer* dengan cara menyebarkan secara pribadi ke kontak *Whatsapp* anggota *Earth Hour* Aceh.

## **D. Hasil Penelitian**

### **1. Uji Instrumen**

#### **a. Uji Validitas**

Uji validitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui kelayakan pada sebuah item. Pengujian validitas pada penelitian ini menggunakan *expert judgement* yaitu dosen pembimbing yang menilai dan menyarankan item-item pernyataan yang akan diuji. Setelah peneliti menyusun dan memperbaiki item-item pernyataan yang ada kemudian dosen pembimbing telah mengatakan item pada variabel tersebut valid sehingga dapat dilakukan penelitian.

#### **b. Diskriminasi Item**

Diskriminasi item dilakukan untuk melihat item gugur dengan nilai *Corrected Item-Total Correlation* di bawah taraf ketentuan (0,3) dan item valid dalam penelitian di atas taraf ketentuan (0,3). Penelitian melakukan *try out* pada 50 *volunteer earth hour* Aceh. *Try out* berfungsi untuk mengetahui kelayakan suatu item pernyataan. Pegujian validitas isi menggunakan analisis rasional atau *judgement* (pendapat) yang menjadi tolak ukur diterimanya suatu item pernyataan.

Berikut ini tabel *Self Awareness* dan Altruisme sebelum dan sesudah aitem gugur dibuang yaitu :

Tabel 4. *Blue Print Self Awareness*

No	Aspek <i>Self Awareness</i>	Nomor Item		Jumlah Item
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Kemampuan mengenali emosi diri	1,15,29,41,3,17,31,43	2,16,30,42,4,28,32,44	16
2	Kemampuan pengakuan diri	5,19,33,45,7,21,35,47	6,20,34,46,8,22,36,48	16
3	Kemampuan kepercayaan diri	9,23,37,49,11,25,53,55,13,27,39,51	10,24,38,50,12,26,54,56,14,28,40,52	24
Jumlah		28	28	56

Ket : Nomor yang dicetak tebal merupakan aitem yang tidak valid

Tabel 5. *Blue Print Altruisme*

No	Aspek Altruisme	Nomor Item		Jumlah Item
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Memberikan perhatian pada orang lain	1,13,25,3,15,27,5,17,29	2,14,26,4,16,28,6,18,30	18
2	Membantu orang lain	7,19,31,9,21,33	8,20,32,10,22,34	12
3	Meletakkan kepentingan orang lain diatas kepentingan pribadi	11,23,35	12,24,36	6
Jumlah		18	18	36

Ket : Nomor yang dicetak tebal merupakan aitem yang tidak valid

### c. Uji reliabilitas

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan Koefisien Formula *Alpha Cronbach*. Hasil uji reliabilitas dari skala *self awareness* sebelum item dibuang memperoleh hasil *Alpha Cronbach* 0,896 dari 50 item dan setelah item dibuang memperoleh hasil *Alpha Cronbach* sebesar 0,939 dari 41 item.

Sementara itu, hasil uji reliabilitas pada skala altruisme sebelum item dibuang memperoleh hasil *Alpha Cronbach* 0,941 dari 36 item dan setelah item dibuang memperoleh hasil *Alpha Cronbach* 0,950 dari 32 item, maka dapat disimpulkan kedua alat ukur tersebut bersifat reliabel.

**Tabel 6. Blue Print Hasil Uji Reliabilitas Sebelum Aitem Gugur**

Skala	Jumlah Item	Alpha Cronbach
<i>Self Awareness</i>	56	0,895
Altruisme	36	0,941

Sumber : Olah data SPSS version 23 for windows, 2021

**Tabel 7. Blue Print Hasil Uji Reliabilitas Sesudah Item Gugur Dibuang**

Skala	Jumlah Item	Alpha Cronbach
<i>Self Awareness</i>	41	0,939
Altruisme	32	0,950

Sumber : Olah data SPSS version 23 for windows, 2021

## 2. Deskripsi Subjek dan Data Penelitian

### a. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah anggota di komunitas *Earth hour* Aceh. Populasi subjek penelitian adalah 50 *volunteer*. Penentuan jumlah subjek pada penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sampling* yaitu teknik penentuan sampel jika semua responden pada populasi digunakan sebagai sampel, istilah lain dari sampel jenuh adalah sensus (Sugiyono, 2016).

