

KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK *COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY* BERBASIS *CINEMATHERAPY* UNTUK MENINGKATKAN SIKAP PROSOSIAL SISWA

(Penelitian pada Siswa Kelas XI IPS SMA Muhammadiyah Kutoarjo)

SKRIPSI



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2019**

KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK *COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY* BERBASIS *CINEMATHERAPY* UNTUK MENINGKATKAN SIKAP PROSOSIAL SISWA

(Penelitian pada Siswa Kelas XI IPS SMA Muhammadiyah Kutoarjo)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat dalam Menyelesaikan Studi
pada program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang



Oleh :

Dwi Utami Hastutiningsih
14.0301.0074

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2019**

PERSETUJUAN

**KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK *COGNITIFE
BEHAVIORAL THERAPHY* BERBASIS *CINEMATERAPY* UNTUK
MENINGKATKAN PERILAKU PROSOSIAL SISWA**

(Penelitian pada Siswa Kelas XI SMA Muhammadiyah Kutoarjo)

Diterima dan Disetujui oleh Dosen Pembimbing Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang



Oleh :

Dwi Utami Hastutiningsih
14.0301.0074

Dosen Pembimbing I

Prof. Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons.
NIP. 19580912 198503 1 006

Magelang, 14 Desember 2018
Dosen Pembimbing II

Sugiyadi, M.Pd., Kons.
NIK. 047506010

27
12 18

PENGESAHAN
KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK *COGNITIVE*
***BEHAVIORAL THERAPY* BERBASIS *CINEMATHERAPY* UNTUK**
MENINGKATKAN SIKAP PROSOSIAL SISWA





Oleh:
Dwi Utami Hastutiningsih
14.0301.0074

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi dalam rangka menyelesaikan studi pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang

Diterima dan disahkan oleh Penguji:
Hari : Jumat
Tanggal : 25 Januari 2019



Tim Penguji Skripsi:

1. Prof. Dr. M. Japar, M.Si., Kons. (Ketua/Anggota) 
2. Sugiyadi M.Pd., Kons. (Sekretaris/Anggota) 
3. Drs. Tawil M.Pd., Kons. (Anggota) 
4. Astiwi Kurniati M.Psi. (Anggota) 



Menyahkan,
Dekan FKIP
Drs. Tawil, M.Pd., Kons.
NIP. 19570108 198103 1 003

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini,

Nama : **Dwi Utami Hastutiningsih**
N.P.M : 14.0301.00074
Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Keefektifan Konseling Kelompok *Cognitive Behavioral Therapy* Berbasis *Cinematherapy* Untuk Meningkatkan Sikap Prososial Siswa.

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat merupakan hasil karya sendiri. Apabila ternyata kemudian hari diketahui adanya plagiasi atau penjiplakan terhadap karya orang lain, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan aturan yang berlaku dan bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan dan tata tertib di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Magelang, 25 Januari 2019

Yang membuat pernyataan,



Dwi Utami Hastutiningsih
14.0301.0074

MOTTO

Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyeru kepada yang ma'ruf fab mencegah dari yang munkar. Merekalah orang-orang yang beruntung.

(Q.S Ali Imran 104)

PERSEMBAHAN

Dengan segenap rasa syukur kehadiran Allah SWT, skripsi ini dipersembahkan kepada:

1. Ayah, Ibu, dan Saudariku tercinta yang selalu menjadi semangat dalam setiap langkah perjalananku.
2. Almamaterku tercinta, Prodi BK FKIP UMMagelang

KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK *COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY* BERBASIS *CINEMATHERAPY* UNTUK MENINGKATKAN SIKAP PROSOSIAL SISWA

(penelitian Pada Siswa Kelas XI IPS SMA Muhammadiyah Kutoarjo)

Dwi Utami Hastutiningsih

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji keefektifan konseling kelompok *Cognitive Behavioral Therapy* berbasis *Cinematherapy* untuk meningkatkan SIKAP prososial siswa kelas XI SMA Muhammadiyah Kutoarjo.

Penelitian ini merupakan rancangan penelitian eksperimen semu (*Quasi Experimental Design*) dengan model *Nonequivalent Control Group Design*. Subjek penelitian dipilih secara *purposive sampling*. Sampel yang diambil sebanyak 16 orang siswa terdiri dari 8 siswa kelompok eksperimen dan 8 siswa kelompok kontrol. Metode pengumpulan data menggunakan angket sikap prososial dan wawancara. Uji validitas instrumen angket sikap prososial dengan menggunakan rumus *product moment* sedangkan uji reliabilitas menggunakan rumus *cronbach alpha* dengan bantuan *SPSS for Windows versi 23.0*. Analisis data menggunakan teknik *Statistic non Parametric* dengan uji *Mann Whitney* dibantu program *SPSS for Windows versi 23.0*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok *Cognitive Behavioral Therapy* berbasis *Cinematherapy* efektif untuk meningkatkan sikap prososial siswa. Hal ini dibuktikan dari hasil analisis Uji *Wilcoxon* pada kelompok eksperimen dengan probabilitas *asympt. Sig. (2-tailed)* $0,012 < 0,05$. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, terdapat perbedaan skor rata-rata angket SIKAP prososial antara kelompok eksperimen sebesar 33,40 dan kelompok kontrol sebesar -0,25. Hasil dari penelitian dapat disimpulkan bahwa penggunaan konseling kelompok *Cognitive Behavioral Therapy* berbasis *Cinematherapy* efektif untuk meningkatkan sikap prososial siswa.

Kata Kunci: *konseling kelompok cognitive behavioral therapy, cinematherapy, sikap prososial.*

EFFECTIVENESS OF GROUP COUNSELING COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY CINEMATHERAPYBASED ATTITUDE TO IMPROVE STUDENT PROSOCIAL

(Research On Student Class XI IPS SMA Muhammadiyah Kutoarjo)

Dwi Utami Hastutiningsih

ABSTRACT

This study aimed to test the effectiveness of group counseling based on Cognitive Behavioral Therapy Cinematherapy to increase prosocial ATTITUDE grade students of SMA Muhammadiyah Kutoarjo.

This study is a quasi-experimental research design (Quasi-Experimental Design) model Nonequivalent Control Group Design. Subjects selected by purposive sampling. Samples taken as many as 16 students consisting of 8 students experimental group and the control group of 8 students. Methods of data collection using questionnaires and interviews prosocial attitudes. Test the validity of prosocial attitudes questionnaire instrument using the formula momet whereas product reliability test using Cronbach alpha formula with SPSS for Windows version 23.0. Data analysis using techniques *Non Parametric Statistics* by Mann Whitney assisted by SPSS for Windows version 23.0.

The results showed that group counseling Cinematherapy-based Cognitive Behavioral Therapy effective for improving student prosocial attitudes. This is evidenced from the analysis Wilcoxon test in the experimental group with probability asymp. Sig. (2-tailed) 0.012 <0.05. Based on the analysis and discussion, there are differences in the average score questionnaire attitude prosocial between the experimental group and the control group by 33.40 by 0.25. The results of this study concluded that the use of group counseling Cinematherapy-based Cognitive Behavioral Therapy effective for improving student prosocial attitudes.

Keywords: group counseling, cognitive behavioral therapy, cinematherapy, proosial attitude.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Keefektifan Konseling Kelompok Cognitive Behavioral Therapy Berbasis Cinematherapy untuk Meningkatkan SIKAP Prosocial Siswa”. Penyelesaian penyusunan skripsi ini berkat bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Ir. Eko Widodo, MT., Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang yang telah memfasilitasi pendidikan di UMMagelang sehingga penulisan skripsi berjalan dengan lancar.
2. Drs. Tawil, M.Pd., Kons., Dekan FKIP UMMagelang yang telah memberikan ijin dan mengesahkan secara resmi penulisan skripsi kepada penulis untuk melakukan kegiatan penelitian.
3. Dewi Liana Sari M.Pd., Kaprodi BK FKIP UMMagelang yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan kegiatan penelitian.
4. Prof. Dr. Muhammad Japar M.Si., Kons., dan Sugiyadi M.Pd., Kons., sebagai dosen pembimbing I dan dosen pembimbing II yang selalu sabar dan bijaksana dalam memberikan bimbingan, nasehat, serta waktu selama penelitian dan penulisan skripsi.
5. Sumarmi M.Pd., Kepala Sekolah SMA Muhammadiyah Kutoarjo, yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian skripsi di SMA Muhammadiyah Kutoarjo.

6. Guru BK dan guru mata pelajaran di SMA Muhammadiyah Kutoarjo, yang telah berkenan membantu memberikan ijin, bimbingan dan keluasaan waktu kepada penulis selama penulis menyelesaikan penelitian skripsi sehingga penulisan skripsi ini berjalan dengan lancar.
7. Saudara-saudaraku Prodi Bimbingan dan Konseling angkatan tahun 2014 yang tidak bisa disebutkan satu persatu atas kebersamaan dan semangat serta,
8. Sahabat-sahabatku Siti, Sifa, Risa, Nita, Yanuar dan berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang selalu memberi semangat dan motivasi kepada penulis untuk menyelesaikan penelitian skripsi.

Semoga Allah SWT memberikan balasan berlipat ganda kepada semuanya. Demi perbaikan selanjutnya, kritik dan saran yang membangun akan penulis terima dengan senang hati. Semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua. Aamiin.

