



KEEFEKTIFAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK PERMAINAN UNTUK  
MENINGKATKAN PERILAKU ALTRUIS SISWA

Zulfa Mawadah<sup>1</sup>, Mulawarman Mulawarman<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Negeri Semarang, Semarang

Email: zulfamawadah422@gmail.com

Info Artikel

Riwayat Artikel

Diterima:

xxxx 2020

Disetujui:

xxxx 2020

Publikasi:

December 2020

—

Abstrak

Altruis adalah kebalikan dari egoisme, orang yang altruis yaitu orang yang peduli untuk menolong orang lain walaupun tidak ada keuntungan yang diperoleh dan tidak mengharapkan imbalan atas pertolongan yang telah dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh bukti empiris mengenai keefektifan bimbingan kelompok dengan teknik permainan terhadap perilaku altruis siswa. Jenis penelitian yang digunakan adalah *pre-eksperimen* dengan desain penelitian *one group pretest-posttest design*. Populasi penelitian adalah siswa SMP Boarding School Al-Ishlah Bobos Cirebon, dan sebagai sampelnya adalah 8 siswa kelas VII dan VIII yang memiliki tingkat perilaku altruis yang rendah. Teknik sampel yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan skala psikologis altruis. Teknik analisis data yang digunakan yakni analisis deskriptif persentase dan Uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan tingkat perilaku altruis siswa sebelum diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan berada pada kriteria sedang (55%), dan setelah diberi perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan masuk dalam kategori sangat tinggi (86%). Hasil Uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai  $z$  hitung = -2,52 dan *asympt* signifikansi 0,012 lebih kecil dari  $p$  tabel 0,05 ( $z = -2,52, p < 0,05$ ). Dengan demikian dapat diartikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan efektif untuk meningkatkan perilaku altruis siswa.

**Kata Kunci:** perilaku altruis, bimbingan kelompok dengan teknik permainan.

Abstract

Altruism is the opposite of selfishness, an altruistic person, which is a person who cares to help others even though there are no benefits obtained and do not expect rewards for the help that has been done. This study aims to obtain empirical evidence regarding the effectiveness of group guidance with game techniques for student altruistic behavior. The type of research used is a pre-experiment with the research design of One Group Pretest-Posttest Design. The study population was a student of Junior High School Boarding School Al-Ishlah Bobos Cirebon, and as the sample was 8 grade VII students and VIII which had a low level of altruistic behavior. Sample technique taken with purposive sampling technique. Data collection methods use the psychological scale of Altruism. The data analysis technique used is descriptive analysis percentage and Wilcoxon test. The results of the study showed that the level of altruistic behavior of students before being treated in the form of group guidance services with game techniques was in moderate criteria (55%), and after being treated in the form of group guidance services with the game technique in the very high category (86%). The Wilcoxon test results indicate that the value of  $Z$  count = -2.52 and asympt significance 0.012 smaller than  $p$  table 0.05 ( $z = -2.52, p < 0.05$ ). Thus it can be interpreted that group guidance services with effective game techniques to improve student altruistic behavior.

**Keywords:** altruist behavior, group guidance with game techniques.

## PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk sosial yaitu tidak dapat memenuhi kebutuhan hidupnya tanpa bantuan orang lain. Setidaknya adalah orang tua dan keluarganya, oleh karena itu sebagai manusia, hal yang wajar untuk saling membantu dan saling menolong. Salah satu perilaku menolong adalah altruisme. Myers (2012:187) menyatakan bahwa altruis adalah kebalikan dari egoisme, orang yang altruis yaitu orang yang peduli untuk menolong orang lain walaupun tidak ada keuntungan yang diperoleh dan tidak mengharapkan imbalan atas pertolongan yang telah dilakukan. Menurut Mesa (2020), altruisme atau menolong sesama merupakan perilaku yang baik dalam kehidupan manusia, karena pada dasarnya tidak ada yang bisa hidup bahagia tanpa bantuan orang lain. Tingkah laku altruis telah menjadi budaya sosial, dan itu merupakan salah satu dari ajaran agama, yang dilakukan pada saat kapan pun, di mana pun, dan oleh siapa pun. Sebagai sesuatu hal yang positif, perilaku altruis menjadi bagian dari perilaku yang perlu ditumbuh kembangkan terhadap setiap lingkungan, baik lingkungan rumah tangga, lingkungan masyarakat maupun lingkungan sekolah.

Menurut Neli & Sukmawati (2019), di lingkungan sekolah, banyaknya permasalahan siswa yang berkaitan dengan perilaku altruis yang disebabkan karena adanya siswa yang sukar membantu teman dalam kesulitan. Seseorang yang memiliki perilaku altruis maka ia memiliki aspek altruis itu sendiri. Menurut Bierhoff (Baron & Byrne, 2012) aspek perilaku altruis, yaitu (1) empati, (2) mempercayai dunia yang adil, (3) *social responsibility*, (4) *locus of control internal*, (5) egosentris yang rendah. Jadi dapat disimpulkan bahwa perilaku altruis merupakan tindakan atau perilaku yang dilakukan oleh individu atau kelompok untuk berbuat baik dimanapun, kapanpun dan kepada siapa saja tanpa mengharap imbalan atas kebaikan yang dilakukan. Menurut Batson (Myers, 2012:208), perilaku altruis merupakan sesuatu yang baik bila dimiliki oleh individu, karena dengan memiliki sikap altruisme maka seseorang akan sensitif untuk menolong orang lain, terhindar dari perilaku agresif, kecenderungan menjalin kemitraan yang baik dan lebih bertoleransi.

