



EFEKTIVITAS TEKNIK *CINEMA THERAPY* DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU PROSOSIAL SISWA

Dewi Nuriana M. ¹, Rosalia Dewi Nawantara ²

dewinuriana3@gmail.com ¹, rosaliadewi@unpkediri.ac.id ²

Abstract

Penelitian ini dilatarbelakangi pengamatan pada Sekolah Menengah Kejuruan bahwa terdapat siswa yang masih kurang adanya tolong menolong dan saling berbagi, hal ini terjadi karena kurangnya kepedulian seseorang terhadap orang di sekitar. Ketika kepedulian dan kesadaran perilaku prososial pada diri individu semakin rendah, maka akan berdampak buruk pada karakter diri individu maupun pada lingkungan sekitar. Sikap acuh dan tidak peduli dengan lingkungan sekitar akan terjadi. Teknik *Cinema therapy* mempunyai dampak emosional yang besar/tinggi, film sangat cocok mengajarkan masalah yang menyangkut domain kognitif maupun afektif. Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah teknik *cinema therapy* dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan perilaku prososial pada siswa kelas XI akuntansi di SMK Al Asyariyah Prambon. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi maupun data yang akurat mengenai efektivitas *cinema therapy* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku prososial siswa. Pendekatan penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *pre-eksperimen*. Bentuk desain yang digunakan adalah *one group pre-test and post-test design*. Alat pengumpul data yang digunakan adalah skala perilaku prososial. Skala tersebut bertujuan untuk memperoleh data tingkat perilaku prososial. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI akuntansi SMK Al Asyariyah Prambon. Teknik yang digunakan untuk menentukan sampel ialah *purposive sampling*.

Kata kunci: *Cinema Therapy*, perilaku prososial, *pre-eksperimen*, *one group pre-test and post-test design*

PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk sosial yang senantiasa berinteraksi dan membutuhkan bantuan dari orang lain. Oleh karena itu manusia diharapkan mempunyai perilaku saling membantu. Perilaku saling membantu ini dalam ilmu sosial disebut sebagai perilaku prososial. Perilaku prososial pada dasarnya ada pada setiap manusia yang mulai dari anak-anak hingga dewasa. Dimana setiap manusia memiliki potensi untuk berperilaku prososial yang membedakan hanya presentase masing-masing individu yang berbeda-beda.

Perilaku prososial merupakan suatu tindakan menolong yang menguntungkan orang lain tanpa harus menyediakan keuntungan langsung pada orang yang melakukan tindakan tersebut, dan mungkin bahkan melibatkan suatu resiko bagi orang yang menolong (Baron & Byrne, 2005). Menurut Arthur & Emily (dalam Sulistyowati, 2016) perilaku prososial adalah sebuah label deskripsi umum bagi perilaku-perilaku prososial yang pada hakikatnya kooperatif. Biasanya yang tercakup disini adalah persahabatan, empati, altruism, perilaku menolong dsb. Sedangkan menurut Sarwono (2009) Tingkah laku menolong adalah tindakan individu yang ditujukan untuk menolong orang lain tanpa adanya keuntungan langsung bagi si penolong. Contoh menolong yang murni altruism yaitu menolong untuk kesejahteraan orang lain semata (*selfless*), tanpa motivasi untuk kepentingan diri sendiri (*selfish*).

Perilaku prososial perlu dimiliki oleh setiap individu. Individu merupakan makhluk sosial yang akan selalu berinteraksi dan berhubungan dengan orang lain. Keadaan ini hendaknya diikuti dengan perilaku individu untuk saling menolong dan berbagi dengan orang lain. Ketika kepedulian dan kesadaran pada diri individu untuk menolong pada orang yang membutuhkan bantuan itu semakin rendah persentasenya, maka akan berdampak buruk pada karakter diri individu maupun pada lingkungan sekitar. Sikap acuh tak acuh dan tidak peduli dengan lingkungan sekitar akan terjadi. Rendahnya perilaku prososial dapat menimbulkan perilaku antisosial (Sulistiyowati, 2016).

Perilaku yang bertentangan dengan perilaku prososial biasa disebut dengan perilaku antisosial. Perilaku antisosial merupakan salah satu bentuk dari perilaku menyimpang, yang perilaku ini bertentangan dengan norma yang ada di masyarakat. Antisosial adalah deskripsi perilaku yang mengganggu dan membahayakan (atau berpotensi demikian) terhadap fungsi suatu kelompok atau masyarakat. Lawan dari asosial dan prososial (Arthur & Emily dalam Sulistiyowati, 2016).

