



Pelatihan Empati Untuk Meningkatkan Perilaku Prososial Pada Siswa/i SDS Global Prima Medan

Empathy Training to Increase Prosocial Behavior in Students of SDS Global Prima Medan

Jesslyn Thomas⁽¹⁾, Rianda Elvinawanty^(2*), Cecillia Kho⁽³⁾, Felycia Thionardi⁽⁴⁾
& Rina Mirza⁽⁵⁾

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia, Indonesia

*Corresponding author: rianda@unprimdn.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki pengaruh pelatihan empati terhadap peningkatan perilaku prososial di kalangan siswa di SDS Global Prima Medan. Penelitian ini menggunakan kerangka kerja eksperimental, khususnya desain kuasi-eksperimental yang dicirikan oleh grup kontrol yang tidak setara. Pengumpulan data melibatkan penerapan uji Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk untuk normalitas. Analisis dilakukan dengan menggunakan teknik non-parametrik, khususnya Uji Wilcoxon untuk mengevaluasi perbedaan dalam distribusi antara dua grup sampel berpasangan, dan Uji Mann-Whitney U untuk menentukan perbedaan dalam nilai rata-rata antara dua grup sampel independen. Dengan menggunakan SPSS (Statistical Product and Service Solution) versi 27, hasil dari Uji Wilcoxon dan Uji Mann-Whitney U menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,003 (Sig. < 0,05), sehingga mendukung hipotesis tersebut. Hasilnya, dapat disimpulkan bahwa pelatihan empati secara signifikan meningkatkan perilaku prososial, dengan intensitas perilaku tersebut pada grup pelatihan lebih besar daripada sebelum pelatihan, dan perbedaan signifikan dalam intensitas perilaku prososial yang diamati antara grup yang terlatih dan grup yang tidak terlatih dibandingkan dengan grup yang tidak mendapatkan pelatihan empati, grup yang menerimanya menunjukkan perilaku prososial yang lebih intens.

Kata Kunci: Pelatihan Empati; Perilaku Prososial; Siswa.

Abstract

This study seeks to determine the effect of empathy training on enhancing prosocial behavior among students at SDS Global Prima Medan. This investigation employs an experimental approach utilizing a Quasi-Experimental design, specifically a non-equivalent control group design. Data collection involved the application of the Kolmogorov-Smirnov and Shapiro-Wilk tests for normality. The analysis was conducted using non-parametric methods, including the Wilcoxon Test to evaluate differences in the distribution of two paired sample groups, and the Mann-Whitney U Test to assess differences in the mean values of two independent sample groups. Utilizing SPSS (Statistical Product and Service Solution) version 27, the results from the Wilcoxon Test and Mann-Whitney U Test yielded a significance level of 0.003 (Sig. < 0.05), indicating acceptance of the hypothesis. Consequently, it can be concluded that empathy training positively influences the enhancement of prosocial behavior, with the intensity of such behavior in the empathy training group being greater than prior to the training, and a discernible difference in prosocial behavior intensity between the trained group and the untrained group. empathy, where the group receiving empathy training exhibited more prosocial conduct on average than the group not receiving empathy training.

Keywords: Empathy Training; Prosocial Behavior; Student.

How to Cite: Thomas, J., Elvinawanty, R., Kho, C., Thionardi, F. & Mirza, R. (2024), Pelatihan Empati Untuk Meningkatkan Perilaku Prososial Pada Siswa/i SDS Global Prima Medan, *Jurnal Social Library*, 4 (3): 694-704.

PENDAHULUAN

Menempuh pendidikan sangatlah penting sebagai bentuk kepedulian terhadap para generasi muda yang sedang berkembang menuju kedewasaan agar membentuk individu yang mandiri, berpikir kritis dan berakhhlak baik. Salah satu cara untuk dapat memperoleh akses pendidikan ini yaitu dengan adanya sekolah.

Menurut Wayne dan Atmodiwiwo (2000), sekolah berfungsi sebagai suatu sistem interaksi sosial di dalam suatu organisasi, yang melibatkan pertemuan-pertemuan individu yang saling terkait secara alami. Idi (2011) mendefinisikan sekolah sebagai suatu lembaga yang diciptakan khusus untuk memberikan pengajaran atau pendidikan kepada siswa di bawah pengawasan pendidik (guru). Sebagian besar negara memiliki program pendidikan formal wajib yang dirancang untuk mendukung pertumbuhan siswa selama mereka belajar. Sekolah berfungsi sebagai suatu sistem sosial tempat berbagai kegiatan bergabung bersama untuk membangun unit sosial yang dinamis dan inventif, yang menunjukkan kekuatan pendidikan untuk meningkatkan masyarakat secara keseluruhan dan khususnya bagi kaum muda yang menjadi orang dewasa yang terdidik.

