

**MODEL PENGEMBANGAN TEKNIK PEMBELAJARAN *LIFE SKILL* DENGAN
SETTING GROUP UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU PROSOSIAL
MAHASISWA BIMBINGAN KONSELING FKIP UNIVERSITAS
MUHAMADIYAH PROF.DR. HAMKA**

*Eka Heriyani,
Chandra Dewi S.
Nuraini*

Universitas Muhammadiyah Prof.Dr.Hamka

Email: eka@konselor.org, chandra26dewi@gmail.com, aini.regar@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA melalui model pengembangan teknik pembelajaran *Life Skill* dengan *Setting Group*. Penelitian ini dilakukan dengan memberikan *treatment* kepada mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling UHAMKA yang memiliki perilaku prososial yang rendah. Metode yang digunakan adalah teknik pembelajaran *life skill* untuk menghadapi berbagai tuntutan dan tantangan dalam kehidupan secara lebih efektif. Kecakapan hidup mencakup empat jenis, yaitu: (1) kecakapan mengenal diri; (2) kecakapan berpikir; (3) kecakapan sosial; dan (4) kecakapan akademik. Temuan dari penelitian ini adalah: (1) terdapat perbedaan yang signifikan antara perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA pada *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen; (2) terdapat perbedaan yang tidak signifikan antara perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA pada *pretest* dan *posttest* mahasiswa BK FKIP kelompok kontrol; (3) terdapat perbedaan yang signifikan antara perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA pada *posttest* kelompok kontrol dengan *posttest* kelompok eksperimen. Berdasarkan temuan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA dapat ditingkatkan melalui bimbingan kelompok dengan teknik *pembelajaran life skill*.

Kata Kunci: Perilaku Prososial; *Life Skill*; Bimbingan Kelompok

PENDAHULUAN

Perilaku prososial sangat diperlukan bagi setiap anak, Perilaku prososial mencakup segala bentuk tindakan yang menguntungkan dan dilakukan untuk menolong orang lain, tanpa memperdulikan motif-motif penolong. Perilaku prososial bermanfaat bagi remaja dalam interaksi sosial mereka. Hal ini yang membuat perilaku prososial menjadi bagian atau norma sosial. Tiga norma yang paling penting di dalamnya adalah tanggung jawab sosial, timbal balik dan keadilan sosial (Sears, Freedman, dan Peplau, 2005:50). Termasuk di dalamnya berkaitan dengan budi pekerti, dalam penelitian Agus Maemun (2012:2).

Perilaku prososial merupakan kemampuan individu perilaku yang dilakukan secara sukarela maupun direncanakan untuk menolong orang lain, baik secara materi maupun psikologis untuk mengubah keadaan menjadi lebih baik, tanpa memperdulikan motif-motif si penolong dan memberikan keuntungan bagi penerima bantuan. Dimana tercakup di dalamnya simpati, kerjasama, menolong, dermawan, jujur, dan membantu atau memberi sesuatu. Untuk itu salah satu usaha yang bisa meningkatkan perilaku prososial dengan memberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan model *life skill*.

Tujuan utama dalam penelitian ini adalah untuk menguji apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik pembelajaran *life skill* efektif dalam meningkatkan perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA.

Perilaku prososial merupakan kemampuan individu perilaku yang dilakukan secara sukarela maupun direncanakan untuk menolong orang lain, baik secara materi maupun psikologis untuk mengubah keadaan menjadi lebih baik, tanpa memperdulikan motif-motif si penolong dan memberikan keuntungan bagi penerima bantuan. Dimana tercakup di dalamnya simpati, kerjasama, menolong, dermawan, jujur, dan membantu atau memberi sesuatu. Untuk itu salah satu usaha yang bisa meningkatkan perilaku prososial dengan memberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan model *life skill*.