### b. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian ini untuk mengetahui karakteristik data pokok yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan. Peneliti membagikan kategori *self awareness* dan altruisme menjadi tiga kategori, yaitu kategori rendah, kategori sedang dan kategori tinggi. Deskripsi data diperoleh dari nilai Mean (M) dan nilai Standar Deviasi (SD). Nilai Mean dan SD dari variabel *self awareness* dan altruisme. Berikut adalah tabel deskripsi data penelitian yang digunakan dalam penelitian :

**Tabel 8. Deskripsi Data Penelitian**

Deskripsi Data	<i>Self Awareness</i>	Altruisme
N	50	50
Minimum	102	79
Maximum	161	128
Mean	133,64	105,60
Std. Deviation	18,074	16,039

Sumber : Olah data SPSS *version 23 for windows, 2021*

Berikut adalah pembagian kategori di setiap skala, pada penelitian ini peneliti menggunakan rumus (Azwar, 2010) sebagai berikut :

**Tabel 9. Norma Pengkatagorian**

No	Tingkat/Katagori	Skor
1	Rendah	$X < (M-1.SD)$
2	Sedang	$X < (M-1.SD) \leq X < (M + 1.SD)$
3	Tinggi	$(M+1.SD) \leq X$

### 1) *Self Awareness*

Berdasarkan norma pengkatagorian standar pada tabel maka diketahui skor *self awareness* masing-masing kategori adalah sebagai berikut :

**Tabel 10. Norma Pengkatagorian *Self Awareness***

No	Tingkat Katagori	Skor
1	Rendah	$= X < (133,64 - 1.18,074)$ $= X < 115,5$
2	Sedang	$= 133,64 - 1.18,074 \leq X < 133,64 + 1.18,074$ $= 115,5 \leq X < 151,7$
3	Tinggi	$= 133,64 + 1.18,074 \leq X$ $= 151,7 \leq X$

### 2) Altruisme

Sedangkan pada norma pengkatagorian standar pada tabel, maka dapat diketahui skor altruism pada masing-masing katagori adalah sebagai berikut :

**Tabel 11. Tabel Pengakategorian Altruisme**

No	Tingkat/Kategori	Skor
1	Rendah	$= X < (105,60 - 1.16,039)$ $= X < 89,5$
2	Sedang	$= 105,60 - 1.16,039 \leq X < 105 + 1.16,039$ $= 89,5 \leq X < 121,6$
3	Tinggi	$= 105,60 + 1.16,039 \leq X$ $= 121,6 \leq X$

**a) Kategori *Self Awareness***

Berdasarkan hasil deskripsi di atas, maka rentang frekuensi penelitian pada skala *self awareness* pada *volunteer* dari 50 subjek yang dapat menjaga lingkungan hidup di Banda Aceh memperoleh data dengan kategori rendah (102-115) dengan persentase 24% atau sebanyak 12 responden, (116-151) dengan persentase 56% atau 28 responden berada pada kategori sedang dan sisanya (152-161) dengan persentase 20% atau sebanyak 10 responden pada kategori tinggi.

