

PENGARUH PELATIHAN PERSPECTIVE TAKING TERHADAP
PERILAKU PROSOSIAL REMAJA GENERASI BERENCANA
(GENRE) KOTA PADANG

The Influence of Perspective Taking Training on Prosocial Behavior of
Planned Generation Adolescents in Padang City

Salsa Fadhilah Afnan & Rizal Kurniawan

Universitas Negeri Padang
salsafadhilah55.sf@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Jan 10, 2024	Jan 17, 2024	Jan 20, 2024	Jan 23, 2024

Abstract

Being able to empathize, put yourself in the position of others, and have social concern is a duty that should be held by Duta Generasi Berencana (GenRe). This study aims to test the impact of perspective taking training on improved prosocial behavior in GenRe Teens. The research uses experimental design with a pretest-posttest control group design technique. The subjects of the study were 30 youths of GenRe Kota Padang who were divided into experimental and control groups. The instruments used were prosocial behavior scales. The experimental groups were treated as perspective taking training with role play methods, while the control groups were not treated. The results of the study showed significant differences in prosocial behavior scores between the experimental group and the control group at posttest, where the prosocial scores of experimental groups were higher. It indicates that the training perspective taking effectively improves the prosocial behavior of teenagers GenRe City Padang. Thus, this training can be recommended to develop social care and behavioral aid in adolescents.

Keywords : Prosocial, GenRe, Perspective Taking Training

Abstrak: Mampu berempati, memposisikan diri pada diri orang lain, dan memiliki kepedulian sosial adalah kewajiban yang harus dimiliki seorang Duta Generasi berencana (GenRe). Penelitian memiliki tujuan untuk menguji pengaruh pelatihan perspective taking terhadap peningkatan perilaku prososial remaja Generasi Berencana (GenRe) Kota Padang. Penelitian

ini menggunakan desain eksperimen dengan teknik pretest-posttest control group design. Subjek penelitian adalah 30 remaja GenRe Kota Padang yang dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kontrol. Instrumen yang digunakan adalah skala perilaku prososial. Kelompok eksperimen diberi perlakuan berupa pelatihan perspective taking dengan metode role play, sedangkan kelompok kontrol mendapatkan perlakuan. Hasil penelitian memperlihatkan perbedaan skor perilaku prososial kelompok eksperimen dan kontrol saat posttest, di mana skor prososial kelompok eksperimen lebih tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa pelatihan perspective taking efektif meningkatkan perilaku prososial remaja GenRe Kota Padang. Dengan demikian, pelatihan ini dapat direkomendasikan untuk mengembangkan kepedulian sosial dan perilaku menolong pada remaja.

Kata Kunci : Perilaku Prososial, GenRe, Pelatihan Perspective Taking

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi menuju dewasa yang ditandai dengan berbagai perubahan dari segi kognitif, biologis, dan sosioemosional (Santrock, 2016). Pada masa ini, remaja akan menjalani proses pencarian jati diri, mengembangkan minat dan bakat, serta membangun relasi. Namun, perkembangan teknologi dan informasi di era digital berpotensi melemahkan nilai-nilai dan norma yang ada. Informasi yang diperoleh dengan mudah juga dapat memengaruhi cara berpikir, bersikap, dan bertindak remaja yang berdampak positif dan negatif, salah satunya terhadap moralitas (Yulianti, 2017). Akibatnya, perilaku menyimpang remaja cenderung meningkat yang dapat memberikan dampak negatif pada pembangunan bangsa.

Data Badan Pusat Statistik (2022) menunjukkan 24% dari 275,7 juta penduduk Indonesia berusia 10-24 tahun. Dalam menyikapi hal tersebut, pemerintah melalui Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) memiliki program Generasi Berencana (GenRe) yang menitikberatkan pada penanaman moral dan etika pada remaja. Namun, terkadang anggota GenRe justru memiliki tingkat prososial yang rendah.