Magelang, 25 Januari 2019

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENEGAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN.....	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR GRAFIK.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penulisan	6
F. Manfaat	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Sikap prososial Siswa.....	7
1. Pengertian Sikap prososial.....	7
2. Aspek-aspek Sikap prososial	9
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sikap prososial.....	11
4. Dampak sikap prososial	15
B. Konseling Kelompok <i>Cognitive Behavioral Therapy</i> Berbasis <i>Cinematherapy</i>	15

	C. Keefektifan Konseling Kelompok CBT berbasis <i>Cinematherapy</i>	22
	D. Penelitian Terdahulu Yang Relevan	23
	E. Kerangka Pemikiran	26
	F. Hipotesis Penelitian.....	29
BAB III	METODE PENELITIAN	
	A. Rancangan Penelitian	30
	B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	31
	C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	32
	D. Subjek Penelitian	33
	E. Teknik Pengumpulan Data.....	33
	F. Instrument Penelitian.....	35
	G. Uji Validitas dan Reliabilitas	37
	H. Prosedur Penelitian	40
	I. Teknik Analisis Data.....	43
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	A. Hasil penelitian	43
	1. Pelaksanaan Penelitian.....	43
	2. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian.....	50
	3. Uji Hipotesis.....	53
	B. Pembahasan	59
BAB V	SIMPULAN DAN SARAN	
	A. Simpulan.....	62
	B. Saran.....	63
	DAFTAR PUSTAKA	64
	LAMPIRAN.....	66

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 <i>Non Equivalent Control Group Design</i>	31
2 Skala Likert	34
3 Kisi-Kisi Angket SIKAP Prosocial Sebelum <i>Tryout</i>	36
4 Hasil Uji Validitas Instrumen	37
5 Daftar Item Valid Angket SIKAP Prosocial Setelah di <i>Tryout</i>	39
6 Hasil Uji Realiabelitas Instrumen	40
7 Kategori Skor <i>Pre Test</i> Angket SIKAP Prosocial Siswa	46
8 Daftar Sampel Penelitian	47
9 Hasil Skor <i>Post Test</i>	49
10 Statistik Deskriptif Variabel Penelitian.....	50
11 Rekapitulasi Hasil Hitung <i>Pre Test</i> , <i>Post Test</i> , dan <i>Gain Score</i> Skala SIKAP Prosocial	54
12 Uji Beda Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Menggunakan <i>Mann Whitney</i>	55
13 Uji Beda Skor <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Eksperimen.....	56
14 Uji Beda Skor <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Kontrol	56
15 Peningkatann Skor <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Eksperimen	58
16 Peningkatann Skor <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Kontrol	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1 Kerangka Berpikir.....	29
2 Rumus Kategori	45

DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
1 Hasil Nilai <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Eksperimen	52
2 Hasil Nilai <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Kontrol	52
3 Hasil Perbandingan Skor <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> Kelompok Kontrol dan Kelas Eksperimen	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Surat Ijin Penelitian dan Keterangan Penelitian	67
2 Lembar Validasi Ahli.....	71
3 Pedoman Wawancara dan Hasil Wawancara	81
4 Hasil Try Out Angket Pengelolaan Konflik Sosial.....	82
5 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	84
6 Instrumen Angket SIKAP Prosocial Sebelum dan Sesudah Uji Coba.....	85
7 Jadwal Pelaksanaan Konseling Kelompok	92
8 Daftar Nama dan Absensi	93
9 Daftar <i>Pre test</i> Instrumen Angket SIKAP Prosocial	106
10 Pedoman Pelaksanaan dan Laporan Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok <i>Cognitive Behavioral Therapy</i> Berbasis <i>Cinematherapy</i> untuk Meningkatkan SIKAP Prosocial Siswa.....	107
11 Data <i>Post test</i> Instrumen Angket SIKAP Prosocial	179
12 Hasil Uji Coba <i>Mann Whitney</i>	180
13 Hasil Uji Coba <i>Wilcoxon</i>	181
14 Buku Bimbingan Penulisan Skripsi	182
15 Dokumentasi	184

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sikap prososial mulai jarang ditemui seiring dengan semakin majunya teknologi dan meningkatnya mobilitas. Masyarakat terbiasa dengan perilaku yang bersifat individual atau lebih mementingkan kepentingan dirinya sendiri dan kurang peduli dengan apa yang terjadi pada orang lain, hal ini juga berdampak pada kalangan remaja. Hal tersebut menyebabkan remaja bersifat egois dan kurang tanggap terhadap permasalahan orang lain. Remaja lebih terfokus pada hal-hal yang berhubungan dengan dirinya sendiri sehingga kurang peka dengan apa yang terjadi disekitarnya.

Di lingkungan sekolah, remaja dalam hal ini siswa tidak bisa lepas dari tolong-menolong serta mempunyai kepedulian terhadap orang lain. Hal ini diperkuat oleh Faturrohman (2009: 14) bahwa setinggi apapun kemandirian seseorang pada saat tertentu dia akan membutuhkan orang lain. Perilaku menolong menggambarkan manusia sebagai makhluk yang tidak egois dan dermawan, mampu untuk memberikan perhatian yang nyata untuk kesejahteraan orang lain, dan merasa bahwa dirinya mempunyai kemampuan memberikan bantuan pada orang lain. Perilaku menolong manusia yang dilakukan tanpa pamrih dan tidak mengandung maksud tertentu yang disebut sikap prososial.

Barron & Byrne dalam Anggoro (2017: 2), menyatakan bahwa sikap prososial adalah suatu tindakan menolong yang menguntungkan orang lain tanpa harus menyediakan suatu keuntungan langsung pada orang yang melakukan tindakan tersebut, dan mungkin melibatkan suatu resiko bagi orang yang menolong. Bahkan perilaku menolong yang positifpun memiliki kelemahan yang akan mendatangkan resiko juga bagi pelakunya. Taylor *et al.* (2009: 457) mendefinisikan sikap prososial sebagai setiap tindakan manusia yang membantu orang dan memiliki konsekuensi positif pada orang lain.

Eissenberg & Mussen (dalam Tri Dayaksini & Hudaniah, 2009: 115), ada beberapa tindakan yang termasuk kedalam sikap prososial antara lain: *sharing* (berbagi), *cooperate* (kerjasama), *donating* (menyumbang), *helping* (menolong), *honesty* (kejujuran), *generosity* (kedermawanan), serta mempertimbangkan hak orang lain.

Idealnya dalam interaksi sosial seseorang akan saling tolong-menolong ketika ada yang merasa susah. Oleh karena itu sikap prososial harus dimiliki oleh setiap siswa. Namun pada kenyataannya hal yang terjadi adalah sebaliknya. Para siswa acuh dengan kondisi di sekitarnya, baik kondisi di dalam kelas, luar kelas, lingkungan sekolah, maupun diluar lingkungan sekolah.

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil wawancara dengan guru BK Bapak Nur Panca Pramudianto di SMA Muhammadiyah Kutoarjo yang beralamat di Jl. Tentara Pelajar, Purworejo, pada tanggal 23 Januari

2018, diperoleh hasil wawancara diantaranya jumlah keseluruhan siswa kelas XI ada 60. Dari jumlah total tersebut terdapat 40% siswa yang memiliki sikap prososial rendah baik di lingkungan kelas maupun lingkungan sekolahnya. Hal ini dikarenakan di SMA Muhammadiyah Kutoarjo perbandingan siswa siswi antara laki laki dan perempuan tidak seimbang. Siswa laki- laki lebih banyak dibandingkan dengan siswa perempuan, dan juga masih ditemukannya kesenjangan sosial antara siswa yang aktif dan siswa yang pendiam. Kemudian karena di SMA Muhammadiyah Kutoarjo ada beberapa bidang kejuruan dan hal ini juga menyebabkan munculnya sikap prososial yang rendah.

Berdasarkan hasil wawancara dan obeservasi, adapun upaya yang sudah dilakukan Guru BK terkait dengan upaya meningkatkan sikap prososial siswa SMA Muhammadiyah Kutoarjo di sekolah antara lain mewajibkan kegiatan kegiatan ekstrakurikuler, memberikan layanan klasikal, juga bimbingan kelompok dan konseling kelompok. Namun hal ini belum memberikan hasil yang maksimal dalam upaya meningkatkan perilaku prsosial siswa SMA Muhammadiyah Kutoarjo

Melihat hal tersebut, penulis bermaksud melakukan alternatif upaya untuk meningkatkan sikap prososial siswa SMA Muhammadiyah Kutoarjo. Penulis bermaksud menggunakan konseling kelompok untuk meningkatkan sikap prososial siswa.

Berkaitan dengan penelitian yang akan penulis lakukan, berikut adalah contoh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Endah Sulityowati

dengan judul Pemanfaatan *Cinematherapy* Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Pemahaman Tentang Meningkatkan Sikap prososial Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 2 Menganti. Dari penelitian tersebut didapat hasil bahwa penggunaan *Cinematraphy* melalui bimbingan kelompok mampu meningkatkan sikap prososial siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Manganti. Melalui bimbingan kelompok peneliti mengajak siswa untuk lebih memahami diri terhadap sikap prososial. Adapun perbedaan penelitian yang penulis buat terletak pada layanan yang diberikan kepada siswa, dalam penelitian terdahulu di atas menggunakan layanan bimbingan kelompok sedangkan penelitian yang akan diteliti melalui layanan konseling kelompok. Selain itu populasi dan sampel penelitian berbeda.