Namun, pada kenyataannya masih terdapat individu yang tidak memiliki empati, mempercayai dunia yang adil, *social responsibility*, *locus of control internal* dan egosentris yang rendah dalam kehidupannya, seperti kasus yang terjadi di Purworejo tiga siswa SMP menganiaya seorang siswi, perundungan berupa penganiayaan yang dipicu rasa sakit hati karena mereka dilaporkan oleh korban ke guru soal meminta uang (Wismabrata, 2020). Fenomena tersebut juga terjadi di negara lain; seperti di Inggris, seorang guru perempuan di Corpus ditusuk hingga tewas oleh muridnya yang berusia 15 tahun yang terjadi pada April 2014. Siswa tersebut dihukum seumur hidup setelah mengakui telah membunuh gurunya (Damarjati, 2019).

Hal tersebut juga terjadi di SMP Boarding School Al-Ishlah Bobos, berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan Guru BK serta salah satu wali kelas di SMP Boarding School Al-Ishlah Bobos diperoleh bahwa selama liburan pandemi tiga bulan lamanya, siswa belum merasa betah kembali ke pondok dan sekolah. Perilaku tersebut dapat dilihat dari beberapa peristiwa yang terjadi, seperti siswa tidak mendengarkan dengan baik penjelasan yang diberikan oleh guru di depan kelas, meminta keringanan untuk dilakukan setengah KBM seperti sekolah yang lain, dan ada beberapa siswa kelas IX yang meminta pulang ke rumah, ada juga ketika diminta untuk bekerja kelompok siswa hanya mengerjakan tugasnya pribadi sehingga tidak merasa bahwa tugas tersebut adalah tugas bersama. Guru BK juga memaparkan bahwa di kelas VIII sering melakukan tindakan yang

menunjukkan penurunan perilaku altruis. Hal ini ditunjukkan dengan beberapa kasus yang terjadi seperti perundungan, dan pencurian.

Peneliti juga melakukan wawancara kepada lima siswa SMP Boarding School Al-Ishlah Bobos yang terdiri dari satu siswa kelas VII, dua siswa kelas VIII dan dua siswa kelas IX, dari wawancara tersebut yang menandakan rendahnya perilaku altruis yaitu: siswa tidak menolong orang yang belum dikenal karena merasa tidak enak dan takut merendahkan diri orang yang ditolong dan tidak menolong seseorang yang ia tidak suka atau orang tersebut sering melakukan kesalahan yang sama. Hal lain yang ditemukan dari wawancara dengan siswa, siswa memilih mementingkan diri sendiri dari pada ikut terkena dampak jika menolong orang lain, serta siswa khawatir jika menolong seseorang tidak mendapat balasan yang serupa dari orang yang ditolong. Adapun hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti terhadap peserta didik di SMP Boarding School Al-Ishlah Bobos menunjukkan bahwa siswa memiliki empati yang rendah ditandai dengan adanya siswa yang memberikan penjelasan kepada temannya yang belum memahami pelajaran dan siswa yang membantu tersebut menjelaskan sambil berkata yang tidak sepatutnya dikatakan kepada orang lain termasuk kepada orang yang diberi pertolongan, sehingga hal ini menandakan perilaku sukarela yang masih rendah. Dari observasi yang peneliti lakukan juga terlihat bahwa siswa-siswa masih membatasi pergaulannya kepada teman yang akrab saja, tidak membaur dengan teman yang lain walau dilingkungan kelas.

Menurut Isnaeni (2018), pelajar merupakan aset yang penting bagi suatu negara, karena generasi pelajar adalah bibit yang harus dikembangkan untuk menjadi generasi yang dapat memajukan agama, nusa, bangsa serta diharapkan para pelajar memiliki karakter, sikap dan norma yang baik, yang terlatih di sekolah dan dapat diaplikasikan di dunia masyarakat. Bermasyarakat tentu tidak terlepas dari interaksi sosial dan tentu adanya tindakan tolong menolong dan timbul rasa empati, karena manusia dikodratkan sebagai makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri. Remaja sebagai peserta didik diharapkan menanamkan rasa empati yang tinggi sehingga menumbuhkan perilaku tolong menolong terhadap teman atau siapapun yang benar-benar membutuhkan tanpa memandang status orang tersebut. Melihat fenomena di atas, remaja sangat rentan terhadap tindakan asusila yang terjadi di lingkungan, karena remaja sedang berada pada masa perkembangan kematangan emosi, menerapkan perilaku etis, dan pengembangan pribadi (Surapranata, 2016), dan perkembangan tersebut bisa terhambat jika remaja tidak dapat menerapkan perilaku altruis dengan baik dan benar.