Dalam proses pendidikan formal, menurut Danim (2010), siswa merupakan sumber daya yang paling penting dan mendasar. Mereka adalah manusia dengan potensi dasar psikomotorik, emosional, dan kognitif atau intelektual yang berbeda-beda. Selain itu, siswa mengalami berbagai tahap perkembangan dan pematangan, memiliki imajinasi, perspektif, dan dunia yang berbeda-beda, dan lebih dari sekadar orang dewasa kecil. Selain itu, anak-anak

memiliki berbagai keinginan yang perlu dipenuhi, termasuk tuntutan yang bersifat rohani dan jasmani.

Perilaku baik yang diharapkan oleh pendidik dan pemangku kepentingan penting lainnya dari peserta didik sejalan dengan tujuan utama pendidikan dan pembangunan nasional, yaitu membangun pribadi yang utuh, harmonis, dan seimbang dalam pertumbuhannya sendiri. Di sisi lain, kegiatan menyimpang adalah bagaimana anak-anak menunjukkan perilaku yang tidak diinginkan. Penyimpangan, menurut Cohen (dalam Masdudi, 2013), adalah setiap kegiatan yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh masyarakat atau grup tertentu di dalamnya. Penyimpangan adalah tindakan melakukan sesuatu dengan cara yang tidak konsisten dengan norma-norma masyarakat; itu adalah hasil dari seseorang atau grup yang melanggar aturan yang telah ditetapkan di masyarakat. Kenakalan remaja, agresi, ketidakstabilan mental, kesombongan, dan penyalahgunaan narkoba adalah beberapa contoh perilaku menyimpang, dan lain-lain.

Kasus berikut merupakan contoh rendahnya perilaku prososial yang dilakukan oleh seorang siswa di Tambunan Selatan, Bekasi, Jawa Barat yang dilansir dari Detik.com, sebuah kasus perundungan yang melibatkan seorang remaja bernama F (12) yang dilecehkan oleh teman sekelasnya di sekolahnya di Tambunan Selatan, Kota Bandung, Jawa Barat, terungkap. F mengalami cedera pada kakinya akibat perundungan yang terjadi pada Februari 2023. Perundungan tersebut akhirnya menyebabkan infeksi yang semakin parah. Ia pun dibawa ke rumah sakit untuk menjalani pemeriksaan

lebih lanjut. F terpaksa harus diamputasi kaki kirinya setelah banyak tenaga medis dari berbagai lembaga memastikan bahwa ia mengidap kanker tulang.

Perilaku prososial yang rendah juga dialami oleh beberapa siswa di SDS Global Prima Medan. Berdasarkan hasil survei wawancara dan observasi di SDS Global Prima Medan kepada sejumlah guru pendidik serta bagian kesiswaan, diketahui bahwa perilaku menolong siswa/i SDS Global Prima Medan tergolong baik dan bagus. Namun berdasarkan hasil survei wawancara dan observasi yang sama, terdapat juga beberapa siswa/i yang masih memiliki perilaku menolong yang rendah. Kecenderungan ini terjadi pada tingkatan atas yang mencakup kelas 3 sampai kelas 5 SD, tindakan ini dipengaruhi karena rendahnya perasaan empati pada anak, sehingga menimbulkan sikap apastis ataupun semena-mena terhadap sesama temannya maupun sekitarnya. Hal tersebut kemudian membuat terbaikannya hal kecil yang memungkinkan terjadinya hal tidak diinginkan, contohnya tidak bergerak cepat untuk menolong teman yang sedang kesulitan, menertawakan teman yang dalam kondisi kurang baik, dan saling menyindir yang berujung terjadi pertengkaran karena rasa tidak suka atau kesalahpahaman antar sesama.

Dari peristiwa serta data survei yang dijelaskan tersebut menggambarkan perilaku negatif siswa yang terkait dengan rendahnya kepedulian siswa sehingga memberikan dampak negatif bagi orang lain disekitarnya, seperti kurang rasa ingin menolong teman yang mengalami kesulitan, menertawakan teman yang dalam kondisi kurang baik, semena-mena, suka bertengkar, memancing permusuhan,

dan kurang berbagi. Perilaku-perilaku negatif inilah yang mencerminkan rendahnya perilaku prososial atau menolong.

Perilaku prososial menggambarkan tindakan yang dilakukan dengan tujuan membantu orang lain, sering kali tanpa memberikan manfaat langsung kepada orang yang melakukannya. Tindakan tersebut terkadang bahkan dapat membahayakan bantuan tersebut (Baron & Byrne, 2005). Salah satu jenis aktivitas prososial adalah perilaku membantu, yaitu memberikan dukungan kepada orang lain untuk mengurangi kesulitan fisik mereka (Caprara, dkk., 2010).

Menurut Eisenberg dan Kau (2010), perilaku prososial ditandai dengan tindakan sukarela yang membantu atau menguntungkan satu orang atau segrup orang. Sebagaimana dinyatakan oleh Sears (dalam Asih & Pratiwi, 2010), perilaku prososial adalah ketika seseorang bertindak dengan cara yang mengutamakan kebutuhan orang lain di atas kebutuhannya sendiri; tindakan semacam ini terjadi ketika seseorang melihat orang lain menderita.

