

PELATIHAN EMPATI DAN PERILAKU PROSOSIAL PADA ANAK USIA 6-12 TAHUN DI RPTRA ANGGREK BINTARO

Arniansyah¹, Nurin Nadhilla², Ratih Eminiari Permatasari³,
Thalia Milani⁴, Yuzy Wira Ayu Putri

¹ Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya
Email: arniansyah@student.upj.ac.id

² Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya
Email: nurin.nadhilla@student.upj.ac.id

³ Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya
Email: ratih.eminiari@student.upj.ac.id

⁴ Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya
Email: thalia.mililani@student.upj.ac.id

⁵ Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya
Email: yuzi.wiraayu@student.upj.ac.id

ABSTRAK

Empati merupakan kemampuan seseorang untuk merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain. Sedangkan Perilaku prososial merupakan suatu tindakan yang menguntungkan orang lain tetapi tidak memberikan keuntungan yang nyata bagi yang melakukan tindakan tersebut. Hasil penelitian sebelumnya mengatakan bahwa anak-anak di Indonesia masih memiliki empati yang rendah. Begitu pula dengan perilaku prososial. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, pelatihan empati dan perilaku prososial dirasa penting untuk diberikan kepada anak-anak. Pelatihan empati dan perilaku prososial ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman akan pentingnya empati dan perilaku prososial pada anak-anak. Pelatihan ini diadakan di kawasan Ruang Publik Terpadu Ramah Anak (RPTRA) Villa Anggrek. Pelatihan empati dan perilaku prososial yang dilakukan menggunakan beberapa metode, yaitu metode ceramah, diskusi, *question-answer panel*, *role playing*, *story telling*, *games*, dan video. Hasil dari pelatihan empati menunjukkan bahwa anak-anak telah mengetahui dan memahami mengenai pentingnya tiga aspek empati yaitu, bersikap hangat, peduli, dan kasihan terhadap teman-temannya. Namun pada aspek kelembutan, hasil pelatihan tidak menunjukkan bahwa anak sudah mengerti mengenai pentingnya bersikap lembut terhadap teman-temannya. Hasil dari pelatihan perilaku prososial menunjukkan bahwa anak-anak telah mengetahui dan memahami mengenai pentingnya lima aspek perilaku prososial, yaitu berbagi, bekerja sama, menolong, jujur, dan berderma.

Kata Kunci: Empati, Perilaku Prososial, Ruang Publik Terpadu Ramah Anak.

1. PENDAHULUAN

Kemampuan berempati merupakan kemampuan untuk mengetahui perasaan orang lain (Goleman dalam Muhtadi, 2013). Menurut Batson dan Coke (dalam Asih & Pratiwi, 2010) empati terdiri dari empat aspek yang meliputi aspek kehangatan, kelembutan, kepedulian, dan kasihan. Kehangatan merupakan suatu perasaan yang dimiliki seseorang untuk bersikap hangat terhadap orang lain. Kelembutan merupakan suatu perasaan yang dimiliki seseorang untuk bersikap maupun bertutur kata lemah lembut terhadap orang lain. Peduli merupakan suatu sikap yang dimiliki seseorang untuk memberikan perhatian terhadap sesama maupun lingkungan sekitarnya. Sementara, Kasihan merupakan suatu perasaan yang dimiliki seseorang untuk bersikap iba atau belas kasih terhadap orang lain.

Penelitian yang dilakukan Hadipranata (dalam Anggadini & Nusantoro, 2015) mengatakan bahwa anak Indonesia masih memiliki empati yang rendah, yang berkaitan dengan kejujuran, kerjasama, dan kepemimpinan dibandingkan anak-anak di Jepang. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa di Indonesia telah terjadi penurunan kemampuan berempati sejak anak masih berusia dini. Padahal, manusia telah dibekali dengan kemampuan empati sejak lahir (Cronbach dan Hogan dalam Utami, 2014). Menurutnya, apabila rasa empati tersebut tidak diasah dengan baik, maka rasa empati tidak dapat berkembang.