Hasil penelitian ini nantinya bisa dijadikan sebagai pedoman untuk konselor bahwasannya model pembelajaran *life skill* sangat berperan penting dalam menumbuhkan rasa prososial mahasiswa, sehingga nantinya dapat diterapkan dalam pemberian layanan konseling di sekolah. Model *life skill* yang akan diterapkan ini adalah melalui pelayanan konseling, yakni layanan bimbingan kelompok, sehingga

dengan adanya pelayanan yang lebih intens maka dapat lebih meningkatkan perilaku prososial mahasiswa. Bimbingan kelompok yang akan diberikan adalah bimbingan kelompok dengan topik tugas, yakni konselor akan melatih mahasiswa dengan memberikan pengarahan bagaimana cara meningkatkan perilaku prososial.

Namun secara luasnya, urgensi penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) Urgensi Bidang Keilmuan Bimbingan Konseling; (2) Sebagai sumbangan pemikiran dalam khazanah intelektual bagi mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Universitas Muhammadiyah Prof.Dr.Hamka, yakni mengenai efektifitas model *life skill* dalam meningkatkan perilaku prososial mahasiswa; (3) Memperkaya pengetahuan dan pemahaman teori mengenai perilaku prososial mahasiswa.

Urgensi Praktis dalam Bidang Keilmuan Bimbingan Konseling sebagai berikut: (a) Sekolah, sebagai bahan masukan dalam meningkatkan kualitas kerja konselor terhadap perannya dalam melaksanakan pelayanan bimbingan konseling di sekolah; (b) Mahasiswa, sebagai bahan masukan dalam meningkatkan perilaku prososial; (c) Konselor, sebagai bahan masukan untuk melaksanakan pelayanan konseling

secara lebih efektif dan efisien; (d) Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Muhamadiyah Prof. Dr. Hamka, agar dapat mempersiapkan dan meningkatkan kualitas guru BK atau konselor di lapangan dan lingkup pendidikan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.

KAJIAN PUSTAKA Perilaku Sosial

Definisi tentang prososial juga dikemukakan oleh Gerungan (2004:25) yang menyatakan bahwa tindakan prososial merupakan hubungan yang erat antara individu dengan lingkungan psikologis di sekelilingnya. Selanjutnya Kenrick (2013:311) menyatakan, “*Prosocial behavior refers to action that is intended to benefit another*”. Definisi yang dinyatakan oleh Raven dan Jeffrey (1985:309), “*Prosocial behavior is defined as voluntary behavior performed with the intention of benefiting another person or group of person*”. Berkaitan dengan itu Baron dan Byrne (2005:92) menuturkan, “Perilaku prososial dapat dimengerti sebagai perilaku yang menguntungkan penerima, tetapi tidak memiliki keuntungan yang jelas bagi pelakunya”.

William (Brigham, 1991:272) menyatakan bahwa perilaku prososial

merupakan perilaku untuk mengubah keadaan fisik atau psikologis orang lain dari kondisi yang kurang menguntungkan, sehingga seorang penolong merasa bahwa penerima menjadi lebih sejahtera atau puas secara materi maupun secara psikologis. Perilaku prososial merupakan perilaku yang diharapkan memberikan keuntungan fisik atau psikologis bagi orang lain. Begitu juga dengan Zanden (1981:39) menuturkan, “*Prosocial behavior involves acts that benefit other people—ways of responding to other people that are sympathetic, cooperative, helpful, rescuing, comforting, and giving*”.

Suatu hal yang nyata bahwa pada dasarnya tidak semua orang memiliki kerelaan yang sangat besar untuk mau menolong orang lain. Akan tetapi memang ada orang-orang tertentu yang dianugerahi kesediaan yang tulus, untuk mengabdikan diri dan memberikan bantuan sepenuhnya kepada orang lain. Seseorang dengan keadaan yang seperti itu jumlahnya sangat sedikit sedangkan pada umumnya entah sadar atau tidak, dalam kehidupan sehari-hari sering dijumpai seseorang memberikan pertolongan pada orang lain.