Rahmawati (2022) mengatakan bahwa perilaku prososial memiliki lima komponen. Keinginan untuk mengungkapkan perasaan kepada orang lain, baik saat senang maupun sedih, merupakan definisi dari unsur berbagi. Kemauan seseorang untuk membantu orang yang membutuhkan disebut sebagai aspek membantu. Berdonasi adalah tindakan seseorang yang secara sukarela menawarkan untuk menyerahkan sebagian harta bendanya kepada seseorang yang membutuhkan. Keinginan untuk bekerja sama dengan orang lain untuk mencapai tujuan bersama dianggap

sebagai unsur kerja sama. Komponen terakhir dari kejujuran adalah keinginan untuk berperilaku terhormat dan tanpa menyesatkan orang lain.

Beberapa faktor memengaruhi kecenderungan individu terhadap perilaku prososial dalam situasi sehari-hari, sebagaimana dicatat oleh Staub (dalam Lesmono & Praseya, 2020). Faktor-faktor ini mencakup kepentingan pribadi, nilai-nilai dan norma-norma pribadi, serta empati, yang diakui sebagai faktor utama yang memengaruhi tindakan prososial. Empati telah terbukti memiliki hubungan positif dengan perilaku menolong. Penelitian oleh Cialdini dkk (dalam Baron & Byrne, 2005) menunjukkan bahwa terlibat dalam perilaku menolong dapat bertindak sebagai sarana untuk membantu diri sendiri, yang bertujuan untuk mengurangi persepsi diri yang negatif sekaligus meningkatkan perasaan positif. Perspektif ini selanjutnya dikuatkan oleh karya Walker dan Christensen (dalam Rianggareni, 2015), yang menyoroti peran penting empati dan pengaturan diri dalam interaksi anak-anak dengan teman sebaya dan orang asing. Wawasan ini konsisten dengan temuan Thompson dan Gullone (2008), yang menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara empati dan perilaku prososial.

Myers (2002) juga menjelaskan bahwa karakteristik yang mengarah pada masyarakat prososial atau perilaku altruistik harus memiliki beberapa unsur, termasuk empati. Perilaku prososial akan timbul dengan adanya empati dalam diri seseorang. Seseorang dengan sifat prososial atau perilaku altruistik akan merasa bertanggung jawab, mudah bergaul, mudah beradaptasi, toleran, memiliki

pengendalian diri, dan termotivasi untuk memberikan kesan yang baik.

Kata "*empathia*," yang berarti merasakan di samping seseorang, merupakan sumber dari kata "empati." Feshbach (dalam Kau, 2010) menggambarkan empati sebagai kondisi emosional di mana seseorang merasa seolah-olah mereka mengalami apa yang dirasakan orang lain, dan apa yang ia rasakan sesuai dengan perasaan dan keadaan orang tersebut. Hurlock (dalam Rizky, dkk, 2021) menyatakan bahwa perasaan empati dimiliki oleh individu yang mempunyai kemampuan mengendalikan emosi, sehingga mendorongnya untuk membantu orang lain karena memahami penderitaan orang yang diberi bantuan.

Empat komponen yang membentuk empati, menurut Batson dan Coke (dikutip dalam Arniansyah et al., 2018), yaitu kehangatan, kelembutan, perhatian, dan kasih sayang. Kecenderungan seseorang untuk bersikap ramah terhadap orang lain disebut kehangatan. Kemampuan untuk bersikap dan berbicara dengan lembut kepada orang lain merupakan komponen penting dari kelembutan. Sikap perhatian memaksa seseorang untuk menyadari orang lain dan lingkungannya. Kasihan adalah perasaan seseorang untuk bersikap belas kasih ataupun iba kepada orang lain.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa pelatihan empati dapat meningkatkan empati. Suparmi dan Sumijati (2021), misalnya, melakukan penelitian terhadap 20 siswa kelas lima, usia 10 hingga 12 tahun, yang bersekolah di sebuah sekolah swasta di Semarang. Menurut penelitian mereka, perilaku prososial anak-anak dan pelatihan empati berkorelasi positif. Anak-anak yang mendapatkan pelatihan emosi, terutama

pelatihan empati, menunjukkan lebih banyak tindakan prososial, yang merupakan indikasi peningkatan perkembangan sosial dan kemampuan adaptif.

Tidak seperti penelitian sebelumnya, yang hanya mencakup grup eksperimen tanpa grup kontrol, penelitian ini tidak biasa karena mencakup grup kontrol dan grup eksperimen. Akibatnya, desain eksperimen penelitian ini yang memasangkan grup eksperimen dengan grup yang dipilih secara tidak acak adalah desain grup kontrol yang tidak ekuivalen.