Guru Bimbingan dan Konseling di sekolah memiliki peran penting untuk menanamkan karakter peduli sosial, yang sejalan dengan perilaku altruis dalam lingkungan pendidikan. Salah satu usaha yang pernah dilakukan guru/pendidik untuk menangani hal ini dengan menerapkan perilaku altruisme dalam pendidikan ekonomi yang dilakukan oleh Zulistiani (2016), yang memaparkan guru pendidikan ekonomi bisa menanamkan karakter altruisme dengan cara menggunakan metode pembelajaran yang tepat, memilih bahan ajar serta media yang sesuai, dan tentunya dengan memberikan keteladanan yang baik bagi siswa, namun hal tersebut membutuhkan kerjasama antara semua pihak sekolah agar perilaku altruis pada siswa dapat berkembang secara optimal dan dapat diterapkan dengan teknik yang lebih kreatif dan menyenangkan sehingga siswa tidak bosan. Cara lain yang dilakukan oleh Yang (2020), untuk meningkatkan perilaku altruis yang dipengaruhi oleh rasa tanggungjawab warga komunitas (SOC-R), menggunakan permainan diktator menunjukkan peningkatan secara signifikan pada perilaku altruis masyarakat warga komunitas (SOC-R), juga menyarankan untuk peneliti selanjutnya menggunakan metode eksperimen sehingga dapat melihat keaslian dari peningkatan hal yang diinginkan.

Yildiz & Duy (2013), meningkatkan empati dan keterampilan komunikasi yang merupakan salah satu aspek dari perilaku altruis dengan cara program psikoedukasi, dengan program psikoedukasi tersebut memberikan hasil yang efektif untuk meningkatkan empati dan keterampilan komunikasi pada remaja tunanetra. Dalam penelitian Akan (2021), juga menyebutkan bahwa psikoedukasi efektif untuk menurunkan tingkat kemarahan, kekerasan dan agresi siswa dan menyarankan metode tersebut dapat ditempatkan pada sistem pendidikan serta kurikulum sekolah dalam lingkup bimbingan preventif dan perkembangan oleh konselor psikologis sekolah. Menurut Neukrug (2012), psikoedukasi merupakan tujuan dari bimbingan kelompok yaitu memberikan dorongan secara psikologis kepada setiap anggota kelompok guna mengembangkan diri.

Terkait dengan pengentasan masalah tersebut, peneliti berinisiatif menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan untuk meningkatkan perilaku altruis siswa, karena layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan yang dapat mengaktifkan peran individu dalam kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan peserta kegiatan bimbingan kelompok. Menurut Uno (2010), permainan adalah kegiatan yang dilakukan seseorang secara sukarela (tanpa paksaan) untuk memperoleh informasi, memberikan kesenangan dan secara spontan merangsang imajinasi anak serta tanpa beban, sehingga bimbingan kelompok dengan teknik permainan merupakan satu diantara beberapa jenis layanan bimbingan dan konseling yang dapat diandalkan dan dirasa tepat untuk mengatasi permasalahan di atas yaitu meningkatkan perilaku altruis pada remaja. Menurut Romlah (Sari, 2013) bimbingan kelompok adalah proses membantu individu dalam situasi kelompok, bertujuan untuk mencegah masalah bagi siswa dan mengembangkan potensi, serta pengelolaannya dilakukan dalam situasi kelompok. Pemanfaatan bimbingan kelompok dengan teknik permainan dalam hal ini diharapkan efektif untuk meningkatkan altruis siswa, karena di dalam bimbingan kelompok dengan teknik permainan siswa dilatih untuk lebih berempati dan peduli terhadap lingkungan sekitar, tidak egois, menghargai pendapat serta solusi dari anggota lain yang diberikan melalui analisis kasus yang terdapat pada permainan saat proses layanan. Sehingga diharapkan individu dapat memiliki perilaku altruis yang tinggi dan dapat diterapkan pada kehidupan sehari-hari.

## METODE

Peneliti menggunakan penelitian eksperimen *pre-eksperimental design*. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one-group pretest-posttest* yaitu desain yang membandingkan keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan agar diketahui hasil yang lebih akurat. Populasi penelitian ini yaitu siswa SMP Boarding School Al-Ishlah Bobos Cirebon yang berjumlah 106 siswa terdiri dari kelas VII, VIII, IX A dan IX B. Pemilihan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa yang mempunyai tingkat perilaku altruis terendah berdasarkan hasil *pretest* berupa skala altruisme yang dibagikan sebelum dilakukannya *treatment*, sehingga setelah diukur akan diketahui tingkat perilaku altruis siswa dari terendah sampai tertinggi. Jumlah yang dijadikan sampel adalah 8 siswa SMP Boarding School Al-Ishlah Bobos Cirebon dalam satu kelompok

