

Pelatihan “Remaja Bijak” terhadap Kecenderungan Perilaku Prososial Remaja

Maria Theresia¹ & Esti Hayu Purnamaningsih²
Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Abstract. Behavioral problems in adolescents at school become a phenomenon that is increasingly seen nowadays. Prosocial behavior is important for adolescents to carry out their social functions well. One important aspect that influences the tendency of prosocial behavior is emotion. The study's objective was assessing the role of "Remaja Bijak" in improving adolescent emotional intelligence. An increase in adolescent emotional intelligence was expected to influence the increasing tendency of adolescent prosocial behavior. Training was given to 10 adolescents aged 16-17 years. Data collection was done using prosocial behavior tendency scale and Emotional Intelligence Scale (EIS). Analysis was done using non-parametric Mann Whitney test. The results showed that there was no effect on "Remaja Bijak" training on the tendency of adolescent prosocial behavior (pre: $U=8.5$, $z=0.838$, $p>0.05$; post: $U=11.5$, $z=-0.210$, $p>0.05$). Improvements to the contents of the module should be considered in future studies.

Keywords : emotional intelligence; intervention; prosocial behavior tendency

Abstrak. Permasalahan perilaku yang dilakukan remaja di sekolah merupakan fenomena yang semakin sering ditemui saat ini. Perilaku prososial merupakan hal yang penting bagi remaja untuk menjalankan fungsi sosialnya dengan baik. Salah satu aspek penting yang memengaruhi kecenderungan perilaku prososial adalah emosi. Tujuan penelitian ini adalah mengukur peran pelatihan “Remaja Bijak” untuk meningkatkan kecerdasan emosi remaja. Peningkatan kecerdasan emosi remaja diharapkan dapat memengaruhi peningkatan kecenderungan perilaku prososial remaja. Pelatihan diberikan pada 10 remaja berusia 16-17 tahun. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala kecenderungan perilaku prososial dan *Emotional Intelligence Scale* (EIS). Uji non-parametrik Mann-Whitney dilakukan untuk menganalisis data. Hasil menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh pelatihan “Remaja Bijak” terhadap kecenderungan perilaku prososial remaja (pra: $U=8,5$, $z=0,838$, $p>0,05$; post: $U=11,5$, $z=-0,210$, $p>0,05$). Perbaikan terhadap isi modul dapat menjadi pertimbangan pada penelitian selanjutnya.

Kata kunci : intervensi; kecenderungan perilaku prososial; kecerdasan emosi

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak menuju masa dewasa. Perkembangan pada masa ini diikuti dengan peningkatan tanggung jawab dan tuntutan sosial dari masyarakat. Remaja

dituntut untuk semakin matang dan mematuhi norma-norma di masyarakat dibandingkan saat masih anak-anak (Eccles, Brown, & Templeton, 2008). Masa ini merupakan periode kehidupan di

¹ Korespondensi mengenai isi artikel ini dapat dilakukan melalui mariathisa@gmail.com

² atau melalui esti@ugm.ac.id

mana remaja dihadapkan pada pilihan-pilihan untuk menemukan jati diri dan mengembangkan perilaku prososial.

Perilaku prososial adalah perilaku yang menunjukkan kepedulian dan manfaat kepada orang lain (Eisenberg, Fabes, & Spinrad, 2006; Caprara, Alessandri, Di Giunta, Panerai, & Eisenberg, 2010). Perilaku prososial berarti mengenali bahwa orang lain mengalami pengalaman negatif, kemampuan untuk memahami respon yang sesuai yang dapat diberikan, dan motivasi untuk melakukan sesuatu (Dunfield, 2014).

Perilaku prososial digambarkan sebagai perilaku yang memberikan manfaat positif dan dapat mencegah munculnya masalah perilaku pada remaja (Padilla-Walker, Memmott-Elison, & Coyne, 2017). Namun, beberapa kasus yang terjadi menunjukkan bahwa remaja masih cenderung menunjukkan perilaku yang merugikan orang lain dibandingkan menunjukkan perilaku prososial.

Data KPAI hingga tahun 2017 mengungkapkan sebanyak 75% siswa pernah melakukan kekerasan di sekolah dan 40% siswa usia 13-15 tahun pernah mengalami kekerasan fisik oleh teman sebaya (Setyawan, 2017). Penelitian terhadap 160 siswa di salah satu SMK di Yogyakarta juga menunjukkan bahwa 5% siswa melakukan perilaku agresif yang tergolong sangat tinggi, 26% siswa tergolong tinggi, 40% siswa tergolong sedang, 21% siswa tergolong rendah, dan 8% siswa tergolong sangat rendah (Saputra & Handaka, 2018).

Studi yang dilakukan Putri dan Noviekayati (2015) pada remaja berusia 14-17 tahun di pondok pesantren mengungkapkan bahwa remaja kurang menunjukkan perilaku prososial. Hal ini ditunjukkan dengan perilaku tidak peduli dengan kebersihan lingkungan asrama yang kotor, tidak peduli dan acuh terhadap teman-teman yang bukan dari

golongannya, melakukan *bullying*, dan mencuri.

Studi yang dilakukan peneliti pada bulan Desember 2017 dan Januari 2018 di lima SMA di Yogyakarta menemukan bahwa siswa mulai terlibat dalam geng sekolah dan melakukan tawuran dengan pelajar di beberapa sekolah yang berbeda. Beberapa siswa juga seringkali mengejek temannya dengan sebutan tertentu atau mengejek nama orang tua sehingga memicu perkelahian antar siswa. Permasalahan ini menunjukkan, kecenderungan melakukan perilaku prososial pada remaja masih tergolong rendah.