Penelitian ini dilakukan untuk menyelidiki potensi pelatihan empati dalam meningkatkan perilaku prososial di kalangan siswa di SDS Global Prima Medan. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk menumbuhkan perilaku prososial melalui penerapan pelatihan empati bagi para siswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan berharga dan menjadi referensi bagi para peneliti yang terlibat dalam penyelidikan serupa, serta memberikan kontribusi pada wacana akademis, khususnya dalam bidang psikologi sosial. Diharapkan para siswa akan menghargai pentingnya perilaku prososial dalam membangun hubungan sosial yang positif, menumbuhkan rasa kebersamaan, dan mempromosikan kasih sayang di antara teman sebaya mereka. Lebih jauh, diharapkan para pendidik di SDS Global Prima Medan akan diperlengkapi untuk membimbing siswa dalam domain perilaku prososial, menanamkan nilai-nilai kepedulian dan memelihara empati terhadap orang lain.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimental, dengan fokus pada dua variabel kunci: empati sebagai

variabel bebas dan perilaku prososial sebagai variabel terikat. Populasi penelitian ini adalah siswa SDS Global Prima Medan, dengan total 61 peserta yang dipilih dari lembaga ini. Metode *purposive sampling* digunakan untuk memilih sampel, yang melibatkan pemilihan peserta berdasarkan kriteria tertentu yang ditetapkan oleh peneliti. Dalam hal ini, kriteria tersebut diinformasikan oleh rekomendasi dari guru, pengawas kelas, dan konselor bimbingan, yang secara khusus ditujukan untuk mengidentifikasi siswa yang menunjukkan tingkat perilaku prososial yang rendah. Untuk mengevaluasi perilaku prososial dari 61 peserta, skala diberikan. Hasil penilaian ini dianalisis untuk mengidentifikasi siswa yang dikategorikan memiliki perilaku prososial rendah, sehingga membentuk sampel penelitian, yang kemudian dibagi menjadi dua grup yang berbeda: grup eksperimen dan grup kontrol.

Desain kuasi-eksperimental atau desain grup kontrol non-ekuivalen, pada dasarnya mengikuti serangkaian prosedur yang cukup sebanding dengan desain prates-pasca-tes grup kontrol eksperimental. Perbedaannya adalah bahwa grup eksperimen dan grup kontrol yang tidak dipilih secara acak digunakan dalam desain kuasi-eksperimental. Dalam desain penelitian ini, setiap grup diukur dua kali; grup eksperimen dinilai sebelum dan sesudah terapi diberikan, dan grup kontrol dinilai dua kali tanpa adanya pengobatan apa pun.

Strategi pengumpulan data dalam penelitian ini berbasis skala menggunakan Skala Likert. Dengan meminta responden untuk menunjukkan seberapa besar mereka setuju atau tidak setuju dengan suatu pernyataan, mulai dari sangat setuju

hingga tidak setuju, Skala Likert merupakan alat yang berguna untuk mengukur sentimen responden tentang suatu isu tertentu. Subjek kemudian dibahas dalam bentuk pernyataan yang menggabungkan kata-kata yang mendukung dan tidak mendukung.

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala perilaku prososial. Skala yang memperhitungkan kualitas kejujuran, berbagi, membantu, berdonasi, berkolaborasi, dan berbagi ini dibuat berdasarkan gagasan oleh Mussen dkk. (dalam Rahmawati, 2021).

Materi pelatihan prososial mengacu pada aspek-aspek empati yang dikemukakan oleh Batson dan Coke (dalam Arniansyah, dkk., 2018) empat komponen yang membentuk empati: 1. Kehangatan: Ini adalah kecenderungan seseorang untuk menunjukkan kehangatan kepada orang lain; 2. Kelembutan: Ini adalah cara seseorang bertindak dan berbicara dengan lembut kepada orang lain; 3. Kepedulian: Ini adalah sikap yang memaksa seseorang untuk menyadari orang lain dan lingkungannya; dan 4.) Kasihan adalah perasaan seseorang untuk bersikap belas kasih ataupun iba kepada orang lain.

Tabel 1. Blueprint Modul Pelatihan Empati

Pertemuan	Sesi	Kegiatan	Waktu
Hari ke-1	Sesi 1 Pembukaan	Perkenalan	2 menit
		Penyampaian Materi, tujuan & manfaat	3 menit
		Sebelum tes	30 menit
		Salam & Pengarahan	5 menit
Hari ke-2	Sesi 2 Aspek Kehangatan	Penyampaian Materi	10 menit
		Video edukasi	5 menit
		<i>Modeling & Roleplay</i>	10 menit
		Feedback & Studi kasus	5 menit
		<i>Ice breaking/ Games</i>	5 menit
		Penyampaian materi	10 menit
		Video edukasi	3 menit
		<i>Modeling & Roleplay</i>	10 menit
		Feedback & Studi kasus	5 menit
		<i>Ice breaking/ Games</i>	10 menit

