

Pengaruh Konsep Diri terhadap Perilaku Prososial pada Pengikut *Humanies Project*

Farah Fadila Utami*, Eny Suwarni, Yuliana Mukti Rahmawati
Fakultas Psikologi dan Pendidikan, Universitas Al Azhar Indonesia, Indonesia

*Penulis korespondensi: farahfadila2208@gmail.com

Paper received: 08-01-2026; revised: 15-02-2026; accepted: 01-04-2026

Abstract

The Humanies Project, as a digital-based social community, has successfully promoted prosocial movements, particularly among individuals in early adulthood. At this developmental stage, individuals are in the process of searching for the meaning of life while also experiencing shifts in personal values that may influence behavior, including prosocial behavior. This study aims to examine the effect of self-concept on prosocial behavior among 105 followers of the Humanies Project aged 18–25 years (66 females, 39 males). The study employed a survey method using a self-concept scale and a prosocial behavior scale, both of which had undergone content validity testing (expert judgment), construct validity testing (Corrected Item-Total Correlation), and reliability testing. Data were analyzed using simple linear regression with IBM SPSS version 27. The findings show that self-concept has a significant effect on prosocial behavior ($r = 0.166$; $p < 0.05$) with a contribution of 28.5% ($R^2 = 0.285$). These results emphasize the importance of strengthening self-concept as one of the strategies to increase prosocial engagement within digital-based communities.

Keywords: humanies project; prosocial behavior; self-concept

Abstrak

Humanies Project sebagai komunitas sosial berbasis media digital berhasil mensosialisasikan gerakan prososial, khususnya pada individu usia dewasa awal. Pada tahap perkembangan ini, individu tengah mencari makna hidup sekaligus mengalami perubahan nilai diri yang dapat memengaruhi perilaku, termasuk perilaku prososial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsep diri terhadap perilaku prososial pada 105 pengikut *Humanies Project* berusia 18–25 tahun (66 perempuan, 39 laki-laki). Penelitian menggunakan metode survei dengan instrumen skala konsep diri dan skala perilaku prososial, yang telah melalui uji validitas isi (*expert judgement*) dan uji validitas konstruk (*Corrected Item-Total Correlation*), serta uji reliabilitas. Analisis data dilakukan dengan regresi linear sederhana menggunakan IBM SPSS versi 27. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep diri berpengaruh signifikan terhadap perilaku prososial ($r = 0,166$; $p < 0,05$) dengan kontribusi sebesar 28,5% ($R^2 = 0,285$). Temuan ini menegaskan bahwa pentingnya penguatan konsep diri sebagai salah satu strategi untuk meningkatkan keterlibatan prososial pada komunitas berbasis digital.

Kata kunci: humanies project; perilaku prososial; konsep diri

1. Pendahuluan

Perkembangan dunia digital telah mendorong terjadinya pergeseran bentuk perilaku prososial dari aktivitas langsung di dunia nyata menuju aksi sosial berbasis media digital.

Pergeseran ini muncul seiring meningkatnya kebutuhan akan *platform* yang terorganisir dan transparan untuk menjembatani kesadaran sosial dengan aksi nyata, khususnya di kalangan generasi muda. Media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai ruang partisipasi sosial yang memungkinkan individu terlibat dalam berbagai isu kemanusiaan secara lebih luas (Satria & Neviyarni, 2024). Salah satu inisiatif yang hadir menjawab kebutuhan tersebut adalah *Humanies Project*, sebuah gerakan sosial berbasis media sosial yang menyuarakan isu-isu kemanusiaan melalui penyebaran narasi, edukasi empati, serta penggalangan donasi publik. Berawal dari gerakan relawan pada momentum pemilihan umum, *Humanies Project* berkembang menjadi sebuah yayasan yang menempatkan kepedulian sosial sebagai inti dari perubahan berkelanjutan melalui berbagai program kesejahteraan dan literasi masyarakat (Project, 2024).

Aktivitas yang dijalankan oleh *Humanies Project* mencerminkan bentuk perilaku prososial. Eisenberg dan Mussen yang dikemukakan oleh (Parapat, 2020) mendefinisikan perilaku prososial sebagai tindakan sukarela yang bertujuan membantu atau memberikan manfaat bagi orang lain atau kelompok individu. Bashori (2017) menyatakan bahwa perilaku prososial bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan individu lain, karena bantuan yang diberikan dapat memberikan dampak positif terhadap kualitas hidup penerima bantuan. Keterlibatan dalam perilaku prososial juga memiliki manfaat psikologis bagi individu yang melakukannya. Simpson & Willer (2015) menegaskan bahwa aktivitas prososial berperan penting dalam membina kesehatan mental melalui penguatan hubungan sosial. Helgeson yang dikemukakan (dalam Khanna dkk, 2017) mengungkapkan bahwa perilaku prososial dapat mengurangi dampak negatif stres, sementara Martela & Ryan (2016) menunjukkan bahwa perilaku prososial berkontribusi terhadap peningkatan perasaan bahagia pada individu.