Namun diketahui sebenarnya orang tersebut memiliki maksud-maksud tertentu ketika memberikan pertolongan. Seperti harapan untuk mendapat

keuntungan material misalnya uang, kepopuleran, kekuasaan, status sosial dan lain sebagainya. Tindakan menolong yang nampak dimotivasi oleh keinginan untuk mendapatkan keuntungan material disebut *vuiger cynicm*. Namun sebaliknya tindakan menolong yang tidak dimotivasi oleh keinginan untuk mendapatkan keuntungan dalam psikologi disebut dengan *subtle cynicm*. Dimana dalam hal ini bila seseorang menolong orang lain, maka akan memberikan rasa senang pada orang yang menolong. Sebaliknya bila gagal akan memunculkan rasa tidak nyaman pada diri seseorang saat melihat penderitaan orang lain.

Perilaku prososial digambarkan dalam Al-Qur'an. Kaum Anshar (penolong) adalah orang-orang yang sangat prososial terhadap kaum Muhajirin (orang-orang Makkah yang baru pindah ke Madinah). Orang-orang Makkah pindah ke Madinah sesuai dengan petunjuk mereka, yaitu Nabi Muhammad Saw. Orang-orang Anshar ini memberi pertolongan yang tulus terhadap saudara-saudara seagama dengan mereka. Orang-orang Anshar tidak menaruh keinginan kepada orang Muhajirin. Sebagaimana firman Allah Swt:

وَالَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ
مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ
إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي

صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِّمَّا أُوتُوا
وَيُؤْتِرُونَ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ وَلَوْ
كَانَ بِهِمْ حَصَصَةٌ ۖ وَمَنْ
يُوقِ شَخَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ
الْمُفْلِحُونَ ٩

Artinya:

Dan orang-orang yang telah menempati kota Madinah dan telah beriman (Anshar) sebelum kedatangan mereka (Muhajirin), mereka mencintai orang yang hijrah ke tempat mereka. Mereka tidak menaruh keinginan dalam hati terhadap apa-apa yang mereka berikan kepada Muhajirin; dan mereka mengutamakan (Muhajirin), atas diri mereka sendiri, meskipun mereka juga memerlukan. (QS. Al-Hasyr:9).

Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan strategi layanan dasar dalam program bimbingan konseling. Faktor yang mendasar penyelenggaraan bimbingan kelompok adalah bahwa proses pembelajaran dalam bentuk pengubahan pengetahuan, sikap dan perilaku termasuk dalam hal pemecahan masalah dapat terjadi melalui proses kelompok. Kegiatan bimbingan kelompok akan terlihat hidup jika di dalamnya terdapat dinamika kelompok. Dinamika kelompok merupakan media efektif bagi anggota kelompok dalam mengembangkan aspek-aspek positif ketika mengadakan komunikasi

antarpribadi dengan orang lain. Sebagaimana pendapat Wynne(2008:120) yang mengatakan bahwa, “*Group dynamics is derived from the techniques used ingroup process. Some of these techniques include role-playing, observation and feedback from group members, the decision making process and the concept*”. Menurut, dinamika kelompok berasal dari teknik yang digunakan dalam proses kelompok. Beberapa teknik ini meliputi bermain peran, observasi dan umpan balik dari anggota kelompok, proses pengambilan keputusan dan konsep.

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok memiliki tujuan dalam hal pengembangan diri. Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004:108) tujuan bimbingan kelompok terdiri dari tujuan umum dan tujuan khusus. Secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu para siswa yang mengalami masalah melalui prosedur kelompok. Selain itu juga mengembangkan pribadi masing-masing anggota kelompok melalui berbagai suasana yang muncul dalam kegiatan itu, baik suasana yang menyenangkan maupun yang menyedihkan.

Sedangkan secara khusus bimbingan kelompok bertujuan sebagai berikut (Prayitno dan Erman Amti, 2004).