Hari ke-3	Sesi 4 Aspek Peduli	Penyampaian materi	10 menit
		Video edukasi	3 menit
		<i>Modeling & Roleplay</i>	10 menit
		Feedback & Studi kasus	5 menit
Hari ke-3	Sesi 5 Aspek Kasihan	<i>Ice breaking/ Games</i>	10 menit
		Penyampaian materi	10 menit
		Video edukasi	10 menit
		<i>Modeling & Roleplay</i>	10 menit
Hari ke-3	Sesi 6 Penutup	Feedback & Studi kasus	5 menit
		<i>Ice breaking/ Games</i>	10 menit
		Instruksi	5 menit
		Setelah tes	30 menit
		Pembagian Goodie bag	5 menit
		Salam penutup	10 menit

Statistical Product and Service Solutions (SPSS) versi 27 digunakan untuk menguji validitas dan reliabilitas item skala. Jika suatu item memiliki nilai $> 0,30$, maka item tersebut dianggap sah (Azwar, 2010). Cronbach's Alpha digunakan untuk menguji reliabilitas; semakin dekat koefisien dengan 1,00, maka pengukuran tersebut semakin dapat dipercaya (Muhid, 2019). Penelitian ini menggunakan metode analisis data kuantitatif yang memanfaatkan metrik nonparametrik. Uji *Mann-Whitney* digunakan untuk mengevaluasi perbedaan nilai rata-rata antara dua kelompok independen, sedangkan uji *Wilcoxon* digunakan untuk melihat perbedaan distribusi antara dua kelompok yang cocok. SPSS versi 27 digunakan untuk membantu analisis ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mengklasifikasikan hasil uji perilaku prososial, diperlukan deskripsi data penelitian. Instruksi akan melibatkan pemilihan subjek dengan skor sedang atau rendah. Kuesioner perilaku prososial terdiri dari 23 pernyataan atau pertanyaan. Respons untuk setiap pernyataan dapat berupa satu hingga empat poin. Akibatnya, rentang dari 23 hingga 92 adalah skor minimum dan tertinggi, yang

masing-masing adalah 1×23 dan 4×23 . Rata-rata dihitung sebagai $(23 + 92)/2 = 57,5$. Enam simpangan baku dimasukkan dalam kurva normal, yang menghasilkan simpangan baku $(92 - 23)/6 = 11,5$. Pengukuran perilaku prososial individu menghasilkan rata-rata empiris sebesar 67,26 dan simpangan baku sebesar 14,055, berdasarkan penyelesaiannya.

Tabel 2. Perbandingan data empiric dan hipotetik variabel Perilaku Prososial

	Min	Max	Mean	SD
Empirik	43	88	67.26	14.055
Hipotetik	23	92	57.5	11.5

Temuan penelitian akan dikategorikan tinggi jika rata-rata empiris lebih tinggi daripada rata-rata hipotetis, dan rendah jika rata-rata empiris lebih rendah daripada rata-rata hipotetis.

Studi skala perilaku prososial mengungkapkan bahwa rata-rata empiris 67,26 dibandingkan dengan 57,5 lebih tinggi daripada rata-rata yang dibayangkan. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa subjek studi menunjukkan tingkat perilaku prososial yang lebih tinggi dibandingkan dengan perikau prososial pada populasi umum.

Kemudian subjek dibagi menjadi tiga kategorisasi perilaku prososial. Terdapat tiga tingkatan klasifikasi perilaku prososial: rendah, sedang, dan tinggi. Distribusi normal diklasifikasikan dengan membaginya menjadi enam bagian menurut deviasi standar.

$X < M - 1SD$: Kategori Rendah

$M - 1SD \leq X < M + 1SD$: Kategori Sedang

$M + 1SD \leq X$: Kategori Tinggi

Terdapat $SD = (92-23) : 6 = 11,5$, mean hipotetik $M = (92+23) : 2 = 57,5$ sebagai standar deviasi hipotetik penelitian ini. Berdasarkan rumus, didapatkan $X < (57,5 - 11,5) = X < 46$, $(57,5 - 11,5) \leq X < (57,5 + 11,5) = 46 \leq X < 69$, $X \geq (57,5 + 11,5) = X \geq 69$.

Tabel 3. Kategorisasi skor Perilaku Prososial

Rentang Nilai	Kategori	Jumlah (N)	Percentase (%)
$X < 46$	Rendah	5	8,2%
$46 \leq X < 69$	Sedang	17	27,9%
$69 \leq X$	Tinggi	39	63,9%
Jumlah		61	100%

Berdasarkan kategorisasi pada tabel 7, maka terdapat 39 subjek (63,9%) dengan perilaku prososial tinggi, 17 subjek (27,9%) dengan perilaku prososial sedang, dan 5 subjek (8,2%) dengan perilaku prososial rendah.