Pengawasan orang tua yang lemah, kurangnya teladan perilaku berempati, pendidikan spiritual yang relatif sedikit, serta pola asuh orang tua yang buruk dapat menghambat anak dalam menumbuhkan rasa empati. Studi yang dilakukan John Gottman dari Universitas Washington menemukan bahwa orang tua yang bisa menumbuhkan empati dalam diri anaknya adalah mereka yang secara aktif terlibat dalam kehidupan dan kondisi emosional anaknya (Borba dalam Mahdiani, 2012). Empati yang dimiliki oleh seorang anak pada akhirnya akan memunculkan perilaku prososial (Eisenberg dalam Kau, 2010). Perilaku prososial didefinisikan sebagai tindakan sukarela yang dimaksudkan untuk membantu atau memberi keuntungan pada individu atau sekelompok individu (Eisenberg dalam Kau, 2010). Adapun aspek-aspek dari perilaku prososial antara lain berbagi, kerja sama, menolong, bertindak jujur, dan berderma. Aspek berbagi dapat diartikan sebagai kesediaan untuk saling mencurahkan perasaan dengan orang lain dalam suasana suka dan duka. Aspek kerja sama dapat diartikan sebagai kesediaan untuk melakukan sesuatu dengan orang lain demi tercapainya suatu tujuan bersama. Kerjasama biasanya saling menguntungkan, saling memberi, dan saling menolong. Aspek menolong berkaitan dengan kesediaan untuk memberikan bantuan kepada orang lain yang sedang mengalami kesulitan, baik berupa moral maupun materil. Menolong meliputi membantu orang lain atau menawarkan sesuatu yang menunjang berlangsungnya kegiatan orang lain. Bertindak jujur berkaitan dengan kesediaan untuk melakukan sesuatu seperti apa adanya, tidak berbuat curang kepada orang lain. Sementara itu, aspek berderma berkaitan dengan kesediaan untuk memberikan sukarela sebagian barang miliknya kepada orang yang membutuhkan. Menurut Sears (dalam Asih & Pratiwi, 2010), seseorang dikatakan berperilaku prososial jika individu tersebut menolong individu lain tanpa mempedulikan motif si penolong, timbul karena adanya penderitaan yang dialami oleh orang lain yang meliputi saling membantu, saling menghibur, persahabatan, penyelamatan, pengorbanan, kemurahan hati, dan saling berbagi.

Hasil studi yang dilakukan Dewinuraida (dalam Rahimsyah, 2013) pada peserta didik kelas V di SD Laboratorium Percontohan UPI, menunjukkan bahwa perilaku prososial peserta didik berada pada tingkat kategori tinggi sekitar 20,34%, kategori sedang sekitar 16,95%, dan kategori rendah sekitar 62,71%. Melalui data tersebut, dapat disimpulkan bahwa masih banyak peserta didik kelas V SD Laboratorium Percontohan UPI yang memiliki perilaku prososial dalam kategori rendah, sehingga peserta didik memerlukan bantuan untuk mengembangkan perilaku prososial (Rahimsyah, 2013). Menurut Kusumaningrum (2014), apabila kurangnya perilaku prososial siswa terhadap orang lain terus berkembang dalam dirinya, maka akan berpengaruh negatif pada terbentuknya sikap yang ada dalam diri individu.

Mengingat pentingnya empati dan perilaku prososial yang tinggi dalam diri seseorang, maka dapat disimpulkan bahwa pelatihan terkait rasa empati dan perilaku prososial perlu bagi anak-anak agar mereka dapat membentuk sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain. Rasa empati dan perilaku prososial anak dapat ditentukan oleh kejadian-kejadian di lingkungan sosial. Salah satu contoh lingkungan sosial anak adalah Ruang Publik Terpadu Ramah Anak (RPTRA).

RPTRA merupakan konsep ruang publik berupa ruang terbuka hijau yang diinisiasi oleh Pemprov DKI Jakarta (Windyastuti, 2015). Selain dijadikan tempat untuk berinteraksi satu sama lain, RPTRA juga berfungsi sebagai sarana pendidikan informal untuk anak-anak. Dengan fungsi-fungsi tersebut, RPTRA dapat dijadikan tempat yang tepat untuk melatih rasa empati dan perilaku prososial pada anak. Usia anak yang akan dilatih ialah 6-12 tahun. Alasan peneliti memilih anak usia 6-12 tahun karena pada usia tersebut anak sudah mampu mempertimbangkan sudut pandang orang lain sehingga anak mampu untuk mengembangkan rasa empati dan

perilaku prososial (Santrock, 2011). Pelatihan rasa empati dan perilaku prososial tersebut akan peneliti selenggarakan di salah satu RPTRA yang terletak di daerah Jakarta Selatan, yaitu RPTRA Villa Anggrek.

2. METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen kuasi. Seniati, Yulianto, dan Setiadi (2011) menjelaskan bahwa penelitian eksperimental kuasi memiliki hubungan sebab-akibat, bersifat prospektif yaitu menciptakan sesuatu (dalam hal ini adalah empati dan prososial) agar terjadi di masa mendatang, serta adanya atau dimungkinkannya kelompok kontrol pada kedua penelitian. Penelitian ini menggunakan jenis eksperimen kuasi dengan alasan untuk melihat apakah dengan pemberian pelatihan Empati dan Prososial anak Ruang Publik Terpadu Ramah Anak (RPTRA) Villa Anggrek Bintaro dapat mengetahui dan memahami pentingnya perilaku empati dan prososial. Dengan demikian, diharapkan anak-anak RPTRA mampu menerapkannya di dalam kehidupan sehari-hari.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen kuasi *one-group pretest-posttest design*. *Pretest* dan *Posttest* digunakan melalui observasi yang diberikan sebelum dan setelah pelatihan. Panduan observasi dibuat berdasarkan dimensi yang ada dalam teori empati dan prososial. Selain itu, peneliti juga telah melakukan *expert judgement* terlebih dahulu dengan dosen pengampu mata kuliah pelatihan.

Subjek dalam penelitian ini adalah anak-anak di Ruang Publik Terpadu Ramah Anak (RPTRA) Villa Anggrek Bintaro, yang pada umumnya telah memasuki tahapan anak-anak tengah dan akhir yakni berusia 6-12 tahun. Metode *Training Need Assessment* (TNA) yang digunakan dalam pelatihan ini adalah wawancara dan observasi. Dengan menggunakan observasi dan wawancara, maka akan dapat diketahui bagaimana gambaran rasa empati dan perilaku menolong pada anak usia 6-12 tahun RPTRA Villa Anggrek sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan. Wawancara dilakukan oleh peneliti dengan salah satu pengelola RPTRA Villa Anggrek. Sementara itu, observasi ditujukan kepada anak-anak yang pada saat itu sedang melakukan aktivitas bermain di sekitar RPTRA Anggrek.

Desain pelatihan yang digunakan dalam pelatihan ini adalah *experiential learning*. *Experiential learning* merupakan pembelajaran yang berfokus pada proses pembelajaran masing-masing individu yang dilakukan dengan refleksi dan proses pembuatan makna dari pengalaman langsung (Kolb, 2005). Dengan menggunakan model *experiential learning*, peran trainer dalam pelatihan adalah sebagai fasilitator dan menciptakan pengalaman belajar yang kreatif (Achmat, 2010). Adapun pendekatan *experiential learning* yang digunakan peneliti ialah pendekatan yang melibatkan pengalaman peserta dalam proses pembelajaran.

Metode pelatihan empati dan perilaku prososial yang dilakukan menggunakan beberapa metode, yaitu metode ceramah, diskusi, *question-answer panel*, *role playing*, *story telling*, *games*, dan video. Metode-metode tersebut disesuaikan dengan materi yang akan disampaikan kepada peserta, agar menghasilkan pelatihan yang efektif.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelatihan empati dan perilaku prososial dilaksanakan pada tanggal 10 dan 11 Desember 2016 di Ruang Publik Terpadu Ramah Anak (RPTRA) Villa Anggrek Bintaro. Peserta pelatihan adalah anak-anak usia 7-12 tahun yang memiliki tempat tinggal di sekitar RPTRA Villa Anggrek Bintaro. Jumlah peserta pelatihan yaitu 15 orang. Pelatihan mengenai kehangatan dilaksanakan

