

## **Pelatihan Empati dan Perilaku Prososial pada Anak Usia Sekolah Dasar** *(Empathy Training and Prosocial Behavior of School-Aged Children)*

**<sup>1</sup>Suparmi dan <sup>2</sup>Sri Sumijati**

Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata, Semarang, Indonesia

<sup>1</sup>minuk@unika.ac.id, <sup>2</sup>asih@unika.ac.id

### **Abstrak**

Perilaku prososial mempunyai dampak positif bagi anak-anak. Namun, masih banyak anak usia sekolah belum mengembangkan perilaku prososial. Kajian literatur menunjukkan bahwa perilaku prososial dapat ditingkatkan melalui pelatihan empati. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pelatihan empati dalam meningkatkan perilaku prososial anak usia sekolah. Riset menggunakan pendekatan eksperimen kuasi atau semu, dengan desain *pre-post test*. Subjek penelitian terdiri dari 20 anak kelas 5 dari salah satu Sekolah Dasar di Kota Semarang, baik laki-laki maupun perempuan dengan rentang usia antara 10 sampai 12 tahun, dengan taraf intelektual minimal rata-rata. Pelatihan empati dilakukan sebanyak 4 sesi, setiap sesi berlangsung sekitar 2 jam. Sebelum dilakukan pelatihan, orang tua diminta untuk mengisi lembar *informed consent* yang menyatakan bahwa orang tua menyetujui dan tidak berkeberatan anak-anak mereka dilibatkan dalam penelitian dengan diberikan Pelatihan Empati. Alat ukur yang digunakan adalah tes *Coloured Progressive Matrices* (CPM), Skala Perilaku Prososial, dan Skala Empati. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang sangat signifikan pada perilaku prososial sebelum dan setelah diberikan pelatihan empati ( $t = 4,359$ ;  $p = 0,000$ ). Pelatihan empati efektif meningkatkan perilaku prososial anak usia sekolah.

**Kata kunci:** Anak usia sekolah, pelatihan empati, perilaku prososial

### **Abstract**

*Prosocial behavior had brought positive impact for children. However, many school-aged children have not developed prosocial behavior. Literature review showed that prosocial behavior could be improved by empathy training. The purpose of this research was to find the effectiveness of empathy training in improving the prosocial behavior of school-aged children in Semarang. The research used quasi-experiment with pre and post test design. The subjects were 20 fifth-grade elementary school children, male and female. The age of the students ranged from 10 years to 12 years old and their level of intellectual ability were at least at average level. Training was conducted for 4 sessions, with 2 hours duration for each session. Prior to the implementation of the study, parents filled out an informed consent stated that they agreed their children participated in empathy training. Instruments used were Coloured Progressive Matrices (CPM), Prosocial Scale, and Empathy Scale. The results showed there was a very significant difference between a child's prosocial behavior score before and after attending empathy training ( $t = 4,359$ ;  $p = 0,000$ ). Empathy training effective to improve the prosocial behavior of primary school-aged children.*

**Keywords:** Children, empathy training, prosocial behavior

### **PENDAHULUAN**

Dalam proses tumbuh kembang, anak diharapkan mampu berkembang dalam berbagai domain atau area. Salah satu area perkembangan anak meliputi

perkembangan sosial. Perkembangan sosial dibutuhkan oleh anak untuk belajar mengetahui dan memahami lingkungannya. Para orang tua, guru atau masyarakat akan menyukai dan sangat mendukung bila seorang

anak mampu menunjukkan perilaku yang sesuai dengan yang diharapkan oleh lingkungan tempat anak tinggal atau sering juga disebut dengan perilaku prososial.

Chernyak, Harvey, Tarullo, Rucker, & Blake (2018) mengatakan bahwa perilaku prososial anak merupakan salah satu aspek perkembangan yang bersifat universal. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagai makhluk sosial, perilaku prososial merupakan perilaku yang penting untuk dikembangkan pada manusia, bahkan sejak awal perkembangan anak. Hasil penelitian menemukan bahwa perilaku prososial anak sudah muncul pada usia dini, yaitu 12 sampai 24 bulan (Brownel, 2013), dan antara usia 29 sampai 41 bulan (Baillargeon dkk., 2011).