1. Melatih siswa untuk berani mengemukakan pendapat di hadapan teman-temannya.
2. Melatih siswa dapat bersikap terbuka di dalam kelompok.
3. Melatih siswa untuk dapat membina keakraban bersama teman-teman dalam kelompok khususnya dan teman di luar kelompok pada umumnya.
4. Melatih siswa untuk dapat mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok.
5. Melatih siswa untuk dapat bersikap tenggangrasa dengan orang lain.
6. Melatih siswa memperoleh keterampilan sosial.
7. Membantu siswa mengenali dan memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain.

Layanan bimbingan kelompok bermanfaat bagi mahasiswa karena melalui interaksi dengan anggota-anggota kelompok mereka dapat memenuhi beberapa kebutuhan psikologis, seperti kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan teman sebaya dan diterima oleh mereka, kebutuhan untuk bertukar pikiran dan berbagi perasaan, kebutuhan menemukan nilai-nilai kehidupan sebagai pegangan dan kebutuhan untuk lebih mandiri. Dengan terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan tersebut, maka diharapkan para siswa dapat tumbuh dan berkembang secara maksimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

Model Pembelajaran *Life Skill*

Life skill mengacu pada berbagai ragam kemampuan yang diperlukan seorang untuk menempuh kehidupan

dengan sukses, bahagia dan secara bermartabat di masyarakat. *Life skill* merupakan kemampuan komunikasi secara efektif, kemampuan mengembangkan kerja sama, melaksanakan peranan sebagai warga negara yang bertanggung jawab, memiliki kecakapan serta kesiapan untuk bekerja, dan memiliki karakter dan etika untuk terjun ke dunia kerja (Anwar, 2004: 20-21).

Banyak pendapat dan literatur yang mengemukakan bahwa pengertian kecakapan hidup bukan sekedar ketrampilan untuk bekerja (vokasional) tetapi memiliki makna yang lebih luas. WHO (1997) mendefinisikan bahwa kecakapan hidup sebagai keterampilan atau kemampuan untuk dapat beradaptasi dan berperilaku positif, yang memungkinkan seseorang mampu menghadapi berbagai tuntutan dan tantangan dalam kehidupan secara lebih efektif. Kecakapan hidup mencakup lima jenis, yaitu: (1) kecakapan mengenal diri; (2) kecakapan berfikir; (3) kecakapan social; (4) kecakapan akademik; dan (5) kecakapan kejuruan. (Depdiknas RI, 2004 : 4).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen adalah

penelitian yang dilakukan dengan mengadakan manipulasi terhadap obyek penelitian serta diadakannya kontrol terhadap variabel tertentu (Hasan, 2006:10). Eksperimen dalam penelitian ini adalah memberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok kepada subjek penelitian. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki ada tidaknya hubungan sebab-akibat serta berapa besar hubungan sebab-akibat tersebut dengan cara memberikan perlakuan-perlakuan tertentu pada kelompok eksperimental dan menyediakan kontrol untuk perbandingan.

Jenis desain eksperimen yang paling tepat untuk penelitian ini adalah *Quasy Experiment* atau eksperimen semu, yaitu suatu desain eksperimen yang memungkinkan peneliti mengendalikan variabel sebanyak mungkin dari situasi yang ada. Desain ini tidak mengendalikan variabel secara penuh seperti pada eksperimen sebenarnya, namun peneliti bisa memperhitungkan variabel apa saja yang tak mungkin dikendalikan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian yaitu angket dengan model skala Likert. Teknik analisis data yang digunakan yakni statistic non parametric dengan uji *Wilcoxon Singed Rank Test*. Analisis data dibantu dengan menggunakan program SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Data dalam penelitian ini meliputi: (1) kondisi perilaku prososial mahasiswa kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan (*pretest*); (2) kondisi perilaku prososial mahasiswa kelompok eksperimen sesudah diberikan perlakuan (*posttest*); (3) perbedaan kondisi perilaku prososial mahasiswa kelompok eksperimen pada saat *pretest* dengan kondisi perilaku prososial mahasiswa kelompok eksperimen pada saat *posttest*.