di sesi pertama pada pelatihan empati. Pada aspek kehangatan, peneliti memberikan kegiatan *role play* dan menjawab pertanyaan bergambar. *Role play* dan pertanyaan bergambar yang dibuat telah dirancang agar sesuai dengan perilaku atau sikap yang menunjukkan kehangatan. Batson dan Coke menjelaskan bahwa kehangatan merupakan suatu perasaan yang dimiliki seseorang untuk bersikap senang terhadap orang lain (dalam Asih & Pratiwi, 2010). Kegiatan *role-play* dan menjawab pertanyaan bergambar dilakukan untuk melihat sejauh mana kehangatan yang sudah dimiliki oleh anak-anak RPTRA. Bila dilihat dari respon anak terhadap pertanyaan bergambar, masih ada beberapa peserta memilih jawaban yang kurang tepat. Sehingga, fasilitator perlu melakukan diskusi bersama kepada para peserta untuk secara bersama memilih jawaban yang paling tepat. Untuk memberikan gambaran mengenai pentingnya kehangatan dan keuntungan dari bersifat hangat kepada orang lain, para peserta diminta untuk bermain peran terkait dengan kasus yang ada dalam pertanyaan bergambar tersebut. Pada sesi bermain peran, anak-anak RPTRA ternyata sudah cukup memahami bagaimana cara mereka untuk menunjukkan sikap hangat terhadap orang lain. Setelah bermain peran, akhirnya semua peserta dapat mengerti dan memahami mengenai pentingnya bersikap hangat kepada orang lain dan juga mereka bersedia untuk bersikap hangat di dalam kegiatannya sehari-hari. Setelah pelatihan berakhir, melalui observasi peneliti dapat melihat hubungan anak-anak RPTRA dapat menunjukkan sikap hangat dengan teman lainnya.

Sesi kedua merupakan sesi pelatihan untuk aspek empati yang kedua, yaitu kepedulian. Batson dan Coke menjelaskan bahwa kepedulian merupakan suatu sikap yang dimiliki seseorang untuk memberikan perhatian terhadap orang lain (dalam Asih & Pratiwi, 2010). Sesi ini berisi kegiatan bermain permainan "Peduli Aku". Pada permainan ini, peserta diminta untuk memilih satu temannya untuk ditutup matanya. Satu peserta yang ditutup matanya ini diminta untuk memindahkan air dari garis start sampai finish. Di antara garis start dan *finish*, terdapat beberapa rintangan berupa batu besar (dibuat dari kotak sepatu) dan kawat berduri (dibuat dari tali dan kertas label). Apabila anak menyentuh rintangan tersebut, maka ia mengulang permainannya di garis *start*. Peserta lainnya yang tidak bertugas untuk memindahkan air tidak diperintahkan untuk melakukan suatu tugas. Hal tersebut disebabkan karena fasilitator ingin melihat apakah anak memiliki inisiatif untuk membantu temannya agar mencapai garis *finish* dengan baik. Selama permainan dimulai, peserta lain sangat bersemangat untuk memberikan intruksi kepada temannya.

Dengan bermain *games* "Peduli Aku", anak diajarkan untuk lebih memahami dampak positif bila peduli dengan lingkungan sekitar serta dampak negatif bila tidak peduli dengan lingkungan sekitar. Melalui *games* yang asyik ini, kebanyakan anak-anak RPTRA ternyata cukup memahami makna dari dilaksanakannya *games* tersebut. Hal ini mungkin karena mereka pun telah terbiasa menerapkan kepedulian di dalam kegiatannya sehari-hari. Melalui observasi setelah pelatihan ini berakhir, terlihat pula bahwa mereka mampu untuk menunjukkan sikap peduli. Salah satu perilaku mereka yang menunjukkan kepedulian ketika peneliti melakukan observasi yakni saat mereka saling membantu dan peduli terhadap kebersihan RPTRA.