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala psikologis yaitu skala altruis. Model skala yang digunakan adalah model skala likert. Dengan skala likert, maka variabel yang diukur dijabarkan menjadi beberapa indikator. Pada variabel altruisme terdapat 5 indikator yaitu; empati, mempercayai dunia yang adil, tanggung jawab sosial, *locus of control internal*, dan egosentris yang rendah. Jumlah pernyataan pada skala altruis terdiri

dari 50 item berupa pernyataan yang merupakan tindakan dari subyek penelitian. Setiap pernyataan memiliki alternatif jawaban menurut Sugiyono (2016: 135), yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu-ragu (RG), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Dalam pemberian skor masing-masing item, bergerak dari nilai-nilai yang paling tinggi sampai dengan nilai yang paling rendah. Dengan skor 5 untuk jawaban sangat setuju (SS), skor 4 untuk jawaban setuju (S), skor 3 untuk jawaban ragu-ragu (RG), skor 2 untuk jawaban tidak setuju (TS), dan skor 1 untuk sangat tidak setuju (STS). Skala ini terdiri dari dua kategori aitem pernyataan, yaitu favorable dan unfavorable serta menentukan bobot nilai. Aitem favorable, skor dimulai dari 5, 4, 3, 2, 1 sementara untuk aitem unfavorable, skor dimulai dari 1, 2, 3, 4, 5.

Pengujian validitas skala altruis dengan menggunakan uji *product moment*. Berdasarkan 50 item yang diajukan terhadap 45 responden. Pengujian validitas instrument dilakukan dengan membandingkan r hitung dengan r tabel. Dengan *degree freedom* (df) = N - 2 dan N = 45 diperoleh df = 43, taraf signifikansi yang digunakan 5% sehingga diperoleh r tabel = 0,301. Item instrumen dalam hal ini dinyatakan valid ketika r hitung lebih besar dari 0,301 dan bernilai positif. Dari hasil analisis tersebut diperoleh 41 item yang dinyatakan valid. Pada pengujian reliabilitas instrumen ditentukan dengan uji alpha *cronbach* dengan bantuan program komputer SPSS versi 23. Skala psikologis dengan 50 item tersebut bertaraf signifikan 5% dengan N = 45, maka diperoleh r tabel sebesar 0,294 dan nilai r11 sebesar 0,896. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa skala psikologis siswa yang telah dilakukan uji coba memiliki reliabilitas yang baik untuk digunakan sebagai alat pengumpul data penelitian. Untuk menguji hipotesis pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan analisis data deskriptif persentase, dan analisis inferensial uji *wilcoxon*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran tingkatan perilaku altruis siswa SMP Boarding School Al-Ishlah Bobos Cirebon sebelum dan setelah diberikan bimbingan kelompok teknik permainan. Dapat dilihat pada tabel 1:

**Tabel 1. Peningkatan Altruis Siswa Sebelum dan Setelah Mengikuti Layanan Bimbingan Kelompok dari Masing-Masing Indikator**

No	Indikator	Persentil point pre-test	Kriteria	Persentil point post-test	Kriteria	Peningkatan
1	Empati	60%	Sedang	89%	Tinggi	29%
2	Mempercayai dunia yang adil	53%	Sedang	84%	Tinggi	31%
3	Tanggung jawab sosial	62%	Sedang	88%	Sangat Tinggi	26%
4	Locus of control internal	56%	Sedang	90%	Sangat Tinggi	34%
5	Egosentris yang rendah	50%	Rendah	88%	Sangat Tinggi	39%
Presentase skor rata-rata		55%	Sedang	86%	Sangat Tinggi	31%

**Tabel 2. Ringkasan Hasil Wilcoxon**

Perilaku altruis siswa	Mean	Standar Deviasi
Pre-test	0,00	0,00
Post-test	4,50	36,00
Z		-2,521
P		0,012

Berdasarkan hasil tabel 1 pemberian perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan sebanyak 5 kali pertemuan dan diberikan kepada 8 siswa sebagai subjek penelitian yang ditentukan berdasarkan arahan Guru Bimbingan dan Konseling yang menyatakan bahwa terdapat beberapa siswa yang mengalami perilaku altruisme rendah, hal ini diperkuat melalui hasil analisis *pre-test* angket skala altruisme yang dibagikan kepada 57 orang siswa Boarding School Al-Ishlah Bobos. Selanjutnya dari 57 siswa dipilih 8 siswa dengan skor terendah. Peningkatan juga terjadi pada masing-masing indikator perilaku altruisme. Berdasarkan hasil analisis, rata-rata indikator perilaku altruisme sebelum diberikan perlakuan adalah 55% dan masuk dalam kategori sedang. Setelah diberikan perlakuan, rata-rata indikator perilaku altruisme mengalami peningkatan hingga 31% sehingga menjadi 86% dan masuk dalam kategori sangat tinggi. Adapun indikator yang mengalami peningkatan tertinggi adalah egosentris yang rendah sebesar 39% dan peningkatan terendah pada aspek tanggung jawab sosial sebesar 26%. Berdasarkan hasil uji perhitungan *Wilcoxon* di atas diperoleh nilai Z hitung sebesar -2,521, dan asymp signifikansi 0,012 lebih kecil dari p tabel 0,05 ( $z = -2,521$ ,  $p < 0,05$ ). Dengan demikian dapat diartikan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik permainan efektif untuk meningkatkan perilaku altruis siswa.