Anak yang memiliki perilaku prososial rendah memiliki kecenderungan *bullying* yang tinggi pada temannya (Cahyaningrum, Handarini, & Simon, 2018; Hammond, Waugh, Satlof-Bedrick & Brownell, 2015). Perilaku prososial juga berdampak positif pada prestasi akademik dan preferensi sosial anak (Caprara, Barbaranelli, Pastorelli, Bandura, & Zimbardo, 2000). Perilaku prososial juga berkorelasi dengan interaksi sosial yang positif, konsep diri yang positif, relasi yang positif dengan teman sebaya, penerimaan teman, risiko yang lebih rendah untuk mengalami problem perilaku eksternal dan tingkat problem perilaku yang rendah di rumah (Penepinto, 2018). Anak yang mempunyai perilaku prososial tinggi mempunyai nilai yang lebih baik di sekolah, kompeten secara sosial, diterima dan disukai oleh teman dan guru (Wentzel, 2015). Perilaku prososial berdampak pada kemampuan adaptasi, kesuksesan perkembangan, keberhasilan di sekolah, penurunan depresi dan agresi (Pastorelli dkk., 2015), prestasi akademik dan preferensi sosial anak di kemudian hari (Caprara dkk., 2000). Perilaku prososial juga terbukti merupakan strategi efektif untuk mengurangi dampak negatif dari stres kehidupan sehari-hari, dan menimbulkan emosi sejahtera pada individu (Raposa, Laws & Ansell, 2016). Dengan demikian, perilaku prososial sangat diharapkan dimiliki oleh setiap orang, bahkan jika memungkinkan dapat sudah terbentuk sejak masa kanak-kanak.

Kenyataan berbicara berbeda. Berdasarkan pengalaman profesional bertahun-tahun sebagai psikolog dalam menanggapi keluhan para orang tua dan guru, serta pengamatan peneliti beberapa kali dalam kunjungan ke beberapa sekolah dasar, pengamatan dan wawancara dengan Wakil Kepala Sekolah yang mengurus Bidang Kesiswaan di lokasi penelitian, masih banyak dikeluhkan tentang mulai berkurangnya perilaku prososial anak. Dalam salah satu pengamatan dan wawancara di lokasi penelitian, peneliti pernah melihat ada anak jatuh tetapi teman-temannya mendiadakan saja, bahkan ada yang menertawakan karena ada teman yang jatuh. Saat mobil jemputan sekolah datang, anak-anak berebut untuk masuk mobil tanpa mau mengalah dengan temannya yang lain, bahkan ada yang saling dorong. Beberapa anak *jajan* sambil menunggu mobil jemputan penuh, namun ketika ada temannya yang meminta, sebagian besar anak menolak dengan alasan makanan makanannya hanya sedikit sehingga susah dibagi. Anak tidak mau memberikan atau meminjamkan mainannya pada teman, padahal anak yang bersangkutan sudah tidak menggunakannya lagi. Ketika guru datang ke sekolah dan kerepotan membawa buku-bukunya, para siswa diam saja meskipun melihat kondisi tersebut. Baru ketika guru meminta anak untuk membantu membawakan bukunya, ada beberapa anak mendekat dan membantu membawakan buku gurunya.

Situasi di atas berbeda dengan pengalaman peneliti sewaktu kecil, ketika ada guru datang ke sekolah, anak-anak berbondong-bondong dan bahkan agak berebutan mendatangi guru untuk membantu membawakan tas atau buku. Begitu juga saat di rumah, bila tidak disuruh atau bahkan sampai dipaksa, jarang sekali anak secara sukarela menawarkan untuk membantu orang tuanya di rumah. Saat televisi menunjukkan ada kecelakaan di jalan raya, banyak orang datang, dari anak sampai orang dewasa, ternyata hanya untuk melihat. Hanya sedikit orang yang datang untuk membantu meringankan beban korban. Hal ini tidak sesuai dengan budaya kolektif di Indonesia, yang sangat menekankan adanya gotong royong dan saling

tolong menolong. Budaya kolektif sangat menekankan keselarasan antara diri dan lingkungan, terutama dalam relasi sosial.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan adanya kesenjangan antara harapan dan kenyataan. Harapannya anak-anak akan mempunyai perilaku prososial, namun faktanya masih ada anak-anak usia sekolah dasar yang kurang memiliki atau belum memiliki perilaku prososial. “Bagaimana bila perilaku ini bertahan sampai anak tumbuh dan berkembang menjadi orang dewasa?” Dengan demikian peneliti merasakan perlunya untuk mengembangkan perilaku prososial pada anak-anak usia sekolah dasar. Dari evaluasi terhadap penelitian-penelitian di atas, banyak yang menggunakan metode non-eksperimen, masih terbatas penelitian yang menggunakan metode eksperimen. Hal ini mendorong minat peneliti untuk menggunakan metode eksperimen.

