

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Data awal perilaku prososial siswa kelas X di SMA Negeri 10 Kota Bekasi tahun ajaran 2023/2024 menunjukkan ada pada kategori sedang. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK mengenai perilaku prososial yang ada di sekolah berada pada kategori sedang, yang artinya siswa sudah memiliki perilaku prososial dalam sebagian aspek atau indikator perilaku prososial namun perlu dioptimalkan. Pernyataan ini berasal dari hasil pengamatan guru BK di sekolah yang menjelaskan bahwa ketika terdapat siswa yang sedang berduka saat kehilangan orang tua, para siswa langsung menggalang dana takziah untuk membantu keluarganya. Peristiwa lain juga dijelaskan oleh guru BK, ketika sekolah akan melaksanakan kegiatan studi kampus, terdapat siswa yang tidak dapat mengikuti kegiatan tersebut karena dana yang tidak cukup, siswa yang lain meminta bantuan keringanan biaya ke pihak sekolah dan komite agar siswa yang tidak mampu mendapatkan keringanan dan tetap dapat mengikuti kegiatan bersama-sama. Namun guru BK juga menjelaskan bahwa, masih banyak siswa yang tidak jujur karena masih ditemui kasus kehilangan uang yang berasal dari teman sekelas, dan kasus mencontek masih sering ditemui.

Fenomena terkait masalah dalam perilaku prososial ditunjukkan pada sosial eksperimen yang dilakukan dan beredar di sosial media memperlihatkan bahwa masyarakat di Indonesia masih memiliki perilaku prososial yang rendah. Unggahan pada akun tiktok kaku.food (04 Desember, 2022) yang melakukan sosial eksperimen kepedulian pengunjung mall terhadap sampah, di dalam video terdapat seorang wanita yang tidak sengaja menjatuhkan sampah bekas kotak makan yang terlipat-lipat, pengunjung yang terdapat dalam video tersebut banyak yang menghiraukan sampah yang ada di depan mata, beberapa pengunjung tidak memungut sampah namun menggeser dengan kaki agar tidak berada di tengah jalan, hal ini menjadi salah satu fenomena rendahnya tanggung jawab sosial untuk menjaga lingkungan.

Sosial eksperimen lain yang diunggah oleh akun youtube ade yuliandra (03 April, 2022) memperlihatkan seorang yang memiliki masalah pada kaki sebelah kiri, menggunakan penyangga untuk berjalan namun terjatuh, dalam video tidak semua individu langsung bergegas menolong. Video lain yang diunggah terkait dengan reaksi sekitar ketika makanan seorang pemulung terjatuh, dari beberapa orang yang terlihat di lapangan, hanya dua orang yang bereaksi untuk membantu menolong, salah satunya meminta saudara tersebut tidak mengambil kembali makanan yang sudah jatuh dan temannya mengambil uang yang ada di tas untuk memberikannya kepada saudara pemulung, kebanyakan orang sekitar hanya melihat dan menghiraukan, hal ini menjelaskan bahwa masih banyak masyarakat yang kurang peduli dan keinginan untuk berbagi dengan sesama cenderung rendah.

Video lain yang diunggah akun youtube Amerigo Project (08 Mei, 2020) memperlihatkan seorang tuna netra yang jatuh saat menyebrang jalan saat lampu merah, seluruh pengendara tidak ada yang membantu menolong pemuda tersebut sampai polisi datang dan membantu sang pemuda, hal ini menjelaskan bahwa masyarakat di Indonesia cenderung memiliki perilaku menolong yang rendah.

Penelitian yang dilakukan di SMAN 1 Gresik menjelaskan terdapat beberapa siswa yang kurang peduli terhadap kesulitan orang lain dan kurang memiliki kepekaan terhadap orang lain (Yantiek, 2014). Penelitian yang dilakukan pada IMM (Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah) di Surabaya menjelaskan bahwa 43.3% aktivis IMM memiliki tingkat perilaku prososial yang rendah dengan tiga aspek yaitu tidak akan memberi pertolongan kepada orang yang tidak dikenal, tidak akan memberikan pertolongan ketika kondisi emosi tidak baik, dan tidak akan memberikan pertolongan di depan umum. Hal ini menyebabkan kurang responsif dan perhatian terhadap peristiwa yang ada di sekitar (Zai, 2021).