Perilaku prososial didefinisikan sebagai perilaku yang bertujuan membantu individu lain atau kelompok tanpa mengharapkan imbalan atau keuntungan pribadi (Penner et al., 2006). Menurut Eisenberg (1982) perilaku prososial merupakan tindakan yang ditujukan untuk menolong orang yang membutuhkan, melindungi dari bahaya, atau memberikan dukungan moral dan emosional. Menurut, Carlo dkk. (2003) dan Sarwono & Meinarno (2009) beragam faktor yang memengaruhi perilaku prososial yaitu bersifat internal maupun eksternal. Secara eksternal, faktor situasional, nilai dan norma yang berlaku di masyarakat turut membentuk

perilaku menolong seseorang. Sementara faktor internal terdiri dari empati, karakteristik atau sifat individu, nilai-nilai pribadi, pola asuh orang tua, dan suasana hati.

Pelatihan perspective taking merupakan metode pelatihan untuk meningkatkan kemampuan memahami sudut pandang orang lain. Menurut Galinsky & Moskowitz (2000) perspective taking adalah proses kognitif yang melibatkan pemahaman dan mempertimbangkan pikiran, perasaan, dan perspektif orang lain dalam interaksi sosial. Pelatihan ini dilakukan dengan teknik seperti bermain peran, visualisasi, dan diskusi kelompok. Manfaat pelatihan perspective taking antara lain meningkatkan empati, komunikasi, dan pemecahan masalah interpersonal serta mengurangi prasangka.

Penelitian sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Galinsky dkk. (2005) menunjukkan bahwa pelatihan perspective taking dapat meningkatkan kecenderungan individu untuk berperilaku prososial. Dengan membayangkan diri pada posisi individu lain, individu dapat meningkatkan tingkat empati dan simpati, yang pada gilirannya memotivasi keterlibatan dalam perilaku prososial. Selain itu, pelatihan ini juga memiliki dampak positif dalam mengurangi stereotip, prasangka, dan agresi sosial, serta meningkatkan perilaku kerja sama dan bantuan. Pemahaman dan empati terhadap orang lain, yang diperoleh melalui pelatihan perspective taking, mendorong individu untuk terlibat dalam tindakan yang berkontribusi pada kesejahteraan orang lain dan mempromosikan keharmonisan sosial.

Oleh karena itu, peneliti merencanakan pemberian pelatihan perspective taking dengan metode role play untuk meningkatkan perilaku prososial remaja GenRe. Perspective taking dapat merangsang empati dan motivasi altruistik yang mempengaruhi perilaku prososial (Batson et al., 1997). Dengan demikian, pelatihan ini diharapkan dapat mengembangkan kemampuan peserta memahami sudut pandang dan merasakan apa yang dirasakan orang lain sehingga termotivasi untuk berperilaku prososial.

METODE

Metode penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimental. Penelitian eksperimen adalah metode yang mempelajari hubungan sebab akibat dengan memberikan perlakuan pada satu atau lebih variabel pada kelompok eksperimen dan membandingkan hasilnya dengan kelompok kontrol tanpa perlakuan (Payadnya. I. A. A & Jayantika, 2018). Penggunaan desain kuantitatif eksperimental bertujuan untuk menganalisis

pengaruh pelatihan *perspective taking* terhadap perilaku prososial remaja Generasi Berencana (GenRe) Kota Padang secara numerikal.

Penelitian ini menggunakan bentuk penelitian eksperimen dua kelompok dengan jenis *randomized pretest-posttest control group design*, yaitu subjek mengisi *pretest* atau tes awal sebelum penelitian dilaksanakan untuk memperoleh data awal, lalu diberikan *posttest* setelah pemberian perlakuan di mana pemilihan subjek secara acak dalam atau untuk setiap kelompok (kontrol dan eksperimen) (Seniati dkk., 2009). Populasi penelitian ini adalah remaja generasi berencana (GenRe) Kota Padang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling* dengan kriteria yaitu, remaja berusia 16-21 tahun, merupakan bagian dari GenRe Kota Padang, dan tinggal bersama orang tua atau bukan berasal dari keluarga *broken home*.