Uji Nomalitas digunakan untuk menentukan apakah data mengikuti distribusi normal atau terdapat penyimpangan dari distribusi yang diharapkan. Dalam penelitian ini, Uji Kolmogorov-Smirnov dan Uji Shapiro-Wilk digunakan untuk menguji apakah data terdistribusi normal atau tidak. Data dianggap normal apabila nilai signifikansi (sig.) > 0.05 . Nilai signifikansi (sig.) dari data sebelum tes dan setelah tes eksperimen dan kontrol berturut-turut adalah 0.200, 0.047, 0.005, dan 0.200 (dengan Uji Kolmogorov-Smirnov) dan 0.123, 0.218, 0.006, dan 0.745 (dengan Uji Shapiro-Wilk). Oleh karena itu, data dinyatakan tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas ditunjukkan pada tabel berikut.

Tabel 4. Hasil uji normalitas pelatihan empati

Grup	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig
Sebelum tes	.149	11	.200	.886	11	.123
eksperimen						
Setelah tes eksperimen	.253	11	.047	.906	11	.218
Sebelum tes control	.304	11	.005	.787	11	.006
Setelah tes kontrol	.155	11	.200	.958	11	.745

Dalam penelitian ini terdapat dua hipotesa yang diuji, yaitu: Hipotesis pertama ada perbedaan intensitas perilaku prososial pada grup yang diberikan pelatihan empati, dengan asumsi bahwa intensitas perilaku prososial setelah diberikan pelatihan empati akan

meningkat dibandingkan sebelum diberikan pelatihan empati.

Berdasarkan uji Wilcoxon diperoleh nilai Sig. sebesar 0.003. Jika nilai Sig. < 0.05 maka hipotesa diterima. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa pelatihan empati berpengaruh dapat meningkatkan perilaku prososial, yang mana intensitas perilaku prososial pada grup yang setelah diberikan pelatihan empati lebih tinggi daripada grup sebelum diberikan pelatihan empati. Berikut tabel uji hipotesa dengan menggunakan uji Wilcoxon.

Tabel 5. Hasil uji Wilcoxon

Setelah tes-Pre tes	
Z	-2944 ^b
Asymp Sig. (2-tailed)	.003
a. Wilcoxon signed ranks test b. based on negative ranks	

Dilihat dari tabel data rank pada kolom *negative ranks* 11 subjek tidak mengalami penurunan (*Mean Rank* 0.00 & *Sum of Ranks* 0.00) akan tetapi mengalami peningkatan, hal tersebut dapat dilihat dari *positive ranks* dengan *Mean Rank* sebesar 6 dan *Sum of Ranks* sebesar 66 yang artinya seluruh subjek mengalami peningkatan skor dari *sebelum tes* ke *setelah tes*. Dengan demikian dapat disimpulkan intensitas perilaku prososial setelah diberikan pelatihan empati meningkat dibandingkan dengan sebelum diberikan pelatihan empati.

Tabel 6. Data rank sebelum tes-setelah tes

N		Mean rank	Sum of rank
Sebelum tes eksperimen	Negative ranks	0 ^a	.00
-	Positive ranks	11 ^b	6.00
setelah tes eksperimen	Ties	0 ^c	
Total		11	66.00

- a. sebelum tes eksperimen<pre tes eksperimen
- b. setelah tes eksperimen>pre tes eksperimen
- c. setelah tes eksperimen=pre tes eksperimen

Hipotesis kedua yakni ada perbedaan intensitas perilaku prososial pada grup yang diberikan pelatihan empati dan pada grup yang tidak diberikan pelatihan

empati, dengan asumsi bahwa intensitas perilaku prososial pada grup yang diberikan pelatihan empati lebih tinggi daripada grup yang tidak diberikan pelatihan empati.

Berdasarkan uji statistik Mann Whitney U diperoleh nilai Sig. Sebesar 0.003. Jika nilai Sig. < 0.05 maka hipotesa diterima. Oleh karena itu, intensitas perilaku prososial pada grup yang diberikan pelatihan empati lebih tinggi daripada grup yang tidak diberikan pelatihan empati. Berikut tabel uji hipotesa dengan menggunakan Mann-Whitney U:

Tabel 7. Hasil uji maan-whitney U

Hasil pelatihan empati	
Mann-whitney U	15.500
Wilcoxon W	81.500
Z	-2.968
Asymp Sig. (2-tailed)	.003
Exact Sig (2(1-tailed Sig.))	.002 ^b

Dilihat dari *Mean Rank* grup eksperimen sebesar 15.59 lebih tinggi dari *Mean Rank* grup kontrol sebesar 7.41. Pada kolom *Sum of Ranks* juga menunjukkan perbedaan signifikan dimana *Sum of Ranks* grup eksperimen sebesar 171.50 lebih tinggi dari grup kontrol sebesar 81.50. Dengan demikian dapat disimpulkan intensitas perilaku prososial pada grup yang diberikan pelatihan empati lebih tinggi daripada grup yang tidak diberikan pelatihan empati.