Penelitian pada strata individu kelas bawah yang diukur dengan kategorisasi diri subjektif, menunjukkan bahwa individu kelas bawah lebih banyak mendengarkan dan berpartisipasi aktif, sedangkan individu kelas atas merasa kurang nyaman dengan objek-objek terdekat, memalingkan muka, dan sering mengecek ponsel, hal ini merupakan tanda non-verbal sebagai ketidaktarikan sosial (Piff & Robinson, 2017).

Uraian fenomena tersebut menjelaskan bahwa perilaku prososial di Indonesia cenderung rendah, banyak individu yang tidak langsung responsif ketika seseorang membutuhkan bantuan baik materi maupun non-materi, atau peduli terhadap peristiwa atau fenomena sosial yang ada, lambat dalam memberi bantuan serta berbagi, ketidakpedulian yang tampak merupakan tanda dari rendahnya perilaku prososial.

Perilaku prososial yang meliputi kegiatan positif untuk membantu meringankan beban fisik maupun psikis dari seseorang atau sekelompok orang tanpa mengharapkan imbalan merupakan sikap yang diperlukan oleh setiap individu, perilaku ini akan menghadirkan perasaan bahagia bagi individu yang menolong dan ditolong.

Masa remaja dikenal sebagai periode transisi dalam rentang kehidupan manusia. Dalam periode tersebut remaja banyak mengalami proses pencarian jati diri, mereka membangun relasi dan mencari tahu cara kerja suatu hal (Santrock, 2007). Remaja memiliki tugas-tugas perkembangan agar mampu berkembang dengan optimal sehingga dapat melaksanakan tugas perkembangan tahap selanjutnya dan memiliki rasa bahagia pada diri.

Salah satu tugas perkembangan remaja berhubungan dengan penyesuaian sosial, remaja harus menyesuaikan diri dengan lawan jenis dalam hubungan yang sebelumnya belum pernah ada dan harus menyesuaikan dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan sekolah (Hurlock, 1996). Hubungan sosial akan membawa pengaruh yang baik bagi perkembangan individu.

Hubungan interpersonal perlu dikembangkan bagi siswa remaja agar dapat berkembang baik dalam kehidupan. Apabila siswa gagal dalam melaksanakan tugas perkembangannya, akan menyebabkan ketidakbahagiaan, tidak diterima oleh masyarakat, dan kesulitan melaksanakan tugas perkembangan selanjutnya (Havighurst dalam Blocher, 1974).

Remaja memiliki kebutuhan yang kuat untuk disukai dan diterima oleh teman-teman dan kelompok sebaya yang lebih besar, yang dapat menimbulkan perasaan menyenangkan ketika mereka diterima (Eisenberg & Mussen, 1969). Sekolah menjadi salah satu tempat berinteraksi secara langsung dengan orang lain.

Di dalam lingkungan sekolah, guru yang kompeten memiliki pemahaman yang baik tentang cara membuat bahan ajar yang sesuai dengan tingkat perkembangan remaja di kelasnya. Hubungan teman sebaya yang terkait dengan keberhasilan sekolah melibatkan persahabatan (Wentzel, 2013).

Kegiatan ekstrakurikuler juga cenderung mendorong perkembangan remaja yang positif, membantu remaja untuk memiliki kompeten dan suportif, memiliki peluang untuk meningkatkan hubungan di sekolah, kegiatan yang menantang dan bermakna, dan peluang untuk meningkatkan keterampilan (Fredricks & Eccles, 2006). Dari uraian tersebut, menjelaskan bahwa sekolah memiliki peranan penting untuk membangun hubungan interpersonal, baik melalui aktivitas yang diberikan oleh guru, interaksi dengan teman sebaya, dan kegiatan ekstrakurikuler yang ada.