Penelitian sebelumnya membuktikan bahwa perilaku prososial anak dapat dikembangkan melalui pelatihan, antara lain dengan pelatihan empati. Misalnya, Schonert-Reichl, Smith, Zaidman-Zait, dan Hertzman (2012), yang membuktikan bahwa pelatihan emosi, terutama empati, meningkatkan perkembangan sosial dan kemampuan adaptasi anak, yang ditunjukkan dengan peningkatan perilaku prososial dan penurunan agresivitas anak. Arniansyah, Nadhila, Permatasari, Milani dan Putri (2018) dalam penelitiannya juga membuktikan bahwa pelatihan empati mampu meningkatkan perilaku prososial anak usia 6 sampai 12 tahun di Jakarta. Pelatihan empati penting bagi pengembangan karakter positif pada anak, namun masih terbatas pengembangan perilaku prososial melalui pelatihan, khususnya pelatihan empati.

Hammond dkk. (2015) mengatakan bahwa pengembangan perilaku prososial diawali dengan mulai munculnya empati, yaitu usaha seseorang untuk memberikan perhatian dan memahami perasaan *distress* orang lain, dan usaha untuk menurunkan *distress* yang dirasakan orang lain. Pada masa lampau, empati dipandang sebagai kemampuan bawaan atau *trait*, namun beberapa riset menunjukkan

bahwa kapasitas utama pada manusia ini dapat diajarkan atau dilatih. Hal ini juga sejalan dengan studi meta analisis yang dilakukan oleh van Berkhout dan Malaouff (2015) terhadap 18 penelitian eksperimen, yang menunjukkan bahwa empati bisa dilatih.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti apakah pelatihan empati mampu meningkatkan perilaku prososial anak usia sekolah dasar. Meskipun topik penelitian ini sama dengan penelitian sebelumnya, namun terdapat beberapa perbedaan antara riset dahulu dengan riset yang sekarang. Perbedaan riset yang sekarang dengan riset sebelumnya adalah perbedaan dalam bentuk pelatihan empati yang akan dilakukan, alat ukur perilaku prososial yang digunakan, desain penelitian dan lokasi penelitian.

Topik ini semakin menarik untuk diteliti, karena dengan adanya kemajuan teknologi menyebabkan kesempatan manusia untuk melakukan interaksi secara langsung menjadi semakin terbatas. Di satu sisi, terdapat berbagai keuntungan dengan kehadiran internet. Di sisi lain, tidak bisa dipungkiri dengan internet pula orang bisa kehilangan “banyak” hal, yaitu pertemuan langsung dengan orang lain yang kehangatannya tidak dapat diungkapkan bila hanya dilakukan melalui media teknologi. Sangat tepat bila dikatakan bahwa internet mendekatkan yang jauh dan menjauhkan yang dekat. Melalui perangkat telepon genggam orang dapat berinteraksi dengan orang lain di belahan bumi berbeda, tetapi abai terhadap orang di lingkungan terdekatnya. Kalau pun ada interaksi dengan orang-orang di sekitar, maka interaksi dilakukan melalui media sosial, di mana ekspresi emosi lebih banyak hanya diwakili oleh tulisan dan emotikon yang jelas tidak cukup dapat mengekspresikan kehangatan, kelembutan, kepedulian dan kasih sayang. Kondisi ini selaras dengan pendapat Piotrowsky, Vossen dan Valkenburg (2015) yang mengatakan bahwa media dan anak mempunyai hubungan timbal balik (*reciprocal*), bukan satu arah (*unidirectional*). Media bisa berdampak positif atau negatif pada perkembangan anak.

Kehangatan, kelembutan, kepedulian dan kasih sayang merupakan perwujudan atau cerminan dari

empati (Amiansyah dkk., 2018). Empati memainkan peran penting dalam relasi sosial dan kehidupan bermasyarakat. Empati memungkinkan individu untuk berbagi pengalaman, kebutuhan dan keinginan, serta merupakan salah satu jembatan emosi yang akan mengarahkan individu pada perilaku prososial (Reiss, 2017). Dengan demikian rumusan masalah yang muncul adalah: "Apakah pelatihan empati efektif untuk meningkatkan perilaku prososial anak usia sekolah dasar?"