Meskipun memiliki basis pengikut yang besar, efektivitas *Humanies Project* dalam mendorong partisipasi prososial masih menghadapi tantangan. Terdapat variasi yang cukup signifikan dalam tingkat keterlibatan pengikutnya. Sebagian pengikut terlibat aktif melalui donasi, kegiatan relawan, sementara sebagian lainnya cenderung pasif dan hanya berperan membantu menyebarkan atau menyukai postingan terkait perilaku prososial. Data yang diperoleh dari laman resmi *humanies project* pada bulan Maret 2024 menunjukkan bahwa dari sekitar 111.000 pengikut, hanya sekitar 25.000 orang yang tercatat pernah melakukan donasi (Project, 2024). Berdasarkan itu peneliti melakukan survei awal kepada pengikut *humanies project* dan diperoleh 50 partisipan dengan 18% pernah terlibat sebagai relawan, 54% pernah berdonasi dan 100% pernah membantu menyebarkan postingan terkait prososial. Perbedaan partisipasi di antara para pengikut

mencerminkan adanya variasi dalam bentuk dan intensitas keterlibatan, mulai dari dukungan pasif hingga partisipasi aktif dalam kegiatan prososial., sehingga mengindikasikan adanya faktor-faktor psikologis yang memengaruhi variasi keterlibatan individu tersebut.

Pengikut *humanies project* memiliki variasi dalam perilaku prososial kemungkinan dipengaruhi oleh perubahan nilai-nilai yang mereka pegang seperti yang dikatakan Staub (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2015) bahwa faktor yang memengaruhi perilaku prososial adalah *self-gain* yaitu pemerolehan diri, empati yaitu kemampuan seseorang untuk mengerti tentang perasaan dan emosi orang lain, dan *personal values and norm* yaitu proses individu belajar dari lingkungan sosial dan membuat individu menyerap berbagai nilai dan norma yang berlaku dalam masyarakat. Beberapa dari nilai-nilai dan norma tersebut berkaitan dengan tindakan yang mereka lakukan. Faktor nilai dan norma dapat memengaruhi perilaku prososial sudah dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Luria dkk (2015). Sehingga salah satu faktor psikologis yang diduga berperan dalam variasi perilaku prososial adalah konsep diri. Hardy & Carlo (2011) menjelaskan bahwa nilai dan norma yang diinternalisasi individu akan membentuk identitas diri tertentu. Identitas tersebut berkaitan erat dengan konsep diri, yaitu keyakinan individu mengenai dirinya sendiri (Gupta & Thapliyal, 2015). Konsep diri menurut Fitts (1971) merupakan kerangka acuan yang digunakan individu untuk memahami dan menilai dirinya dalam hubungannya dengan lingkungan. Konsep diri tidak terbentuk secara instan, melainkan berkembang melalui proses interaksi sosial, sebagaimana dikemukakan oleh Calhoun dan Acocella yang dikutip oleh Ghufroon & Risnawati (2016)

Dengan demikian, konsep diri sebagai faktor psikologis yang memengaruhi perilaku prososial tidak dapat dilepaskan dari konteks perkembangan individu. Pembentukan dan perubahan konsep diri berlangsung seiring dengan pengalaman sosial yang dialami individu pada setiap tahap kehidupannya. Salah satu tahap perkembangan yang dinilai memiliki peran penting dalam pembentukan konsep diri adalah masa dewasa awal. Masa dewasa awal merupakan periode ketika individu mengalami berbagai perubahan, termasuk dalam hal nilai-nilai diri, pengembangan kreativitas, serta penyesuaian diri terhadap pola hidup baru yang lebih kompleks (Hurlock, 2019). Pemilihan Dewasa Awal (18-25 tahun) sesuai Santrock (2019) merupakan masa transisi yang krusial. Pada fase ini, individu sedang aktif mengeksplorasi nilai-nilai dan peran sosial, di mana individu secara aktif mengeksplorasi identitas diri, nilai-nilai personal, serta peran sosialnya dalam masyarakat. Proses eksplorasi tersebut menyebabkan konsep diri pada individu dewasa awal cenderung bersifat dinamis dan belum sepenuhnya stabil. Kondisi ini memungkinkan munculnya

variasi konsep diri yang berpotensi memengaruhi cara individu memaknai dan menampilkan perilaku prososial. Oleh karena itu, variasi konsep diri pada usia dewasa awal diduga kuat berkontribusi terhadap perbedaan perilaku prososial yang ditunjukkan oleh pengikut *humanies project*.