Untuk membangun hubungan yang baik dengan orang lain, remaja perlu memiliki perilaku prososial. Perilaku prososial ini diartikan sebagai perilaku sukarela yang dimaksudkan untuk menguntungkan orang lain, seperti berbagi, membantu, atau bahkan berusaha menghibur orang lain (Eisenberg, Eggum, Spinrad, 2013). Remaja memiliki lebih banyak kesempatan untuk terlibat dalam kegiatan prososial melalui program-program yang ada di sekolah, kegiatan keagamaan, dan organisasi (Carlo, Hausmann, Christiansen, & Randall, 2003).

Remaja memiliki kebutuhan yang kuat untuk disukai dan diterima oleh teman-teman dan kelompok sebaya yang lebih besar, yang dapat menimbulkan perasaan menyenangkan ketika mereka diterima (Santrock, 2014). Remaja yang prososial atau yang berjiwa relawan cenderung memiliki teman yang juga memiliki perilaku prososial (Barry & Wentzel, 2006; Zaff, Moore, Papillo, & Williams, 2003). Hubungan teman sebaya yang baik diperlukan untuk perkembangan sosial yang normal pada masa remaja. Dalam ranah pendidikan atau dalam ruang lingkup sekolah, guru juga memiliki peran dalam perilaku prososial. Kehangatan dari guru kepada peserta didik memiliki hubungan dengan tingginya empati dan perilaku prososial siswa (Kienbaum et al., 2001).

Fenomena menurunnya perilaku prososial pada remaja dapat dilihat pada rendahnya perilaku tolong menolong, berbagi, dan bekerjasama, antara remaja dengan remaja, orang lain, orang tua, maupun masyarakat (Kau, 2010). Siswa yang

tidak mampu menunjukkan perilaku prososial disertai kemunculan perilaku-perilaku maladaptif menjadikan siswa tidak diinginkan bahkan ditolak oleh teman sebayanya (Rahajeng, 2018). Remaja yang menunjukkan perilaku prososial yang rendah cenderung menunjukkan kecenderungan tanggung jawab sosial rendah, kecenderungan menyakiti orang lain, dan perilaku agresi lainnya (Niva, 2016; Saleem, Barlett, Anderson, dan Hawkins, 2017). Penting bagi anak dilibatkan dengan orang lain, harapannya dapat membangun relasi sosial serta mengenal konsep kapan harus berbuat baik pada sesama (Kusumaningrum, Hartati, Saraswati, 2014).

Menjalin hubungan dengan seseorang menciptakan peluang untuk perilaku prososial karena interaksi berulang (Amato, 1990; Clark & Mills, 2012). Remaja lebih banyak memiliki perilaku prososial terhadap teman daripada terhadap anggota keluarga atau orang asing dan lebih cenderung bersikap prososial terhadap teman karena keinginan untuk mempertahankan atau meningkatkan hubungan yang mapan daripada karena timbal balik yang diinginkan (Padilla-Walker & Christensen, 2011).

Bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan yang dapat digunakan untuk membantu siswa pada tahap perkembangan remaja dalam mengembangkan diri ataupun mengatasi masalah baik dalam bidang pribadi, sosial, akademik, dan karir (Arvita, Yustiana, 2015). Pelaksanaan bimbingan kelompok terdiri lebih dari tiga anggota. Dalam kegiatannya terdapat dinamika kelompok, salah satu masalah yang dapat diatasi melalui bimbingan kelompok adalah interaksi sosial pada peserta didik. Layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk pengembangan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi anggota kelompok (Tohirin, 2007). Layanan bimbingan kelompok akan lebih optimal bila menggunakan teknik layanan yang disesuaikan dengan permasalahan, isu atau topik yang menjadi pembahasan dalam kelompok.

Teknik *group exercise* merupakan salah satu metode atau teknik dalam bimbingan dan konseling kelompok dapat diorientasikan pada aktivitas-aktivitas yang terstruktur, terencana dan terukur baik dalam hal durasi, materi dan resikonya. Melalui latihan seseorang diberikan kesempatan untuk belajar melalui pengalaman.