Perilaku prososial adalah perilaku positif yang memberikan manfaat pada orang lain dengan membantu meringankan beban fisik dan psikologisnya, yang dilakukan oleh seorang individu secara sukarela, tanpa dipaksa (Hammond dkk., (2015). Piotrowski, Vossen dan Valkenburg (2015). Perilaku prososial merupakan konsep yang bersifat multi dimensional atau terdiri dari berbagai aspek (Bashori, 2017; Hammond dkk., 2018)), yaitu kemampuan anak untuk menjalin kerjasama, menolong, berbagi dan menghibur orang lain, atau bisa juga melibatkan perilaku yang kompleks (Caprara dkk., 2000; Hammond dkk., 2018). Dari penelitiannya, Schonert-Reichl dkk. (2012) menggunakan dimensi berbagi, kerjasama, *kind, take other's view* dan adil sebagai dasar untuk menyusun alat ukur perilaku prososialnya. Dalam penelitian tersebut, Skala Perilaku Prososial diisi oleh teman dan guru, dengan *rating* dari 1 (tidak pernah) sampai 5 (sangat sering).

Dengan studi kualitatif, Matondang (2016) menyimpulkan perilaku prososial anak bisa dilihat dari aspek kerjasama, pertemanan, menolong, berbagi, dan kepedulian atau *caring*. Zahn-Waxler & Schoen (2015) menyatakan bahwa perilaku prososial terdiri dari perilaku untuk berbagi, menolong, membuat nyaman orang lain, melindungi dan mempertahankan orang lain. Perilaku prososial berkaitan dengan ciri sifat *kindness* dan *generosity*.

Dari uraian di atas, disimpulkan aspek perilaku prososial meliputi berbagi, kerjasama, menolong, bisa berteman, peduli, *take other's view*, jujur dan berderma. Aspek-aspek inilah yang dijadikan dasar menyusun skala perilaku prososial. Chernyak dkk. (2018) menyusun *rating scale* perilaku prososial

untuk anak usia 8 sampai 12 tahun dengan menggunakan tiga pilihan jawaban, dari "tidak pernah (1)" sampai "sering kali (3)". Skala diisi oleh guru, anak, orang tua dan teman. Aitemnya sama hanya subjek kalimat yang diganti. Konsep penyusunan skala Chernyak ini digunakan sebagai dasar dalam penyusunan skala penelitian.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan perilaku prososial anak, antara lain jenis kelamin (Bailargeon dkk, 2009), usia, pertimbangan moral dan non moral, perkembangan kognisi, bahasa dan motorik, budaya (Hammond dkk., 2015), keterampilan kognisi sosial (Spinrad & VanSchyndel, 2015), usia dan kognisi sosial (Knafo-Noam & Markovitch, 2015). Knafo-Noam dan Markovitch melanjutkan bahwa faktor genetik dan temperamen mungkin juga akan memainkan peran dalam proses pembentukan prososial, namun pada akhirnya perbedaan emosi orang tua akan mempengaruhi perilaku prososial anak. Perilaku prososial anak juga terbukti dipengaruhi tingkat pendidikan ibu dan budaya (*beliefs* ibu), serta kapasitas kognisi dan kesehatan anak (Chernyak dkk., 2018), tingkat pendidikan ibu dan pengasuhan ibu yang positif, yaitu keseimbangan antara hukuman dan penghargaan yang diberikan ibu pada anak (Pastorelly dkk, 2016).

Mengacu pada teori belajar, maka perilaku prososial juga bisa dilatih dengan pemberian strategi pembelajaran yang tepat. Dengan metode eksperimen kuasi pada anak kelas 4 sampai 7, Schonert-Reichl dkk. (2012) membuktikan bahwa perilaku prososial anak bisa ditingkatkan dengan pelatihan empati. Hal ini diperkuat dengan pendapat Reiss (2017), yang mengatakan beberapa riset menunjukkan bahwa kapasitas utama pada manusia ini dapat diajarkan atau dilatih (Reiss, 2017).

Konsep empati mulai populer sejak digunakan oleh Carl Rogers pada tahun 1950an, yang menjadi kunci sukses psikoterapi. Dalam perkembangannya, empati berkembang ke berbagai bidang, terutama dalam bidang yang berkaitan dengan kesehatan atau bidang-bidang lain yang menuntun relasi sosial dengan orang lain (Nunes, Williams, Sa & Stevenson, 2011).

Van Berkhout dan Malaouff (2015) dari studi meta analisisnya menyimpulkan empati sebagai kemampuan seseorang untuk memahami emosi orang lain, merasakan perasaan atau emosi yang sama dengan orang lain, dan mampu memberikan komentar secara akurat terhadap emosi yang dirasakan orang lain. Dalam studi meta analisis tersebut, disimpulkan bahwa empati merupakan konsep yang multi dimensi, yaitu terdiri dari dimensi afeksi, perilaku dan kognisi. Afeksi muncul dari adanya perasaan atau *feeling*, kognisi tercermin dalam pemahaman atau pengertian, dan dimensi perilaku muncul dalam bentuk memberi komentar secara akurat tentang perasaan orang lain. Dimensi inilah yang digunakan oleh peneliti sebagai dasar penyusunan alat ukur empati.