Dunfield (2014) membagi perilaku prososial dalam tiga bentuk, yaitu menolong, berbagi, dan menghibur (Dunfield, 2014). Perilaku menolong merupakan bentuk perilaku prososial berupa memberi bantuan kepada orang lain dengan meringankan aktivitas fisik orang tersebut (Caprara, Steca, Zelli, & Capanna, 2005). Perilaku berbagi merupakan bentuk perilaku prososial berupa berbagi kepada orang lain, baik pengetahuan atau keterampilan, maupun material seperti uang maupun barang (Caprara *et al.*, 2005). Perilaku menghibur merupakan bentuk perilaku prososial berupa menunjukkan perhatian kepada orang lain yang membutuhkan, baik pemberian dukungan atau menghibur (Caprara *et al.*, 2005).

Terdapat dua faktor yang memengaruhi munculnya kecenderungan perilaku prososial pada remaja, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berupa, jenis kelamin, usia, biologis, pemahaman moral, dan emosi dan faktor eksternal berupa, sosialisasi, orientasi budaya, dan pola asuh.

Peningkatan dalam ketertarikan dan minat berelasi dengan teman sebaya dapat mengembangkan kompetensi sosial remaja (Wentzel, 2014). Hubungan yang

hangat dan dekat dengan teman sebaya maupun keluarga merupakan salah satu cara untuk mengembangkan rasa empati dan kecenderungan perilaku prososial remaja (Eisenberg, Spinrad, & Knafo-Noam, 2015).

Penelitian mengungkapkan bahwa perilaku menolong orang lain pada remaja perempuan lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki. Perilaku menolong pada remaja perempuan lebih dipengaruhi oleh rasa peduli dan perhatian yang lebih terhadap orang lain (Carlo, Padilla-Walker, & Nielson, 2015; Crocetti *et al.*, 2016; Van der Graaff, Carlo, Crocetti, Koot, & Branje, 2018).

Perilaku prososial pada remaja laki-laki mengalami peningkatan saat berusia antara 14 dan 17 tahun (Van der Graaff *et al.*, 2018) dan mengalami penurunan saat usia 17 dan 18 tahun (Luengo Kanacri, Pastorelli, Eisenberg, Zuffianò, & Caprara, 2013). Sementara itu, remaja perempuan mengalami peningkatan pada perkembangan perilaku prososial antara usia 13 dan 16 tahun (Van der Graaff *et al.*, 2018) kemudian sedikit demi sedikit mengalami penurunan pada usia 16 dan 18 tahun (Luengo Kanacri *et al.*, 2013).

Meskipun demikian, penelitian lain menemukan bahwa kecenderungan perilaku prososial bersifat stabil antara usia 10-14 tahun (Nantel-Vivier *et al.*, 2009) dan bahkan mengalami penurunan antara usia 13 dan 18 tahun (Luengo Kanacri *et al.*, 2013; Van der Graaff *et al.*, 2018). Beberapa perbedaan hasil penelitian ini menjadi salah satu alasan pada penelitian saat ini untuk memperluas pemahaman mengenai kecenderungan perilaku prososial pada usia remaja.

Perkembangan fisik pada masa remaja juga menunjang peningkatan pada otonomi yang membantu remaja untuk menunjukkan perilaku prososial yang semakin bervariasi (Carlo, Crockett, Wolff, & Beal, 2012). Perkembangan pada

kemampuan dalam memahami suatu sudut pandang dan pengambilan keputusan turut membantu remaja memiliki pemahaman moral yang lebih baik yang dapat mendukung munculnya perilaku prososial (Van der Graaff *et al.*, 2018; Eisenberg & Spinrad, 2014).

Aspek penting lain yang mendorong munculnya perilaku prososial, yaitu emosi. Emosi memainkan peran yang sangat penting dalam perkembangan nilai-nilai, motif, dan perilaku prososial (Eisenberg *et al.*, 2006; Kaltwasser, Hildebrandt, Wilhelm, & Sommer, 2017). Crone dan Dahl (2012) mengungkapkan bahwa perubahan pada aspek emosi dapat memengaruhi kemampuan remaja dalam memahami emosi yang dirasakan oleh orang lain.

Mayer dan Salovey (1997) menggambarkan emosi sebagai sebuah kecerdasan. Kecerdasan emosi merupakan kemampuan untuk menilai dan mengekspresikan emosi, kemampuan menggambarkan emosi yang melibatkan proses intelektual, kemampuan memahami emosi, dan kemampuan untuk mengelola emosi (Mayer, Caruso, & Salovey, 2016; Mayer & Salovey, 1997). Seseorang yang memiliki kecerdasan emosi mampu mengenali emosi dengan tepat, mampu menggunakan emosi untuk berpikir dengan tepat, mampu memahami emosi dan makna dari suatu emosi, serta mampu mengelola emosi yang ada dalam diri mereka dan orang lain (Mayer *et al.*, 2016).

Penelitian menunjukkan bahwa peran emosi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku prososial. Remaja yang memiliki kecerdasan emosi tinggi kurang suka melakukan kritik (Brackett, Rivers, Shiffman, Lerner, & Salovey, 2006) dan menunjukkan perilaku agresif yang rendah dibandingkan remaja dengan kecerdasan emosi rendah (Chong, Lee, Roslan, & Baba, 2015; García-Sancho,

Salguero, & Fernández-Berrocal, 2014; Nelis *et al.*, 2009; Siu, 2009). Jena, Bhattacharya, Hati, Ghosh, dan Panda (2014) mengemukakan bahwa seseorang dengan kecerdasan emosi yang tinggi menyukai terlibat dalam perilaku menolong orang lain. Memahami emosi orang lain dan memahami kondisi mental orang lain merupakan salah satu bentuk perilaku prososial dan respon seseorang berkaitan dengan rasa empati (Eisenberg *et al.*, 2015).