Penelitian terdahulu lainnya yang dilakukan oleh Haerudin Niva (2016) dengan judul Penerapan Pendekatan *Cinematherapy* Untuk Meningkatkan Sikap prososial Pada Siswa Bosowa *International School* Makassar. Dari penelitian tersebut terbukti bahwa *cinematherapy* dapat meningkatkan sikap prososial siswa di Bosowa *International School*. Adapun perbedaan dengan penelitian terdahulu terletak pada populasi dan sampel yang diteliti.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan alternatif bantuan dalam meningkatkan sikap prososial siswa di SMA Muhammadiyah Kutoarjo melalui layanan konseling kelompok. Penulis akan melakukan penelitian yang berjudul *Efektifitas Konseling Kelompok CBT berbasis Cinematherapy untuk Meningkatkan Sikap prososial* sebagai

bahan untuk penelitian yang akan dilakukan di SMA Muhammadiyah Kutoarjo di kelas XI.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka indentifikasi masalah yang akan penulis fokuskan sebagai berikut:

1. Rendahnya sikap prososial siswa. berdasarkan hasil wawancara terhadap guru BK banyak ditemukan siswa dengan sikap prososial rendah. Terbukti dengan munculnya kelompok-kelompok pertemanaan di kelas yang tidak merata, muncul sikap saling acuh antar teman, muncul rasa saling tidak suka antar teman, dan lain sebagainya.
2. Masalah dengan teman sebaya. Berdasarkan hasil wawancara guru BK, terdapat permasalahan siswa dengan teman sebaya, hal ini dipicu oleh rasa iri, rasa tidak suka dengan teman, atau permasalahan pribadi antar siswa.
3. Motivasi belajar rendah, berdasarkan hasil wawancara guru BK hal ini ditunjukkan oleh hasil belajar siswa, kemudian juga pengaruh teman sebaya, kondisi kelas yang tidak kondusif dan lain sebagainya.
4. Jiwa kompetisi dalam berprestasi rendah. Berdasarkan hasil wawancara guru BK, bahwa siswa cenderung mengabaikan jiwa kompetisi hal ini ditunjukkan ketika ujian berlangsung masih banyak siswa yang melakukan kecurangan dengan menyontek buku, kemudian bertanya jawaban kepada teman.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang diuraikan di atas, penulis membatasi penelitian ini yaitu rendahnya sikap prososial siswa. Dikarenakan sebagai masalah yang paling banyak dialami siswa.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah konseling kelompok CBT berbasis *Cinematherapy* efektif untuk meningkatkan sikap prososial siswa?

E. Tujuan Penulisan

Adapun tujuan dalam penelitian ini untuk menguji keefektifan konseling kelompok CBT berbasis *Cinematheraphy* untuk meningkatkan perilaku prsosial siswa.

F. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan untuk menambah wawasan dan pengetahuan tentang sikap prososial siswa dan konseling kelompok.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu rujukan guru BK untuk meningkatkan sikap prososial siswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Sikap prososial Siswa

1. Pengertian Sikap prososial

Sikap prososial merupakan 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 dalam Anggoro, 2009: 19). Tindakan ini muncul karena adanya kepedulian dan empati yang ada pada diri seseorang. Bentuk dari sikap prososial ini bisa berupa bentuk fisik, material maupun psikologis. Perilaku prososial adalah suatu tindakan menolong orang lain yang dapat memberikan keuntungan dan resiko bagi si penolong maupun yang ditolong.

Menurut Rose D Parke & Alison Carke Stewart (2010: 382) sikap prososial adalah perilaku sukarela yang dimaksudkan untuk menguntungkan orang lain. Sikap prososial itu sendiri meliputi berbagi (*sharing*), kepedulian (*caring*), menghibur (*comforting*), bekerjasama (*cooperating*), menolong (*helping*), simpati (*sympathizing*) dan melakukan perbuatan baik.

Desmita (2010: 237) menjelaskan bahwa sikap prososial adalah perilaku sosial positif yang menguntungkan atau membuat kondisi fisik atau psikis orang lain lebih baik, yang dilakukan atas dasar sukarela tanpa

mengharapkan *reward*. Perilaku menolong cenderung tidak memberikan keuntungan bagi si pemberi pertolongan, akan tetapi tindakan tersebut sangat menguntungkan bagi sipenerima bantuan tersebut.

Berdasarkan uraian Baron, Rose dan Desmita, dapat dipahami bahwa sikap prososial adalah sebuah bentuk pertolongan yang di berikan pada orang lain baik dalam bentuk materi, fisik, maupun psikologis yang dapat memberikan keuntungan positif pada orang lain. Sikap prososial meliputi berbagi (*sharing*), kepedulian (*caring*), menghibur (*comforting*), bekerjasama (*cooperating*), menolong (*helping*), simpati (*sympathy*) dan melakukan perbuatan baik. Sikap prososial secara lebih rinci sebagai perilaku yang memiliki intensi untuk mengubah keadaan fisik atau psikologis penerima bantuan dari kurang baik menjadi lebih baik.

Sikap 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.

2. Aspek-aspek Sikap prososial

Eissenberg & Mussen (dalam Tridayaksini & Hudaniah, 2009: 155) aspek-aspek sikap prososial terdiri dari beberapa macam antara lain:

- a. Berbagi (*sharing*) yaitu kesediaan untuk berbagi perasaan dengan keluarga, teman, maupun orang lain dalam suasana suka maupun duka.
- b. Kerjasama (*cooperate*). Muchlas Samani & Haryanto (2014: 118) kerjasama adalah kesediaan untuk bertanggung jawab dan berkontribusi dengan mengerahkan tenaga maupun pikiran secara maksimal bersama-sama dengan orang lain demi tercapainya suatu tujuan kelompok. Ketika bekerjasama tujuan kelompok yang ingin dicapai sudah disepakati oleh orang yang terlibat. Dalam menjalin kerjasama dengan orang lain, biasanya menimbulkan efek saling menguntungkan, memberi, menolong, dan menenangkan.
- c. Menyumbang (*donating*) yaitu kesediaan untuk memberikan secara sukarela sebagian barang yang dimilikinya kepada orang yang lebih membutuhkan. A. Tabrani Rusyan (2003:84) sesuatu yang diberikan tersebut memberikan manfaat bagi yang menerima. Sesuatu yang diberikan tersebut dapat berupa pemikiran dan segala bantuan, baik moral maupun materiil.
- d. Menolong (*helping*). Mohamad Mustari (2014: 14) menolong adalah kesediaan membantu orang lain. Yaitu kesediaan untuk memberi bantuan atau pertolongan yang memang diperlukan oleh orang yang ditolong.

- e. Kejujuran (*Honesty*) yaitu kesediaan untuk melakukan sesuatu seperti tidak berbuat curang terhadap oranglain, dan berkata benar. Muchlas Samani & Haryanto (2014: 124) bertindak jujur yaitu kesediaan untuk mengatakan sesuatu seperti apa adanya, dapat dipercaya, dan tidak berbuat curang, mencuri dan berbohong kepada terhadap orang lain. Seseorang yang bertindak jujur tidak akan menyembunyikan sesuatu untuk kepentingannya sendiri. Orang itu akan menjunjung tinggi kebenaran, ikhlas, lurus hati, tidak suka berbohong, mencuri dan memfitnah, dan tidak menjerumuskan orang lain.
- f. Kedermawanan (*Generosity*) yaitu kemampuan seseorang untuk mengelola sumber daya yang dimiliki secara hemat dan cermat sehingga secara bebas memberikan apa yang dimilikinya kepada orang yang lebih membutuhkan. (Muchlas 2014: 123)
- g. Mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain. Dengan mempertimbangkan hak dan kesejahteraan oranglain, berarti orang tersebut memikirkan baik-baik hak serta kesejahteraan orang lain ketika orang tersebut mengambil suatu keputusan yang menyangkut banyak orang.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dipahami bahwa aspek-aspek dalam sikap prososial meliputi berbagi, kerjasama, menyumbang, menolong, kejujuran, kedermawanan, dan mempertimbangkan hak dan kewajiban orang lain.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sikap prososial

Faktor yang mempengaruhi sikap prososial menurut Sarlito W.S & Eko A. M (2009: 131) terbagi menjadi 2 yaitu faktor situasional dan faktor personal.

a. Faktor Situasional

- 1) *Bystander* adalah orang yang berada di tempat kejadian. Apabila seseorang merasa dirinya dinilai oleh orang lain, maka akan mempengaruhi orang tersebut untuk menolong atau tidak sebab mungkin saja tindakannya menolong dinilai kurang tepat oleh orang lain. Dengan kata lain orang tersebut merasa dirinya sangat memperhatikan situasi dan kondisi lingkungan setempat.
- 2) Daya tarik. Sejauh mana seseorang menilai korban secara positif atau memiliki daya tarik maka akan mempengaruhi seseorang untuk memberikan pertolongan. Dengan kata lain orang akan cenderung menolong orang lain ketika dia merasa orang yang akan ditolong memiliki sisi positif baik itu penampilan, paras dan lain sebagainya.
- 3) Atribusi terhadap korban. Seseorang akan memberikan bantuan pada orang lain apabila ia mengasumsikan bahwa korban berada dalam situasi yang tidak beruntung dan diluar kendali korban. Misalnya ketika dalam situasi yang mendesak dan tidak terduga orang lain mengalami suatu musibah yang tidak terduga maka orang cenderung lebih mudah menolong. Contohnya kecelakaan lalu lintas, pencopetan, kehilangan barang, dan lain sebagainya.

- 4) Ada model. Adanya model yang melakukan tingkah laku menolong dapat mendorong orang lain untuk memberikan pertolongan juga. Misalnya dalam situasi yang mendesak ada sebuah kecelakaan lalu lintas, kemudian orang berbondong- bondong untuk menolong hal ini juga memberi dampak kepada orang lain untuk ikut menolong juga.
- 5) Desakan waktu. Seseorang yang mempunyai waktu luang lebih besar kemungkinan untuk memberikan pertolongan kepada orang yang memerlukannya. Misalnya ketika ada orang yang membutuhkan pertolongan dan orang yang dimintai pertolongan sedang tergesa-gesa karena ada kepentingan lain maka orang tersebut cenderung memilih untuk mengabaikan atau menolak, sedangkan orang dengan waktu luang akan cenderung mengiyakan permintaan tolong orang yang membutuhkan pertolongan.
- 6) Sifat kebutuhan korban. Seseorang yang meminta pertolongan akan memiliki kesempatan yang lebih besar untuk ditolong daripada orang yang tidak meminta pertolongan walaupun sesungguhnya ia perlu bantuan. Hal ini dikarenakan orang cenderung tidak tahu apa yang diinginkan orang lain ketika orang lain tersebut tidak berbicara. Maka diperlukan komunikasi untuk meminta bantuan sehingga yang diminta akan mengerti bahwa orang tersebut membutuhkan bantuan.