Sesi ketiga merupakan sesi pelatihan untuk aspek empati yang ketiga, yaitu kelembutan. Batson dan Coke menjelaskan bahwa kelembutan merupakan suatu perasaan yang dimiliki seseorang untuk bersikap maupun bertutur kata lemah lembut terhadap orang lain (dalam Asih & Pratiwi, 2010) Sesi ini dilaksanakan dalam tiap kelompok, dimana satu kelompok dibimbing oleh dua fasilitator. Fasilitator memberikan satu karton bergambar, dimana terdapat pertanyaan untuk setiap gambar. Gambar tersebut berisi foto yang berkaitan dengan bagaimana cara bertutur kata yang lembut. Di bawah gambar tersebut tertera pertanyaan yang menanyakan bagaimana respons

peserta jika melihat anak yang ada di gambar. Terdapat beberapa respons yang dapat dipilih oleh peserta pelatihan. Akan tetapi, peserta pelatihan hanya diminta untuk memilih satu respons. Setelah masing-masing peserta memberikan respons, fasilitator menanyakan apa alasan peserta memilih respons tersebut. Setelah anak menjawab pertanyaan bergambar, kegiatan selanjutnya yaitu bermain peran (*role-play*). Tema bermain peran diambil dari tema gambar yang dilakukan pada kegiatan menjawab pertanyaan bergambar.

Pada akhir sesi aspek kelembutan, fasilitator kembali bertanya untuk memastikan bahwa anak-anak RPTRA sudah dapat memahami manfaat dan pentingnya untuk menerapkan kelembutan dalam kehidupan sehari-hari. Respons yang diberikan oleh anak-anak RPTRA yaitu bahwa mereka sudah memahami manfaat dan pentingnya untuk menerapkan aspek kelembutan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui observasi di hari kedua setelah pelatihan berakhir, ternyata peneliti menemukan satu dua anak yang masih menunjukkan sikap yang kurang lembut. Salah satunya yaitu terlihat anak yang mendorong temannya dengan sengaja dan ada pula yang bertutur kata kurang sopan. Hal ini mungkin sudah menjadi kebiasaan anak tersebut dalam berperilaku jaim dengan temannya. Sehingga, menurut peneliti dalam hal ini perlu ada pengawasan yang lebih intens kepada mereka agar bisa menerapkan kelembutan dalam kehidupan sehari-hari.

Sesi keempat merupakan sesi pelatihan untuk aspek empati yang keempat, yaitu kasihan. Batson dan Coke menjelaskan bahwa kasihan merupakan suatu perasaan yang dimiliki seseorang untuk bersikap iba atau bela kasih terhadap orang lain (dalam Asih & Pratiwi, 2010). Sesi ini dilaksanakan bersama-sama, dimana dua kelompok diberikan intruksi oleh satu fasilitator secara bersamaan. Sesi ini berisi kegiatan menonton video dan menjawab pertanyaan bergambar. Video yang diperlihatkan kepada peserta yaitu tentang cerita anak yang sedang menolong temannya yang terjatuh. Setelah menonton video tersebut, fasilitator bertanya kepada peserta mengenai video yang ditayangkan. Setelah peserta menjawab pertanyaan fasilitator, fasilitator meminta salah satu peserta untuk menceritakan pengalaman yang sama dengan video di kehidupan sehari-hari mereka. Ada satu anak yang sangat bersemangat dalam menceritakan pengalamannya di depan peserta-peserta lainnya.

Kegiatan terakhir dalam sesi keempat ini ialah menjawab pertanyaan bergambar. Salah satu fasilitator memperlihatkan gambar beserta pertanyaan di hadapan peserta. Peserta diminta untuk menjawab dengan disertai alasannya. Setelah menjawab pertanyaan dan menonton video, fasilitator menyimpulkan keseluruhan kegiatan yang sebelumnya telah dilakukan. Kesimpulan tersebut meliputi apa yang sedang mereka pelajari (aspek kasihan) dan bagaimana kegiatan-kegiatan tadi dapat mengajarkan peserta tentang cara berbela kasih dengan orang lain. Kemudian fasilitator memberikan kesempatan bagi peserta untuk bertanya tentang kegiatan yang telah mereka lakukan.

Pelatihan selanjutnya yang dilakukan adalah pelatihan mengenai perilaku prososial. Proses pelatihan terdiri dari pendahuluan, lima sesi utama, dan penutup. Pendahuluan merupakan kegiatan pengenalan, penyampaian materi utama, tujuan, agenda, peraturan, dan *ice breaking* yang diberikan fasilitator. Lima sesi utama terdiri dari aspek perilaku menolong, jujur, kerja sama, berderma, dan berbagi.