Mayer & Salovey (1997) mengemukakan empat cabang kecerdasan emosi. Pertama, mengenali emosi merupakan cabang paling dasar dari kecerdasan emosi yang merupakan ketepatan seseorang dalam mengidentifikasi emosi dan isi emosi. Kedua, peran emosi dalam proses berpikir yang menggambarkan kondisi emosi yang menyertai proses intelektual. Hal ini melibatkan menggunakan emosi untuk menemukan pemecahan masalah. Ketiga, memahami dan menganalisis emosi yang merupakan kemampuan memahami emosi dan menggunakan pemahaman emosi. Keempat, kemampuan mengelola emosi yang merupakan cabang paling tinggi yang menggambarkan kesadaran seseorang dalam mengelola emosi untuk mengembangkan kecerdasan emosi.

Kecerdasan emosi memiliki dampak yang positif terhadap peningkatan perilaku prososial (Afolabi, 2013; Côté, DeCelles, McCarthy, Van Kleef, & Hideg, 2011; Kaltwasser *et al.*, 2017). Belgrave, Nguyen, Johnson, dan Hood (2011) juga mengungkapkan bahwa program yang bertujuan meningkatkan empati dapat memengaruhi peningkatan kecenderungan perilaku prososial. Hal ini menunjukkan, bahwa peningkatan perilaku prososial pada remaja dapat dilakukan dengan cara meningkatkan kecerdasan emosi remaja.

Pelatihan "Remaja Bijak"

merupakan serangkaian kegiatan yang dikembangkan untuk meningkatkan kecerdasan emosi pada remaja (Wardhani, 2016). Kerangka teoretis yang digunakan dalam pelatihan ini menekankan empat cabang kecerdasan emosi dari Mayer dan Salovey (1997), yaitu mengenali emosi, menggunakan emosi dalam proses berpikir, memahami emosi, dan mengelola emosi. Pelatihan "Remaja Bijak" bertujuan untuk melatih remaja mengenali emosi diri dan orang lain, menggunakan emosi dalam proses berpikir, memahami makna dari emosi yang dimiliki diri sendiri dan orang lain, serta mengelola emosi untuk mencapai tujuan.

Tujuan dari penelitian ini adalah menguji pengaruh pelatihan "Remaja Bijak" terhadap kecenderungan perilaku prososial pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA). Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan teoretis dalam keilmuan psikologi pendidikan dan mengembangkan *evidence based prevention* dan intervensi perilaku prososial dengan meningkatkan kecerdasan emosi.

Manfaat praktis dari penelitian ini, yaitu penerapan pelatihan "Remaja Bijak" sebagai program BK di Sekolah Menengah Atas (SMA) yang dapat diberikan kepada siswa untuk meningkatkan kecenderungan perilaku prososial dan bentuk prevensi terhadap munculnya permasalahan perilaku. Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini, yaitu ada pengaruh pelatihan "Remaja Bijak" terhadap kecenderungan perilaku prososial remaja.

Metode

Penelitian ini menggunakan dua jenis variabel penelitian, yaitu variabel terikat dan variabel bebas. Variabel terikat berupa kecenderungan perilaku prososial dan variabel bebas berupa pelatihan

“Remaja Bijak”. Subjek pada penelitian ini ialah siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) yang berusia 16-17 tahun yang dibagi dalam kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Penempatan subjek ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sudah ditentukan oleh peneliti (Lihat tabel 1). Penempatan subjek dilakukan menggunakan metode *matching*. Hal ini bertujuan untuk mengontrol konsistensi dari variabel eksternal yang mungkin akan memengaruhi hasil dari penelitian.

Tabel 1.

Deskripsi Subjek Penelitian

Kelompok	Usia	Jenis kelamin		Total
		Laki-laki	Perempuan	
Eksperimen	16-17 tahun	2	3	5
Kontrol	16-17 tahun	1	4	5
Total		3	7	10

Kriteria subjek dalam penelitian adalah subjek yang berusia 16-17 tahun, memiliki skor kecenderungan perilaku prososial pada skala kecenderungan perilaku prososial dengan kategori sedang hingga rendah dan skor kecerdasan emosi pada skala kecerdasan emosi dengan kategori sedang hingga rendah serta belum pernah diberikan intervensi sejenis dan bersedia untuk mengikuti pelatihan secara penuh dengan menyertakan *informed consent*.

Desain penelitian yang digunakan berupa eksperimen kuasi *untreated control group design with dependent pretest and posttest*. Kelompok eksperimen dalam penelitian akan diberikan *pretest*, pelatihan “Remaja Bijak” dan *posttest*, sedangkan kelompok kontrol akan diberikan *pretest* dan *posttest*. Pemberian *posttest* pada kelompok eksperimen akan dilakukan sebanyak dua kali untuk

melihat konsistensi perubahan dari perlakuan yang diberikan.

Bentuk perlakuan yang diberikan dalam penelitian berupa pelatihan “Remaja Bijak”. Pelatihan “Remaja Bijak” terdiri dari tujuh sesi mengenai kecerdasan emosi. Pelatihan akan diberikan menggunakan pendekatan *experiential learning*. Modul pelatihan dilengkapi dengan lembar kerja peserta, lembar observasi untuk mengevaluasi proses pelatihan, lembar evaluasi fasilitator dalam menyampaikan materi,

dan lembar observasi mengenai keterlibatan peserta di dalam pelatihan.