Pada penelitian ini, perilaku prososial diukur menggunakan alat ukur *Prosocial Tendencies Measure-Revised* (PTM-R) yang dibuat oleh Carlo dkk., (2003) diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Mutmainnah (2022). Subjek dari kedua kelompok diberikan *pretest* sebelum dilaksanakannya pelatihan, kemudian kelompok eksperimen mendapatkan pelatihan *perspective taking* yang dipandu oleh fasilitator yang bertugas untuk memberikan instruksi pelatihan dan berdiskusi bersama dengan peserta pelatihan, serta menjaga kenyamanan peserta selama pelatihan berlangsung. Setelah itu, peneliti memberikan *posttest* kepada kedua kelompok. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan *anova mixed design* menggunakan SPSS 26.

HASIL

Penelitian dilakukan terhadap 30 subjek yang dibagi menjadi dua kelompok (kelompok eksperimen dan kontrol). Hasil analisis statistik deskriptif disajikan dengan memuat nilai rata-rata (*mean*) kelompok eksperimen dan kontrol berdasarkan waktu tes (*pretest* dan *posttest*). Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa hasil rata-rata (*mean*) kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan waktu *pretest* adalah 84,07 dan waktu *posttest* adalah 94,93. Pada kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan, hasil rata-rata (*mean*) waktu *pretest* adalah 85,80 dan waktu *posttest* adalah 84,87.

Tabel 1. Statistik Deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Pretest</i> kontrol	15	73	101	85,80	8,898
<i>Posttest</i> kontrol	15	66	98	84,87	8,839
<i>Pretest</i> eksperimen	15	66	101	84,07	11,022
<i>Posttest</i> eksperimen	15	86	108	94,93	6,029

Uji normalitas uji normalitas merupakan uji secara empiris untuk memastikan data yang diperoleh telah sesuai dengan distribusi normal secara teori. Pengujian dilakukan untuk memverifikasi apakah pola sebaran data yang dikumpulkan secara aktual mengikuti distribusi normal. Uji normalitas yang digunakan menggunakan Teknik Shapiro-Wilk. Data berdistribusi normal apabila $p > 0.05$. Berdasarkan hasil analisis, data memenuhi uji asumsi normalitas dengan nilai sig. $P > 0.05$.

Tabel 2. Uji Normalitas

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
<i>Pretest_kontrol</i>	0,955	15	0,612
<i>Pretest_Eksperimen</i>	0,952	15	0,549
<i>Posttest_kontrol</i>	0,932	15	0,292
<i>Posttest_eksperimen</i>	0,960	15	0,691

Dilakukan uji anava mixed design untuk melihat perbedaan hasil kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan dan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan.

Tabel 3. Within Subject Test

Source	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared
Waktu	1	370,017	4,954	0,034	0,150
Error(Waktu)	28	74,690			

Dari tabel 3, terlihat bahwa hasil uji waktu (*pretest*-*posstest*) yang diberikan peneliti kepada subjek bernilai signifikan 0.034 yang mana $p < 0.05$.

Tabel 4. Between Subject Test

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Intercept	458500.417	1	458500.417	5532.036	.000
Kelompok	260.417	1	260.417	3.142	.087
Error	2320.667	28	82.881		

Dari tabel 4, terlihat bahwa hasil uji *between* (antara) kelompok yang diberikan peneliti kepada subjek bernilai 0.87 yang mana $p > 0.05$, hal ini bernilai tidak signifikan.

Tabel 5. Interaksi Within dan Between

Source	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared
Waktu * Kelompok	1	522,150	6,991	0,013	0,200

Interaksi within dan between subject ini dapat dilihat hasil frekuensi dari waktu dan kelompok. Dari tabel 11 didapat nilai signifikansinya yaitu 0.013 di mana $p < 0.05$. Hal ini berarti, bernilai signifikan, menunjukkan bahwa terdapat interaksi antara waktu (*pretest* dan *posttest*) dan kelompok (*eksperimen* dan *kontrol*).