b. Faktor personal

- 1) Suasana hati. Emosi positif dan negatif dapat meningkatkan ataupun menghambat tingkah laku menolong seseorang, ketika seseorang dalam suasana hati yang buruk maka kemungkinan kecil dia untuk mau menolong orang lain, sedangkan individu dengan suasana hati yang positif mereka akan cenderung mudah untuk menolong.
- 2) Sifat. Terdapat hubungan antara karakteristik seseorang dengan kecenderungan untuk menolong. Orang yang mempunyai sifat pemaaf (*forgiveness*) cenderung lebih mudah untuk menolong. Karena mereka merasa tidak mempunyai masalah dengan orang yang akan ditolong, sedangkan orang dengan sifat pendendam orang tersebut cenderung tidak mudah untuk menolong orang lain dengan pertimbangan beberapa alasan seperti rasa benci, merasa senang ketika ada teman lain kesusahan, merasa harga diri turun ketika dia menolong orang lain dan sebagainya.
- 3) Jenis kelamin. Peranan gender terhadap kecenderungan seseorang untuk menolong sangat bergantung pada situasi dan bentuk pertolongan yang dibutuhkan. Laki-laki cenderung lebih mau terlibat dalam aktivitas menolong disituasi darurat yang membahayakan, karena laki-laki dipandang lebih kuat dan lebih mempunyai keterampilan untuk melindungi diri. Sementara perempuan, lebih tampil menolong pada situasi yang bersifat memberikan dukungan emosi, merawat, dan mengasuh, serta perempuan memiliki rasa

pemalu yang cenderung lebih besar dibanding dengan laki- laki sehingga cenderung berfikir berulang kali untuk menolong.

- 4) Tempat tinggal. Orang yang tinggal di daerah pedesaan cenderung akan lebih penolong dibanding dengan orang yang tinggal di perkotaan. orang yang tinggal diperkotaan terlalu banyak mendapat stimulasi dari lingkungan, sehingga orang-orang sibuk dengan kehidupannya sendiri. Berdasarkan uraian tersebut dikatakan bahwa tempat tinggal juga berpengaruh kepada sikap menolong seseorang dan orang yang tinggal di lingkungan tempat tinggal tersebut juga mempengaruhinya.
- 5) Pola asuh. Peranan pola asuh dalam membentuk tingkah laku sosial sangatlah penting. Pola asuh orangtua yang bersifat demokratis akan membuat anak tumbuh menjadi seseorang yang mau menolong. Pola asuh orangtua juga mendukung terbentuknya *internal locus of control* yang merupakan salah satu sifat pendukung dari prososial. Dimana orang tua sangat berpengaruh dalam sikap prososial anak, orang tua adalah *role model* anak, tempat belajar anak yang pertama kali sebelum anak menginjak bangku sekolah.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi individu untuk bersikap prososial bersumber dari dua faktor yaitu faktor situasional (faktor dari luar individu) dan factor personal (faktor dalam diri individu). Faktor situasional (faktor dari luar individu) diantaranya *bystander*, daya tarik, atribusi terhadap korban,

kehadiran orang lain, hubungan interpersonal, daya tarik korban, tanggung jawab korban, adanya model, desakan waktu, sifat kebutuhan korban. Sedangkan factor personal meliputi suasana hati, sifat, jenis kelamin, tempat tinggal, dan pola asuh.

4. Dampak sikap prososial

Sikap prososial merupakan tindakan bertujuan untuk kepentingan orang lain. Sehingga ketika melakukan bantuan terhadap orang lain, prososial memiliki arti sosial positif atau konsekuensi positif.

B. Konseling Kelompok *Cognitive Behavioral Therapy* Berbasis *Cinematherapy*

Juntika (dalam Kuntarto, 2013:7) konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhan.

Tohirin (2007:171) konseling kelompok mengikutkan sejumlah peserta dalam bentuk kelompok dengan konselor sebagai pemimpin kelompok. Layanan konseling kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah siswa yang menjadi peserta layanan.

Berdasarkan pendapat Juntika dan Tohirin dapat dipahami bahwa konseling kelompok layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan di dalam suasana kelompok. Terdapat konselor dan ada klien, yaitu para anggota kelompok. Dimana juga

ada pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.

Aaron T. Beck (dalam Lestari 2016: 18) *Cognitif Behavior Therapy* (CBT) sebagai pendekatan konseling yang dirancang untuk menyelesaikan permasalahan konseli pada saat ini dengan cara melakukan rekonstruksi kognitif dan perilaku yang menyimpang. Konseling *Cognitif Behavior Therapy* (CBT) adalah model teoritis yang menghubungkan pikiran dengan emosi dan perilaku. Proses konseling didasarkan pada konseptualisasi atau pemahaman konseli atas keyakinan khusus dan pola perilaku konseli. Harapan dari *Cognitif Behavior Therapy* (CBT) yaitu munculnya restrukturisasi kognitif yang menyimpang dan sistem kepercayaan untuk membawa perubahan emosi dan perilaku ke arah yang lebih baik. Dalam konseling kelompok *Cognitif Behavior Therapy* (CBT), konselor memfasilitasi anggota kelompok untuk belajar mengenali dan mengubah kesalahan. *Cognitife Behavior Therapy* (CBT) didasarkan pada konsep mengubah pikiran dan perilaku negatif.

Melalui konseling kelompok *Cognitife Behavior Therapy* (CBT), konseli terlibat aktivitas dan berpartisipasi dalam training untuk diri dengan cara membuat keputusan, penguatan diri dan strategi lain yang mengacu pada *cinematherapy*.

Berdasarkan paparan definisi mengenai konseling *Cognitife Behavior Therapy* (CBT), adalah pendekatan konseling yang menitik beratkan pada pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan

dirinya baik secara fisik maupun psikis. Konseling ini akan diarahkan kepada modifikasi fungsi berpikir, merasa dan bertindak, dengan menekankan otak sebagai penganalisa, pengambil keputusan, bertanya, bertindak, dan memutuskan kembali.

Tujuan dari konseling kelompok *Cognitife Behavior Therapy* yaitu mengajak individu untuk belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat. Hingga pada akhirnya dengan *Cognitife Behavior Therapy* diharapkan dapat membantu konseli dalam menyalurkan berpikir, merasa dan bertindak lebih baik.

Konseling kelompok CBT berbasis *cinematherapy* berbeda dengan teknik *modelling*, di mana dalam teknik *modelling* konseli melakukan observasi melalui model secara langsung maupun simbolis untuk merekonstruksi sikap, sedangkan konseling kelompok CBT berbasis *cinematherapy* lebih spesifik dengan menampilkan keseluruhan film secara langsung sehingga konseli diajak menyelami dan berfikir tentang film yang ditayangkan. ini peneliti menggunakan film sebagai media penyampai dalam proses konseling. Alfred Hitchcock (dalam Birgit, 2004) mendefinisikan *movie* atau film adalah ilusi kehidupan yang dilakukan dengan menghilangkan bagian tertentu dalam kehidupan tersebut. Senada dengan Hitchcock (dalam Suwasono 2014: 1) menjelaskan film sebagai media untuk menghadirkan kembali realita berdasarkan kode-kode, konvensi serta ideologi dari kebudayaan. Film dijadikan media untuk melihat kembali realita yang pernah terjadi di suatu tempat dengan

menyesuaikan ideologi atau kebudayaan yang ada di lingkungan tersebut. Menurut Suwasono (2014:1) Film adalah media komunikasi seseorang kepada *audiens* yang sering diyakini mempunyai power untuk menghipnotis manusia sehingga dapat menerima nilai budaya tertentu, atau bahkan secara tidak sadar *audiens* akan menginternalisasikan nilai ideologi yang terkandung dalam sebuah film.

Berdasarkan uraian tersebut konseling kelompok CBT berbasis *cinematherapy* bertujuan mengajak individu untuk belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat melalui refleksi film. Hingga pada akhirnya dengan CBT berbasis *cinematherapy* diharapkan dapat membantu konseli dalam menyetarakan berpikir, merasa dan bertindak lebih baik.

Terdapat sejumlah aturan ataupun asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota dalam konseling kelompok (Prayitno, 2004: 115), asas-asas tersebut yaitu:

Asas kerahasiaan, di mana setiap anggota wajib menjaga kerahasiaan di dalam kelompoknya karena masalah yang dibahas dalam konseling kelompok bersifat pribadi. Sehingga anggota kelompok merasa lebih terjamin rahasianya di dalam suatu kelompok tersebut dan akan terbangun suatu keterbukaan dan juga saling percaya diantara anggota kelompok tersebut.

Asas Kesukarelaan. Diharapkan menjadi anggota kelompok tanpa adanya paksaan dari pihak lain murni dari diri individu tersebut. Serta dalam

anggota kelompok berkenan hadir, berpendapat, memberikan usulan, ataupun tanggapan dari anggota kelompok lain yang sifat sukarela, tanpa ada paksaan selama jalannya proses konseling.

Asas keterbukaan. Diharapkan setiap anggota terbuka dengan anggota lain, karena jika keterbukaan ini tidak muncul maka akan terdapat keraguan atau kekhawatiran dari anggota.

Asas kenormatifan dalam kegiatan konseling kelompok, setiap anggota harus dapat menghargai pendapat orang lain, jika ada yang ingin mengeluarkan pendapat maka anggota yang lain harus mempersilakannya terlebih dahulu atau dengan kata lain tidak ada yang berebut.