Alat ukur penelitian berupa Skala Kecenderungan Perilaku Prososial dan *Emotional Intelligence Scale* (EIS). Skala Kecenderungan Perilaku Prososial berisi 26 aitem berdasarkan tiga aspek perilaku prososial, yaitu menolong, berbagi, dan menghibur. Skala Kecenderungan Perilaku Prososial dibuat dalam bentuk skala Likert yang terdiri dari lima pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Agak Tidak Sesuai (ATS), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS).

Skala kecerdasan emosi berisi 22 aitem berdasarkan empat aspek kecerdasan emosi, yaitu mengenal emosi, menggunakan emosi dalam proses berpikir, memahami emosi, dan mengelola emosi. *Emotional Intelligence Scale* dibuat dalam bentuk skala Likert dengan lima pilihan jawaban, yaitu Sangat

Sesuai (SS), Sesuai (S), Agak Tidak Sesuai (ATS), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS).

Analisis data yang digunakan berupa statistik non parametrik, yaitu Uji Mann-Whitney. Uji non parametrik dapat dipertimbangkan apabila jumlah sampel pada penelitian berupa sampel kecil. Analisis data dilakukan dengan membandingkan dua kelompok (eksperimen dan kontrol) dengan dua interaksi waktu (*pretest* dan *posttest*). Analisis dilakukan dengan melihat perbedaan skor kecerdasan emosi pada subjek di kelompok eksperimen ataupun kelompok kontrol. Setelah itu, dilakukan analisis terhadap skor kecenderungan perilaku prososial pada subjek di kelompok eksperimen dan kelompok kontrol untuk melihat pengaruh pemberian pelatihan mengenai kecerdasan emosi terhadap kecenderungan perilaku prososial.

Hasil

Subjek penelitian adalah siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) yang berusia 16-17 tahun. Remaja dengan usia 16-17 tahun pada umumnya sedang berada pada kelas 11 SMA. Jumlah subjek dalam penelitian sebanyak 10 siswa yang berasal dari satu sekolah yang sama. Lima siswa dimasukkan ke dalam kelompok eksperimen dan lima siswa dimasukkan ke dalam kelompok kontrol. Subjek penelitian merupakan siswa yang memiliki skor kecenderungan perilaku prososial sedang hingga rendah dan skor kecerdasan emosi sedang hingga rendah.

Uji validitas alat ukur

Peneliti menyusun Skala Kecenderungan Perilaku Prososial menjadi 30 aitem berdasarkan tiga aspek perilaku prososial (Dunfield, 2014). Peneliti melakukan penilaian terhadap skala dan diperoleh

nilai koefisien V dengan rentang 0,76 - 0,94. Berdasarkan Aiken (1985), dengan jumlah penilai (*m* atau *n*) sebanyak 18 orang, jumlah pilihan jawaban (*c*) sebanyak lima pilihan jawaban, dan $p=0,05$, maka skor V yang diharapkan pada sebuah aitem minimal sebesar 0,65. Hal ini berarti, skala kecenderungan perilaku prososial yang digunakan memiliki validitas isi yang baik.

Peneliti memodifikasi *Emotional Intelligence Scale* (EIS) yang disusun Setiani (2018). *Emotional Intelligence Scale* berisi 31 aitem berdasarkan empat aspek kecerdasan emosi Mayer dan Salovey (1997). Berdasarkan penilaian yang dilakukan, diperoleh nilai koefisien V dengan rentang 0,79 - 0,97. Hal ini berarti, EIS yang digunakan memiliki validitas isi yang baik.

Uji reliabilitas alat ukur

Peneliti melakukan uji coba terhadap 30 aitem yang terdapat dalam Skala Kecenderungan Perilaku Prososial untuk melihat kelayakan alat ukur yang digunakan. Setelah dilakukan uji coba, terdapat empat aitem yang gugur, sehingga menjadi 26 aitem. Aitem-aitem yang gugur merupakan aitem yang memiliki batas kriteria korelasi aitem $r_{ix} < 0,25$. Berdasarkan hasil uji coba, diperoleh skor reliabilitas Alpha Cronbach Skala Kecenderungan Perilaku Prososial sebesar $r_{xx} = 0,856$. Azwar (2015) mengungkapkan bahwa skor reliabilitas mendekati $r_{xx} = 1$ berarti bahwa skala penelitian tersebut semakin reliabel. Berdasarkan hal ini, Skala Kecenderungan Perilaku Prososial tersebut layak untuk digunakan.

Peneliti juga melakukan uji coba terhadap 31 aitem yang terdapat dalam EIS. Setelah dilakukan uji coba, sembilan aitem gugur sehingga jumlahnya menjadi 22 aitem. Berdasarkan hasil uji coba skala, diperoleh skor reliabilitas Alpha Cronbach

EIS sebesar $r_{xx}=0,851$. Berdasarkan hal ini, EIS tersebut layak untuk digunakan.

Validitas desain modul

Penilaian terhadap validitas desain modul dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Penilaian kuantitatif dilakukan dengan memberi nilai kesesuaian aktivitas dalam sesi pelatihan dengan indikator ketercapaian tujuan pelatihan dengan rentang 1-5, yaitu Sangat Tidak Sesuai Kemudian, nilai tersebut diolah menggunakan koefisien validitas isi Aiken's V. Koefisien V untuk masing-masing sesi menunjukkan rentang antara 0,50 – 1,00. (STS) hingga Sangat Sesuai (SS). Azwar (2017b) menyatakan bahwa nilai validitas 0,5 sudah dapat diterima dan dianggap memuaskan. Hal tersebut berarti, validitas isi masing-masing sesi dan aspek dalam modul "Remaja Bijak" tergolong memadai.