**Tabel 12. Kategori Penelitian *Self Awareness***

Variabel	Rentang Frekuensi Pesentase Data Penelitian			Total
<i>Self Awareness</i>	Rendah (102-115)	Sedang (116-151)	Tinggi (152-161)	50
	12 (24%)	28 (56%)	10 (20%)	

Sumber : Olah data SPSS *version 23 for windows, 2021*

**b) Kategori Altruisme**

Pada hasil deskripsi skala altruisme diperoleh kategori tinggi sebesar (122-128) dengan persentase 20% atau 10 responden yang memiliki tingkat menjaga lingkungan hidup, sedangkan pada kategori sedang sebesar (90-121) dengan persentase 56% atau 28 responden berada pada kategori rendah dan (79-89) dengan persentase 12% atau 12 responden berada pada kategori rendah.

**Tabel 13. Katagori Data Penelitian**

Variabel	Rentang Frekuensi Persentase Data Penelitian			Total
	Rendah (79-89)	Sedang (90-121)	Tinggi (122-128)	
Altruisme	12 (24%)	28 (56%)	10 (20%)	50

Sumber : Olah data SPSS version 23 for windows, 2021

### 3. Uji Normalitas

Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan teknik *Kolmogorov Smirnov Test*. Kaidah yang digunakan peneliti untuk menyetujui normalitas sebaran data adalah jika taraf signifikan adalah  $p > 0,05$  maka data berdistribusi normal sedangkan data yang berdistribusi tidak normal dengan taraf signifikansinya  $p < 0,05$ . Berikut hasil uji normalitas:

**Tabel 14. Hasil Uji Normalitas  
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		<i>Self Awareness</i>	Altruisme
N		50	50
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	133.64	105.60
	Std. Deviation	18.074	16.039
Most Extreme Differences	Absolute	.118	.118
	Positive	.093	.109
	Negative	-.118	-.118
Test Statistic		.118	.118
Asymp. Sig. (2-tailed)		.081 <sup>c</sup>	.078 <sup>c</sup>

Sumber : Olah data SPSS version 23 for windows, 2021

Adapun hasil uji coba dari kedua variabel dapat dilihat bahwa variabel *Self Awareness* menunjukkan 0,118 dengan nilai signifikasi  $p = 0,081$  dan variabel perilaku altruisme menunjukkan 0,118 dengan nilai signifikasi  $p = 0,78$  yang artinya bahwa uji normalitas data pada kedua variabel telah terpenuhi.

## 1. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui kedua variabel memiliki hubungan linier atau tidak secara signifikan. Bila data dinyatakan variabel maka regresi dapat dilakukan. Jika dua variabel dikatakan linier maka nilai signifikan nilai  $p < 0,05$  dan tidak linier apabila nilai  $p > 0,05$ . Uji ini dilakukan kepada masing-masing data menggunakan *Test for Linierity* dengan taraf signifikan 0,05. linieritas sebagai berikut :

**Tabel 15. Uji Linieritas**  
ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Altruisme * Self Awareness	Between Groups	(Combined)	11024.000	36	306.222	2.516	.039
		Linearity	8421.709	1	8421.709	69.205	.000
		Deviation from Linearity	2602.291	35	74.351	.611	.878
Within Groups			1582.000	13	121.692		
Total			12606.000	49			

Sumber : Olah data SPSS version 23 for windows, 2021

Hasil uji linieritas pada tabel di atas menunjukkan kedua variabel memperoleh nilai F sebesar 69,205 dengan nilai signifikansi 0,000 atau  $p < 0,05$  sehingga kedua variabel dinyatakan memiliki hubungan yang linier. Maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang linear antara *self Awareness* dengan altruisme.