Perilaku antisosial yang ada di dalam individu bisa memunculkan sikap acuh tak acuh yang merupakan bentuk awal dari berbagai tingkah laku menyimpang yang akan muncul berikutnya. Seperti tindakan menyalahi aturan moral, membahayakan diri sendiri bahkan tindakan kriminal yang membahayakan masyarakat luas bisa saja terjadi karena perilaku antisosial. Banyak sekali jenis tindakan yang tergolong sebagai tindakan antisosial seperti membuang sampah sembarangan, bersikap kasar dan suka membuat onar, tawuran, minum-minuman keras di jalan yang mengganggu lingkungan sekitar, penyalanggunaan narkoba, mencuri, berbohong, balapan liar, dsb. Berbagai tindakan tersebut merupakan tindakan yang menyalahi norma dan merugikan diri sendiri dan lingkungan sekitar.

Berdasarkan hasil wawancara bersama guru BK di SMK Al Asyariyah Prambon, terdapat beberapa siswa yang memiliki perilaku prososial rendah seperti, tidak menolong teman yang mempunyai kesulitan atau keterbatasan dan mereka mengejek atas kekurangan temannya tersebut, bersikap acuh terhadap temannya yang sangat pendiam, siswa sibuk dengan urusannya masing-masing bahkan siswa tidak memedulikan teman sekelasnya ketika ada siswa yang tidak masuk sekolah selama tiga hari berturut-turut, sulit diajak bekerjasama saat belajar kelompok, dan cenderung memilih-milih teman.

Jika diamati banyak sekali tingkah laku siswa / remaja yang masuk dalam kategori antisosial seperti mencuri, siswa yang membentuk gang yang bernuansa kekerasan, tawuran, mabuk-mabukan dan penyalahgunaan narkoba. Berita dari Liputan 6 SCTV, Kebumen, memberitakan empat gadis remaja ditangkap Tim Satuan Resort Kriminal, Kebumen, Jawa Tengah, karena tega mengeroyok temannya. Pengeroyokan diawali saling ejek antara pelaku dan korban di media sosial. Pengeroyokan yang dilakukan di depan Pasar Kutowinangun, Kebumen, sempat dipergoki polisi. Polisi akan melakukan pembinaan dan mediasi antara pelaku dan korban, karena masih di bawah umur (*Liputan 6 Petang SCTV*. 2017, Juni).

Rendahnya perilaku prososial sebagai penyebab munculnya perilaku negatif termasuk perilaku antisosial perlu diatasi. Salah satunya dengan meningkatkan pemahaman tentang perilaku prososial pada siswa. Dalam masalah ini yang digunakan untuk meningkatkan perilaku prososial siswa adalah dengan menggunakan bimbingan kelompok dengan memanfaatkan teknik *cinema therapy*.

Teknik *cinema therapy* sebagai media yang digunakan untuk meningkatkan pemahaman tentang perilaku prososial siswa. Alasan penggunaan *cinematherapy* yakni

siswa senang menonton film. Film termasuk ke dalam kategori audiovisual yang menyajikan tampilan gambar gerak dan suara, gambar gerak digunakan untuk merangsang siswa melalui indra penglihatan dan suara digunakan untuk merangsang siswa melalui indra pendengaran. Penggabungan indra penglihatan dan pendengaran diharapkan menjadikan siswa lebih mudah menyerap informasi yang diberikan (Niva, 2016). Menurut Yazici *et al* (dalam Niva, 2016) mengemukakan bahwa film dibuat dengan tujuan utama untuk menghibur, tetapi kini film dibuat untuk meningkatkan kesehatan perilaku individu. Oleh karena itu, ada kemungkinan bahwa model film tersebut juga efektif dalam pembentukan perilaku prososial.

KAJIAN TEORI

Menurut Solomon (dalam Allen & Krebs dalam Fatchurahman, 2017), *cinema therapy* merupakan metode penggunaan film untuk memberi efek positif pada konseli. Profesor Psikologi di Community College of Shouthern Nevada menambahkan, masalah yang bisa diterapi adalah motivasi, hubungan, depresi, percaya diri, perilaku prososial, dsb. Tapi tidak termasuk gangguan jiwa yang akut. Dari definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa *cinema therapy* merupakan suatu metode yang menggunakan film atau movie untuk memberi pengaruh positif dalam meningkatkan perilaku prososial.

Menurut Arsyad (dalam Auliyah dan Elia, 2016), menyatakan bahwa dalam proses pembelajaran, film mempunyai fungsi yang terkait dengan dua hal, yaitu untuk tujuan kognitif dan afektif. Film dapat digunakan dalam BK sama seperti cerita maupun media-media BK yang lain. Hal ini karena film dapat meningkatkan kemungkinan konseli dapat menemukan ide dan pikiran baru. Dari segi kognitif, film mampu membantu individu dalam mempelajari manfaat atau inspirasi yang ada di dalam film. Film mampu mengajarkan sesuatu yang belum pernah dilakukan secara langsung. Dari segi afektif, film dapat mempengaruhi emosi dan sikap. Hal ini membuat individu tersebut mendapatkan semangat dan motivasi untuk meniru apa yang ada dalam film. Sikap individu maupun kelompok dapat dipengaruhi bahkan diubah dengan menggunakan film yang telah dirancang untuk hal tersebut.