Hasil penelitian ini memperkuat hasil penelitian yang dilakukan Yuliani (2019), dengan judul meningkatkan perilaku prososial melalui layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik permainan (*games*) pada anak Asrama Sion Salatiga yang menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan permainan secara signifikan dapat meningkatkan perilaku prososial pada anak Asrama Sion Salatiga. Adapun rekomendasi dari beberapa penelitian memperkuat hasil penelitian yang dilakukan, yaitu Apriliani (2015), menjelaskan terdapat perubahan peningkatan empati dari sebelum dilakukan bimbingan kelompok dengan setelah dilakukan bimbingan dan kelompok, rekomendasi dari penelitian Aprilia terhadap peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih dalam tentang empati, agar empati siswa lebih tinggi terhadap sesama dengan treatment yang berbeda. Isnaeni (2018), juga memaparkan hasil penelitiannya, bahwa konseling kelompok efektif mengatasi rendahnya perilaku altruisme pada siswa kelas IX SMPN 2 Sirampong Kabupaten Brebes dan peneliti berharap peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan memanfaatkan teknik yang ada dalam layanan bimbingan dan konseling. Rekomendasi tersebut dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan treatment bimbingan kelompok dengan teknik permainan dan meneliti lebih dalam terkait empati melalui perilaku altruis. Salah satu aspek perilaku altruis yaitu empati, pada hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti empati siswa mengalami kenaikan sebesar 29%. Sebelum diberikan *treatment*, empati siswa masuk pada kategori sedang yaitu 60% dan meningkat setelah diberikan *treatment* menjadi 89% masuk pada kategori sangat tinggi.

Ada pula rekomendasi dari penelitian yang dilakukan oleh Ishak (2014), menjelaskan bahwa konselor harus berhati-hati dalam menyesuaikan program konseling dan kegiatan bimbingan mengenai kesenjangan pada dimensi keterampilan sosial dan hubungan empati. Berdasarkan pernyataan tersebut maka hal ini juga perlu diperhatikan

oleh peneliti, karena dalam penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti akan melihat atau menganalisis bagaimana kesenjangan dari keterampilan sosial ataupun empati pada subjek peneliti. Batson & Ahmad (2015), juga menyarankan pada peneliti selanjutnya untuk meningkatkan empati atau perilaku lainnya untuk menentukan terlebih atau menargetkan subjek yang akan diteliti agar hasilnya lebih terlihat, sedangkan penelitian Guinot (2015), menyarankan pada peneliti selanjutnya dapat menyelidiki konsekuensi altruisme dalam organisasi. Berdasarkan rekomendasi tersebut sangat membantu peneliti sehingga lebih terarah dan lebih teliti dalam mempersiapkan proses penelitian dengan membuat panduan perlakuan yang matang, menargetkan populasi dan sampel yang akan digunakan dalam penelitian. Peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian di SMP Boarding School Al-Ishlah Bobos Cirebon dengan populasi seluruh siswa SMP Boarding School Al-Ishlah Bobos Cirebon yaitu kelas VII, VIII, IX A dan IX B serta mengambil 8 siswa sebagai sampel untuk diberikan perlakuan bimbingan kelompok dengan teknik permainan.

Akos (2000), merekomendasikan konselor sekolah perlu membangun pertumbuhan yang berkembang dan mengajarkan kepada siswa keterampilan empati dan membantu mempromosikan perilaku prososial, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tousignant (2018), menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk mengeksplorasi paradigma empati yang berbeda untuk memberikan petunjuk menarik tentang bagaimana cara berpromosi empati dan kepekaan terhadap orang lain diantara populasi yang sedang berkembang saat ini. Adapula penelitian lama namun dapat menguatkan penelitian ini yaitu penelitian dari Ritch (1981), menyebutkan bahwa sifat remaja awal, sangat sulit untuk melaporkan secara akurat masalah mengenai psikologisnya oleh karena itu dibutuhkan metode atau teknik yang sesuai dengan masa tumbuh kembangnya sehingga psikologis yang diinginkan dapat dipahami oleh siswa dan berhasil dibentuk sesuai dengan tujuan, dan Yang (2020), dalam penelitiannya menyarankan pada penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode eksperimen guna dapat menunjukkan keaslian dari perubahan atau pengaruh tanggung jawab sosial pada perilaku altruis. Dari pemaparan di atas peneliti tertarik untuk meneliti perilaku altruis guna mempromosikan perilaku sosial dengan metode yang lebih menarik yaitu teknik permainan dalam bimbingan kelompok yang disesuaikan dengan masa tumbuh kembang remaja awal dan menggunakan metode penelitian berupa eksperimen agar terlihat keaslian dalam perubahan/peningkatan perilaku altruis siswa. Hal tersebut terbukti dari hasil peningkatan perilaku altruis siswa dari kategori sedang meningkat menjadi sangat tinggi yaitu 86% serta peneliti dapat melihat secara langsung perubahan yang dialami siswa dari malu berpendapat menjadi berani mengemukakan pendapat walau terbata-bata, tergerak membantu anggota kelompok lain tanpa harus ditunjuk dan lebih menghargai pendapat anggota kelompok lain, juga menyampaikan nasehat dengan cara yang lebih baik lagi seperti mengucapkan maaf terlebih dahulu dan menggunakan bahasa yang sopan serta intonasi yang lembut. Contoh kecil tersebut menunjukkan peningkatan perilaku altruis siswa.