Sesi kedua berisi penjelasan mengenai pentingnya perilaku menolong. Mussen menjelaskan bahwa perilaku menolong berkaitan dengan membantu orang lain atau menawarkan sesuatu yang menunjang berlangsungnya kegiatan orang lain (dalam Asih & Pratiwi, 2010).

Sesi ini dimulai dengan kegiatan peserta untuk menjawab pertanyaan bergambar yang tertera pada karton. Selama kegiatan tanya jawab, fasilitator dan peserta melakukan diskusi bersama untuk menentukan jawaban yang tepat. Setelah itu, untuk melatih pemahaman peserta mengenai aspek perilaku menolong, fasilitator meminta peserta untuk menonton video secara bersama-sama. Setelah video diputar, fasilitator bertanya dengan seluruh peserta mengenai pengetahuan mereka terhadap video tersebut. Hasil kegiatan pada sesi ini menunjukkan bahwa anak-anak telah memahami pentingnya menolong orang lain. Dalam hal ini, mereka juga ingin menerapkan perilaku menolong ini di dalam kegiatan sehari-hari.

Sesi ketiga berisi penjelasan mengenai pentingnya kejujuran. Mussen menjelaskan bahwa jujur berkaitan dengan kesediaan untuk melakukan sesuatu seperti apa adanya, tidak berbuat curang kepada orang lain (dalam Asih dan Pratiwi, 2010). Sesi aspek kejujuran ini menggunakan metode *story telling*. Fasilitator menceritakan sebuah kisah tentang saudagar yang selalu melakukan perbuatan curang dalam berniaga dan seorang pemuda yang selalu bersikap jujur. Fasilitator meminta peserta untuk memberikan tanggapan setelah mendengar cerita tersebut. Setelah itu, fasilitator meminta peserta untuk menuliskan manfaat dari perilaku jujur dan akibat buruk dari perilaku tidak jujur. Hasil *review* menunjukkan bahwa anak-anak memahami kejujuran, yakni efek positif dari bersikap jujur dan efek negatif dari tidak bersikap jujur. Anak-anak RPTRA juga memahami bahwa sangat penting untuk menerapkan kejujuran di dalam kegiatan sehari-hari.

Sesi keempat dimulai pukul 14.30 dengan tema kerja sama. Mussen menjelaskan bahwa kerja sama merupakan kesediaan untuk melakukan sesuatu dengan orang lain demi tercapainya suatu tujuan bersama (Asih dan Pratiwi, 2010). Dalam melaksanakan pelatihan terkait kerja sama, peneliti menggunakan metode *games* untuk melihat dan melatih kerja sama para peserta. Permainan dengan metode *games* ini bernama “pipa pong”. Permainan pipa pong adalah permainan yang mengharuskan peserta untuk memasukkan bola pingpong ke dalam gelas yang telah disediakan. Benda yang digunakan untuk mengantar bola tersebut adalah sebuah pipa yang telah dipotong menjadi dua bagian dimana pada sisi pipa tersebut terdapat tali yang mengikat. Sehingga, masing-masing anak bertugas untuk memegang tali dengan cukup erat dan masing-masing anak harus bisa saling menyeimbangkan pipa tersebut agar bola yang ada di dalamnya tidak jatuh ke lantai. Hasil *review* menunjukkan bahwa hampir semua anak RPTRA memahami makna dan tujuan dari *games* ini. Mereka secara serentak berkata bahwa *games* ini bertujuan untuk melatih kerja sama, kebersamaan, kepedulian, kekompakan, dan lain sebagainya. Hal ini mungkin pula dikarenakan mereka sering bekerja sama dalam suatu waktu. Mereka juga memahami bahwa dengan kerja sama maka, pekerjaan dapat diselesaikan dalam waktu yang singkat. Melalui observasi setelah kegiatan pelatihan berakhir, terlihat bahwa mereka sedang menerapkan kerja sama pada saat itu. Mereka bekerja sama untuk membersihkan lantai, membuang sampah, yakni dimana beberapa anak ada yang menyapu dan anak lainnya memegang tempat sampah. Peneliti merasa bahwa mereka cukup senang bila melakukan kegiatan secara bersama-sama.