Proses pelaksanaan konseling kelompok dilaksanakan melalui tahap-tahap berikut:

a. Tahap awal kelompok

Tahap ini adalah langkah-langkah pada tahap awal kelompok: konselor menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih atas ketersediaan kehadiran anggota kelompok, berdoa, menjelaskan pengertian konseling kelompok, menjelaskan tujuan konseling kelompok, menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok, menjelaskan asas-asas konseling kelompok, dan melaksanakan perkenalan dilanjutkan saling mengenal antar anggota.

b. Tahap Peralihan

Tahap ini konselor dan anggota membangun iklim saling percaya yang mendorong anggota menghadapi rasa takut yang muncul pada tahap

awal. Konselor perlu memahami karakteristik dan dinamika yang terjadi pada tahap transisi. Langkah-langkah pada tahap peralihan: Menjelaskan kembali kegiatan konseling kelompok, tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut, mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut dan memberi contoh masalah pribadi yang dikemukakan dan dibahas dalam kelompok.

c. Tahap Kegiatan

Tahap ini adalah tahap inti dalam proses konseling kelompok. Pada tahap ini ada proses penggalian permasalahan yang mendalam dan tindakan yang efektif. Pada tahap ini hubungan antar anggota kelompok tumbuh dengan baik. Para anggota kelompok saling membantu, bertukar pendapat, saling menerima, saling mengutakan, dan berusaha memperkuat rasa kebersamaan. Dalam tahap ini membahas hal hal yang benar- benar nyata yang mereka alami. Oleh karena itu peran pemimpin kelompok adalah mendorong, menghidupkan, dan mengarahkan dinamika kelompok. Peran pemimpin kelompok sebagai refelktor dan juga sirkulator dalam kelompok.

Kegiatan dalam tahap ini adalah para anggota kelompok menemukan masalah pribadi masing- masing. Yang kemudian permasalahan tersebut diutarakan satu- satu selanjutnya akan dibahas terlebih dahulu yang dianggap penting dan memerlukan penyelesaian segera.

Setelah masalah sudah disepakati, selanjutnya melakukan pembahasan tentang masalah yang dihadapi tersebut. Pada kegiatan ini

peran pemimpin kelompok sangat dibutuhkan untuk berkontribusi kedalam masalah yang telah ditentukan khususnya dalam hal memberi solusi, pendapat kepada permasalahan yang dihadapi.

d. Tahap Pengakhiran

Tahap ini pelaksanaan konseling ditandai dengan anggota kelompok mulai melakukan perubahan tingkah laku di dalam kelompok. Langkah-langkah pada tahap pengakhiran adalah:

- 1) Menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri
- 2) Memberikan penguatan terhadap hasil- hasil yang telah dicapai
- 3) Menekankan kepada anggot untuk memelihara komitmen
- 4) Anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing.
- 5) Membahas kegiatan lanjutan.
- 6) Pesan serta tanggapan anggota kelompok.
- 7) Ucapan terima kasih
- 8) Berdoa
- 9) Perpisahan

Adapun keunggulan dan keterbatasan penggunaan konseling kelompok antara lain :

a) Keunggulan Konseling kelompok

Kunarto (2012: 27) keunggulan konseling kelompok antarlain:

- 1) Menghemat waktu dan energi

- 2) Menyediakan sumber-sumber belajar dan masukan yang kaya bagi konseli.
 - 3) Pengalaman komunitas dalam konseling kelompok dapat meringankan beban penderitaan dan menentramkan konseli.
 - 4) Memenuhi kebutuhan akan memiliki.
 - 5) Menjadi sarana dalam melatih dan mengembangkan ketrampilan perilaku sosial.
 - 6) Menjadi sarana eksplorasi
- b) Keterbatasan Konseling Kelompok
- 1) Tidak cocok untuk menangani masalah seperti agresi yang ekstrem, dan konflik keluarga.
 - 2) *Ambiguous in here* membuat konselor terlalu mendominasi proses konseling
 - 3) Dapat menimbulkan masalah dalam interaksi sosial antar anggota.
 - 4) Kombinasi yang tepat dari anggota kelompok adalah suatu hal yang penting namun sulit untuk dicapai.

C. Keefektifan Konseling Kelompok CBT berbasis *Cinematherapy*

Sikap prososial merupakan 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 dalam Anggoro, 2017: 92). Tindakan ini muncul karena adanya kepedulian dan empati yang ada pada diri

seseorang. Bentuk dari sikap prososial ini bisa berupa bentuk fisik, material maupun psikologis.

Sikap prososial dapat dimiliki oleh setiap individu khususnya siswa dilingkungan sekolah tingkat SMA. Siswa tingkat SMA memiliki sikap prososial didasarkan oleh rasa empati yang dimiliki oleh setiap individu. Dan rasa empati yang dimiliki oleh setiap individu berbeda. Sehingga tingkat perilaku sosial siswa satu dengan siswa lainnya berbeda.

Kenyataannya dilapangan khususnya di SMA Muhammadiyah Kutoarjo masih banyak ditemui siswa dengan sikap prososial rendah. Untuk itu perlu adanya upaya untuk meningkatkan sikap prososial siswa. Adapun upaya yang dapat dilakukan dalam meningkatkan sikap prososial siswa salah satunya dengan memberikan bantuan layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan CBT yang berbasis *cinemtherapy*. Di mana dalam pendekatan ini konseling kelompok CBT berbasis *cinematheraphy* bertujuan mengajak individu untuk belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat melalui refleksi film. Dan diharapkan mampu meningkatkan sikap prososial siswa yang rendah.

D. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Dalam penelitian ini penulis memaparkan dua penelitian terdahulu yang relevan dengan permasalahan yang akan diteliti tentang pengaruh *ciematherpay* untuk meningkatkan sikap prososial siswa.

Endah (2010) dalam jurnalnya yang berjudul “Pemanfaatan *Cinematherapy* dalam Bimbingan Kelompok Untuk Pemahaman Tentang Meningkatkan Sikap prososial Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 2 Manganti”. Memaparkan tentang hasil penelitian yang telah dilakukan yakni bahwa penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui pemanfaatan *cinematherapy* untuk meningkatkan pemahaman sikap prososial siswa kelas 8 di SMP Negeri 2 Manganti. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode penelitian eksperimen. Bentuk desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah one group pretest posttest design. Alat pengumpul yang digunakan adalah angket sikap prososial siswa untuk memperoleh data tingkat sikap prososial siswa kelas 8 di SMP Negeri 2 Manganti. Subyek dalam penelitian ini adalah 9 siswa dari kelas 8A yang memiliki skor sikap prososial rendah dan sedang. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik non parametric analisis uji tanda. Hasil menunjukkan bahwa nilai $\rho = 0,002 \leq \alpha = 0,05$. Berdasarkan hasil tersebut maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya pemanfaatan *cinematherapy* dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan pemahaman tentang sikap prososial siswa kelas 8 di SMP Negeri 2 Manganti.

Niva (2016) dalam penelitiannya yang berjudul *Peberapan Pendekatan Cinematherapy Untuk Meningkatkan Sikap prososial Pada Siswa Bosowa Internasional School Makassar*, memaparkan bahwa dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat sikap prososial siswa di *Bosowa Internasional School Makassar* sebelum dan sesudah diberikan *cinemtherapy*,

dan untuk mengetahui pendekatan *cinematherapy* mampu meningkatkan sikap prososial siswa di Bososwa *International School* Makassar. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi exsperimental design* dalam bentuk *non equivalent control group design*. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data melalui skala dan FGD. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat sikap prososial siswa rendah saat *pre test* sedangkan setelah pemberian perlakuan maka terjadi peningkatan yang signifikan terhadap sikap prososial pada kelompok eksperimen, dan pendekatan *cinematherapy* mampu meningkatkan sikap prososial pada siswa kelas VIII di Bosowa *International School* Makassar. Hal ini ditunjukkan dengan meningkatnya nilai *pre test* dan *post test* siswa kelas VIII. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon diketahui bahwa terdapat perbedaan signifikansi nilai rata-rata setelah perlakuan dan sebelum dilakukannya perlakuan pada kelompok eksperimen. Nilai Z sebesar -3,625 dengan nilai $asyimp.sig = 0,000 < 0,05$, hal ini berarti bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima bahwa penerapan *cinematherapy* mampu meningkatkan sikap prososial pada siswa kelas VIII Bosowa *International School*.

Berdasarkan kedua penelitian yang relevan tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa pemberian *cinematherapy* dapat meningkatkan sikap prososial siswa. Dengan demikian peneliti menggunakan referensi tersebut untuk melakukan penelitian selanjutnya dengan menggunakan *cinematherapy* sebagai salah satu alternative dalam meningkatkan sikap prososial siswa di

SMA Muhammadiyah Kutoarjo melalui Konseling Kelompok *Cognitive Behavioral Therapy*.

E. Kerangka Pemikiran

Siswa yang memiliki sikap prososial yang baik akan terhindar dari perilaku yang menyimpang seperti *bullying*, sifat kurang menghargai antar sesama individu lain baik di lingkungan sekolah, lingkungan keluarga, ataupun lingkungan rumah, kemudian siswa mudah bersosialisasi dengan siswa lain dan lain sebagainya. Sebaliknya siswa yang memiliki sikap prososial rendah cenderung rentan menjadi korban *bullying* ataupun yang melakukan *bullying*, kemudian cenderung sulit untuk bersosialisasi dengan lingkungan, dan juga kurangnya rasa saling menghargai antar sesama siswa di lingkungan sekolah khususnya. Siswa yang memiliki perilaku prososial yang baik dapat lebih mengatur dan mengontrol dirinya sesuai dengan kondisi lingkungan sekitar, lebih mudah beradaptasi dan terhindar dari permasalahan-permasalahan yang timbul karena rendahnya sikap prososial. Penyebab dari rendahnya sikap prososial siswa dapat dipengaruhi oleh pengaruh lingkungan baik lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, teman sebaya, bahkan dapat dari diri individu siswa tersebut. Siswa yang memiliki sikap prososial yang rendah perlu diberikan penanganan yang tepat agar lebih dapat mengelola perilakunya sehingga sesuai dengan apa yang seharusnya dilakukan dan juga lebih berperilaku yang positif dan mengurangi perilaku yang negatif. Dengan sikap prososial yang baik akan mengurangi efek perilaku negatif yang muncul sehingga meminimalisir konflik sosial.