Variasi perilaku prososial ini dapat mengancam efektivitas *humanies project*. Jika tingkat partisipasi pasif terus mendominasi, organisasi berpotensi menghadapi risiko serius seperti menurunnya efektivitas program, keterbatasan jangkauan bantuan, hingga potensi menurunnya kepercayaan publik dan kesulitan pendanaan berkelanjutan. Selain dampak organisasional, rendahnya keterlibatan prososial pada individu juga menghilangkan kesempatan mereka untuk memperoleh manfaat psikologis signifikan, seperti peningkatan kebahagiaan dan kesehatan mental yang terbukti didapatkan dari tindakan membantu. Dengan demikian, masalah variasi perilaku prososial ini penting diselesaikan baik untuk keberlanjutan komunitas maupun kesejahteraan anggotanya.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa konsep diri memiliki peran penting dalam memengaruhi perilaku prososial individu. Utari & Rustika (2021) menemukan bahwa konsep diri berperan dalam kecenderungan perilaku prososial seseorang. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan temuan Nurjanah, Kusdaryani, & Astiti (2023) yang menyatakan bahwa konsep diri berpengaruh signifikan terhadap perilaku prososial. Oktaviani & Yusri (2024) juga menunjukkan bahwa semakin positif konsep diri individu, semakin tinggi perilaku prososial yang ditampilkan. Namun demikian, penelitian yang secara spesifik mengkaji pengaruh konsep diri terhadap perilaku prososial pada pengikut komunitas sosial digital, khususnya *humanies project* pada kelompok usia dewasa awal, masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh konsep diri terhadap perilaku prososial pada pengikut *humanies project* usia dewasa awal.

2. Metode

2.1 Desain dan Waktu Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Penelitian bertujuan untuk menguji pengaruh konsep diri terhadap perilaku prososial pada pengikut Humanies Project. Pengambilan data dilakukan secara daring menggunakan kuesioner berbasis *Google Form* yang disebarluaskan melalui media sosial seperti X, Instagram, dan TikTok. Penelitian dilaksanakan pada periode Januari hingga Agustus 2025

2.2 Sampel Penelitian

Populasi penelitian ini merupakan pengikut media sosial *humanies project* dengan pengukuran sampel menggunakan bantuan analisis *Gpower 3.1* dan didapati jumlah ukuran

sampel minimal sebesar 89. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria:

- a. Berusia 18-25 tahun,
- b. Menjadi pengikut *Humanies Project* minimal selama 1 tahun

Keterlibatan minimal satu tahun memastikan individu telah menginternalisasi nilai dan terbiasa dengan aktivitas *Humanies Project*. Hal ini penting agar perilaku prososial yang terukur lebih stabil dan representatif, serta meminimalkan bias dari partisipan baru

2.3 Variabel dan Instrumen Penelitian

Penelitian ini melibatkan dua variabel, yaitu konsep diri sebagai variabel independen dan perilaku prososial sebagai variabel dependen. Perilaku prososial diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan teori Eisenberg & Mussen, P (1989) yang mencakup aspek berbagi perasaan, bekerja sama, bertindak dermawan, menolong, dan kejujuran. Skala perilaku prososial menggunakan skala frekuensi dengan lima alternatif jawaban.

Tabel 1

Sample Item Perilaku Prososial

No.	Pernyataan
1.	Saya bersedia mendengarkan perasaan orang lain ketika mereka sedang mengalami kesulitan
2.	Saya secara aktif terlibat dalam kegiatan komunitas untuk mencapai tujuan bersama
3.	Saya tetap berusaha mencapai tujuan komunitas meskipun menghadapi hambatan
4.	Saya dengan sukarela membantu orang lain tanpa mengharapkan imbalan
5.	Saya menyampaikan pendapat saya secara jujur jika dirasa ada yang tidak benar
6.	Saya menyampaikan komitmen, tapi tidak menjalankannya dalam aksi nyata

Konsep diri diukur menggunakan skala yang dikonstruksi berdasarkan teori Fitts (1971), yang mencakup dimensi internal (*identity self, behavioral self, dan judging self*) serta dimensi eksternal (*physical self, moral-ethical self, personal self, family self, dan social self*). Skala konsep diri menggunakan skala Likert dengan lima alternatif jawaban. Seluruh instrumen disusun dalam bentuk pernyataan *favorable* dan *unfavorable*.