	Pretest		Posttest
KE	O ₁ (84,07)	X	O ₂ (94,93)
KK	O ₃ (85,80)		O ₄ (84,87)

Ket :

O ₂	>	O ₁	→	Diterima
O ₂	>	O ₄	→	Diterima
O ₃	=	O ₄	→	Diterima

Gambar 7. Kerangka hasil uji hipotesis

Dari hasil uji yang dilakukan, terdapat beberapa hipotesis yang ditemukan dapat dilihat dari gambar kerangka hipotesis dapat diterima yaitu :

Hasil skor rata-rata dari kelompok eksperimen diwaktu *posttest* lebih besar dibandingkan waktu *pretest*.

Hasil skor rata-rata kelompok eksperimen waktu *posttest* lebih besar dibandingkan kelompok kontrol waktu *pretest*.

Hasil skor rata-rata kelompok eksperimen waktu *posttest* lebih besar dibandingkan kelompok kontrol waktu *posttest*.

Hasil skor rata-rata kelompok kontrol waktu *pretest* dan *posttest* tidak terdapat perbedaan yang signifikan.

PEMBAHASAN

Data didapatkan dari 30 subjek yang dibagi dalam dua kelompok, yaitu kelompok kontrol dan eksperimen. Penentuan subjek pada kelompok eksperimen dilakukan dilakukan secara acak (*random*) dengan teknik *simple random sampling*, di mana setiap subjek dikelompokkan secara acak tanpa memperhatikan strata atau kategori tertentu. Subjek dikelompokkan menjadi kelompok kontrol yang tidak mendapat pelatihan dan kelompok eksperimen yang mendapatkan pelatihan *perspective taking*.

Pengujian hipotesis yang dilakukan dengan melihat perbedaan skor yang didapat pada dua waktu yaitu *pretest* dan *posttest* menggunakan skala yang dikembangkan oleh Azwar (2012). Dari hasil hipotesis tersebut dilihat bahwa ada nya peningkatan skor yang didapat dengan menggunakan uji *anova mixed design*. Hasil dari rata-rata (mean) kelompok eksperimen lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol, hal ini membuktikan adanya peningkatan perilaku prososial remaja GenRe sebelum diberikan perlakuan atau pelatihan.

Dilakukannya penelitian yang mana berdasarkan hasil *pretest* terdapat beberapa peserta yang memiliki perilaku prososial yang rencah, setelah itu dilakukan intervensi terhadap subjek (kelompok eksperimen) sehingga subjek bisa memahami orang lain dan memposisikan diri pada posisi orang tersebut. Pelatihan merupakan kegiatan atau aktivitas yang dirancang untuk meningkatkan keahlian, pengalaman, pengetahuan, maupun sikap seseorang dengan pendekatan berbagai pembelajaran (Santoso, 2010).

Berdasarkan penelitian Galinsky dkk. (2005) mengatakan pelatihan *perspective taking* bertujuan untuk meningkatkan empati, mendorong perilaku prososial, dan memfasilitasi komunikasi

dan kolaborasi yang efektif dalam berbagai konteks sosial. Senada dengan penelitian Myers & Hodges (2012) menunjukkan bahwa peserta yang menerima instruksi *perspective taking* memiliki tingkat keterikatan psikologis yang lebih tinggi, kepedulian empatik yang lebih besar terhadapnya, dan memberikan nilai yang lebih tinggi terhadap isu sosial. Hal ini dapat membuktikan bahwa memposisikan diri pada individu lain dan memahami pikiran, perasaan, dan perspektif mereka, serta proses mengambil sudut pandang orang lain ini dapat meningkatkan empati dan simpati, yang pada akhirnya dapat memotivasi individu untuk terlibat dalam perilaku prososial.

Penelitian ini menggunakan dua kelompok subjek yang berbeda, yaitu kelompok kontrol dan eksperimen. Kelompok kontrol dalam penelitian ini tidak diberikan perlakuan karena peneliti ingin melihat perbedaan hasil diantara dua kelompok kontrol dan eksperimen. Penelitian ini tidak diberikannya perlakuan kepada kelompok kontrol. Alasan peneliti tidak memberikan perlakuan kepada kelompok kontrol dikarenakan peneliti ingin melihat perbedaan hasil dari kedua kelompok tersebut.