Hasil penelitian ini yaitu pada 22 siswa-siswi SDS Global Prima Medan, yang dibagimengjadi dua grup, yaitu grup eksperimen dan grup kontrol. Berdasarkan uji Wilcoxon diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.003 ($\text{Sig.} < 0.05$) artinya terdapat perbedaan intensitas perilaku prososial pada grup yang diberikan pelatihan empati. Intensitas perilaku prososial setelah diberikan pelatihan empati meningkat dibandingkan dengan sebelum diberikan pelatihan

empati. Berdasarkan uji *Mann- Whitney U* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.003 (Sig. < 0.05) artinya terdapat perbedaan intensitas perilaku prososial pada grup yang diberikan pelatihan empati dan pada grup yang tidak diberikan pelatihan empati. Intensitas perilaku prososial pada grup yang diberikan pelatihan empati lebih tinggi daripada grup yang tidak diberikan pelatihan empati.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Suparmi dan Sumijati (2021) dengan judul "Pelatihan Empati dan Perilaku Prososial pada Anak Usia Sekolah Dasar", yang menunjukkan bahwa pelatihan empati memiliki pengaruh pada perilaku prososial. Pelatihan empati berpengaruh pada pemahaman yang dimiliki oleh subjek penelitian.

Subjek dalam penelitian sebelum diberikan pelatihan empati lebih rendah perilaku prososialnya. Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan survei di SDS Global Prima Medan dengan melakukan wawancara kepada para guru dan melakukan observasi langsung di sekolah tersebut. Dari hasil observasi dan wawancara, terdapat beberapa siswa/i yang perilaku prososialnya cenderung rendah. Kecenderungan ini terjadi pada siswa/i kelas 3 sampai dengan 5 SD, hal ini dipengaruhi oleh rendahnya perasaan empati pada anak, sehingga menimbulkan sikap apatis dan semena-mena terhadap sekitanya.

Pelatihan empati ini diberikan kepada siswa/i SDS Global Prima Medan dengan harapan agar membantu mereka untuk meningkatkan perilaku prososial pada anak dan diharapkan bahwa setelah diberikan pelatihan empati tingkat

perilaku prososial di SDS Global Prima Medan dapat lebih meningkat dibandingkan dengan sebelumnya.

Keberhasilan pelatihan empati pada grup eksperimen ini dikarenakan adanya pemberian penjelasan materi sesuai aspek-aspek empati yang dikemukakan oleh Batson dan Coke (dalam Arniansyah, dkk, 2018) yaitu aspek kehangatan, aspek kelembutan, aspek peduli dan aspek kasihan. Pemberian materi yang diberikan oleh peneliti dilakukan dengan cara menjelaskan materi melalui penayangan ppt, penayangan video, *modelling*, *roleplay*, *ice breaking* dan diskusi.

Pada saat pemberian materi, peneliti akan menjelaskan materi secara sederhana, sehingga para peserta dapat dengan cepat memahami materi. Setelah selesai memberikan materi, para peneliti memberikan beberapa contoh perilaku, baik perilaku yang menggambarkan aspek-aspek dalam empati maupun tidak dan kemudian akan bertanya kepada peserta, manakah yang termasuk perilaku yang menggambarkan aspek-aspek empati dan peneliti juga memberikan kuis atau pertanyaan lisan kepada peserta, peserta kemudian menjawab pertanyaan yang diberikan oleh peneliti dengan baik dan benar, yang artinya peserta telah memahami apa yang telah dijelaskan oleh peneliti.

Setelah 30 hari diberikan pelatihan empati, peneliti kembali melakukan *follow up* dengan melakukan wawancara kepada sejumlah guru pendidik serta bagian kesiswaan dan observasi kepada siswa-siswi yang mendapatkan pelatihan untuk melihat apakah pelatihan empati tersebut masih memiliki pengaruh terhadap perilaku prososial dalam kehidupan sehari-hari. Subjek dalam hal ini siswa-

siswi yang diberikan pelatihan masih tetap menerapkan hal-hal yang dipelajari dalam pelatihan empati dalam kehidupan sehari-hari. Para siswa-siswi menjadi lebih peduli terhadap sekitarnya, kesadaran diri untuk membantu orang lain juga menjadi lebih tinggi.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa siswa/i yang diberikan pelatihan empati, intensitas perilaku prososialnya meningkat, sedangkan pada siswa/i yang tidak diberikan pelatihan empati, hasil *sebelum tes* dan *setelah tes* tidak memiliki perbedaan skor yang signifikan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil-hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti pada penelitian ini, maka disimpulkan bahwa dari uji Wilcoxon diperoleh nilai Sig. sebesar 0,003. Jika nilai Sig. $< 0,05$ maka hipotesa diterima. Oleh karena itu, pelatihan empati berpengaruh dapat meningkatkan perilaku prososial, dimana hasil skor perilaku prososial lebih tinggi setelah diberikan pelatihan empati daripada sebelum diberikan pelatihan empati. Penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan empati berdampak yang positif dalam meningkatkan perilaku prososial pada siswa/i SDS Global Prima Medan. Berdasarkan data SPSS dengan menggunakan uji Mann- Whitney U dengan Sig. 0,003 yang berarti hipotesa diterima karena nilai Sig $< 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