Menurut Suwasono (dalam Jasmine 2016) jenis film yang masih populer hingga sekarang adalah aksi, drama, komedi, horror, fantasi, fiksi ilmiah, dan film pendek. Dalam penelitian ini jenis film yang digunakan adalah drama. Film drama umumnya berhubungan dengan tema, cerita, *setting*, karakter, dan suasana yang memotret kehidupan nyata. Kisah dalam film drama sering diadaptasi dari sebuah novel, puisi, catatan harian, ataupun sebuah kisah nyata. Adapun film drama yang akan digunakan peneliti adalah film drama yang berjudul Negeri 5 Menara dan Aisyah Biarkan Kami Bersaudara.

Romlah (2006) mendefinisikan bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, serta nilai-nilai yang dianutnya dan dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa. Bimbingan kelompok dengan teknik *cinema therapy* adalah layanan bimbingan dalam kelompok dengan menggunakan media film yang diberikan kepada anggota kelompok untuk dilihat bersama-sama, yang bertujuan untuk membangkitkan kesadaran perilaku terhadap seseorang dalam rangka meningkatkan perilaku prososial siswa.

Menurut Baron dan Byrne (dalam Dayakisni dan Hudaniah, 2009), berpendapat bahwa perilaku prososial adalah suatu perilaku yang menguntungkan penerima, tetapi

tidak memiliki keuntungan yang jelas bagi pelakunya. Safaria (dalam Kadafi dan Beny, 2016) mengemukakan perilaku prososial adalah sebuah tindakan moral yang harus dilakukan sesuai nilai yang ada dimasyarakat seperti berbagi, membantu seseorang yang membutuhkan, bekerja sama dengan orang lain, dan mengungkapkan simpati. Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, perilaku prososial merupakan perilaku yang menghasilkan konsekuensi positif baik untuk kesejahteraan fisik maupun psikis orang lain.

Perilaku seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor. Seperti halnya dengan perilaku prososial. Menurut Staub (dalam Dayakisni dan Hudaniah, 2009) menyebutkan faktor yang mendasari seseorang untuk bertindak prososial, yaitu: a) *Self-gain*, b) *Personal values and norms*, c) *Empathy*. Selain itu, perilaku prososial dapat pula dipengaruhi pada apa yang diamati remaja. Salah satu hal yang diamati remaja adalah *reality show*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Frisnawati (dalam Kadafi dan Beny, 2016) bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara intensitas menonton *reality show* dengan kecenderungan perilaku prososial pada remaja. Pengaruh tayangan televisi tersebut tidak harus terlihat langsung, namun intensitas menonton yang akan mempengaruhi sikap dan tindakan penonton. Semakin terpusat perhatian dan semakin sering pengamatan dilakukan oleh model yang berperan dalam *reality show* maka semakin memungkinkan perilaku model ditiru penonton dalam kehidupan nyata. Oleh karena itu, perlunya pemahaman perilaku prososial.

METODE PENELITIAN

Teknik *cinema therapy* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku prososial siswa akuntansi di SMK Al Asyariah Prambon ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *eksperiment*. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pre-test and post-test design*. Jenis dan desain penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok sebagai kelompok *eksperiment* yang diberikan perlakuan tanpa adanya kelompok pembanding. Metode *eksperiment* dengan *one group pre-test and post-test design* digunakan untuk melihat keefektifan dari teknik *cinema therapy* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan pemahaman tentang perilaku prososial siswa yang dilakukan dengan menggunakan skala perilaku prososial. Skala perilaku prososial diberikan sebanyak 2 kali yaitu sebelum pemberian perlakuan (*pre-test*) dan sesudah perlakuan (*post-test*) yang selanjutnya diperbandingkan untuk digunakan dalam pengambilan kesimpulan. Penelitian akan dilaksanakan pada bulan Juli di minggu ke tiga. Tempat pelaksanaan yang akan dilaksanakan yaitu bertempat di sekolah SMK Al Asyariah yang berada di Ds. Watudandang, Kec. Prambon, Kab. Nganjuk. Desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:

$$O_1 \times O_2$$

Keterangan :

- O₁ : *Pre test*, untuk mengukur tingkat perilaku prososial sebelum diberi layanan penguasaan konten dengan teknik *cinema therapy*.
- X : *Treatment*, pelaksanaan layanan penguasaan konten dengan teknik *cinema therapy*.
- O₂ : *Post test*, untuk mengukur tingkat perilaku prososial setelah diberi layanan penguasaan konten dengan teknik *cinema therapy*.