Hasil deskriptif skor EIS kelompok eksperimen

Berdasarkan tabel 2 dan tabel 3, skor kecerdasan emosi pada kelompok eksperimen umumnya mengalami peningkatan pada saat *posttest* pertama setelah pelatihan diberikan, meskipun tidak terlalu besar dan masih terdapat subjek yang mengalami penurunan. Namun, pada saat pemberian *posttest* kedua, terdapat subjek yang mengalami

peningkatan dan penurunan. Namun, hal yang sama juga terjadi pada subjek di kelompok kontrol. Subjek mengalami peningkatan dan penurunan pada skor kecerdasan emosi setelah pemberian *posttest* kedua.

Uji cek manipulasi

Uji cek manipulasi dilakukan dengan memberikan EIS pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Uji cek manipulasi dilakukan dengan membandingkan skor antara sebelum dan sesudah perlakuan pada subjek. Uji cek manipulasi dilakukan dengan menggunakan statistik non parametrik, yaitu Uji Mann-Whitney. Pemilihan ini didasarkan pada pertimbangan jumlah sampel yang kecil, yaitu $N=5$.

Hasil menunjukkan, skor pada *pretest* sebesar $U=8,50$, $z=-0,838$ dan $p=0,421$ ($p>0,05$), sedangkan skor *posttest* sebesar $U=11,50$, $z=-0,210$, dan $p=0,841$ ($p>0,05$). Berdasarkan hal ini, disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan mengenai kecerdasan emosi subjek saat sebelum dan setelah pelatihan diberikan. Meskipun terdapat peningkatan pada skor *pretest* dan *posttest*, tetapi peningkatan yang terjadi tidak cukup signifikan. Hal ini menegaskan bahwa tidak ada pengaruh pemberian pelatihan "Remaja Bijak" terhadap

Tabel 2.
Hasil Skor EIS Kelompok Eksperimen

Subjek	Pretest	Kategori	Posttest I	Kategori	Posttest II	Kategori
1	70	Sedang	71	Sedang	69	Sedang
2	77	Sedang	80	Sedang	64	Sedang
3	68	Sedang	69	Sedang	67	Sedang
4	74	Sedang	83	Tinggi	86	Tinggi
5	80	Sedang	82	Sedang	82	Tinggi
Rata-rata	73,8	Sedang	75,6	Sedang	73,6	Sedang

Tabel 3
Hasil Skor EIS Kelompok Kontrol

Subjek	Pretest	Kategori	Posttest II	Kategori
1	79	Sedang	84	Tinggi
2	67	Sedang	78	Sedang
3	71	Sedang	71	Sedang
4	70	Sedang	67	Sedang
5	69	Sedang	63	Sedang
Rata-rata	71,2	Sedang	72,6	Sedang

kecerdasan emosi remaja.

Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan “Remaja Bijak” terhadap kecenderungan perilaku prososial pada remaja. Namun, uji cek manipulasi terhadap skor EIS yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa perubahan skor *pretest* menuju *posttest* pada kedua kelompok tidak berbeda secara signifikan. Hal ini menyimpulkan, bahwa tidak ada pengaruh pelatihan “Remaja Bijak” terhadap kecerdasan emosi remaja.

Azwar (2017a) mengungkapkan bahwa untuk menguji efektifitas suatu modul maka perlu melihat signifikansi dari cek manipulasi yang dilakukan. Apabila hasil cek manipulasi tidak signifikan, maka analisis mengenai efektifitas modul tidak perlu dilakukan. Hal ini menjadi pertimbangan untuk menyimpulkan bahwa hipotesis pada penelitian ini ditolak, yang berarti tidak ada pengaruh pelatihan “Remaja Bijak” terhadap kecenderungan perilaku prososial remaja.

Hasil penelitian Wardhani (2016) menunjukkan bahwa kecerdasan emosi remaja mengalami peningkatan setelah diberikan program “Remaja Bijak”. Selain

itu, hal ini juga mendukung hipotesis yang mengungkapkan bahwa program “Remaja Bijak” dapat menurunkan kecenderungan perilaku agresif remaja. Namun, pada penelitian ini, menunjukkan bahwa tidak adanya peningkatan kecerdasan emosi remaja setelah diberikan pelatihan “Remaja Bijak” sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada pengaruh pelatihan “Remaja Bijak” terhadap kecenderungan perilaku prososial.

Perbedaan hasil dari penelitian ini dan penelitian Wardhani (2016) dapat dipengaruhi oleh perbedaan durasi waktu pelatihan. Pelatihan Wardhani (2016) melakukan penyampaian materi dengan total waktu keseluruhan sekitar 12 jam dan dilakukan dalam enam hari pertemuan. Pelatihan saat ini mempersingkat waktu pada sesi pembukaan dan penutupan sehingga total waktu keseluruhan pelatihan menjadi delapan jam dan dilaksanakan dalam dua hari pertemuan. Hal ini membuat beberapa permainan pengantar sesi materi pada pelatihan Wardhani (2016) dan pelatihan saat ini berbeda. Namun, aktivitas pada keseluruhan sesi materi mengenai kecerdasan emosi yang diberikan hampir sama pada kedua pelatihan ini.