Tabel 1*Sampel Item Konsep Diri*

No.	Pernyataan
1.	Saya merasa nyaman dengan diri saya yang sekarang
2.	Saya memiliki nilai-nilai yang saya yakini dan dapat saya andalkan dalam membuat keputusan
3.	Saya memahami emosi yang mendorong saya bertindak dalam situasi tertentu
4.	Saya merasa tidak perlu mengubah penampilan hanya untuk diterima oleh lingkungan
5.	Lingkungan saya membantu saya memahami pentingnya bertindak jujur dan adil
6.	Saya bertindak berbeda secara moral tergantung siapa yang bersama saya

2.4 Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas instrumen dilakukan melalui validitas isi dan validitas konstruk. Validitas isi diuji menggunakan metode Aiken's V dengan melibatkan lima penilai (*expert judgement*). Butir yang memiliki nilai Aiken's V di bawah kriteria minimum direvisi sebelum digunakan dalam penelitian. Validitas konstruk diuji menggunakan teknik *Corrected Item-Total Correlation* dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS versi 27. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa sebanyak 44 item skala perilaku prososial dan 82 item skala konsep diri dinyatakan valid dan digunakan dalam penelitian.

Uji reliabilitas instrumen dilakukan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha dengan bantuan IBM SPSS versi 27. Skala perilaku prososial menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,944, sedangkan skala konsep diri menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,970, yang keduanya berada pada kategori reliabilitas sangat baik

2.5 Teknik Analisis Data

Analisis data diawali dengan uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Setelah asumsi terpenuhi, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk mengetahui pengaruh konsep diri terhadap perilaku prososial. Seluruh analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS versi 27 dengan tingkat signifikansi 0,05.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil Penelitian

Penelitian ini melibatkan 105 pengikut *Humanies Project* berusia 18–25 tahun yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Mayoritas partisipan berjenis kelamin perempuan (62,9%), berada pada rentang usia 21–25 tahun, serta memiliki latar belakang pendidikan sarjana. Sebagian besar partisipan telah mengikuti akun *Humanies Project*

selama minimal satu tahun, yang menunjukkan keterpaparan yang cukup terhadap nilai dan aktivitas komunitas.

Tabel 2

Data Demografi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
Laki-laki	39	37,1%
Perempuan	66	62,9%

Dalam tingkat pendidikan, partisipan penelitian yang merupakan pengikut *Humanies Project* mayoritas telah menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) dengan jumlah 72 orang (75.6%). Selanjutnya dengan Tingkat Pendidikan diploma dengan jumlah 19 orang (19.95%) dan Sekolah Menengah Atas sebanyak 14 orang (14.7%).

Tabel 3

Data Demografi Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Presentase
Sekolah Menengah Atas	14	14.7%
Diploma	19	19.95%
Sarjana	72	75.6%

Terkait dengan lamanya atau durasi partisipan penelitian ini menjadi pengikut akun *Humanies Project*, diperoleh informasi bahwa sebagian besar responden telah mengikuti akun ini selama satu tahun dengan jumlah partisipan sebanyak 70 orang (66,7%). Sedangkan untuk yang lebih dari 1 tahun sebanyak 35 orang (33,3%).

Tabel 4

Data Demografi Berdasarkan Lama Mengikuti Komunitas

Lama menjadi pengikut <i>Humanies Project</i>	Frekuensi	Presentase
1 tahun	70	66,7%
>1 tahun	35	33,3%

Tabel 6 memberikan informasi tentang nilai rerata pada masing-masing variabel penelitian. Variabel konsep diri memiliki nilai rerata sebesar 347.63 dan variabel perilaku prososial sebesar 183.95. Untuk pengkategorian skor kedua variabel peneliti menggunakan norma sebagaimana tertulis setelah tabel 6 berikut:

Tabel 5*Deskripsi Data Penelitian*

Variabel Penelitian	Mean	SD
Konsep Diri (X)	347.63	34.748
Perilaku Prososial (Y)	183.95	10.815

1. Rendah: $X < M - ISD$
2. Sedang: $M - ISD \leq X < M + ISD$
3. Tinggi: $M + ISD \leq X$

Keterangan:

M= Mean

SD= Standar Deviasi

Berdasarkan rumus di atas didapatkan hasil kategorisasi Skor konsep diri dan perilaku prososial pada pengikut *Humanies project* pada tabel berikut:

Tabel 6*Kategorisasi Variable Konsep Diri*

Kategori	Skor	frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 312.88$	14	13.3%
Sedang	$312.88 \leq X < 382.38$	87	82.9%
Tinggi	$382.38 \leq$	4	3.8%
Total		105	100%