Kegiatan yang dilakukan dalam *group exercises*, antara lain: *written, movement, rounds, dyad and triad, creative props, art and crafts, fantasy, common reading, feedback, trust, experiential, moral dilemma, group decision, dan touching*. (Rusmana, 2019).

Perilaku prososial dapat dibentuk dari pemahaman diri mengenai perasaan orang lain, dan faktor eksternal seperti keluarga, guru, dan teman sebaya yang dapat membentuk perilaku tersebut. Sekolah dapat menjadi wadah untuk mengembangkan perilaku prososial bagi siswa. Bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise* dapat meningkatkan berbagai keterampilan dalam bentuk kerjasama, komunikasi, dan pemahaman diri, serta meningkatkan hubungan interpersonal (Krisnawati, Pratiwi, 2018). Belum ada penelitian yang secara spesifik menjelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik latihan dalam kelompok (*Group Exercise*) dapat membantu meningkatkan perilaku prososial khususnya pada siswa.

Dari uraian latar belakang di atas, maka perilaku prososial ini perlu dimiliki oleh peserta didik khususnya remaja, agar mampu mengembangkan diri secara sosial dan berdampak bagi kehidupan khususnya dalam membantu penyelesaian tugas perkembangannya. Penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik latihan dalam kelompok (*Group Exercise*) yang disesuaikan dengan tujuan layanan diharapkan dapat membantu meningkatkan perilaku prososial siswa.

## **1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian**

Siswa memiliki kecenderungan untuk berkumpul dengan teman sebaya yang memiliki kesamaan atau umumnya dikenal dengan se-frekuensi sehingga menciptakan hubungan yang dekat. Siswa cenderung membantu dan berbagi secara spontan kepada teman terdekatnya untuk mempererat, dan meningkatkan kualitas hubungan. Sedangkan dengan orang lain yang hanya memiliki sedikit kesamaan dan tidak memiliki kedekatan, siswa dalam tahap perkembangan remaja cenderung kurang peduli. Kurangnya peduli terhadap sesama merupakan indikasi dari rendahnya perilaku prososial.

Perilaku prososial sangat bermanfaat dalam interaksi sosial remaja, selain dapat mengantisipasi perilaku antisosial, perilaku prososial juga bermanfaat untuk

meningkatkan hubungan dengan anggota masyarakat (Eisenberg, dkk. 2006). Rendahnya perilaku prososial ini akan menimbulkan permasalahan bagi diri peserta didik remaja, seperti individu akan kesulitan dalam bersosialisasi dengan lingkungannya, tidak memiliki empati dan kepekaan terhadap lingkungan, kecenderungan menutup diri, dan kurang bertanggung jawab khususnya dalam hal sosial. Selain permasalahan tersebut, ini akan menghambat perkembangan siswa remaja karena perilaku prososial merupakan bagian dari tugas perkembangan.

Berdasarkan uraian latar belakang dan rumusan masalah di atas, dapat disimpulkan bahwa lingkungan sekolah dapat mempengaruhi perilaku prososial siswa. Remaja cenderung menunjukkan perilaku prososial tinggi saat memiliki hubungan positif dengan guru dan teman sebaya (Wentzel, 2014). Bantuan dari guru BK dengan layanan bimbingan dapat membantu siswa untuk meningkatkan perilaku prososialnya, kegiatan layanan dilaksanakan secara sistematis, terencana dan terintegrasi dengan kegiatan pembelajaran sehari-hari di sekolah (Saripah, 2006).

Di dalam layanan bimbingan kelompok, kegiatan yang dilakukan bertujuan tujuan untuk membagikan informasi atau pengalaman lewat aktivitas yang terencana dan terorganisir (Gibson & Mitchell, 2016). Di dalam kegiatan tersebut, akan tercipta dinamika kelompok sehingga muncul kekuatan yang ada dalam kelompok, para anggota saling berinteraksi yang saling memengaruhi, berperan, dan berpartisipasi dalam kegiatan layanan.