Pertimbangan terhadap durasi

waktu ini tidak sesuai saat proses penelitian dilakukan. Ketepatan waktu kedatangan subjek pada saat pelatihan yang kurang baik kemudian berdampak pada proses pelatihan yang dilakukan. Pelatihan yang dilakukan mengalami pengurangan total waktu penyampaian materi menjadi sekitar 6,5 jam selama dua hari pelatihan. Peneliti mempersingkat waktu penyampaian materi pada setiap sesi agar materi pada setiap sesi dapat tersampaikan.

Metode pembelajaran yang digunakan untuk menyampaikan materi berupa pendekatan *experiential learning*. Pendekatan ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana pengalaman diubah menjadi suatu pembelajaran dan pengetahuan (Kolb, 2014). *Experiential learning* menekankan pada empat tahapan belajar, yaitu untuk memperoleh pengalaman yang berupa *concrete experience* (CE) dan *abstract experience* (AE) serta mentransformasi pengalaman berupa *reflective observation* (RO) dan *active experimentation* (AE) (Kolb, 2014).

Tahap *reflecting* dan *thinking* membutuhkan waktu untuk mewakili dan memanipulasi gagasan yang ada di pikiran seseorang sebelum masuk pada tahapan *acting*. Proses ini diperoleh melalui aktivitas permainan, diskusi, ataupun pemaknaan yang dilakukan. Keterbatasan waktu pada saat pelatihan berpengaruh terhadap aktivitas yang dilakukan sehingga menjadi lebih singkat dan proses pemaknaan berupa tahap *reflecting* dan *thinking* kurang terbentuk dengan baik. Hal ini akan memengaruhi pada proses pembelajaran selanjutnya, yaitu *active experimentation*.

Active experimentation merupakan tahapan yang memberikan kesempatan pada subjek untuk menguasai pemahaman baru dan menjadikannya sebagai dasar memprediksi apa yang akan terjadi ke depannya. Namun, subjek

menunjukkan belum dapat melakukan tahapan *active experimentation*. Beberapa subjek tidak mengingat apa yang diperoleh pada saat pelatihan dan kesulitan untuk mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

Meskipun demikian, terdapat beberapa subjek yang masih dapat mengingat beberapa bagian dan mencoba melakukan meskipun masih sulit. Proses ini juga didukung dengan adanya *personal diary* untuk membantu subjek merefleksikan dan menuliskan pengalaman emosional yang dirasakan setiap hari (Nelis *et al.*, 2009). Hanya saja, beberapa subjek tidak secara rutin menuliskan pengalamannya dan ada beberapa subjek yang rutin dan rinci dalam menceritakan pengalaman emosi yang dialaminya.

Apabila melihat kepada perubahan skor pada masing-masing subjek dalam kelompok eksperimen, ditemukan bahwa terdapat skor *pretest* dan *posttest* II yang mengalami penurunan dan peningkatan. Peningkatan pada subjek di kelompok eksperimen dapat terjadi didukung oleh refleksi dari subjek saat mengikuti pelatihan. Hal ini ditunjukkan dalam hasil refleksi subjek maupun observasi selama proses pelatihan dilakukan.

Hasil menunjukkan bahwa subjek yang mengalami peningkatan skor kecerdasan emosi menunjukkan antusias saat pelatihan. Hal ini ditunjukkan dengan beberapa kali mengajukan pertanyaan saat sesi diskusi, merespon pertanyaan dari fasilitator dan terlibat aktif, serta jujur dan terbuka terhadap emosi-emosi yang dirasakannya.

Ketika mengisi papan *mood meter*, subjek juga mengalami perubahan kondisi suasana hati yang dapat dipahaminya. Saat selesai intervensi, peneliti juga meminta subjek untuk mengisi *personal diary* dengan menuliskan pengalaman

emosi yang dirasakan subjek setiap hari. Berdasarkan analisis pada *personal diary*, subjek yang mengalami peningkatan pada skor *posttest* menuliskan pengalaman emosi yang dirasakannya secara rutin dan terbuka.

Pelatihan dilakukan selama dua hari dan bertepatan dengan adanya acara *class meeting* sehingga membuat sebagian subjek tampak kurang bersemangat saat awal mengikuti pelatihan. Hari kedua pelatihan juga dimulai agak terlambat dikarenakan menunggu peserta yang hadir karena harus mengikuti *class meeting*. Kondisi ini membuat suasana hati peserta tersebut cenderung negatif sehingga membuat penyerapan materi dan keterlibatan peserta kurang optimal. Jumlah keseluruhan subjek yang ikut serta dalam pelatihan sebanyak 12 orang, tetapi hanya lima orang yang mengikuti pelatihan selama dua hari hingga selesai.

Shadish, Cook, & Campbell (2002) mengungkapkan bahwa faktor situasi saat perlakuan menjadi salah satu ancaman validitas internal penelitian. Kondisi tersebut menuntut kompetensi fasilitator untuk mampu menciptakan kondisi pelatihan yang lebih kondusif sehingga subjek siap menerima materi dan terlibat di dalam aktivitas pelatihan. *Ice breaking* tambahan yang diberikan fasilitator di luar prosedur modul dimaksudkan untuk meningkatkan perhatian dan suasana hati subjek pelatihan.

Penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosi dapat memengaruhi kecenderungan perilaku prososial (Belgrave *et al.*, 2011). Namun, dalam penelitian ini tidak mengukur perubahan perilaku prososial remaja dikarenakan tidak ada pengaruh pelatihan "Remaja Bijak" terhadap peningkatan kecerdasan emosi.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh pelatihan "Remaja Bijak" terhadap kecenderungan perilaku prososial remaja. Hal ini ditunjukkan dengan tidak adanya perbedaan yang signifikan pada skor kecerdasan emosi antara subjek yang mengikuti pelatihan "Remaja Bijak" dan yang tidak mengikuti pelatihan. Hasil yang tidak signifikan pada skor kecerdasan emosi ini menjadi pertimbangan bahwa tidak diperlukan pengukuran lebih lanjut terhadap skor kecenderungan perilaku prososial. Namun demikian, subjek pada penelitian ini tetap memperoleh manfaat setelah mengikuti pelatihan.

Saran

Berdasarkan temuan dan kesimpulan dari hasil penelitian, terdapat beberapa saran yang dapat dipertimbangkan untuk penelitian selanjutnya, yaitu penelitian selanjutnya dapat memperbaiki dan meninjau ulang modul pelatihan "Remaja Bijak" berkaitan dengan konten dan proses. Setelah itu, dapat melakukan uji validitas terlebih dahulu terhadap modul pelatihan "Remaja Bijak" untuk melihat pengaruhnya pada kecerdasan emosi. Penelitian selanjutnya dapat melakukan uji efektivitas pelatihan pada variabel yang lain setelah menguji validitas modul. Penelitian selanjutnya dapat melakukan antisipasi terhadap ancaman-ancaman variabel *extraneous* dengan mempertimbangkan pemilihan waktu pelaksanaan pelatihan dan faktor lainnya.

Daftar Pustaka

- Afolabi, O. A. (2013). Roles of personality types, emotional intelligence and gender difference on prosocial behavior. *Psychological Thought*, 6(1), 124–139.
- Aiken, L. R. (1985). Three coefficients for

- analyzing the reliability and validity of ratings. *Educational and Psychological Measurements*, 45, 131-142. doi: [10.1177%2F0013164485451012](https://doi.org/10.1177%2F0013164485451012)
- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan validitas* (Edisi keempat). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017a). *Metode penelitian psikologi* (Edisi kedua). Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2017b). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi kedua). Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Belgrave, F. Z., Nguyen, A. B., Johnson, J. L., & Hood, K. (2011). Who is likely to help and hurt? Profiles of African American adolescents with prosocial and aggressive behavior. *Journal of Youth Adolescence*, 40, 1012-1024. doi: [10.1007/s10964-010-9608-4](https://doi.org/10.1007/s10964-010-9608-4)
- Brackett, M. A., Rivers, S. E., Shiffman, S., Lerner, N., & Salovey, P. (2006). Relating emotional abilities to social functioning: A comparison of self-report and performance measures of emotional intelligence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91(4), 780-795. doi: [10.1037/0022-3514.91.4.780](https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.4.780)
- Caprara, G. V., Alessandri, G., Di Giunta, L., Panerai, L., & Eisenberg, N. (2010). The contribution of agreeableness and self-efficacy beliefs to prosociality. *European Journal of Personality*, 24, 36-55. doi: [10.1002%2Fper.739](https://doi.org/10.1002%2Fper.739)
- Caprara, G. V., Steca, P., Zelli, A., & Capanna, C. (2005). A new scale for measuring adults' prosocialness. *European Journal of Psychological Assessment*, 21(2), 77-89. doi: [10.1027/1015-5759.21.2.77](https://doi.org/10.1027/1015-5759.21.2.77)
- Carlo, G., Crockett, L. J., Wolff, J. M., & Beal, S. J. (2012). The role of emotional reactivity, self-regulation, and puberty in adolescents' prosocial behaviors. *Social Development*, 21, 667-685. doi: [10.1111/j.1467-9507.2012.00660.x](https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2012.00660.x)
- Carlo, G., Padilla-Walker, L. M., & Nielson, M. G. (2015). Longitudinal bidirectional relations between adolescents' sympathy and prosocial behavior. *Developmental Psychology*, 51(12), 1771-1777. doi: [10.1037/dev0000056](https://doi.org/10.1037/dev0000056)
- Chong, A. M., Lee, P. G., Roslan, S., & Baba, M. (2015). Emotional intelligence and at-risk students. *SAGE Open*, 1-8. doi: [10.1177%2F2158244014564768](https://doi.org/10.1177%2F2158244014564768)
- Côté, S., DeCelles, K. A., McCarthy, J. M., Van Kleef, G. A., & Hideg, I. (2011). The Jekyll and Hyde of emotional intelligence: Emotion-regulation knowledge facilitates both prosocial and interpersonally deviant behavior. *Psychological Science*, 22(8), 1073-1080. doi: [10.1177/0956797611416251](https://doi.org/10.1177/0956797611416251)
- Crocetti, E., Moscatelli, S., Van der Graaff, J., Rubini, M., Meeus, W., & Branje, S. (2016). The interplay of self-certainty and prosocial development in the transition from late adolescence to emerging adulthood. *European Journal of Personality*, 30, 594-607. doi: [10.1002/per.2084](https://doi.org/10.1002/per.2084)
- Crone, E. A., & Dahl, R. E. (2012). Understanding adolescence as a period of social-affective engagement and goal flexibility. *Nature Reviews Neuroscience*, 13, 636-650. doi: [10.1038/nrn3313](https://doi.org/10.1038/nrn3313)
- Dunfield, K. A., (2014). A construct divided prosocial behavior as helping, sharing, and comforting subtypes. *Frontiers in Psychology*, 958(5), 1-13. doi: [10.3389/fpsyg.2014.00958](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00958)
- Eccles, J. S., Brown, B. V., Templeton, J. (2008). A developmental framework for selecting indicators of well-being