Pada masa lampau, empati dipandang sebagai kemampuan bawaan atau trait, namun beberapa riset menunjukkan bahwa kapasitas utama pada manusia ini dapat diajarkan atau dilatih (Reiss, 2017). Beberapa riset yang membuktikan bahwa empati dapat ditingkatkan melalui pelatihan empati antara lain dilakukan oleh Ariansyah dkk (2018), Schonert-Reichl, dkk. (2012). Dari studi meta analisis terhadap 18 studi (van Berkhout & Malaouff, 2015) dan 29 studi (Lam, Kolomitro & Alamparambil, 2011) disimpulkan bahwa pelatihan empati efektif untuk meningkatkan empati pada anak.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa saat diberikan pelatihan empati, anak akan mengembangkan afeksi, yaitu kehangatan, kepedulian, kasih sayang dan kelembutan pada orang lain (Ariansyah, dkk, 2018). Empati memungkinkan orang untuk menerima emosi orang lain, membedakan antara emosi diri dan emosi orang lain, serta menempatkan diri sesuai sudut pandang orang lain (Reiss, 2017). Saat anak merasakan emosi-emosi tersebut, maka ketika berhadapan dengan orang lain akan menjadi lebih prososial dalam berperilaku. Dengan demikian hipotesis yang diajukan adalah “Terdapat perbedaan skor perilaku prososial pada anak sebelum dan sesudah diberikan pelatihan empati. Skor perilaku prososial setelah pelatihan empati lebih tinggi dari skor perilaku prososial sebelum pelatihan empati”.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan quasi eksperimen, dengan desain *Pretest-Posttest Design* (Price, Jhangiani, & Chiang, 2013). Sebelum dilakukan proses pelatihan, maka dilakukan pengurusan ijin penelitian pada pihak sekolah dan pemberian lembar *informed consent* pada para orang tua. Subjek penelitian terdiri dari anak yang diberikan ijin oleh orang tuanya untuk menjadi peserta pelatihan. Dari lembar persetujuan orang tua, diperoleh subjek penelitian sebanyak 20 siswasiswi kelas 5 SD di salah satu sekolah swasta di Kota Semarang. Rentang usia subjek antara 10 sampai 12 tahun. Setelah dilakukan tes inteligensi dengan *Coloured Progressive Matrices* (CPM), diketahui bahwa ke-20 anak ini memiliki taraf intelektual rata-rata ke atas.

Alat ukur lain yang digunakan adalah Skala Perilaku Prososial. Skala disusun menggunakan *rating scale* dengan tiga (3) pilihan jawaban yang diisi oleh anak sendiri. Sistem skor dengan cara skor 1 (jarang sekali), 2 (kadang-kadang), dan 3 (sering sekali). Skala Prososial meliputi aspek berbagi, kerjasama, menolong, bisa berteman, peduli, *take other's view*, jujur dan berderma. Dari analisis aitem terhadap 30 subjek, diperoleh tujuh (7) aitem yang valid secara konsistensi internal, dengan indeks korelasi aitem total yang valid antara 0,36 sampai 0,52, dengan indeks reliabilitas  $\alpha$  sebesar 0,697. Mengacu pada pendapat Barker, Pistrang, dan Elliot (2002) yang mengatakan bahwa indeks reliabilitas alat ukur dikatakan *acceptable* adalah 0,7 dan *marginal* sebesar 0,6, sedangkan indeks 0,5 ke bawah dikatakan *poor*. Indeks aitem dikatakan valid yaitu 0,5 (*good*), 0,3 (*acceptable*), 0,2 (*marginal*), dan 0,1 (*poor*). Dengan demikian, alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini disimpulkan valid dan cukup reliabel.

Pelatihan empati dilakukan sebanyak 4 sesi, dengan durasi 90 menit setiap sesi dari jam 10.30 sampai 12.00, setiap hari Sabtu setelah proses pembelajaran selesai. Di tengah-tengah pelatihan, terdapat waktu istirahat selama 15 menit untuk minum dan makan *snack*. Setiap sesi dilakukan

dengan prosedur *ice breaking*, pemberian materi utama, istirahat dan diakhiri dengan *debrief*.