Myers (2012: 187), mengatakan bahwa altruisme adalah paham sifat suka memerhatikan dan mengutamakan kepentingan orang lain, cinta yang tidak terbatas terhadap sesama manusia yang bersifat naluri berupa dorongan dari orang lain sehingga hal tersebut dapat menjadikan siswa sebagai manusia seutuhnya yang menjunjung tinggi rasa tolong menolong. Dalam proses pemberian layanan untuk meningkatkan perilaku altruisme, siswa dituntut untuk berinisiatif dalam mengaplikasikan materi layanan dalam kehidupan sehari-hari yaitu menerapkan aspek perilaku altruisme berupa (1) empati, (2) mempercayai dunia yang adil, (3) tanggung jawab sosial, (4) *locus of control internal*, (5) egosentris yang rendah, (Bierhoff (Baron & Byrne, 2012)). Siswa yang memiliki perilaku

altruisme tinggi akan membantunya dalam beradaptasi dengan lingkungan di sekitarnya dan menjadikannya sebagai manusia yang menjunjung tinggi harkat dan martabat dalam bentuk menolong orang lain.

Adapun faktor yang dapat mempengaruhi seseorang untuk menolong menurut Myers (2012: 224-229), yaitu: (1) sifat-sifat kepribadian, berdasarkan beberapa hasil penelitian dapat diketahui bahwa individu yang memiliki emosi positif, dan efikasi diri adalah individu yang paling besar kemungkinan memiliki perhatian dan bersedia memberikan bantuan, (2) *sexual orientation*, berdasarkan situasional yang ada, pria dan wanita memiliki perbedaan dalam memberikan pertolongan, (3) kepercayaan kepada Tuhan, semua ajaran dalam agama menjunjung tinggi nilai tolong menolong dan mengasihi satu sama lain baik berupa pertolongan mampu perhatian. Tiga hal tersebut terlihat pada saat pemberian perlakuan dimana sifat pribadi siswa menjadi faktor tergerak atau tidaknya siswa untuk menolong, dan ada perbedaan siswa perempuan dan laki-laki membantu seseorang dengan cara melihat keadaan sehingga memutuskan untuk menolong atau tidak, terlihat pada saat pemberian perlakuan siswa perempuan mayoritas membantu karena tidak enak hati sedangkan laki-laki mengambil keputusan menolong dilihat dengan keadaan dirinya dan yang meminta tolong. Adapun tingkat kepercayaan kepada Tuhan akan sangat mempengaruhi siswa tersebut untuk menolong, karena pada saat perlakuan ada siswa menyampaikan pendapat yaitu ketika seseorang takut dengan Tuhannya dan ridho hidupnya hanya untuk Tuhan maka ia tidak akan ragu untuk menolong makhluk hidup. Hal tersebut menunjukkan bahwa tiga faktor tersebut mempengaruhi siswa memutuskan untuk menolong atau tidak.

Menurut Santos (2018) menyebutkan terdapat beberapa keuntungan altruisme; (1), *Physical Benefits Associated with Altruism: (a) Better physical health, (b) Improved immunological function, (c) Increased longevity*; (2) *Psychological Benefits Associated with Altruism: (a) Increased well-being, (b) Have fewer mental disturbances, (c) Decreased negative thoughts, (d) Higher life satisfaction, (e) Stronger will to live, (f) Viewed as more attractive by potential romantic partner, (g) Have friends that are more altruistic*. Hal tersebut dirasakan oleh responden, terlihat pada pendapat yang disampaikan oleh beberapa responden yaitu keuntungan dari perilaku altruis ia memiliki banyak teman, tidak mudah stress, bahagia sehingga awet muda dan tidak mudah berpikiran buruk.

Pelajar adalah aset penting bagi negara, karena generasi pelajar adalah bibit yang harus dikembangkan untuk menjadi generasi yang dapat memajukan agama, nusa, bangsa serta diharapkan para pelajar memiliki karakter luhur, sikap dan norma yang baik, yang terlatih di sekolah dan dapat diaplikasikan di dunia masyarakat (Isnaeni, 2018). Remaja sebagai peserta didik diharapkan menanamkan rasa empati yang tinggi dan perilaku tolong menolong terhadap teman atau siapapun yang benar-benar membutuhkan tanpa memandang status orang tersebut. Sebagai remaja yang bersekolah di asrama idealnya memiliki karakteristik yang mengedepankan solidaritas, kegotongroyongan, kebersamaan, dan sikap saling tolong menolong secara ikhlas (Mahmuliana, 2017), karakteristik tersebut terdapat pada perilaku altruis. Ritch (1981), menyebutkan bahwa sifat remaja awal, sangat sulit untuk melaporkan secara akurat masalah mengenai psikologisnya oleh karena itu dibutuhkan metode atau teknik yang sesuai dengan masa tumbuh kembangnya sehingga psikologis yang diinginkan dapat dipahami oleh siswa dan berhasil dibentuk sesuai dengan tujuan, hal ini dibuktikan dengan efektifnya layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan untuk meningkatkan perilaku altruis pada siswa SMP Boarding School Al-Ishlah Bobos Cirebon.