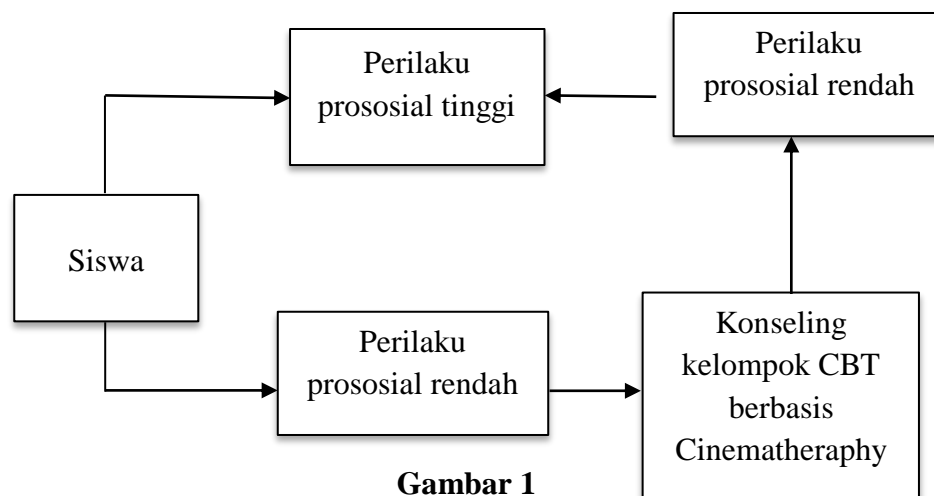
Berkaitan dengan hal tersebut, penulis berupaya untuk menerapkan layanan konseling kelompok *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) berbasis *Cinematherapy* untuk meningkatkan sikap prososial. Layanan konseling kelompok *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) berbasis *Cinematherapy* ini menekankan pada perubahan perilaku yang dipengaruhi pola pikir yang rasional, dimana pikiran yang rasional akan menimbulkan perilaku yang positif melalui tontonan film yang sesuai dengan nilai dan norma. Apabila layanan konseling kelompok *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) berbasis *Cinematherapy* diberikan kepada siswa yang mengalami sikap prososial rendah diharapkan akan mengubah pola pikir yang negative sehingga menghasilkan perilaku yang lebih positif bagi lingkungan sekitarnya maupun dirinya sendiri.

Tahap- tahap intervensi pada proses layanan konseling kelompok *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) berbasis *Cinematherapy* yang diberikan kepada siswa untuk meningkatkan sikap prososial pada siswa kelas XI IPS di SMA Muhammadiyah Kutoarjo yang pertama adalah pengenalan mengenai konseling kelompok dan perilaku prososial pada siswa, tujuan kegiatan tersebut untuk memberikan pemahaman kepada anggota kelompok mengenai kegiatan konseling kelompok yang mana di SMA Muhammadiyah Kutoarjo belum pernah melakukan konseling kelompok dikarenakan tidak ada jam pelajaran BK, dan juga memberikan pemahaman tentang sikap prososial. Tahap intervensi yang kedua, yaitu mengeksplorasi masalah ataupun pengalaman yang dialami anggota kelompok terkait aspek berbagi,

kerjasama, dan menyumbang dibantu dengan sedikit pengalaman dari pemimpin kelompok untuk memstimulus respon dari anggota kelompok. Tahapan ketiga masih sama dengan tahapan kedua masih dengan tahapan eksplorasi masalah namun beda permasalahan yang diungkap dalam tahap ketiga ini eksplorasi permasalahan terkait aspek menolong, kejujuran, kedermawanan, dan mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain. Tahap intervensi yang keempat, yaitu memberikan layanan konseling kelompok melalui sebuah tayangan film (*cinematherapy*). Dimana dengan menggunakan media film diharapkan siswa mampu berfikir rasional, dimana siswa mampu mengambil intisari dari film tersebut sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pada tahap intervensi ke lima masih sama dengan tahap yang keempat dengan menampilkan sebuah film dengan judul yang berbeda dan alur cerita yang berbeda. Pada tahap intervensi keenam yaitu mengintervensi anggota kelompok untuk membuat perencanaan masa depan baik itu untuk jangka waktu pendek maupun jangka waktu yang panjang. Setelah membuat perencanaan masa depan pada tahap intervensi keenam, dilanjutkan pada tahap intervensi ke tujuh yaitu komitmen masa depan, anggota kelompok diajak untuk memegang dan benar-benar melaksanakan apa yang sudah direncanakan sebelumnya. Kemudian tahap intervensi yang terakhir yaitu evaluasi kegiatan selama layanan konseling kelompok *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* berbasis *Cinematherapy* berlangsung. Tujuannya agar anggota kelompok dapat mengungkapkan

fikiran dan perasaan setelah dilaksanakannya konseling kelompok, mengetahui sejauh mana peningkatan sikap prososial pada anggota kelompok.

Untuk lebih jelasnya mengenai kerangka berpikir, maka kerangka pemikiran digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1
Kerangka Berpikir

F. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah konseling kelompok CBT berbasis *cinematherapy* efektif meningkatkan sikap prososial siswa kelas XI SMA Muhammadiyah Kutoarjo.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Metode penelitian adalah cara ilmiah yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu (Sugiyono, 2010:2). Hal yang dibahas dalam metode penelitian ini meliputi identifikasi variabel penelitian, definisi operasional variabel, subjek dan desain penelitian serta metode pengumpulan data dan teknik analisis data.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *quasi experimental design* dengan menggunakan rancangan penelitian *nonequivalent control group design*. Dalam penelitian ini ada dua kelompok, yaitu kelompok pertama sebagai kelompok eksperimen yaitu kelompok yang diberi perlakuan dan kelompok kedua sebagai kelompok kontrol yaitu kelompok yang tidak diberi perlakuan.

Kelompok eksperimen diberi *pre test* dengan menggunakan angket, kemudian diberikan perlakuan dengan jangka waktu tertentu dan selanjutnya diberikan pengukuran kembali *post test* untuk melihat ada atau tidaknya pengaruh ketika sesudah diberi perlakuan. Sementara pada kelompok kontrol hanya diberikan pretest dan posttest tanpa diberi perlakuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh dari pemberian perlakuan antara kedua kelompok tersebut.

Tabel 1
Nonequivalent Control Group Design

Group	<i>Pre- test</i>	Variabel Terikat	<i>Post- test</i>
<i>Eksperimen</i>	O₁	X	O₂
<i>Control</i>	O₁	-	O₂

Keterangan :

O₁ (*Pre test* sikap prososial rendah), O₂ (*Post test* sikap prososial), X (Perlakuan Konseling Kelompok *Cognitive Behavioral Therapy* berbasis *cinematherapy*).

Langkah awal yang dilakukan pada penelitian ini yaitu memberi pretest kepada kedua kelompok untuk mengetahui kondisi awal apakah ada perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Selanjutnya pada kelompok eksperimen diberikan perlakuan (X), sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberi perlakuan. Perlakuan yang diberikan yaitu konseling kelompok *Cognitive Behavioral Therapy* berbasis *cinematherapy* untuk meningkatkan sikap prososial siswa. Melalui skema yang telah dijelaskan, dapat diketahui bahwa pengaruh perlakuan ditunjukkan oleh hasil *pre test* dan *post test* kelompok eksperimen dan hasil *pre test post test* kelompok kontrol.

Kegiatan konseling kelompok *Cognitive Behavioral Therapy* berbasis *cinematherapy* berlangsung selama 8 kali pertemuan. Setelah perlakuannya pada kelompok eksperimen selesai, kelompok kontrol dan kelompok eksperimen diberikan *post test*.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Berkaitan dengan Penulisan ini, maka dapat dikemukakan dua variabel yang terdapat dalam Penulisan ini, yaitu:

- a. Variabel bebas pada penelitian ini adalah Konseling Kelompok *Cognitive Behavioral Therapy* Berbasis *Cinematotherapy*.
- b. Variabel terikat pada penelitian ini adalah Sikap prososial Siswa.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Sikap prososial adalah sebuah bentuk pertolongan yang di berikan pada orang lain baik dalam bentuk materi, fisik, maupun psikologis yang dapat memberikan keuntungan positif pada orang lain. Sikap prososial secara lebih rinci sebagai perilaku yang memiliki intensi untuk mengubah keadaan fisik atau psikologis penerima bantuan dari kurang baik menjadi lebih baik. Sikap prososial adalah tindakan sukarela yang bertujuan untuk memberikan keuntungan bagi orang lain tanpa mengharap keuntungan bagi dirinya sendiri.

Konseling *Cognitif Behavior Therapy* berbasis *cinematotherapy* adalah model teoritis yang menghubungkan pikiran dengan emosi dan perilaku melalui media film. Proses konseling didasarkan pada konseptualisasi atau pemahaman konseli atas keyakinan khusus dan pola perilaku konseli terhadap apa yang ditayangkan oleh konselor melalui sebuah film. Harapan dari *Cognitif Behavior Therapy* berbasis *cinematotherapy* yaitu munculnya restrukturisasi kognitif yang menyimpang dan sistem kepercayaan untuk membawa perubahan emosi dan perilaku ke arah yang lebih baik dengan melihat contoh-contoh positif di dalam sebuah film. Dengan kata lain konseling kelompok *Cognitive Behavioral Therapy* berbasis *cinematotherapy* adalah konseling kelompok menghubungkan pikiran dengan emosi dan perilaku dan merefleksikan diri melalui media film.

D. Subjek Penelitian

a. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Muhammadiyah Kutoarjo yang berjumlah 60 siswa.

b. Sampel

Metode pengambilan sampel dalam Penulisan ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Banyaknya sampel dalam penelitian ini adalah 16 siswa. Dan terbagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok A sebanyak 8 siswa, dan kelompok B sebanyak 8 siswa. Kelompok A adalah kelompok yang diberikan *treatment* (perlakuan) layanan Konseling Kelompok *Cognitive Behavioral Therapy* berbasis *Cinematheapy*, dan kelompok B adalah kelompok kontrol layanan konseling kelompok konvensional.

c. Sampling

Penentuan sampling menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu penentuan sampel berdasarkan tujuan atau karakteristik yang telah ditentukan. Karakteristik yang dimaksud adalah siswa Kelas XI IPS yang memiliki sikap prososial rendah berdasarkan pengamatan guru BK dan hasil observasi peneliti.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner sikap prososial siswa. Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup yaitu kuesioner yang menghendaki jawaban pendek

dan jawabannya dengan membubuhkan jawaban tertentu. Angket ini menggunakan model skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS).