Sesi kelima menjelaskan mengenai pentingnya berderma. Mussen menjelaskan bahwa berderma berkaitan dengan kesediaan untuk memberikan sukarela sebagian barang miliknya kepada orang yang membutuhkan (dalam Asih & Pratiwi, 2010). Metode pelatihan pada sesi berderma adalah *games Sharing Foods*. Permainan *sharing foods* bertujuan untuk melatih peserta untuk bersedia memberikan sebagian barang miliknya kepada orang lain. Fasilitator menyediakan berbagai macam *snack* ringan untuk masing-masing kelompok. Namun dalam hal ini fasilitator sedikit melakukan eksperimen kecil. Fasilitator memberikan instruksi yang berbeda pada tiga kelompok

yang ada. Kelompok satu, diminta untuk tidak membagikan *snack* yang sudah didapat kepada kelompok lain, sementara kelompok dua dan tiga diminta untuk saling berbagi *snack* yang telah diberikan oleh fasilitator. Eksperimen kecil ini bertujuan untuk menggambarkan kepada peserta efek positif dan negatif dari berbagi dan tidak berbagi. Dengan ini, peserta bisa melihat sekaligus merasakan bahwa dengan memberikan sebagian barang yang kita punya kepada orang lain dapat memberikan hasil yang positif yakni kita bisa saling memiliki satu sama lain, bisa menjadi lebih kaya karena memiliki jumlah makanan yang bervariasi, dan juga bisa memberikan kesenangan di hati individu itu sendiri. Sementara, apabila kita tidak berbagi pada kelompok lain, maka kita dapat menjadi miskin, karena hanya memiliki satu jenis *snack* saja. Setelah para peserta menghabiskan makanan ringan yang telah disediakan oleh fasilitator, maka selanjutnya adalah melakukan *review*.

Sesi keenam pelatihan yaitu aspek berbagi. Mussen menjelaskan bahwa berbagi dapat diartikan sebagai kesediaan untuk saling mencurahkan perasaan dengan orang lain dalam suasana suka dan duka (dalam Asih & Pratiwi, 2010). Dalam sesi ini, seluruh peserta diminta untuk duduk membentuk lingkaran dan kelima fasilitator juga ikut duduk berada diantara peserta. Dalam sesi ini, fasilitator meminta peserta untuk berbagi cerita mengenai pengalaman yang dianggap berharga, unik, atau menyenangkan. Beberapa anak bersedia untuk bagi cerita mengenai pengalaman yang menyenangkan kepada teman-temannya. Sesi *sharing your feelings* membuat mereka lebih memahami bahwa dengan berbagi perasaan, seseorang tidak merasa sendiri dan bisa merasa saling memiliki. *Sharing your feelings* mengajarkan kepada anak-anak RPTRA menjadi lebih terbuka kepada teman-temannya. Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti, terlihat seorang anak perempuan saling berbagi cerita kepada temannya mengenai ketertarikan dirinya dengan teman di sekolahnya.

Sesi selanjutnya ialah penutupan. Penutupan berisi pemberitahuan bahwa kegiatan pelatihan telah berakhir, fasilitator dan peserta sama-sama melakukan *review* mulai dari kegiatan pertama hingga kegiatan terakhir. Setelah melakukan *review*, fasilitator kemudian menutup acara kegiatan pelatihan dengan mengucapkan terima kasih kepada seluruh peserta dan ibu pengurus RPTRA Vila Anggrek atas kesediannya berpartisipasi dalam pelatihan ini. Setelah itu, sesi penutupan berakhir setelah fasilitator, peserta, dan pengurus RPTRA Vila Anggrek berfoto bersama.

Berdasarkan pelatihan yang telah dilakukan secara bersama, kesimpulan yang didapat ialah anak-anak RPTRA cukup memahami tentang pentingnya menerapkan empati dan perilaku prososial di dalam kehidupannya sehari-hari. Bila dilihat dari hasil observasi sebelum pelatihan dan setelah pelatihan menunjukkan bahwa saat ini anak-anak RPTRA sudah memiliki pengetahuan dan pemahaman mengenai empati dan perilaku prososial. Hampir seluruh peserta pelatihan ini juga telah menerapkan masing-masing aspek dari empati dan perilaku prososial.