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Pada layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan, aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan masalah individu yang menjadi anggota kelompok atau peserta layanan (Tohirin, 2015: 164). Folastris & Rangka (2016), menyebut tujuan pelayanan bimbingan kelompok yaitu; (a) belajar memahami diri sendiri dan orang lain, (b) menemukan berbagai kemungkinan cara menghadapi persoalan perkembangan dan upaya mengentaskan konflik-konflik tertentu, (c) meningkatkan kemampuan mengontrol diri sendiri, kemandirian, dan tanggungjawab terhadap diri sendiri serta orang lain, (d) membantu perencanaan yang khusus untuk merubah tingkah laku tertentu dan dengan kesadaran diri sendiri sungguh-sungguh untuk sepenuhnya menjalankan rencana itu, (e) belajar keterampilan sosial yang efektif, (f) belajar menggunakan konfrontasi orang lain dengan cara yang halus, perhatian, dan terkendali, (g) berubah dari hidup semata-mata untuk menjadi seperti apa yang diharapkan atau yang diinginkan orang lain menjadi hidup sesuai dengan harapan diri sendiri yang penuh dengan berkah.

Setiap tahap pada bimbingan kelompok mengandung unsur terapeutik dan memanfaatkan dinamika kelompok. Menurut Sukardi (Tohirin, 2015: 42), melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan memungkinkan setiap anggotanya untuk saling belajar mengungkapkan dan mendengarkan dengan baik, seperti: pendapat, ide, saran, tanggapan serta tanggung jawab terhadap pendapat yang telah dikemukakannya. Kelompok juga dapat belajar menghargai orang lain, mampu mengendalikan emosi, mengekspresikan perasaannya, membaaur dengan sesama serta menjadi akrab satu sama lain, ini diperkirakan dapat membantu bagi siswa untuk meningkatkan perilaku altruis yang rendah. Astuti (2013), menjelaskan di dalam permainan terdapat nilai-nilai yang berguna bagi anak dalam mengembangkan sikap percaya diri, tanggung jawab, terbuka, kooperatif, menghargai orang lain, kejujuran, dan spontanitas. Kegiatan bermain memberikan pengalaman bagi siswa karena siswa akan menyerap segala sesuatu yang terjadi di lingkungan sekitarnya. Selain itu proses bimbingan yang terjadi di dalam permainan dapat mengubah tingkah laku, sikap, dan pengalaman. Nilai-nilai yang diperoleh siswa karena terlibat dalam melakukan permainan (*games*) akan melekat di dalam diri siswa. Hal itulah yang dapat mendukung siswa meningkatkan keterampilan dan mengembangkan kemampuannya seoptimal mungkin.

Salah satu faktor penentu keberhasilan penelitian ini yaitu adanya antusias anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan kelompok dan komitmen dari anggota kelompok itu sendiri untuk merubah perilaku dan menerapkan apa yang telah diperoleh dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan. Perilaku tersebut berubah tanpa disadari secara langsung oleh beberapa siswa. Siswa yang tidak aktif dalam proses pemberian layanan, secara bertahap menjadi aktif. Dimulai dari diam saat menjawab, mulai menjawab walaupun terbata-bata, hingga dapat mengemukakan pendapatnya sendiri dan mampu memperlihatkan rasa empati, mempercayai dunia yang adil, tanggung jawab sosial, *locus of control internal* dan egosentris yang rendah pada pertemuan layanan. Rasa empati, egosentris yang rendah, mempercayai dunia yang adil dan tanggung jawab sosial itulah yang membuat siswa menjadi aktif sehingga dapat peduli dalam menjalankan kehidupan sosial dan kepekaan akan nilai-nilai moral di masyarakat. Walaupun pada pertemuan awal saat siswa masih mengacuhkan nilai-nilai altruisme yang ada terjadi di sekitarnya namun setelah pemberian materi dan penguatan di akhir pertemuan siswa mulai memahami makna

yang terkandung dalam perilaku altruisme itu sendiri yang dapat menuntun mereka menjadi manusia yang berguna bagi dirinya juga orang lain.

## PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa *Pertama* tingkat perilaku altruis siswa SMP Boarding School Al-Ishlah Bobos Cirebon sebelum mendapatkan bimbingan kelompok dengan teknik permainan berada pada kategori sedang. *Kedua* tingkat perilaku altruis siswa SMP Boarding School Al-Ishlah Bobos Cirebon sesudah mendapatkan bimbingan kelompok dengan teknik permainan berada pada kategori sangat tinggi. *Ketiga*, bimbingan kelompok dengan teknik permainan efektif untuk meningkatkan perilaku altruis siswa SMP Boarding School Al-Ishlah Bobos Cirebon. Meskipun penelitian ini berhasil membuktikan keefektifan bimbingan kelompok dengan teknik permainan, namun penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu metode pengumpulan data menggunakan skala psikologis yang memiliki kemungkinan ada jawaban faking (jawaban tidak sesuai dengan keadaan yang sebenarnya), walaupun peneliti sudah berupaya untuk menjelaskan kepada siswa untuk menjawab dengan jujur sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Oleh karena itu peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan memanfaatkan teknik lain yang ada dalam layanan bimbingan konseling dan menggunakan teknik pengumpulan data dan desain penelitian yang lebih kompleks.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akan, Y. 2021. Investigation of the Effect of the “Violence Reduction Psychoeducation Program” on Anger, Violence and Aggression Levels of Students. *International Journal of Progressive Education*, 17(1), 513–533. <https://doi.org/10.29329/ijpe.2020.329.32>
- Akos, P. 2000. Building Empathic Skills in Elementary School Children Through Group Work. *Journal For Specialists In Group Work*, 25(2).
- Apriliansi, A., Rosmawati, & Yakub, E. 2015. Pengaruh bimbingan kelompok terhadap peningkatan empati siswa kelas xi smk farmasi ikasari pekanbaru tp. 2014/2015. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Keguruan Dan Pendidikan Universitas Riau.*, 4(2), 1–9.
- Baron, R. A., & Byrne, D. 2012. *Psikologi Sosial Edisi Kespuluh*. Jakarta: Erlangga.
- Batson, C. D., & Ahmad, N. Y. 2015. Altruism and Prosocial Behavior in Groups Article information : *Advances in Group Processes*, 26(4), 1–23. [https://doi.org/10.1108/S0882-6145\(2009\)0000026004](https://doi.org/10.1108/S0882-6145(2009)0000026004)
- Damarjati, D. 2019, April 10. Kasus Guru Jadi Korban Kekerasan Juga Terjadi di Luar Negeri. *News Detik.Com*.
- Guinot, J., Chiva, R., & Mallén, F. 2015. The effects of altruism and relationship conflict on organizational learning. *International Journal of Conflict Management*, 26(1), 85–112.
- Ishak, N. M., Abidin, M. H. Z., & Bakar, A. Y. A. 2014. Dimensions of social skills and their relationship with empathy among gifted and talented students in Malaysia. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 116(2003), 750–753. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.292>
- Isnaeni, N., Wibowo, M. E., & Mugiarsa, H. 2018. Meningkatkan Perilaku Altruisme pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Melalui Konseling Kelompok. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(1), 45–51.
- Munib, A. 2012. *Pengantar Ilmu Pendidikan*. Semarang: UPT UNNES Press.

- Myers, D. G. 2012. *Psikologi Sosial Jilid 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Neli, U. S., & Sukmawati, I. (2019). Altruistic Behavior of Students in SMA N 1 Kampung Dalam Padang Pariaman Regency and The Implication in Guidance and Counseling. *Jurnal Neo Konseling*, 1(4), 1–8. <https://doi.org/10.24036/00186kons2019>
- Neukrug, E. 2012. *The world of the counselor: An introduction to the counseling profession*. Canada: Nelson Education.
- Ritch, Savin-williams, Zeldin, R. S., & Small, S. A. 1981. Dominance and Altruism Among Adolescent Males: A Comparison of Ethological and Psychological Methods. *Ethology And Sociobiology*, 2(4), 167–176.
- Sari, E. P. 2013. Pengembangan Model Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Sikap Prososial. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(2), 80–85.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif & RND*. Bandung: Alfabeta.
- Surapranata, S. 2016. *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas*. Jakarta: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jendral Guru dan Tenaga Kependidikan.
- Tohirin. 2015. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT. Grafindo Persada.
- Tousignant, B., Eugène, F., Sirois, K., & Jackson, P. L. 2018. Difference In Neural Response To Social Exclusion Observation And Subsequent Altruism Between Adolescents And Adults. *Neuropsychologia*, 116(Part A), 15–25. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2017.04.017>
- Uno, H. B. 2010. *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wismabrata. 2020. Tiga Siswa SMP Tersangka Kasus Perundungan di Purworejo Tidak Ditahan. *Kompas.Com*.
- Yang, C., Wang, Y., Wang, Y., Zhang, X., Liu, Y., & Chen, H. 2020. The Effect of Sense of Community Responsibility on Residents' Altruistic Behavior: Evidence from the Dictator Game. *International Journal of Environmental Research and Public Health Article*, 17(2), 460. <https://doi.org/10.3390/ijerph17020460>
- Yildiz, M. A., & Duy, B. 2013. Improving Empathy and Communication Skills of Visually Impaired Early Adolescents through a Psycho- education Program \*. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 13(3), 1470–1476. <https://doi.org/10.12738/estp.2013.3.1607>
- Yuliani, L., Dwikurnaningsih, Y., & . S. 2019. Meningkatkan Perilaku Prososial melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik Permainan (Games) pada Anak Asrama Sion Salatiga. *Jurnal Pedagogi Dan Pembelajaran*, 2(1), 33. <https://doi.org/10.23887/jp2.v2i1.17605>
- Zulistiani. 2016. Penanaman Pendidikan Karakter Untuk Membentuk Perilaku Altruisme Dalam Pendidikan Ekonomi. *National Conference On Economic Education Agustus*, 1578–1596.