Modul pelatihan empati disusun berdasarkan pengertian empati, teori perkembangan pada anak usia sekolah dasar dan cara-cara yang bisa digunakan untuk melatih empati pada anak sekolah dasar. Berdasarkan hal-hal tersebut modul empati yang digunakan berisi tentang (1) penjelasan tentang pengertian empati, (2) macam-macam emosi, (3) mengenali emosi diri dan orang lain, (4) memahami emosi orang lain, (4) merasakan apa yang dirasakan orang lain.

Pelatihan empati terkait dengan empat hal tersebut dipresentasikan pada subjek dengan media gambar orang melakukan suatu aktivitas, berbagai *emoticon*, cerita, foto, video, dan lagu. Adapun kegiatannya berupa ceramah, diskusi, menggambar, mewarnai, menonton, mendengarkan cerita, membaca cerita, bercerita, mengamati orang lain di sekitarnya, mengerjakan tugas rumah, menyanyi, dan bermain. Pemberian materi biasanya juga akan diawali dengan sharing tentang pengalaman-pengalaman anak di situasi sehari-hari. Apa yang dilihat anak dan apa yang dirasakan anak terhadap apa yang dilihat.

Jumlah subjek dalam setiap sesi pelatihan empati tidak konsisten, tergantung kehadiran anak atau subjek pada hari itu, berkisar antara 15 sampai 18. Ketidakhadiran anak biasanya karena sakit atau ada kegiatan keluarga.

Dalam proses pelatihan empati di lapangan, peneliti dibantu oleh 2 (dua) orang mahasiswa psikologi. Selama proses pelatihan empati, subjek penelitian dibagi menjadi dua (2) kelompok kecil saat tahapan *debriefing*, sedangkan saat pemberian materi pelatihan, subjek penelitian berada dalam kelompok besar. Hasil analisis berdasarkan data skala empati menunjukkan peningkatan mean atau rata-rata kemampuan empati sebelum dan setelah pelatihan empati. Pengisian data skala perilaku prososial dilakukan di awal dan akhir sesi pelatihan, namun karena adanya pandemi Covid-19, maka data *post-test* dipercepat pada sesi ke-4 (setelah selesai sesi ke-4 langsung diberikan skala perilaku prososial, di luar rencana satu minggu setelah sesi 4 dilakukan). Analisis data dilakukan dengan bantuan program SPSS, dengan uji t-test, yaitu membandingkan skor *mean* pada Skala Prososial antara sebelum dan setelah pelatihan empati.

**Tabel 1.** Data Deskriptif Subjek Penelitian

Keterangan		n	%
Jenis kelamin	Laki-laki	7	35
	Perempuan	13	65
Usia anak	10	9	45
	11	9	45
	12	1	5
Pendidikan Ayah	SMA	3	15
	D2	4	20
	S1-S2	9	45
Pendidikan Ibu	SD-SMP	2	10
	SMA	3	15
	D2	4	20
	S1	7	35
Pekerjaan Ayah	Karyawan swasta	10	50
	Konsultan	1	5
	Wiraswasta	3	15
	Pendidik	1	5
	PNS	1	5
Pekerjaan Ibu	Tidak bekerja	8	40
	Karyawan swasta	3	15
	Wiraswasta	2	10
	Pendidik	2	10
	PNS	1	5

## HASIL

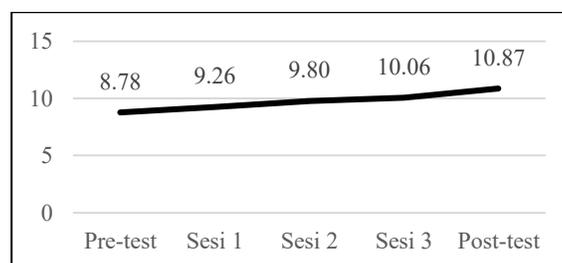
Dari analisis data deskripsi terhadap subjek penelitian diperoleh data seperti terdapat dalam Tabel 1. Tabel tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar subjek pelatihan adalah perempuan (13 siswa) dan laki-laki (7 siswa), dengan rentang usia 10 sampai 12 tahun. Data orang tua yang terisi lengkap 16 orang (80%), sedangkan data yang tidak lengkap ada 4 orang (20%).

Sebagian besar latar belakang pendidikan orang tua adalah sarjana, baik ayah (40%) maupun ibu (35%). Pendidikan paling rendah ibu adalah SMP dan SD (masing-masing 5%), sedangkan ayah adalah SLTA (15%). Pekerjaan orang tua cukup bervariasi. Jumlah persentase ibu tidak bekerja dan ibu bekerja sama, masing-masing 40%, sebagian tidak terdeteksi karena data tidak diisi lengkap (20%). Dalam bidang pekerjaan, sebagian besar ayah bekerja di perusahaan swasta (50%).