Tabel 7*Kategorisasi Variable Perilaku Prososial*

Kategori	Skor	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 173.14$	14	13.3%
Sedang	$173.14 \leq X < 194.76$	73	69.5%
Tinggi	$194.76 \leq$	18	17.1%
Total		105	100%

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa konsep diri partisipan berada pada kategori sedang (82,9%), diikuti kategori rendah (13,3%) dan tinggi (3,8%). Sementara itu, perilaku prososial juga didominasi kategori sedang (69,5%), disusul kategori tinggi (17,1%) dan rendah (13,3%). Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun mayoritas pengikut

memiliki tingkat konsep diri dan perilaku prososial yang cukup baik, masih terdapat variasi partisipasi dalam tindakan prososial di komunitas *Humanies Project*.

Tabel 8

Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
Unstandardized Residual	
Test statistic	0.81
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.89

Tabel 9

Hasil Uji Linearitas

Anova	
	Sig.
Deviation from linearity	0.237

Tabel 10

Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Coefficients ^a					
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	
Model		B	Std. Error	Beta	T
1	(Constant)	126.221	9.061		13.930
	Konsep Diri	.166	.026	.534	6.403

a. Dependent Variable: PP

Tabel 11

Hasil Uji Koefisien Determinasi (R²)

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.534 ^a	.285	.278	9.191

a. Predictors: (Constant), KD

b. Dependent Variable: PP

Uji asumsi statistik menunjukkan bahwa data berdistribusi normal dan hubungan antara konsep diri dan perilaku prososial bersifat linear. Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan bahwa konsep diri berpengaruh positif dan signifikan terhadap perilaku prososial ($\beta = 0,534$; $p < 0,05$). Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,285 menunjukkan bahwa konsep diri menjelaskan 28,5% variasi perilaku prososial, sedangkan 71,5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian.

3.2 Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara konsep diri terhadap perilaku prososial pada pengikut *humanies project*. Data yang dianalisis diperoleh dari 105 partisipan yang merupakan pengikut *Humanies Project* dengan usia dewasa awal yaitu rentang 18-25 tahun. Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari kedua variabel yaitu variabel konsep diri (X) terhadap variabel perilaku prososial (Y) dengan besaran pengaruh sebesar 28.5% dan sisanya yaitu 71.5% dipengaruhi oleh faktor lain diluar variabel dalam penelitian ini yaitu konsep diri. Hal ini menandakan bahwa semakin baik konsep diri seseorang, maka semakin tinggi pula kecenderungan mereka untuk menunjukkan perilaku prososial, baik dalam bentuk donasi, menjadi relawan, menyebarkan informasi edukatif di media sosial, maupun bentuk partisipasi lainnya.

Temuan bahwa Konsep Diri secara signifikan memengaruhi Perilaku Prososial menjadi sangat krusial ketika dikaitkan dengan sampel Dewasa Awal (18-25 tahun). Periode ini, yang dikenal sebagai *emerging adulthood*, adalah masa puncak eksplorasi identitas dan nilai-nilai moral. Keterlibatan di *Humanies Project* menjadi ruang bagi individu untuk mengkonfirmasi dan memvalidasi konsep diri ideal mereka sebagai 'individu yang peduli' atau 'aktif secara sosial'. Jika individu memiliki Konsep Diri yang positif dan terinternalisasi kuat, mereka cenderung konsisten bertindak prososial (donasi, *volunteer*) karena itu sesuai dengan citra diri yang sedang mereka bangun. Dengan demikian, pengaruh 28,5% ini bukan sekadar korelasi, melainkan cerminan dari upaya subjek untuk menyelaraskan diri dengan nilai-nilai yang mereka pegang selama fase perkembangan ini.

Tindakan yang dilakukan pada komunitas *Humanies project* seperti penggalangan dana, bantuan bencana, tenaga relawan dan lain sebagainya merupakan bentuk perilaku prososial sebagaimana yang diungkapkan Eisenberg & Mussen, P, (1989) bahwa tindakan seperti berbagi perasaan, menolong, bekerja sama, bertindak dermawan, dan bersikap jujur merupakan bentuk nyata dari perilaku prososial. Adanya variasi pengikut *Humanies Project* dalam melakukan prososial, seperti ada yang berdonasi dan tidak, ada yang menjadi volunteer, serta ada yang hanya mengunggah atau menyukai postingan terkait prososial telah dibuktikan melalui penelitian ini bahwa hal tersebut dipengaruhi oleh nilai-nilai yang telah diidentifikasi atau diinternalisasi kedalam diri sehingga membentuk konsep diri yang akan mencerminkan perilaku pada pengikut *Humanies Project*. Dijelaskan oleh Fitts (1971) bahwa konsep diri merupakan cara individu mempersepsikan dirinya serta berperan dalam masyarakat. Ketika individu memiliki pemahaman dan penerimaan positif terhadap dirinya, dia lebih cenderung bertindak sesuai dengan nilai-nilai moral dan sosial yang diyakini,

termasuk dalam bentuk perilaku prososial. Jadi, berdasarkan penelitian ini adanya variasi pengikut *Humanies Project* dalam melakukan perilaku prososial dipengaruhi oleh konsep diri.