1. Kondisi perilaku prososial mahasiswa sebelum perlakuan (*pretest*)

Tabel 1. Hasil Pretest Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Interval	Kategori	Frekuensi		Jml	%
		Eksperimen	Kontrol		
$X \leq 73$	Sangat Rendah	0	0	0	0
$73 < X \leq 98$	Rendah	9	10	19	95
$98 < X \leq 123$	Sedang	1	0	1	5
$123 < X \leq 148$	Tinggi	0	0	0	0
$148 < X$	Sangat Tinggi	0	0	0	0

Berdasarkan data yang diperoleh dari Tabel 1, dapat dilihat kondisi perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA sebelum diberikan perlakuan kepada mahasiswa BK FKIP UHAMKA kelompok eksperimen, tidak jauh berbeda dengan siswa pada kelompok kontrol. mahasiswa BK FKIP UHAMKA yang memiliki perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA pada kategori sedang sebanyak 1 orang mahasiswa BK

FKIP UHAMKA (5%), dan rendah sebanyak 19 orang mahasiswa BK FKIP UHAMKA (95%).

2. Kondisi perilaku prososial mahasiswa sesudah perlakuan (*posttest*)

Tabel 2. Hasil Posttest Perilaku Prososial Mahasiswa

Interval	Kategori	Frekuensi		Jml	%
		Eksperimen	Kontrol		
$X \leq 73$	Sangat Rendah	0	0	0	0
$73 < X \leq 98$	Rendah	9	10	19	95
$98 < X \leq 123$	Sedang	1	0	1	5
$123 < X \leq 148$	Tinggi	0	0	0	0
$148 < X$	Sangat Tinggi	0	0	0	0

Berdasarkan Tabel di atas diketahui dari 20 mahasiswa BK FKIP UHAMKA pada kelompok eksperimen ataupun kontrol, mahasiswa BK FKIP UHAMKA yang memiliki perilaku prososial dengan kategori sangat tinggi 5%, kategori tinggi 15%, kategori sedang 50%, dan kategori rendah 30%.

3. Perbedaan kondisi perilaku prososial mahasiswa sebelum perlakuan (*pretest*) dengan sesudah perlakuan (*posttest*).

Tabel 3. Perbedaan Hasil Pretest dan Posttest

Interval	Kategori	Pretest		Posttest	
		Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
$X \leq 73$	Sangat Rendah	0	0	0	0
$73 < X \leq 98$	Rendah	9	90	0	0
$98 < X \leq 123$	Sedang	1	10	6	60
$123 < X \leq 148$	Tinggi	0	0	3	30
$148 < X$	Sangat Tinggi	0	0	1	10
Jumlah		10	100	10	100

Berdasarkan Tabel 3 di atas dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan kondisi perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA kelompok eksperimen setelah mendapat perlakuan bimbingan kelompok. Pada saat *pretest*, mahasiswa BK FKIP UHAMKA yang berada pada kategori sangat tinggi tidak ada (0%) setelah diberi layanan bimbingan kelompok dengan model pembelajaran *life skill* menjadi 1 orang mahasiswa BK FKIP UHAMKA (10%), kategori tinggi sebelum diberi layanan bimbingan kelompok dengan model pembelajaran *life skill* tidak ada (0%) setelah diberi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modeling* menjadi 3 orang mahasiswa BK FKIP UHAMKA (30%), adapun kategori sedang, sebelum diberi layanan bimbingan kelompok dengan model pembelajaran *life skill* 1 orang mahasiswa BK FKIP UHAMKA (10%) setelah diberi menjadi 3 orang mahasiswa BK FKIP UHAMKA (30%), dan mahasiswa BK FKIP UHAMKA yang di awal memiliki perilaku prososial dengan kategori rendah ada 9 orang mahasiswa BK FKIP UHAMKA setelah diberi layanan bimbingan kelompok dengan model pembelajaran *life skill* tidak ada lagi.