Meskipun hasil *posttest* peserta pelatihan (kelompok eksperimen) mengalami kenaikan, terdapat peserta yang mengalami kenaikan hasil yang rendah. Hal ini terjadi karena peserta kurang mampu mengemukakan berbagai pendapatnya lewat berbagai perspektif. Maka, dibutuhkan peran fasilitator untuk mengajak peserta dan mengubah pola sikap pasif menjadi aktif dalam menyampaikan pandangan mereka. Fasilitator harus aktif mengajak peserta untuk lebih terbuka dan terlibat dalam pelatihan. Peran fasilitator sangat penting untuk membantu terlaksananya pelatihan ini.

Keberhasilan pelatihan *perspective taking* dapat dilihat dari adanya perubahan pandangan terhadap orang lain, serta mampu memahami dan berempati pada orang tersebut. Dilihat dari hasil evaluasi *posttest* yang peneliti berikan, banyak dari peserta yang mengisi tentang kesadaran mereka memahami dan bermurah hati menolong orang lain. Peserta juga berpendapat bahwa setelah pelatihan mereka jauh lebih bisa memahami dan memposisikan diri pada diri orang lain.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan diperoleh kesimpulan yaitu tingkat perilaku prososial remaja generasi berencana (GenRe) Kota Padang meningkat setelah dilakukan pelatihan perspective takin, serta terdapat pengaruh pelatihan perspective taking terhadap perilaku prososial pada remaja generasi berencana (GenRe) Kota Padang.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2012). Reliabilitas dan Validitas. In *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*. Pustaka Pelajar.
- Batson, C. D., Early, S., & Salvarani, G. (1997). Perspective taking: Imagining how another feels versus imagining how you would feel. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23(7), 751–758. <https://doi.org/10.1177/0146167297237008>
- Carlo, G., Hausmann, A., Christiansen, S., & Randall, B. A. (2003). Sociocognitive and Behavioral Correlates of A Measure of Prosocial Tendencies for Adolescents. *Journal of Early Adolescence*, 23(1), 107–134.
- Eisenberg, Nancy. (1982). *The Development of Prosocial Behavior*. Academic Press.
- Galinsky, A. D., Ku, G., & Wang, C. S. (2005). Perspective-taking and self-other overlap: Fostering social bonds and facilitating social coordination. *Group Processes and Intergroup Relations*, 8(2 SPEC. ISS.), 109–124. <https://doi.org/10.1177/1368430205051060>
- Galinsky, A. D., & Moskowitz, G. B. (2000). Perspective-taking: Decreasing stereotype expression, stereotype accessibility, and in-group favoritism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 708–724. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.4.708>
- Mutmainnah, A. (2022). *Gambaran Perilaku Prosocial Pada Masyarakat di Kota Makassar*. Universitas Bosowa.
- Myers, M. W., & Hodges, S. D. (2012). Empathy: Perspective taking and prosocial behavior: Caring for others like we care for the self. In *Activities for teaching positive psychology: A guide for instructors*. (pp. 77–83). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14042-013>
- Payadnya, I. A. A., & Jayantika, I. G. A. N. T. (2018). *Panduan Penelitian Eksperimen Beserta Analisis Statistik dengan SPSS*. Deepublish.
- Penner, L. A., Dovidio, J. F., Piliavin, J. A., & Schroeder, D. A. (2006). *The Social Psychology of Prosocial Behavior*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Santoso, B. (2010). *Skema dan Mekanisme Pelatihan: Panduan Penyelenggaraan Pelatihan*. Terangi.
- Santrock, J. W. (2016). *Life Span Development*. McGraw Hill.
- Sarwono, S. W., & Meinarno, E. A. (2009). Psikologi sosial. In *Jakarta: Salemba Humanika*. Salemba Humanika.
- Seniati, L., Yulianto, A., & Setiadi, B. N. (2009). *Psikologi Eksperimen*. PT Indeks.
- Yulianti, D. (2017). Program Generasi Berencana (GenRe) dalam Rangka Pembangunan Manusia Menuju Pembangunan Nasional Berkualitas. *Jurnal Analisis Sosial Politik*, 1(2), 93–108.