Pengaruh konsep diri terhadap perilaku prososial pada pengikut *Humanies project* menjadi sangat relevan mengingat karakteristik subjek penelitian yaitu pengikut *Humanies Project* sedang dalam fase usia dewasa awal yaitu usia 18-25 tahun. Menurut Hurlock (2015) usia dewasa awal merupakan fase individu mengalami perubahan terkait nilai yang ada dalam dirinya dan dalam fase penyesuaian terhadap pola hidup baru yang lebih kompleks karena dituntut menyesuaikan diri dengan standar masyarakat dewasa. Sementara itu, Santrock (2019) mendefinisikan masa dewasa awal sebagai periode di mana individu mengeksplorasi diri dan lingkungan sosialnya. Dengan adanya berbagai perubahan dan eksplorasi ini, nilai-nilai yang dipegang oleh individu dapat berubah tergantung pada kejadian-kejadian yang dialami serta nilai moral yang diambil dari lingkungan sosialnya, sehingga menjadikan individu memiliki pegangan nilai yang berbeda dan memiliki konsep diri serta menghasilkan perilaku yang berbeda. Oleh karena itu, variasi perilaku prososial yang ditemukan di antara pengikut *Humanies Project* dapat dipahami sebagai cerminan dari konsep diri yang terbentuk selama fase perkembangan ini.

Berdasarkan data demografi hasil penelitian ini, partisipan perempuan mendominasi dengan 62,9%, sedangkan laki-laki sebesar 37,1%. Berdasarkan (Sihombing, Armyanti, & Triharja T, 2023) perempuan umumnya memiliki tingkat empati dan kepekaan emosional yang lebih tinggi dibanding laki-laki, yang dapat mendorong perilaku prososial. Dalam konteks penelitian ini, dominasi responden perempuan dapat menjadi salah satu faktor yang menguatkan temuan bahwa konsep diri memiliki peranan penting dalam memengaruhi perilaku prososial. Perempuan dengan konsep diri positif cenderung menunjukkan kepedulian sosial yang nyata, baik melalui dukungan emosional maupun keterlibatan aktif dalam kegiatan sosial. Ditambah lagi jika berdasarkan karakteristik tingkat pendidikan, mayoritas responden adalah lulusan sarjana (75,6%), diikuti diploma (19,95%), dan SMA (14,7%). Tingginya proporsi partisipan dengan latar belakang pendidikan tinggi menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki kapasitas pengetahuan, pemahaman sosial, dan kemampuan refleksi diri yang baik. Hal ini berpotensi memengaruhi konsep diri yang dimiliki, karena individu berpendidikan tinggi cenderung lebih mampu menilai kekuatan dan kelemahan diri secara objektif serta menginternalisasi nilai-nilai prososial.

Dengan demikian, distribusi karakteristik responden ini memberikan gambaran bahwa tingkat pendidikan dan jenis kelamin dapat berperan sebagai faktor pendukung yang memperkuat hubungan antara konsep diri dan perilaku prososial. Walaupun kedua variabel

demografis ini bukan variabel utama dalam penelitian, Distribusi karakteristik responden ini memperkuat validitas hubungan yang ditemukan antara Konsep Diri dan Perilaku Prososial. Tingginya proporsi partisipan perempuan secara teoretis mendukung temuan ini, karena perempuan seringkali memiliki tingkat Empati yang lebih tinggi, yang merupakan dasar bagi internalisasi Konsep Diri sebagai individu yang peduli. Demikian pula, latar belakang pendidikan tinggi (Sarjana) menunjukkan sampel memiliki kemampuan refleksi diri yang lebih baik, sehingga mereka lebih mampu melakukan *self-assessment* dan menginternalisasi nilai-nilai prososial.