Tabel 02
Skala Likert

Pernyataan	Skor Item (+)	Skor Item (-)
SS (Sangat Setuju)	4	1
S (Setuju	3	2
TS (Tidak Setuju)	2	3
STS (Sangat Tidak Setuju)	1	4

Angket dikembangkan dalam kisi- kisi yang memuat tentang sikap prososial siswa, aspek, indikator, serta jumlah masing masing item positif dan item negatif. Sebelum angket digunakan untuk *pre test* dan *post test*, terlebih dahulu sebelumnya angket diuji validitaanya dan reliabilitasnya dengan menggunakan *try out*.

Angket dalam penelitian ini menggunakan variabel sikap prososial siswa. Dari variabel tersebut akan dibagi menjadi beberapa sub variabel, dan kemudian dikembangkan menjadi indikator dari sub variabel tersebut. Setelah indikator terbentuk, kemudian menyusun kisi- kisi angket dan selanjutnya menyusun pernyataan-pernyataan angket yang terdiri dari dua kategori pernyataan yaitu pernyataan positif dan pernyataan negatif.

Peneliti menggunakan metode *interview* (wawancara). Bentuk wawancara yang digunakan Penulis adalah wawancara tidak terstruktur di mana penulis tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun

secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan.

Peneliti juga melakukan pengamatan terhadap perilaku siswa di sekolah di kelas dan di lingkungan sekolah. Hal yang diamati adalah sikap prososial siswa aspek-aspeknya meliputi: a) berbagi (*sharing*), b) kerjasama (*cooperate*), c) menyumbang (*donating*), d) menolong (*helping*) e) kejujuran (*honesty*), f) kedermawanan (*generosity*), dan f) mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain.

F. Instrument Penelitian

Instrumen Penulisan yang dipergunakan dalam Penulisan ini berupa angket atau kuisisioner yang dibuat sendiri oleh Penulis. Dalam Penulisan ini, Penulis menggunakan jenis instrumen angket atau kuisisioner dengan pemberian skor sebagai berikut:

Angket dalam Penulisan ini yang menggunakan skala likert dibuat dalam bentuk checklist, yaitu responden hanya perlu memberikan tanda checklist (✓) pada jawaban yang dikehendaknya.

Tabel 3
Kisi- Kisi Angket Sebelum Try Out

Variabel	Apek- Aspek	Indikator	Item		Σ
			Positif	Negatif	
SIKAP PROSOSIAL	Berbagi	Kesediaan untuk berbagi perasaan dengan orang lain, baik dalam suasana suka maupun duka	1,29,15,43	8,36,22,50	8
	Kerjasama	Bertanggung jawab untuk menyelesaikan pekerjaan secara bersama-sama dengan orang lain	9,37,57	2,30,54	4
		Saling berkontribusi baik tenaga maupun pikiran dengan orang lain.	23,51,58,60	16,44	6
	Menyumbang	Memberikan sesuatu kepada orang lain sebagai bantuan	3,31,17,45,63	10,38,24,52,63	10
	Menolong	Aksi verbal untuk memberi bantuan kepada orang lain	11,39	4,32	4
		Memberi bantuan secara fisik	21,25,56,64	18,46,61	7
	Kejujuran	Mengatakan apa adanya	5,33	12,40	4
		Tidak berbuat curang	19,47	26,28	4
	Kedermawanan	Memberi apa yang dimilikinya kepada orang yang membutuhkan dengan sukarela	13,41	6,34,57,59	6
		Bermurah hati kepada orang yang membutuhkan bantuan	27,49	20,48,55	5
	Mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain	Memikirkan dengan baik-baik hak yang dimiliki oleh orang lain sebelum mengambil sebuah keputusan.	7,35	14,42	4
	Jumlah			32	32

G. Uji Validitas dan Reliabilitas

a. Validitas

Data analisis butir item pertanyaan menggunakan bantuan program *SPSS 23.0 for windows*. jumlah item pada angket adalah 64 item pernyataan dengan N jumlah 22 (jumlah sampel *try out*). Kriteria item yang dinyatakan valid adalah item dengan nilai $r_{hitung} > t_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5%. Sehingga berdasarkan hasil *tryout* skala sikap prososial yang terdiri dari 64 item pernyataan, diperoleh 45 item pernyataan valid dan 19 item pernyataan gugur.

Berdasarkan *tryout* tersebut diperoleh daftar item valid skala sikap prososial siswa dalam bentuk tabel berikut ini :

Tabel 4
Hasil Uji Validitas Instrumen

No Item	r_{hitung}	r_{tabel}	Hasil	No Item	r_{hitung}	r_{tabel}	Hasil
Item_1	0.333	0,423	Gugur	Item_33	0.519	0,423	Valid
Item_2	0.528	0,423	Valid	Item_34	0.491	0,423	Valid
Item_3	0.698	0,423	Valid	Item_35	0.121	0,423	Gugur
Item_4	0.399	0,423	Valid	Item_36	0.489	0,423	Valid
Item_5	-0.083	0,423	Gugur	Item_37	0.513	0,423	Valid
Item_6	-0.098	0,423	Gugur	Item_38	0.521	0,423	Valid
Item_7	0.511	0,423	Valid	Item_39	0.645	0,423	Valid
Item_8	0.695	0,423	Valid	Item_40	0.450	0,423	Valid
Item_9	0.690	0,423	Valid	Item_41	0.719	0,423	Valid
Item_10	0.880	0,423	Valid	Item_42	0.526	0,423	Valid
Item_11	0.049	0,423	Gugur	Item_43	0.323	0,423	Gugur
Item_12	0.412	0,423	Gugur	Item_44	0.452	0,423	Valid
Item_13	0.499	0,423	Valid	Item_45	0.062	0,423	Gugur
Item_14	0.613	0,423	Valid	Item_46	-0.564	0,423	Gugur
Item_15	0.668	0,423	Valid	Item_47	0.446	0,423	Valid

Item_16	0.822	0,423	Valid	Item_48	0.296	0,423	Gugur
Item_17	0.702	0,423	Valid	Item_49	0.491	0,423	Valid
Item_18	-0.209	0,423	Gugur	Item_50	0.707	0,423	Valid
Item_19	0.641	0,423	Valid	Item_51	0.076	0,423	Gugur
Item_20	0.832	0,423	Valid	Item_52	0.735	0,423	Valid
Item_21	0.548	0,423	Valid	Item_53	0.782	0,423	Valid
Item_22	0.469	0,423	Valid	Item_54	0.564	0,423	Valid
Item_23	0.621	0,423	Valid	Item_55	0.466	0,423	Valid
Item_24	0.477	0,423	Valid	Item_56	0.454	0,423	Valid
Item_25	0.291	0,423	Gugur	Item_57	0.528	0,423	Valid
Item_26	0.359	0,423	Gugur	Item_58	0.449	0,423	Valid
Item_27	0.329	0,423	Gugur	Item_59	0.474	0,423	Valid
Item_28	0.691	0,423	Valid	Item_60	0.431	0,423	Valid
Item_29	0.404	0,423	Gugur	Item_61	0.489	0,423	Valid
Item_30	0.545	0,423	Valid	Item_62	0.448	0,423	Valid
Item_31	0.374	0,423	Gugur	Item_63	0.574	0,423	Valid
Item_32	0.419	0,423	Gugur	Item_64	0.539	0,423	Valid

Berdasarkan hasil uji validitas di atas, terdapat 19 item pernyataan yang gugur atau tidak valid. Item yang gugur tersebut oleh peneliti tidak digunakan lagi sebagai item pernyataan dalam skala sikap prososial siswa, sehingga hanya ada 45 item pernyataan valid yang digunakan oleh peneliti dalam skala sikap prososial siswa. berikut adalah kisi- kisi skala sikap prososial siswa setelah melalui uji validitas:

Tabel 5
Daftar Item Valid Angket Sikap prososial Setelah Try Out

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor Item	Jumlah Item	
Sikap prososial Siswa	Berbagi	Kesediaan berbagi perasaan dengan orang lain dalam suka dan duka	8,15,22,36,50	5	
	Kerjasama	Bertanggung jawab untuk menyelesaikan pekerjaan secara bersama-sama dengan orang lain.	2,9,30,37,54,57	6	
		Saling berkontribusi baik tenaga maupun pikiran dengan orang lain.	16,23,44,56,60	5	
	Menyumbang	Memberikan sesuatu kepada orang lain sebagai bantuan.	3,10,17,24,38,52,63	7	
	Menolong	Aksi Verbal untuk memberi bantuan kepada orang lain.	39,21,56,61,	1	
		Memberi bantuan secara fisik.	62,64,33,40	5	
	Kejujuran	Mengatakan apa adanya. Tidak berbuat curang.	19,28,47,13,34,41,	2	
		Memberikan apa yang dimilikinya kepada orang yang membutuhkan dengan sukarela.	53,57,59,20,49,55	3	
	Kedermawanan	Bermurah hati kepada orang yang membutuhkan bantuan.	7,14,42	3	
	Mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain	Memikirkan dengan baik hak yang dimiliki orang lain dan lam mengambil sebuah keputusan.			
	TOTAL				45

b. Reliabilitas

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *alpha cronbach* dengan bantuan *SPSS 23.0 for windows*. Instrumen penelitian ini dikatakan reliabel apabila hasil analisis item memperoleh nilai *alpha* lebih besar dari

r_{tabel} pada taraf signifikansi 5% dengan N sebanyak 22 siswa. berdasarkan hasil uji reliabilitas dengan menggunakan *SPSS 23.0 for windows*, diperoleh koefisien *alpha* pada variabel sikap prososial siswa sebesar 0,740. Hasil koefisien *alpha* pada variabel sikap prososial lebih besar dari r_{tabel} ($0,740 > 0,423$), maka item pada skala sikap prososial siswa tersebut dinyatakan reliabel dan dapat digunakan. Berikut adalah tabel yang menunjukkan nilai *alpha* :

Tabel 6
Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.947	45

H. Prosedur Penelitian

Agar penelitian dapat berjalan dengan baik dan sesuai dengan tujuan yang akan dicapai, maka peneliti menentukan tahap-tahap penelitian. Berikut ini adalah tahap-tahap yang akan dilakukan peneliti dalam pelaksanaan penelitian:

1. Menentukan permasalahan

Dalam penelitian ini, prosedur penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yang pertama adalah menentukan permasalahan yang ada di SMA Muhammadiyah Kutoarjo. Peneliti menentukan masalah yang akan diteliti melalui observasi dan wawancara dengan Guru Bk SMA Muhammadiyah Kutoarjo pada tanggal 23 Januari 2018. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, peneliti memutuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu

mengenai sikap prososial siswa. Alasannya dikarenakan permasalahan yang sering muncul adalah akibat dari rendahnya sikap prososial siswa di SMA Muhammadiyah Kutoarjo.