Pembahasan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis pertama yang berbunyi “terdapat

perbedaan skor rata-rata pada perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA kelompok eksperimen sebelum (*pretest*) dan setelah (*posttest*) diberikan layanan bimbingan kelompok dengan model pembelajaran *life skill*, dimana skor rata-rata *posttest* lebih tinggi secara signifikan dibandingkan *pretest*.” Berdasarkan data dapat diartikan perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA meningkat setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan model pembelajaran *life skill*.

Perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA adalah hal yang penting dimiliki oleh mahasiswa BK FKIP UHAMKA, oleh karenanya perlu suatu upaya untuk membantu mahasiswa BK FKIP UHAMKA meningkatkan perilaku prososialnya. Layanan bimbingan kelompok adalah salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling, dilakukan dengan model pembelajaran *life skill* terbukti efektif membantu meningkatkan perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA. Hal ini dapat dilihat dimana hasil *pretest* yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan, rata-rata antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Rata-rata tingkat perilaku prososial untuk kelompok eksperimen adalah 89, sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata tingkat

perilaku prososial sebesar 88. Ini berarti kedua kelompok sama-sama berada pada kategori rendah.

Setelah layanan bimbingan kelompok dengan model pembelajaran *life skill* diberikan kepada kelompok eksperimen, tingkat perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA menjadi meningkat, yang mana semula berada pada kategori rendah, berubah menjadi kategori tinggi, sedangkan pada kelompok kontrol tidak ada perbedaan tetap berada pada kategori rendah. Dengan demikian perilaku prososial siswa itu bisa meningkat apabila didukung oleh beberapa faktor yang mana faktor tersebut berada disekitar mahasiswa itu sendiri.

Melalui layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan lima sesi dengan topik-topik: (1) berbagi dengan orang lain untuk memecahkan masalah; (2) kerjasama dalam menggapai tujuan bersama; (3) menyumbang dan kedermawanan dengan keikhlasan; (4) menolong orang lain akan ditolong Allah Swt; (5) kejujuran mengantarkan kepada kebaikan. Terbukti bahwa perilaku prososial akan lebih meningkat dengan adanya *model pembelajaran life skill* dalam kehidupan sehari-harinya. Dalam penelitian ini layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan model simbolik menjadikan mahasiswa BK FKIP

UHAMKA belajar untuk berperilaku prososial.

Perilaku prososial dapat terjadi dimana saja dan kapan saja. Perilaku prososial juga akan terjadi di lingkungan sekolah. Kemampuan mahasiswa dalam melakukan perilaku prososial antara mahasiswa yang satu dengan mahasiswa yang lain tidak sama. Mahasiswa yang memiliki kemampuan perilaku prososial yang tinggi, dapat terlihat dari sikap yang senang akan membantu orang lain, memiliki kepedulian terhadap orang lain, berbagi dengan orang lain, peka terhadap keadaan sekitar, senang melakukan kerja sama dan memiliki kepribadian yang jujur. Sehingga akan mudah menjalani kehidupan sosial di lingkungannya dan ia tidak akan mengalami hambatan dalam mendapatkan bantuan dari orang lain. Sebaliknya siswa yang memiliki kemampuan perilaku prososial yang rendah akan mengalami hambatan dalam kehidupan sosialnya, dimana tidak memiliki tiga norma dalam kehidupannya, norma tanggung jawab sosial, norma timbal balik dan norma keadilan sosial (Sears, Freedman, dan Peplau, 2005:50). Maka masalah yang dialami oleh mahasiswa tersebut yang berkaitan dengan perilaku prososial yang rendah memerlukan bantuan konselor.