## 2. Uji Regresi

Dalam penelitian ini setelah uji asumsi terpenuhi, maka peneliti akan melakukan uji regresi untuk melihat seberapa besar sumbangan atau pengaruh antara variabel *self awareness* dengan altruisme. Hasil analisis uji regresi dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 16. Hasil Uji Regresi**  
**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.817 <sup>a</sup>	.668	.661	9.337	.668	96.609	1	48	.000

Sumber : Olah data SPSS *version 23 for windows, 2021*

Hasil uji regresi pada tabel di atas menunjukkan bahwa *self awareness* mempengaruhi altruisme pada *volunteer Earth hour* Aceh. Hal tersebut dilihat berdasarkan nilai *R Square* = 0,668 dengan nilai *F* = 96,609 serta nilai *p* = 0,000 (*p*<0,05) hasil tersebut menunjukkan variabel bebas yaitu variabel *self awareness* mempengaruhi variabel altruisme sebagai variabel terikat sebesar 66,8% sedangkan sisanya 33,2 % dipengaruhi oleh variabel-variabel lain di luar dari penelitian ini.

### **E. Pembahasan**

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa *self awareness* memiliki pengaruh terhadap altruisme ditunjukkan dengan nilai *R Square* = 0,668 dengan nilai *F* = 96,609 dan nilai *p* = 0,000 (*p*<0,05). Hasil uji regresi menunjukkan terdapat sumbangan pengaruh sebesar 66,8% sedangkan sisanya 32,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang berada diluar dari penelitian ini.

Altruisme merupakan suatu perilaku menolong yang dilakukan tanpa adanya tujuan timbal balik yang menjadikan salah satu aspek yang sering muncul untuk keinginan menolong untuk orang lain. Altruisme motif untuk meningkatkan kesejahteraan orang lain tanpa memikirkan kondisi pada diri

sendiri (King, 2017). Kategorisasi altruisme dalam penelitian ini menunjukkan sebanyak 12 subjek (24%) dari 36 sampel penelitian termasuk dalam katagori rendah yang artinya *volunteer* tidak memiliki perilaku altruisme, kemudian sebanyak 28 subjek (56%) dari 36 sampel penelitian yang termasuk dalam katagori sedang yang artinya *volunteer* cukup memiliki perilaku altruisme untuk membantu orang lain, selanjutnya ada sebanyak 10 subjek (20%) dari 36 sampel yang termasuk dalam katagori tinggi yang artinya memiliki perilaku altruisme yang tinggi untuk membantu orang lain.

Sesuai dengan faktor-faktor yang mempengaruhi altruisme menurut Meyers (2012) adanya motivasi untuk menolong yang bersifat internal ataupun eksternal, biasanya individu lebih tertarik membantu orang lain, adanya empati, mengetahui fenomena yang sedang terjadi, membantu ketika orang lain membutuhkan, kondisi yang dapat meningkatkan perilaku menolong, menyukai membantu orang lain, perilaku menolong terlihat bahwa adanya perbedaan yang dapat bertahan sepanjang waktu dan dikenali oleh rekan dari individu tersebut, menghadapi situasi yang berpotensi menimbulkan bahaya ketika seseorang membutuhkan bantuan dan ajaran agama mendorong tindakan perilaku altruisme oleh karena itu semakin kuat keyakinan agama dengan ajaran agama yang dianut. Altruisme yang dilakukan *volunteer* disebabkan adanya motivasi menolong dari dalam diri dimana seseorang yang melakukan kegiatan suka rela mempunyai rasa sosial dan hati nurani yang tinggi membuat *volunteer* mendapatkan motivasi untuk melakukan tindakan altruisme (Tobing, 2015).

Pada kategorisasi *self awareness* menunjukkan sebanyak 12 subjek (24%) dari 50 sampel item penelitian yang termasuk dalam kategori rendah yang artinya *volunteer* tidak memperoleh *self awareness* yang ada pada dirinya, kemudian sebanyak 28 subjek (56%) dari 50 sampel item penelitian yang termasuk pada katagori sedang yang artinya *volunteer* memperoleh cukup sadar mempunyai *self awareness* untuk menjaga lingkungan hidup pada dirinya sendiri, selanjutnya ada sebanyak 10 subjek (20%) dari 50 sampel item penelitian yang termasuk dalam katagori tinggi yang artinya *volunteer* memperoleh *self awareness* yang ada pada dirinya untuk menjaga lingkungan hidup.