Pengukuran perilaku prososial dilakukan pada tahap *pre-test*, setiap sesi dan *post-test*. Selain diisi oleh anak, skala perilaku prososial juga diisi oleh salah satu orang tua sebelum pelatihan empati dilakukan, namun tidak ada data dari orang tua setelah pelatihan karena aktivitas sekolah berhenti dengan adanya pandemi Covid-19. Tujuan pemberian skala prososial pada orang tua karena orang tua dinilai sebagai orang yang paling tahu tentang anak dan setiap hari akan menjalin relasi dengan anak. Orang tua akan menjadi salah satu pihak yang merasakan dan melihat perilaku prososial anak sehari-hari. Selain itu juga untuk melihat apakah ada konsistensi antara pengisian skala prososial yang diisi oleh anak dan orang tua. Data deskriptif perilaku prososial secara terinci ada dalam Tabel 2.

**Tabel 2.** Data Deskriptif Perilaku Prososial

	N	Min	Max	M	SD
<i>Pre-test</i>	16	4	13	8,78	2,05
Sesi 1	17	3	12	9,26	2,43
<i>Sesi 2</i>	15	1	12	9,80	2,81
<i>Sesi 3</i>	18	1	14	10,06	2,84
<i>Post-test</i>	16	8	14	10,87	1,86
<i>Orang tua</i>	15	7	14	10,53	2,56



**Gambar 1.** Perbandingan mean perilaku prososial pada setiap sesi

Mengacu pada tujuan dan hipotesis penelitian, analisis data dilakukan melalui analisis grafik dan analisis statistik. Dari Tabel 2 di atas, nampak ada peningkatan *mean* perilaku prososial anak selama tahapan pelatihan empati. Peningkatan perilaku prososial anak ini nampak semakin jelas jika dilihat pada Gambar 1.

Analisis data secara statistik dilakukan dengan uji *t-test*, yaitu dengan melakukan uji perbedaan *mean* atau rata-rata perilaku prososial *pre-test* dan *post-test*, antara sebelum dilakukan pelatihan empati dan setelah dilakukan pelatihan empati. Dari hasil perbandingan antar *mean* dengan program SPSS diperoleh nilai *t* hitung dan *p* seperti terlihat dalam Tabel 3.

**Tabel 3.** Perbedaan Perilaku Prososial Anak

	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>		<i>p</i>	<i>t</i>
	M	SD	M	SD		
Perilaku Prososial	8,78	2,05	10,88	1,86	0,000	4,350

Hasil perbandingan antar *mean* pada Tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *mean* perilaku prososial anak sebelum dan setelah Pelatihan Empati ( $t= 4,350$ ;  $p= 0,000$ ). Dengan demikian hipotesis penelitian yang berbunyi “Ada perbedaan skor perilaku prososial pada anak sebelum dan sesudah diberikan pelatihan empati. Skor perilaku prososial setelah pelatihan empati lebih tinggi daripada skor perilaku prososial sebelum pelatihan empati” dapat diterima. *Mean* perilaku prososial setelah pelatihan empati (10,88) lebih tinggi daripada *mean* prososial sebelum pelatihan empati (8,78). Hasil ini menguatkan analisis grafik seperti terlihat dalam Gambar 1.

Selain hasil penelitian utama (uji hipotesis), ditemukan hasil analisis tambahan. Analisis data menemukan adanya perbedaan *mean* yang signifikan antara perilaku prososial *pre-test* dan sesi 2 ( $t= 2,120$ ;  $p= 0,05$ ), *pre-test* dan sesi 3 ( $t= 2,651$ ;  $p< 0,05$ ), *pre-test* dan orang tua ( $t= 3.642$ ,  $p< 0,05$ ). Perbedaan *mean* perilaku prososial juga ditemukan antara sesi 1 dan *post-test* ( $t= 2,286$ ;  $p< 0,05$ ).

Analisis data tambahan juga menemukan tidak ada perbedaan *mean* yang signifikan antara perilaku prososial anak pada tahap *pre-test* dan sesi 1 ( $t= 1,56$ ;  $p= n.s$ ), sesi 1 dan sesi 2 ( $t= 0,460$ ;  $p= n.s$ ), sesi 1 dan sesi 3 ( $t= 0,89$ ;  $p= n.s$ ), sesi 2 dan sesi 3 ( $t= 0,35$ ;  $p= n.s$ ), sesi 2 dan *post-test* ( $t= 1,48$ ,  $p= n.s$ ), serta antara sesi 3 dan *post-test* ( $t= 1,23$ ;  $p= n.s$ ).