Teknik latihan kelompok (*Group Exercise*) merupakan teknik latihan yang memiliki banyak variasi latihan, yang dapat disesuaikan dengan kebutuhan tujuan layanan bimbingan kelompok. Teknik ini dapat mempengaruhi anggotanya untuk saling berpartisipasi dan berinteraksi sehingga muncul dinamika dalam kelompok dan sikap-sikap seperti saling membantu, menghibur, memberi, dan bekerjasama. Sikap-sikap tersebut berkaitan dengan perilaku prososial yang harus dimiliki setiap individu khususnya peserta didik remaja. Maka layanan bimbingan kelompok dengan teknik latihan dalam kelompok (*Group Exercise*) dapat menjadi salah satu solusi untuk membantu meningkatkan perilaku prososial siswa.

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah dan identifikasi penelitian yang telah diuraikan di atas, berikut pertanyaan-pertanyaan dari penelitian ini:

1. Bagaimana gambaran perilaku prososial siswa kelas X SMA Negeri 10 Kota Bekasi?
2. Bagaimana rumusan program kerja bimbingan kelompok dengan teknik *group exercises* untuk meningkatkan perilaku prososial siswa kelas X SMA Negeri 10 Kota Bekasi?
3. Apakah bimbingan kelompok dengan teknik *group exercises* dapat meningkatkan perilaku prososial siswa kelas X SMA Negeri 10 Kota Bekasi?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Terdapat tujuan umum dan tujuan khusus dari penelitian ini, tujuan umum dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana perilaku prososial peserta didik remaja kelas X SMA Negeri 10 Kota Bekasi. Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah untuk menguji layanan bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise* sebagai upaya untuk meningkatkan perilaku prososial siswa kelas X SMA Negeri 10 Kota Bekasi.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis. Manfaat teoritis dari penelitian ini untuk mengetahui penggunaan teknik *group exercise* dalam setting bimbingan kelompok sebagai upaya untuk meningkatkan perilaku prososial peserta didik remaja. Berikut manfaat teoritis dan praktis dari penelitian sebagai salah satu alternatif dalam meningkatkan perilaku prososial peserta didik remaja bagi guru ataupun pelaksana layanan di sekolah maupun lapangan :

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat berkontribusi bagi pengembangan ilmu bimbingan dan konseling, khususnya dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik latihan dalam kelompok (*Group Exercise*) untuk mengembangkan perilaku prososial peserta didik.

#### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi Konselor atau guru Bimbingan dan Konseling, diharapkan dapat menjadi masukan bagi pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah sebagai upaya mengembangkan, mencegah, dan menanggulangi permasalahan yang ada di sekolah khususnya yang berkaitan dengan perilaku prososial peserta didik remaja.
- b. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat menjadi landasan inspirasi dan masukan bagi peneliti selanjutnya dalam penggunaan jenis layanan atau intervensi khususnya dalam bimbingan kelompok.

### **1.5 Struktur Organisasi Tesis**

Bab I berisi latar belakang; identifikasi dan rumusan masalah; pertanyaan penelitian; tujuan penelitian; manfaat penelitian; dan sistematika penulisan tesis.

Bab II berisi kajian pustaka yang terdiri dari bimbingan kelompok, teknik *group exercise*, konsep perilaku prososial, dan faktor-faktor yang memengaruhi perilaku prososial.

Bab III berisi metode penelitian, meliputi metodologi penelitian yang meliputi: (1) paradigma yang digunakan dalam penelitian; (2) metode dan design penelitian; (3) partisipan penelitian; (4) definisi operasional variable penelitian; (5) instrumen penelitian; (6) prosedur penelitian; dan (7) teknik analisis data penelitian.

Bab IV memaparkan hasil temuan penelitian.

Bab V memaparkan simpulan, implikasi, dan rekomendasi yang didasarkan pada temuan hasil penelitian.