*Self awareness* yang ada pada diri *volunteer* dapat mengetahui kondisi apa yang sedang dirasakan pada situasi saat ini dengan melibatkan intelektual, dorongan, tanggung jawab, pengetahuan dalam mengatasi permasalahan lingkungan yang semakin memburuk. Menurut Goleman (dalam Nafisa, 2010) *self awareness* yang baik dapat meningkatkan kesadaran individu dalam mengembangkan kemampuan sadar akan diri sendiri, kemampuan mengendalikan dorongan hati dan kemampuan untuk bersikap optimis. Adapun faktor internal yang mempengaruhi *self awareness* pada *volunteer* yaitu kondisi suasana emosi yang berkaitan langsung dengan diri *volunteer* dan faktor eksternal yang berkaitan dengan sikap pengaruh dari luar seperti respon terhadap lingkungan dalam berhubungan dengan orang lain Goleman (dalam Malikhah, 2013).

*Self awareness* pada penelitian ini memberi sumbangan 66,8% terhadap altruisme. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Widayanti, Safitri & Yuserina (2019), *self awareness* memiliki hubungan afektif dengan perilaku altruisme dengan sumbangan 26,7% sedangkan 73,3% adalah dari variabel-variabel lain yang tidak diteliti oleh penelitian ini.

*Volunteer* diyakini memiliki perilaku altruisme dengan karakteristik yang terdiri dari empati, keinginan memberi, dan suka rela. hal itu membuat *volunteer* memiliki *self awareness* yang baik dalam menjaga lingkungan hidup di masa yang akan datang menjadi alasan mengapa subjek sebagian besar *self awareness* berpengaruh terhadap altruisme pada *volunteer earth hour* Aceh.

## BAB V

### KESIMPULAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diteliti oleh peneliti dan pembahasan dari bab sebelumnya, mengenai *self awareness* terhadap altruisme pada *volunteer* maka dapat disimpulkan. dilihat dari hasil analisis data terdapat pengaruh antara *self awareness* terhadap altruisme pada *volunteer earth hour* Aceh. Hal ini dapat dilihat nilai *R Square* sebesar 0,668, dengan nilai Frekuensi (F) 96,609 dan nilai *sig* 0,000 yang berarti *self awareness* memiliki pengaruh sedang sebesar 66,8% terhadap altruisme seperti memberikan perhatian pada orang lain, membantu orang lain, mementingkan kepentingan yang lain dibandingkan diri sendiri, dapat mengenali emosi diri, adanya pengakuan dalam diri dan kepercayaan diri serta 33,2% lainnya dipengaruhi oleh variabel-variabel lain.

#### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, maka peneliti memberikan saran sebagai beriku :

##### a. *Volunteer* (Relawan):

Peneliti menyarankan *volunteer* dapat mewujudkan penjagaan lingkungan hidup dengan adanya *self awareness* dan perilaku altruisme yang baik sehingga tercapainya tujuan melindungi lingkungan hidup untuk keberlangsungan makhluk hidup yang lebih baik di masa depan dengan

pengembangan pengetahuan, keterampilan dan pengalaman yang telah di dapat.

b. Lembaga *Earth Hour* :

Dapat mengajak masyarakat dalam melakukan kampanye menjaga lingkungan hidup berdasarkan adanya *self awareness* dan altruisme dengan sehingga masyarakat mampu untuk menyuarakan pentingnya menjaga lingkungan hidup.

c. Masyarakat :

Kepada masyarakat dapat meningkatkan *self awareness* dan perilaku altruisme dengan cara menjaga lingkungan hidup lebih baik kedepannya demi makhluk hidup, iklim, dan bumi di masa yang akan datang. Seperti adanya motivasi, kesadaran pada diri untuk menjaga lingkungan.

d. Peneliti :

Untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk melihat variabel-variabel psikologis lain yang ingin diteliti untuk menganalisis bagaimana individu/masyarakat agar bisa mencapai *self awareness*, dan perilaku altruisme yang ada pada dalam diri dalam menjaga lingkungan hidup yang lebih baik di masa yang akan datang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustiawan, A., Lisdiyati, P., & Purba, S. H. (2021). Motivasi pemuda untuk mengikuti program relawan edukasi kesehatan di media sosial. *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(3). <https://doi.org/10.25008/altifani.v1i3.149>.
- Anisah, R., Apuanor, & Sudarmono. (2018). Analisa kesadaran diri mahasiswa akan kebersihan lingkungan kampus stkip muhammadiyah sampit. *Jurnal Paedago*, 6(2), 99-106.
- Arifin, S. B. (2015). *Psikologi sosial*. Pustaka Setia.
- Aulia, R., Rachmah, N. D., & Yuserina, F. (2019). Hubungan antara iklim sekolah dengan kesadaran diri. *Jurnal Kognisia.*, 2 (2). <https://doi.org/1020527/jk.v2i2.1639>.
- Aydinili, A., Bender, M., & Chasiotis, A. (2013). Helping and volunteering across cultures: Determinants of prosocial behavior. *Journal Online Readings in Psychology and Culture*, 5 (3), 6. <https://doi.org/10.9707/2307-0919.1118>.
- Azwar, S. (2010). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Baktiar, R. (2014). Analisis mengglobalnya kegiatan earth hour Tahun 2007-2012 (Doctoral dissertation). Universitas Airlangga.
- Bout, M. (Maret, 2021). *5 Alasan kita membutuhkan alam liar untuk hidup*. <https://www.greenpeace.org/indonesia/cerita/44666/5-alasan-kita-membutuhkan-alam-liar-untuk-bertahan-hidup>.
- Effendi, R. (2018). Pemahaman tentang lingkungan berkelanjutan. *Modul, published: 22 nov 2018*, 18(2), 75-82.
- Effendi, R., Salsabila, H., & Malik, A. (2018). Pemahaman tentang lingkungan berkelanjutan. *Modul, published: 22 nov 2018*, 18(2), 75-82.
- Fadli, M., Muklish., & Mustofa. (2016). *Hukum dan kebijakan lingkungan*. UB Press.
- Fatimah, S. (2015). Hubungan antara empati dengan perilaku altruisme pada mahasiswa psikologi universitas muhammadiyah surakarta (Doctoral dissertation). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Febriansyah, G., & Frieda, N. R. H. (2018). Hubungan antara efikasi diri dengan altruisme pada relawan palang merah Indonesia. (Doctoral Dissetation, Undip).
- Goleman, D. (1996). *Kecerdasan emosional*. Gramedia Pustaka Utama.