Hipotesis kedua yang berbunyi “terdapat perbedaan skor rata-rata pada perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA kelompok kontrol (*pretest*) dan setelah (*posttest*) diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa teknik *model pembelajaran life skill*, dimana skor rata-rata *posttest* dan *pretest* tidak mengalami peningkatan secara signifikan”. Berdasarkan data tersebut dapat diasumsikan bahwa pada kelompok kontrol ada peningkatan tetapi kurang signifikan, terbukti tetap berada pada kategori rendah.

Sedangkan berdasarkan hasil pengujian hipotesis ketiga yang berbunyi ” terdapat perbedaan skor rata-rata pada perilaku prososial antara mahasiswa BK FKIP UHAMKA kelompok eksperimen yang diberikan layanan bimbingan kelompok dengan model pembelajaran *life skill*, dengan mahasiswa BK FKIP UHAMKA kelompok kontrol yang diberikan layanan bimbingan kelompok tanpa model pembelajaran *life skill*. Dimana skor rata-rata *posttest* kelompok eksperimen lebih tinggi secara signifikan dibandingkan kelompok kontrol”. Ini berarti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, setelah mendapatkan layanan

bimbingan kelompok dengan model pembelajaran *life skill* dan tanpa model pembelajaran *life skill*. Adanya perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen diduga sebagai akibat dari layanan bimbingan kelompok dengan model pembelajaran *life skill* yang diberikan. Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004:108), bimbingan kelompok bertujuan secara khusus, diantaranya; 1) melatih mahasiswa untuk dapat mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok, 2) melatih mahasiswa untuk dapat bersikap tenggang rasa dengan orang lain, 3) melatih mahasiswa memperoleh keterampilan sosial dan 4) membantu mahasiswa mengenali dan memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain.

Menurut Prayitno (1995:23), dengan mengaktifkan dinamika kelompok memberikan kesempatan yang sama kepada anggota kelompok untuk berperan aktif mengeluarkan pendapat, berbicara secara terbuka, dapat mengembangkan kemampuan berkomunikasi dan dapat melatih pengendalian diri siswa, secara lebih khusus bimbingan kelompok bertujuan untuk mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang dapat meningkatkan penyesuaian sosial siswa, maka menggunakan model simbolik juga

bertujuan untuk menghidupkan dinamika kelompok. Kesimpulan tersebut di atas mendukung pendapat Prayitno (1995:66) menyatakan bahwa bimbingan dan konseling kelompok dalam gerak dinamika kelompok dapat mengembangkan kemampuan sosial, berkepribadian mantap, keterampilan komunikasi efektif, sikap bertenggang rasa, memberi dan menerima toleran, bersikap demokratis dan memiliki tanggung jawab sosial dengan kemandirian yang kuat. Berdasarkan hasil analisis data di atas dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik model *life skill* efektif dalam meningkatkan perilaku prososial siswa.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan data atau hasil penelitian yang diperoleh, setelah dilakukan analisis statistik, uji hipotesis dan pembahasan, maka dapat disimpulkan secara umum bahwa layanan bimbingan kelompok dengan model pembelajaran *life skill* lebih efektif dalam meningkatkan perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA. Terlihat dari skor perilaku prososial, dimana skor rata-rata kelompok eksperimen pada awalnya berada pada kategori rendah meningkat menjadi tinggi, adapun kelompok kontrol pada awalnya

berada pada kategori rendah tetap berada pada kategori rendah. Jika dibandingkan antara skor rata-rata *posttest*, kelompok eksperimen 124 (kategori tinggi), adapun kelompok kontrol 99 (kategori rendah).