4. KESIMPULAN

Hasil *Training Needs Assessment* (TNA) menunjukkan bahwa sebagian besar anak-anak usia 7-12 tahun di RPTRA Villa Anggrek belum memiliki empati dan perilaku prososial secara menyeluruh. Berdasarkan hasil TNA, peneliti mengembangkan suatu pelatihan berkaitan dengan empati dan perilaku prososial yang bertujuan memberikan pengetahuan mengenai empati dan perilaku prososial serta meningkatkan kemampuan empati dan perilaku prososial tersebut pada anak yang bertempat tinggal di kawasan RPTRA Villa Anggrek.

Hasil penelitian melalui wawancara dan observasi menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara hasil observasi anak ketika sebelum melakukan pelatihan dan setelah melaksanakan pelatihan. Jika sebelumnya anak belum mengetahui dan memahami tentang empati dan perilaku prososial, namun setelah pelatihan berakhir, anak mampu menjelaskan apa yang dimaksud dengan empati dan perilaku prososial melalui bahasa mereka sendiri. Untuk perubahan perilaku anak sebelum dan sesudah pelatihan, hanya sebagian anak yang telah menunjukkan perubahan perilaku tersebut. Oleh karena itu, peneliti menyimpulkan bahwa sudah terdapat hasil pelatihan yang sesuai dengan tujuan dari pelatihan empati dan perilaku prososial.

REFERENSI

- Achmat, Z. (2010). *Merancang Pelatihan yang Efektif*. Diperoleh dari :<http://zakarija.staff.umm.ac.id/files/2010/12/MERANCANG-PELATIHAN-YANG-EFEKTIF.pdf>
- Anggadini, G. K., & Nusantoro, E. (2015). *Meningkatkan Empati Melalui Layanan Penguasaan Konten Dengan Teknik Permainan Boneka*. Diakses dari: http://journal.unnes.ac.id/artikel_sju/pdf/jbk/7481/5167
- Asih, G. Y., & Pratiwi, M. M. S. (2010). Perilaku Prososial Ditinjau dari Empati dan Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi: Universitas Muria Kudus, vol 1. No 1*, 34-36.
- Kau, M. A. (2010). Empati Dan Perilaku Prososial Pada Anak. Diakses dari: <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/JIN/article/download/771/714>
- Kolb, D. A (2005). *The Kolb Learning Inventory-Version 3.1*. Diakses dari: <http://www.whitewater-rescue.com/support/pagepics/lsitechmanual.pdf>
- Kusumaningrum, E. I. (2014). Meningkatkan Perilaku Prososial Rendah melalui Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik Sosiodrama pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 21 Semarang Tahun Ajaran 2013/2014. Diakses dari: lib.unnes.ac.id-20063/1/1301409039.pdf
- Mahdiani, T. F. (2012). Pengaruh Dongeng dan Bermain Peran dalam Mengembangkan Empati Anak Usia Dini. Diakses dari: eprints.ums.ac.id/24308/3/04._BAB_I.pdf
- Muhtadi, A. (2013). Pengembangan Empati Anak sebagai Dasar Pendidikan Moral. Diakses dari: <http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/132280878/2.%20Pengembangan%20Empati%20Anak%20sebagai%20dasar%20pendidikan%20moral.pdf>
- Rahimsyah, A. P. (2013). *Program hipotetik bimbingan pribadi sosial melalui teknik role playing untuk mengembangkan perilaku prososial peserta didik*. Diakses dari: http://repository.upi.edu/6342/1/S_PPB_0901596_Title.pdf
- Santrock, J. W. (2011). *Life span development* 13th ed. McGraw Hill, New York.
- Seniati, L., Yulianto, A., & Setiadi, B. N. (2011). *Psikologi eksperimen*. Indeks, Jakarta.
- Windyastuti, A. 2015. *detik.com. Mengenal Lebih Jauh RPTRA, Taman Multifungsi di Sudut-Sudut Ibu Kota*. diakses dari: <http://news.detik.com/berita/2951941/mengenal-lebih-jauh-rptra-taman-multifungsi-di-sudut-sudut-ibu-kota>