2. Menentukan populasi

Berdasarkan kesepakatan dengan guru BK dan berdasarkan situasi maupun kondisi, populasi yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah kelas XI IPS SMA Muhammadiyah Kutoarjo.

3. Menentukan sampel

Sampel yang akan digunakan sebagai penelitian yaitu 16 siswa kelas XI IPS SMA Muhammadiyah Kutoarjo sebagai kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hal tersebut berdasarkan koordinasi dengan berbagai pihak, seperti koordinator BK dan guru BK.

4. Melaksanakan *pre test* (tes awal)

Pre test dilakukan menggunakan instrument yaitu angket sikap prososial. Sebelum dilakukan *pre test*, terlebih dahulu instrumen yang akan digunakan diuji coba untuk mengetahui kevalidan dari skala tersebut. Uji coba dilaksanakan di kelas selain kelas eksperimen dan kelas kontrol, yaitu di kelas XI IPA. Uji coba atau *tryout* dilaksanakan pada tanggal 07 Juni 2018 di SMA Muhammadiyah Kutoarjo. Setelah dilakukan *tryout* dan diketahui hasil validitas dari angket tersebut, skala dapat digunakan sebagai instrumen untuk melakukan *pretest*. *Pretest* dilaksanakan di kelas XI IPS 2 sebagai kelas eksperimen dan kelas XI IPS 1 sebagai kelas kontrol pada tanggal 16 Juli 2018.

5. Memberikan perlakuan (*treatment*)

Berdasarkan hasil pretest skala pengelolaan konflik sosial diperoleh siswa dengan skor terendah, siswa dengan skor terendah tersebutlah yang akan diberikan *treatment* konseling kelompok *cognitive behavior therapy* berbasis *cinematherapy* untuk meningkatkan sikap prososial siswa. *Treatment* dilakukan berdasarkan pada panduan pelaksanaan konseling kelompok *cognitive behavior therapy* berbasis *cinematherapy* yang sudah divalidasi oleh validator dan dinyatakan dapat digunakan sebagai acuan dalam pelaksanaan penelitian. *Treatment* dilaksanakan selama 8x pertemuan pada kelas eksperimen dengan menggunakan konseling kelompok *cognitive behavior therapy* berbasis *cinematherapy* dan pada kelas kontrol tanpa menggunakan pendekatan dan teknik.

6. Melaksanakan *post test* (tes akhir)

Post test dilaksanakan setelah pemberian *treatment* dengan tujuan untuk menguji adanya perubahan dari kelompok sampel sebelum diberi *treatment* dengan sesudah di beri *treatment*. *Post test* masih menggunakan angket sikap prososial yang sama ketika melakukan *pre test*.

7. Menyusun data hasil *pretest* dan *posttest*

Hasil data *pretest* dan *posttest* dihitung dengan menggunakan penskoran *skala likert*. Hasil skor data *pretest* dan *posttest* disusun pada *microsoft excel* untuk memudahkan ketika mengolah data di *SPSS 23.0 for windows*.

8. Mengolah data

Data hasil *pre test* dan *post test* kemudian diolah menggunakan program *SPSS 23.0 for windows*.

9. Menganalisis data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan dengan menggunakan Uji *Mann Whitney* pada program *SPSS 23.0 for windows*. Sebelum dilakukan analisis data.

10. Menarik kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, maka peneliti dapat menyimpulkan keefektifan dari konseling kelompok *cognitive behavior therapy* berbasis *cinematherapy* untuk meningkatkan sikap prososial siswa. Kriteria pengambilan keputusan dilakukan dengan membandingkan nilai probabilitas (signifikansi), jika probabilitas $> 0,05$, maka H_0 diterima sedangkan jika probabilitas $< 0,05$, maka H_0 ditolak.

I. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan analisis *statistic non parametric* atau dengan menggunakan uji *Mann Whitney*. Uji ini digunakan untuk melihat perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Teknik analisis ini dipilih dengan alasan sampel penelitian yang relatif kecil yaitu 8 siswa pada kelompok eksperimen dan 8 siswa pada kelompok kontrol. Peneliti menggunakan uji *Mann Whitney* agar nantinya dapat diketahui apakah konseling kelompok *cognitive behavioral therapy* berbasis *cinematherapy* efektif untuk meningkatkan sikap prososial siswa.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program computer *SPSS 23.0 for windows*. Kriteria pengambilan keputusan dilakukan

dengan membandingkan nilai probabilitas (signifikansi), jika probabilitas $> 0,05$, maka H_0 diterima sedangkan jika probabilitas $< 0,05$, maka H_0 ditolak.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Sikap prososial adalah sebuah bentuk pertolongan yang di berikan pada orang lain baik dalam bentuk materi, fisik, maupun psikologis yang dapat memberikan keuntungan positif pada orang lain. Sikap prososial secara lebih rinci sebagai perilaku yang memiliki intensi untuk mengubah keadaan fisik atau psikologis penerima bantuan dari kurang baik menjadi lebih baik. Siswa yang memiliki sikap prososial rendah tentunya akan menimbulkan permasalahan baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan luar sekolah. Penanganan dalam mengentaskan permasalahan tersebut salah satunya dengan layanan konseling kelompok *cognitive behavioral therapy* berbasis *cinematherapy*.

Konseling kelompok *cognitive behavioral therapy* berbasis *cinematherapy* merupakan suatu layanan konseling kelompok untuk membantu memecahkan masalah masing-masing anggota kelompok. Konseling kelompok *cognitive behavior therapy* berbasis *cinematherapy* mengajak individu untuk belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat melalui tayangan film. Hingga pada akhirnya dengan *cognitive behavior therapy* berbasis *cinematherapy* diharapkan dapat membantu konseli dalam menyalurkan berpikir, merasa dan bertindak lebih baik.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa konseling kelompok *cognitive behavioral therapy* berbasis *cinematherapy* efektif dalam meningkatkan sikap prososial siswa. Hal ini dibuktikan dari adanya perbedaan peningkatan skor hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen. Sedangkan pada skor *pretest* dan *posttest* kelompok kontrol tidak menunjukkan peningkatan yang signifikan. Hal ini dapat membuktikan bahwa -konseling kelompok *cognitive behavioral therapy* berbasis *cinematherapy* dapat meningkatkan sikap prososial siswa.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Guru Pembimbing, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menangani siswa yang sikap prososialnya rendah, maka guru pembimbing dapat menerapkan layanan konseling kelompok *cognitive behavioral therapy* berbasis *cinematherapy* sebagai upaya meningkatkan sikap prososial siswa.
2. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dalam pelaksanaan kegiatan penelitian untuk mengambil jam BK bukan jam mata pelajaran lain agar lebih efektif dan maksimal dalam pelaksanaannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, Syaifuddin. 2012. *Penyusun Skala Psikologi edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Birgit, Wolz. 2004. *E-motion Picture Magic A Movie Lover's Guide to Healing and Transformation*. Colorado: Glenbrigde Publishing
- Desmita. 2010. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Faturrohman. 2009. *Pengantar Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kuntarto, M. Edi. 2013. *Konseling Kelompok*. Bandung. Alfabeta.
- Lestari, Dina. 2016. *Ekeftifitas Cognitive Behavioral Therapy Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara di Depan Kelas*. Skripsi (Tidak Diterbitkan). FKIP Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Muchlas S & Hariyanto. (2014). *Pendidikan Karakter*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Mohamad Mustari. (2014). *Nilai karakter: Refleksi untuk Pendidikan*. Jakarta: RajaGrafindo
- Niva, Haerudin. 2016. *Penerapan Pendekatan Cinematherapy Untuk Meningkatkan Perilaku Prosocial Pada Siswa Bosowa International School Makassar*. Tidak diterbitkan.
- Parke, Ross D, & Clarke-Stewart Alison. (2010). *Social Development*. USA: John Wiley & Sons, Inc
- Prayitno. 2004. *Dasar- Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sarlito W. Sarwono & Eko A. Meinarno. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sugiyono. 2010. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suwasono, A.A. 2014. *Pengantar film*. Yogyakarta: Badan Penerbit Institut Seni Indonesia
- Taylor, S.E., et al. 2009. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Tri Dayaksini & Hudaniah. (2009). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press

Tohirin. 2012. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada

Tabrani Yusran. (2003). *Pendidikan Budi Pekerti*. Jakarta: Intimedia Ciptanusantara.

Widiatmoko, Anggoro. 2017. *Pengaruh Kemampuan Empati Terhadap Perilaku Prosocial Siswa Kelas V Sd Negeri Se-Gugus Iv Kasihan Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta*. Skripsi (Tidak Diterbitkan). FKIP Universitas Negeri Yogyakarta.