Meskipun hasil dari penelitian ini konsep diri berpengaruh terhadap perilaku prososial, nilai koefisien determinasi (R-square) sebesar 0.285 menunjukkan bahwa konsep diri hanya mampu menjelaskan 28.5% dari variasi perilaku prososial yang terjadi pada pengikut *Humanies Project*. Angka ini menyiratkan bahwa mayoritas variasi, yaitu sebesar 71.5%, dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar konsep diri. Kesenjangan ini membuka diskusi yang lebih luas mengenai faktor-faktor pendorong perilaku prososial yang tidak terangkum dalam variabel penelitian ini. Seperti yang diungkapkan Staub dalam Dayakisni & Hudaniah (2015), perilaku prososial juga dapat dipengaruhi oleh *self-gain* (keuntungan pribadi), *empathy*, dan *personal values and norms*. Angka 71,5% yang dipengaruhi faktor lain menunjukkan bahwa konsistensi perilaku prososial pada pengikut *Humanies Project* sangat rentan terhadap variabel situasional dan eksternal. Sebagai contoh, di ruang digital: Perilaku Donasi Anonim mungkin lebih didorong oleh Empati sesaat atau Rasa Keterikatan Emosional terhadap narasi tertentu yang *viral* (faktor luar), bukan semata-mata konsep diri yang stabil. Partisipasi pasif seperti hanya *like* atau *share* bisa jadi didorong oleh norma sosial digital atau identifikasi kelompok seperti ingin dilihat peduli tanpa mengeluarkan biaya atau tenaga besar yang juga termasuk dalam 71,5% faktor luar. Variasi partisipasi yang ditemukan dalam observasi awal kemungkinan besar dipengaruhi oleh kombinasi dari berbagai faktor tersebut, bukan hanya konsep diri. Oleh karena itu, variasi signifikan yaitu kesenjangan antara 111.000 pengikut dan 25.000 donatur aktif dapat diinterpretasikan sebagai perbedaan dominasi faktor. Pada pengikut yang pasif, motivasi prososialnya didominasi oleh faktor eksternal yang tidak berkelanjutan, sementara pada pengikut yang aktif, dorongan dari Konsep Diri yang kuat mampu mengalahkan faktor eksternal yang menghambat.

Hasil penelitian ini didukung oleh Tzabitah & Ma (2024) yang menemukan bahwa konsep diri berpengaruh terhadap perilaku prososial pada dewasa awal di Makasar dengan nilai (r) sebesar 0.744 dan signifikansi (p) sebesar 0.000 ($p < 0.05$) dan nilai (R^2) sebesar 0.554 yang berarti 55,4% varians dalam perilaku prososial dapat dijelaskan oleh konsep

diri pada dewasa awal di Makasar. Penguat lain berasal dari penelitian Nurjanah dkk (2023) yang menemukan bahwa konsep diri berpengaruh terhadap perilaku prososial pada peserta didik SMP Negeri 6 Semarang dengan nilai $t = 8.345$, $p = 0,000$. ($p < 0.05$) Hasil penelitian tersebut mengungkapkan bahwa konsep diri memberikan kontribusi efektif sebesar 52,6% terhadap perilaku prososial, sedangkan 47,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dikaji dalam penelitian tersebut. Temuan ini mengindikasikan bahwa peserta didik dengan konsep diri yang positif cenderung menunjukkan perilaku prososial yang lebih tinggi. Sebaliknya, konsep diri yang rendah berkaitan dengan rendahnya tingkat perilaku prososial.

Selain itu juga didukung oleh penelitian lain dari (Oktaviani & Yusri (2024) ditemukan hasil penelitian menunjukkan terdapat bahwa konsep diri berpengaruh signifikan terhadap perilaku prososial siswa. persentase pengaruh konsep diri (X) terhadap variabel perilaku prososial (Y) sebesar 42,6%, nilai T hitung 8,3913 dan Ttabel 1,661. Dan penelitian lainnya oleh Utari & Rustika (2021) yang menemukan adanya pengaruh signifikan antara konsep diri dan kecerdasan emosional secara bersama-sama terhadap perilaku prososial pada subjek remaja SMA di Denpasar dengan pengaruh sebesar 37,3% dan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$).

4. Simpulan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh konsep diri terhadap perilaku prososial pada pengikut Humanies Project usia dewasa awal. Berdasarkan hasil analisis terhadap 105 responden, penelitian ini menunjukkan bahwa konsep diri berpengaruh positif dan signifikan terhadap perilaku prososial dengan kontribusi sebesar 28,5%. Temuan ini mengindikasikan bahwa konsep diri berpengaruh signifikan terhadap perilaku prososial. Hasil penelitian memperkuat pandangan bahwa konsep diri berperan sebagai landasan psikologis yang memengaruhi konsistensi individu dalam bertindak sesuai dengan nilai dan norma sosial. Pada fase dewasa awal, individu berada dalam proses eksplorasi identitas dan internalisasi nilai, sehingga konsep diri yang terbentuk dengan baik mendorong munculnya perilaku prososial yang lebih adaptif, khususnya dalam konteks komunitas sosial berbasis digital seperti *humanies project*.