Berdasarkan hal tersebut di atas layanan bimbingan kelompok dengan model pembelajaran *life skill* lebih dapat meningkatkan perilaku prososial mahasiswa BK FKIP UHAMKA dibandingkan tanpa model pembelajaran *life skill*. Layanan bimbingan kelompok yang bersifat aktif, dinamis, bebas, terbuka, meluas dan melibatkan mahasiswa BK FKIP UHAMKA memungkinkan berkembangnya suasana kejiwaan yang sehat dengan spontanitas, sosialisasi yang baik, perasaan senang, empati, santai, dapat meningkatkan pemahaman, kesadaran diri, optimis serta dapat membuat sebuah komitmen untuk meningkatkan rasa percaya diri, rasa saling menghargai, empati, mampu bergaul dengan sesama dan yakin akan kemampuan yang dimiliki. Pada akhirnya diharapkan dapat memiliki perilaku prososial yang meningkat.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, dan kesimpulan yang telah dikemukakan, ada beberapa saran yang dapat diajukan sebagai tindak lanjut

penelitian ini. Beberapa saran yang dapat diajukan adalah sebagai berikut.

Bagi Guru BK/ Konselor disarankan untuk membuat program layanan bimbingan kelompok dengan model pembelajaran *life skill* untuk meningkatkan perilaku prososial siswa.

Bagi Musyawarah Guru BK (MGBK), disarankan agar memprogramkan pelatihan bimbingan kelompok dengan model pembelajaran *life skill* untuk meningkatkan perilaku prososial siswa.

Bagi Kepala Sekolah, disarankan untuk memberikan waktu pemberian layanan bagi guru BK sebanyak 2 (dua) jam mata pelajaran sesuai dengan ketentuan.

Bagi mahasiswa BK FKIP UHAMKA, setelah mengikuti bimbingan kelompok dengan model pembelajaran *life skill* mahasiswa BK FKIP UHAMKA termotivasi untuk meningkatkan perilaku prososialnya, juga mengembangkan sikap terbuka atau berbagi ketika ada masalah, belajar untuk berlaku jujur, peduli terhadap lingkungan sekitar dan membiasakan bekerjasama serta menolong orang lain.

Bagi peneliti selanjutnya, direkomendasikan untuk menentukan variabel kontrol lainnya yang lebih banyak dan mempelajari aspek lain yang

berkontribusi pada peningkatan perilaku prososial siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron, R. A. dan Byrne, D. 2003. *Psikologi Sosial* jilid 2 Edisi Kesepuluh. Terjemahan oleh Ratna Djuwita. 2005. Jakarta: Erlangga.
- Baron, R. A. 1994. *Social Psychology Understanding Human Interaction* (7th ed). Boston: Allyn and Bacon Inc.
- Dayakisni, Tri dan Hudaniah. 2009. *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Gerungan. 2004. *Psikologi Sosial*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Kenrick. 2013. *Social Psychology* (Bookos.org. pdf).
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Cetakan Kedua. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. 2012. *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling (Pendidikan Profesi Konseling)*. Padang: FIP UNP.
- Romlah, Tatik. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: UNM.
- Sari, Erlina Permata. 2013. Pengembangan Model Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama Untuk Meningkatkan Sikap Prososial. *Jurnal Bimbingan Konseling*, (Online), Vol. 2, No. II, (<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk>, diakses 9 Desember 2013).

- Sears, D. O., Freedman, J. L., dan Peplau, L. A. 2005. *Psikologi Sosial*. Terjemahan oleh Michael Adryanto. Jakarta: Erlangga.
- Shaughnessy, John J. 2007. *Metodologi Penelitian Psikologi*. Edisi ketujuh, Terjemahan oleh Helly Prajitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sukardi, Dewa Ketut. 2003. *Manajemen Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Alfabeta.
- Wijayanti, Ika. 2009. *Pengaruh Media Gambar Terhadap Sikap Prosocial Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bawang Kabupaten Banjarnegara Tahun Ajaran 2008/2009*. Under Graduates thesis, Universitas Negeri Semarang. (<http://lib.unnes.ac.id/2080/>, diakses 9 Desember 2013).
- Wynne, S. M. S. 2008. *Guidance and Counseling PK-12 Teacher Certification Exam*. United States of Amerika.
- Yusuf, A. Muri. 2013. *Metode Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan*. Padang: UNP Press.
- Zanden, J. W. V. 1981. *Social Psychology* (2nded.). New York: Random House.