- Gusmadi, S. (2018). Keterlibatan warga negara (civic engagement) dalam penguatan karakter peduli lingkungan. *Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, 9 (1), 105-117.  
<https://doi.org/10.32923/maw.v9i1.718>.
- Harahap, R. Z. (2015). Etika islam dalam mengelola lingkungan hidup. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 1(01).  
<http://dx.doi.org/10.30596%2Fedutech.v1i01.271>.
- Hidyat, F. (2017). Konsep altruisme dari perspektif Islam (itsar). *Jurnal Psikoislamika*, 13 (1), 59-63.
- Ilyas, M. (2008). Lingkungan hidup dalam pandangan islam. *Jurnal Sosial Humaniora*, 1(2), 154-165.  
<http://dx.doi.org/10.12962/j24433527.v1i2.672>.
- Indraswari, D. L. (Desember, 2019). *Perilaku keseharian masyarakat belum mendukung upaya pelestarian lingkungan*.  
[https://www.kompas.id/baca/utama/2019/12/03/perilaku-keseharian-masyarakat-belum-dukung-upaya-pelestarian-lingkungan?status\\_register=register&status\\_login=login](https://www.kompas.id/baca/utama/2019/12/03/perilaku-keseharian-masyarakat-belum-dukung-upaya-pelestarian-lingkungan?status_register=register&status_login=login).
- Kamilah, C., & Erlyani, N. (2017). Gambaran altruisme anggota komunitas 1000 guru kalimantan selatan. *Jurnal Ecopsy*, 4(1).  
<http://dx.doi.org/10.20527/ecopsy.v4i1.3413>.
- Kaplan, R. M., & Saccuzzo, D. P. (2017). *Psychological testing: principles, applications, and issues*. Thomson Wadsworth.
- King, L. A. (2017). *Psikologi umum. edisi 3, penerjemah: Yuditha Hardani & Petty Gina Gayatri*. Selemba humanika.
- Laila, K. N., & Asmarany, A. I. (2015). Altruisme pada relawan perempuan yang mengajar anak berkebutuhan khusus di yayasan anak jalanan bina insan mandiri. *Jurnal Psikologi*, 8(1).
- Leontopoulou, S. (2010). An exploratory study of altruism in greek children: relations with empathy, resilience and classroom climate. *Journal Psychology*, 1(05), 377.
- Lumbanraja, C. (2016). Hubungan antara empati dengan perilaku altruistik pada relawan PMI Kota Medan. (Doctoral Dissertation). Universitas Medan Area.
- Maharani, L., & Mustia, M. (2016). Hubungan self awareness dengan kedisiplinan peserta didik kelas VII di SMP Wiyatama Bandar Lampung. *Jurnal Bimbingan Konsling*, 03 (1), 17-31.  
<https://doi.org/10.24042/kons.v3i1.555>.

- Malikah, M. (2013). Kesadaran diri proses pembentukan karakteristik islam. *Jurnal Al-Ulum.*, 13 (1) 129-150.
- Mudana, O. N., Dharsana, K. I., & Suranata, K. (2014). Penerapan konsling gestalt dengan teknik reframing untuk meningkatkan kesadaran diri dalam belajar siswa kelas VII A1 SMP Negeri 4 Singaraja tahun ajaran 2013/2014. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konsling Undiksha*, 2 (1). <http://dx.doi.org/10.23887/jibk.v2i1.3922>.
- Munawar, S., Heryanti, E., & Miarsyah, M. (2019). Hubungan pengetahuan lingkungan hidup dengan kesadaran lingkungan pada sekolah Adwiyata. *Jurna Pendidikan*, 9(1) 22-29. <https://doi.org/10.24929/lensa.v1i1.58>.
- Myers, G. D. (2010). *Psikologi sosial*. Selemba Humanika.
- Myers, G. D. (2012). *Psikologi sosial*. Selemba Humanika.
- Nafisa, I. N. (2010). Efektivitas metode inabah terhadap self-Awareness pada pencandu alkohol (studi eksperimen di pondok inabah pesantren suryalaya (Doctoral Dissertation). universitas islam negeri sultan syarif kasim riau.
- Ni'mah, R. (2017). Hubungan empati dengan perilaku altruistik. *Jurnal Studi Keislaman.*, 6(1) 99-115. <https://doi.org/10.36840/jurnalstudikeislaman.v6i1.85>.
- Oktavia, A. N. (2020). Hubungan antara empati dengan perilaku altruisme pada siswa jurusan otomotif SMK Negeri 7 Palembang (Doctoral Dissertation). UIN Raden Fatah Palembang.
- Pamungkas, I. M., & Muslikah. (2019). Emosi dan empati dengan altruisme pada siswa XI MIPA SMA N 3 Demak. *Jurnal Edukasi dan Bimbingan Konseling*, 5(2), 5 (2) 154-167. [doi.org/10.22373/je.v5i2.5093](https://doi.org/10.22373/je.v5i2.5093).
- Purwanti, D. (2017). Pendidikan karakter peduli lingkungan dan implementasinya. *Jurnal Riset Pedagogic*, 1(2), 14-20. <https://doi.org/10.20961/jdc.v1i2.17622>.
- Ramadhayanti, S. (2020). Perbedaan altruisme ditinjau dari kegiatan ekstrakurikuler di sekolah SMK PAB 10 Patumbak. (Doctoral Dissertation). Universitas Medan Area.
- Rizana, D. , & Pratama, M. P. (2020). Pendamping penyusunan peraturan desa tentang pelestarian lingkungan hidup. *Journal Of Community Service and Empowerment*, 1(1), 21-25.
- Rizkiawati, R., Wibhawa, B., Santoso, M. B., & Raharjo, S. T. (2017). Pentingnya buku panduan bagi Volunteer pada organisasi sosial (studi kasus pada lembaga rehabilitasi odha dan konsumen napza rumah cemara kota bandung). *Journal Social Work*, 7(2), 53-61.