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2013). Jumlah keseluruhan siswa pada kelas XI Akuntansi SMK Al Asyariah tahun pelajaran 2018/2019 adalah 59 siswa. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2013). Jadi sampel merupakan bagian dari populasi yang dijadikan sebagai obyek penelitian. Sampel pada penelitian ini adalah siswa kelas siswa pada kelas XI Akuntansi SMK Al Asyariah dengan tingkat perilaku prososialnya yang rendah. Penentuan sampel ini dipilih dengan menggunakan *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Analisis data ini pertama menggunakan uji normalitas yang digunakan untuk mengetahui data yang masuk tergolong normal atau tidak selanjutnya di uji menggunakan uji beda (uji T) yaitu digunakan untuk menguji hipotesis penelitian yakni hipotesis nol (Ho) dan hipotesis alternatif (Ha). Pengujiannya menggunakan software SPSS.

KESIMPULAN DAN SARAN

Teknik *cinema therapy* dalam bimbingan kelompok adalah suatu media terapi yang memiliki pengaruh positif kepada penonton melalui gaya dan isi yang menarik perhatian, menambah informasi, dan melambangkan berbagai pola perilaku pemeran, yang memiliki kekuatan sehingga penonton mampu menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung dalam cerita. Perilaku prososial merupakan suatu perilaku yang dilakukan dengan sukarela untuk memberikan bantuan atau menolong orang lain seperti berbagi atau dermawan, bekerjasama, dan empati tanpa mengharapkan imbalan apapun. Dengan adanya teknik *cinema therapy* dalam bimbingan kelompok tersebut diharapkan dapat meningkatkan perilaku prososial yang rendah pada siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Auliyah, Alan dan Elia Flurentin. 2016. Efektifitas Penggunaan Media Film Untuk Meningkatkan Empati Siswa Kelas VII SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling* (online), tersedia: <http://journal.um.ac.id/index.php/bk>. Diunduh 17 Juli 2018.
- Baron, R.A., dan Byrne, D. 2005. *Psikologi Sosial*. Jilid 2. Edisi Kesepuluh. Alih Bahasa: Ratna Djuwita. Jakarta: Erlangga.
- Dayakisni, Tri, dan Hudaniah. 2009. *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Fatchurahman, Muhammad.2017. Penerapan Teknik *Cynema Therapy* Untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa Terhadap Bahaya Merokok. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, (online), tersedia: https://www.google.co.id/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=5&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiCy_rwzNnaAhXMm5QKHbwrDJoQFghCMAQ&url=http%3A%2F%2Ffojs.unm.ac.id%2FJPPK%2Farticle%2Fdownload%2F2857%2F1966&usg=AOvVaw0c_8cubc0_1gRC3QjOZ8II. Diunduh 7 November 2017.
- Jasmine, Annisa Sekar.20016.Pengaruh Terapi Film (*Cinema Therapy*) Terhadap Peningkatan Swakelola Belajar Pada Siswa Kelas 8 SMP N 2 Berbah, Sleman, Yogyakarta. *Skripsi*, (online), tersedia : <http://eprints.uny.ac.id/40137/1/skripsi.pdf>. Diunduh 28 November 2017.
- Kadafi, Asroful dan Beny Dwi Pratama. 2016. Peningkatan Pemahaman Perilaku Prososial Melalui Layanan Informasi dengan Media Blog. *Jurnal*, (online), <http://journal.uad.ac.id/index.php/PSIKOPEDAGOGIA/article/view/7108/pdf/25>. Diunduh 28 November 2017.

- Liputan 6.2017.4 *Gadis Remaja di Kebumen Terlibat Pengeroyokan*, (online), tersedia : <http://news.liputan6.com/read/2992244/4-gadis-remaja-di-kebumen-terlibat-pengeroyokan>. Diunduh 7 November 2017.
- Niva, Haeruddin. 2016. Penerapan pendekatan *cinematherapy* untuk meningkatkan perilaku prososial pada siswa Bosowa *International School* Makassar. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, (online), tersedia : <http://ojs.unm.ac.id/JPPK/article/view/2061/1142>. Diunduh 27 April 2018.
- Romlah, Tatiek. 2006. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Sarwono, Sarlito W. 2009. *Pengantar Psikologi Umum*. Depok: Rajawali Pers.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistyowati, Endah. 2016. Pemanfaatan *Cinema Therapy* Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Pemahaman Tentang Meningkatkan Perilaku Prososial Siswa Kelas VIII Di SMP NEGERI 2 MENGANTI. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, (online), tersedia : <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/15195/19201>. Diunduh 7 November 2017