- during the adolescent and young adult years. In: Brown, B. (Ed.), *Key indicators of child and youth well-being*. Lawrence Erlbaum (pp. 197–236). Mahwah, NJ: Associates Publishers.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., & Spinrad, T. L. (2006). Prosocial development. In W. Damon & R. M. Lerner (Series Eds.) & N. Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development (6th ed., Vol. 3, pp. 646–718)*. New York: Wiley.
- Eisenberg, N., & Spinrad, T. L. (2014). Multidimensionality of prosocial behavior: Rethinking the conceptualization and development of prosocial behavior. In L. M. Padilla-Walker & G. Carlo (Eds.), *Prosocial development: A multidimensional approach (pp. 17–39)*. New York: Oxford University Press.
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Knafo-Noam, A. (2015). Prosocial development. In R. M. Lerner, L. S. Liben & U. Mueller (Eds.), *Handbook of child psychology and developmental science, cognitive processes (pp. 1–47)*. New Jersey, US: John Wiley & Sons.
- García-Sancho, E., Salguero, J. M., & Fernández-Berrocal, P. (2014). Relationship between emotional intelligence and aggression: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior, 19*, 584–591.
- Jena, L. K., Bhattacharya, P., Hati, L., Ghosh, D., & Panda, M. (2014). Emotional intelligence & prosocial behaviour: Multidimensional trait analysis of technical students. *Journal of Strategic Human Resource Management, 3*(2), 38–47.
- Kaltwasser, L., Hildebrandt, A., Wilhelm, O., & Sommer, W. (2017). On the relationship of emotional abilities and prosocial behavior. *Evolution and Human Behavior, 38*, 298–308. doi: [10.1016/j.evolhumbehav.2016.10.011](https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2016.10.011)
- Kolb, D. A. (2014). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development (2nd ed.)*. USA: Pearson Education, Inc.
- Luengo Kanacri, B. P., Pastorelli, C., Eisenberg, N., Zuffianò, A., & Caprara, G. V. (2013). The development of prosociality from adolescence to early adulthood: The role of effortful control. *Journal of Personality, 81*, 302–312. doi: [10.1111/jopy.12001](https://doi.org/10.1111/jopy.12001)
- Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion Review, 8*(4), 290–300. doi: [10.1177%2F1754073916639667](https://doi.org/10.1177/2F1754073916639667)
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence educational implications (pp. 3–34)*. New York: BasicBooks.
- Nantel-Vivier, A., Kokko, K., Caprara, G. V., Pastorelli, C., Gerbino, M. G., Paciello, M., & Tremblay, R. E. (2009). Prosocial development from childhood to adolescence: A Multi-informant perspective with Canadian and Italian longitudinal studies. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 50*, 590–598. doi: [10.1111/j.1469-7610.2008.02039.x](https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2008.02039.x)
- Nelis, D., Quoidbach, J., Mikolajczak, M., & Hansenne, M. (2009). Increasing emotional intelligence: (How) is it possible? *Personality and Individual Differences, 47*, 36–41. doi: [10.1016/j.paid.2009.01.046](https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.01.046)
- Padilla-Walker, L. M., Memmott-Elison, M. K., & Coyne, S. M. (2017). Associations between prosocial and problem behavior from early to late adolescence. *Journal of Youth Adolescence, 47*(5), 1–15. doi: [10.1111/jopy.12001](https://doi.org/10.1111/jopy.12001)

- [10.1007/s10964-017-0736-y](https://doi.org/10.1007/s10964-017-0736-y)
- Putri, E. I. E., & Noviekayati, I. G. A. A. (2015). Religiusitas, pola asuh otoriter dan perilaku prososial remaja di pondok pesantren. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(3), 233-241. doi: [10.30996/persona.v4i03.718](https://doi.org/10.30996/persona.v4i03.718)
- Saputra, W. N. E., & Handaka, I. B. (2018). Perilaku agresi pada siswa SMK di Yogyakarta. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 1-8. doi: [10.26638/jfk.475.2099](https://doi.org/10.26638/jfk.475.2099)
- Setiani, P. A. (2018). *Validasi modul "CARE" dalam meningkatkan kecerdasan emosional guru sekolah dasar inklusi* (Tesis tidak dipublikasikan). Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Setyawan, D. (2017, November 23). *Pers release kekerasan di sekolah marak, KPAI menyelenggarakan FGD analisis kebijakan penanganan kekerasan di pendidikan*. Diunduh dari <http://www.kpai.go.id/berita/pers-release-kekerasan-di-sekolah-marak-kpai-menyelenggarakan-fgd-analisis-kebijakan-penanganan-kekerasan-di-pendidikan/> (diakses pada 13 April 2018)
- Shadish, W. R., Cook, T. D., & Campbell, D. T. (2002). *Experimental and quasi-experimental design for generalized causal inference*. New York: Houghton Mifflin Company.
- Siu, A. F. Y. (2009). Trait emotional intelligence and its relationships with problem behavior in Hong Kong adolescents. *Personality and Individual Differences*, 47, 553–557. doi: [10.1016/j.paid.2009.05.004](https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.05.004)
- Van der Graaff, J., Carlo, G., Crocetti, E., Koot, H. M., & Branje, S. (2018). Prosocial behavior in adolescence: gender differences in development and links with empathy. *Journal of Youth Adolescence*, 47, 1086–1099. doi: [10.1007/s10964-017-0786-1](https://doi.org/10.1007/s10964-017-0786-1)
- Wardhani, R. K. (2016). *Pengaruh program "Remaja Bijak" terhadap kecenderungan perilaku agresif remaja* (Tesis tidak dipublikasikan). Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.