- Sastrawinata, H. (2011). Pengaruh kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial terhadap kinerja auditor pada kap di kota Palembang. *Jurnal Sosialita*, 1 (2).
- Sugiyono. (2013). *Metodelogi penelitian bisnis*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian pendidikan kuantitatif, kualitatif, dan r & d*. Alfabeta.
- Suharli, J. L. (2013). *Awareness*. Gramedia pustaka utama.
- Suparno, S. F. (2017). Hubungan kesadaran sosial dan kesadaran diri dengan motivasi sembuh pecandu napza. *psikoborneo*, 5(2) 173-179.
- Taufik. (2012). *Empati pendekatan psikologi sosial*. Raja Grafindo Persada.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. (2009). *Psikologi sosial. Terjemahan Tri Wibowo*. Kencana prenada media group.
- Tobing, E. M. (2014). Subjective well-Being pada relawan skizofrenia yayasan Sosial joint dulam ministry (jam) di Samarinda. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2 (1), 177-185.
- Widayanti, W., Safitri, J., & Yuserina, F. (2019). Hubungan antara kesadaran diri dengan perilaku altruisme pada relawan guru sekumpul. *Jurnal Kognesia.*, 2(2). <https://doi.org/10.20527/jk.v2i2.1677>.
- Wihardjo, S. D., Hartati, S., & Nurani, Y. (2017). The effects of schooling knowledge level and intensity of parental guidance on the enviromental awarenness of the early age student. *Academic Journals*, 12 (5) 251-257. <https://doi.org/10.5897/ERR2015.2608>.
- Yuniarto, B. (2013). *Membangun kesadaran diri warga negara dalam pelestarian lingkungan*. Budi Utama.
- Yusup, F. (2018). Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif. *Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 7(1), 17-23. <http://dx.doi.org/10.18592/tarbiyah.v7i1.2100>.

## BIODATA

### A. PENULIS

Nama : Zulmaita Sari  
Tempat, Tanggal Lahir : Langsa, 13 Mei 1999  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Pekerjaan : Mahasiswi  
Status : Belum Kawin

### B. RIWAYAT PENDIDIKAN

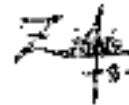
Jenjang Pendidikan	Nama Institusi	Tahun
SD/Sederajat	SD Negeri 5 Banda Aceh	2005-2011
SMP/Sederajat	SMP Negeri 7 Banda Aceh	2011-2014
SMA/Sederajat	SMA Negeri 12 Banda Aceh	2014-2017

### C. Riwayat Organisasi

Nama Organisasi	Jabatan	Tahun
Earth Hour Aceh	Relawan	2020-Sekarang
BEM Fakultas Psikologi UNMUHA	Bidang Hubungan Antar Lembaga	2019-2020

Demikian biodata saya buat dengan sebenar-benarnya, agar dapat dipergunakan seperlunya.

Banda Aceh, 25 Desember 2021



Zulmaita Sari

1709110039