Arniansyah, Nadhilla, N., Permatasari, E. R., Milani, T., & Putri, Y. W. (2018). Pelatihan Empati Dan Perilaku Prososial pada Anak Usia 6-12 Tahun di Rptra Anggrek Bintaro. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 2(1), 432-439.

doi:<https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.2064>

- Asih, G. Y., & Pratiwi, M. M. (2010). Perilaku Prososial Ditinjau dari Empati dan Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi Universitas Muria Kudus*, 1 (1), 33-42.<https://jurnal.umk.ac.id/index.php/PSI/article/view/23/22>
- Atmodiwiwo, S. (2000). *Manajemen Pendidikan Indonesia*. Jakarta: PT Ardadizya Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial Jilid 2: Edisi Kesepuluh*. (R. Djuwita, Penerj.) Jakarta: Erlangga.
- Azwar, S. (2021). *Realibilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Caprara, G. V., Steca, P., Zelli, A., & Capanna, C. (005). A New Scale for Measuring Adults Prosocialness. *Journal of Psychological Assessment*, 21(2), 77-89. doi:<https://doi.org/10.1027/1015-5759.21.2.77>
- Danim, S. (2010). *Perkembangan Peserta Didik*. Bandung, Jawa Barat, Indonesia: Alfabeta.
- detikNews. (2023). <https://news.detik.com/berita/d-7013599/siswa-sd-diduga-di-bully-hingga-kaki-diamputasi-kementerian-pppa-bergerak>
- Idi, A. (2011). *Sosiologi Pendidikan: Individu, Masyarakat dan Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers. http://opac.fitk.uinjkt.ac.id//index.php?p=s how_detail&id=9975
- Kau, M. A. (2010). Empati Dan Perilaku Prososial Pada Anak. *Jurnal Inovasi*, 7(3), 1-5. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/JIN/article/view/771>
- Lesmono, P., & Prasetya, B. E. (2020). Hubungan Antara Empati Dengan Perilaku Prososial pada Bystander Untuk Menolong Korban Bullying. *Jurnal Psikologi Konseling*, 17(2), 789-799. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/Konseling/article/view/22091/0>
- Masdudi. (2013). Karakteristik Perilaku Sosial Siswa Dalam Proses Pendidikan. *EDUEKSOS: Jurnal Pendidikan Sosial dan Ekonomi*, 2(1), 1-16. doi:<http://dx.doi.org/10.24235/edueksos.v2i1.637>
- Myers, D. G. (2002). *Social Psychology*. New York: McGraw Hill.
- Rahmawati, I. (2022). *Pengantar Psikologi Sosial*. Jakarta Timur: Bumi Aksara. https://books.google.co.id/books?id=BTpwEAAAQBAJ&pg=P9&hl=id&source=gbs_selected_pages&cad=1#v=onepage&q&f=false

- Rianggareni, O. R. (2015). Hubungan antara Empati dan Perilaku Prososial pada Remajadi SMPN5 Boyolali. 1-23. <http://repository.uksw.edu/handle/123456789/9296>
- Rizky, A. Z. (2021). Korelasi Empati dan Perilaku Altruisme pada Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 20-31. <https://jurnal.unTAG-sby.ac.id/index.php/sukma/article/view/5302>
- SPSS Indonesia. (2017). spssindonesia.com. *Cara Melakukan Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov dengan SPSS* : <https://www.spssindonesia.com/2014/01/uji-normalitas-kolmogorov-smirnov-spss.html?m=1>
- SPSS Indonesia. (2017). spssindonesia.com. *Paduan Lengkap Cara Melakukan Uji Wilcoxon Dengan SPSS* : <https://www.spssindonesia.com/2017/04/cara-uji-wilcoxon-spss.html?m=1>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV.Alfabeta.
- SPSS Indonesia. (2017). spssindonesia.com. *Contoh Kasus Uji Beda Mann-Whitney Menggunakan SPSS* : <https://www.spssindonesia.com/2017/04/uji-mann-whitney-spss.html?m=1>
- Suparmi, & Sumijati, S. (2021). Pelatihan Empati dan Perilaku Prososial pada Anak Usia Sekolah Dasar. *PSIKOMENSIA Kajian Ilmiah Psikologi*, 20(1), 46-58. doi:<https://doi.org/10.24167/psidim.v20i1.2879>
- Thompson, K. L., & Gullone, E. (2008). Prosocial and antisocial behaviors in adolescents: An investigation into associations with attachment and empathy. *Anthrozoos*, 21(2), 123-137. doi:<https://doi.org/10.2752/175303708X305774>