Meskipun demikian, kontribusi konsep diri dalam menjelaskan perilaku prososial tergolong sedang, yang menunjukkan bahwa sebagian besar variasi perilaku prososial dipengaruhi oleh faktor lain di luar konsep diri. Oleh karena itu, penelitian ini menegaskan bahwa konsep diri merupakan faktor penting, namun bukan satu-satunya penentu perilaku prososial. Temuan ini membuka peluang bagi penelitian selanjutnya untuk mengkaji faktor lain, seperti empati, nilai personal, dan faktor kontekstual digital, guna memperoleh

pemahaman yang lebih komprehensif mengenai perilaku prososial dalam komunitas sosial berbasis media sosial.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada komunitas Humanities Project yang secara tidak langsung menjadi konteks dalam penelitian ini, serta kepada para pengikut Humanities Project yang telah berpartisipasi dan memberikan kontribusi data yang berharga. Selain itu, apresiasi diberikan kepada dosen pembimbing dan pihak-pihak lain yang telah memberikan masukan, arahan, serta dukungan akademik sehingga penelitian ini dapat diselesaikan

Daftar Rujukan

- Bashori, K. (2017). Menyemai Perilaku Prososial di Sekolah. *Sukma: Jurnal Pendidikan*, 1(1), 57–92. <https://doi.org/10.32533/01103.2017>
- Dayakisni & Hudaniah. (2015). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Pers.
- Eisenberg, N., & Mussen, P. H. (1989). *The Roots of Prosocial Behavior in Children*. Cambridge University Press.
- Fitts, W. H. (1971). *The Self Concept and Self Actualization*. California: Western Psychological Service.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, S. R. (2016). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz.
- Gupta, D., & Thapliyal, G. (2015). A study of prosocial behaviour and self. *I-manager's journal on education psychology*, 9(1), 38–46.
- Hardy, S., & Carlo, G. (2011). *Moral Identity: handbook of identity theory and research*. New York: Springer.
- Hurlock, E. B. (2019). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Khanna, V., Sharma, E., Chauhan, S., & Pragyendu. (2017). Effects of prosocial behavior on happiness and well-being. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(2).
- Luria, G., C., A., R., & Boehm, A. (2015). National culture and prosocial behaviors: Results from 66 countries. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 44(5), 1041–1065. Diambil dari <https://doi.org/10.1177/08997640145544%0A56>
- Martela, F., & Ryan, R. M. (2016). Prosocial behavior increases well-being and vitality even without contact with the beneficiary: causal and behavioral evidence. *Motiv. Emot*, 40, 351–357. Diambil dari 10.1007/s11031-016-9552-z
- Nurjanah, Kusdaryani, W., & Astiti, S. W. P. (2023). *Peran Konsep Diri Terhadap Perilaku Prososial Peserta Didik. VIII(I)*, 1–19.

- Oktaviani, S. N., & Yusri, F. (2024). *Pengaruh Self Concept Terhadap Perilaku Prososial pada Siswa MTSN 12 Agam*. 10, 234–246.
- Parapat, A. (2020). *Bimbingan Konseling Untuk Anak Usia Dini Upaya Menumbuhkan Perilaku Prososial*. Edu Publisher.
- Project, H. (2024). Humanities Project. Diambil 16 April 2025, dari <https://humaniesproject.org/>
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span Development* (17 ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Satria, B., & Neviyarni, S. (2024). *JOTE Volume 6 Nomor 2 Tahun 2024 Halaman 196-202 Journal on Teacher Education Research & Learning in Faculty of Education Persepsi Sosial dan Kognisi Sosial: Perspektif Psikologi dalam Dinamika Sosial*. 6, 196–202.
- Sihombing, J. J., Armyanti, I., & Triharja T, A. A. (2023). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Empati dan Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2020. *Cermin Dunia Kedokteran*, 50(10), 531–543. <https://doi.org/10.55175/cdk.v50i10.1075>
- Simpson, B., & Willer, R. (2015). Beyond altruism: sociological foundations of cooperation and prosocial behavior. *Annu. Rev. Sociol.*, 41, 43–63. Diambil dari 10.1146/annurev-soc-073014-112242
- Tzabitah, S., & Ma, H. (2024). *Peran Konsep Diri dalam Membentuk Perilaku Prososial pada Dewasa Awal*. 000.
- Utari, A. R. T., & Rustika, I. M. (2021). Konsep Diri Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Perilaku Prososial Remaja Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Studia Insania*, 8(2), 80. <https://doi.org/10.18592/jsi.v8i2.3852>