**DISKUSI**

Berdasarkan hasil penelitian di atas, dapat dilihat bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Terdapat perbedaan perilaku prososial pada anak usia sekolah dasar sebelum dan sesudah diberikan pelatihan empati. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa pelatihan empati efektif meningkatkan perilaku prososial anak usia sekolah dasar.

Hammond dkk. (2015) mengatakan bahwa pengembangan perilaku prososial akan diawali

dengan mulai munculnya empati, yaitu usaha seseorang untuk memberikan perhatian dan memahami perasaan *distress* orang lain, dan usaha untuk menurunkan *distress* yang dirasakan orang lain. Pendapat ini konsisten dengan Zahn-Waxler dan Schoen (2015) bahwa perilaku prososial biasanya dipicu oleh perasaan empati atau simpati dan keinginan untuk mengurangi rasa sakit yang dirasakan orang lain. Empati memungkinkan individu untuk berbagi pengalaman, kebutuhan dan keinginan, serta merupakan salah satu jembatan emosi yang akan mengarahkan individu pada perilaku prososial (Riess, 2017).

Terdapat berbagai dimensi empati. Schonert-Reichl dkk. (2012) dalam penelitiannya menggunakan tes IRI untuk mengukur empati anak kelas 4 sampai 7. Dari empat aspek, hanya digunakan dua aspek saja yaitu *empathic concern* dan *perspective taking*. Aspek empati yang tidak digunakan adalah *fantasy* dan *personal distress*. Van Beckhout dan Malaof (2015) menyimpulkan bahwa empati terdiri dari dimensi kognisi, afeksi dan perilaku. Kognisi tercermin dalam pemahaman, pengertian atau pengetahuan tentang empati. Afeksi muncul dari adanya perasaan atau *feeling*, dan dimensi perilaku muncul dalam bentuk memberi komentar secara verbal dan akurat tentang perasaan orang lain.

Dalam penelitian, aspek yang digunakan sebagai dasar untuk penyusunan alat ukur skala empati adalah pendapat dari van Beckhout dan Malaof (2015). Alasan ini dikarenakan pendapat van Beckhout dan Malaof tersebut didasarkan atas studi meta analisis yang dilakukan terhadap 18 studi eksperimen dengan total partisipan sebanyak 1.018 orang.

Dalam pelatihan empati ini, untuk mengembangkan kemampuan kognisi anak, maka anak dikenalkan dengan makna atau pengertian empati. Setelah itu, anak diminta mengulang dan menjelaskan kembali makna atau pengertian empati. Pengem-

bangun kemampuan kognisi ini dilakukan melalui *brainstorming* dan kemudian dilanjutkan dengan penjelasan dari fasilitator tentang makna empati. Pengembangan kemampuan kognisi ini meningkatkan kemampuan pemahaman dan pengertian anak bahwa orang lain memiliki cara pandang dan afeksi yang berbeda dengan mereka. Pemahaman akan orang lain menyebabkan saat anak melihat orang lain sedang sedih atau kelelahan melakukan sesuatu, mendorong anak untuk membantu teman, mau kerja sama dan peduli dengan teman.

Pengembangan afeksi dalam pelatihan empati ini dilakukan dengan memberikan video yang bercerita tentang kucing dan anjing, video dan gambar dengan orang (ayah, ibu, orang lain) sedang melakukan berbagai aktivitas dalam keseharian. Melalui berbagai gambar dan video tersebut, anak distimulasi untuk merasakan apa yang dirasakan orang atau binatang tersebut saat melakukan suatu aktivitas. Setelah itu, anak juga diminta untuk menceritakan kembali tentang aktivitas anggota keluarganya, antara lain ayah, ibu, adik, kakak atau anggota keluarga yang lain. Anak diminta untuk menceritakan perasaannya saat melihat anggota keluarga melakukan suatu aktivitas. Pemahaman akan afeksi orang lain ini akan mendorong anak untuk melakukan perilaku prososial. Misalnya, memberikan bantuan saat melihat orang tuanya kelelahan dengan pekerjaan rumah tangga, menghibur teman yang sedih karena diganggu teman yang nakal, atau membantu mengambilkan barang teman yang ketinggalan.

Pengembangan dimensi ketiga empati, yaitu perilaku, dilakukan dengan cara memberikan berbagai emotikon, gambar orang dengan berbagai ekspresi wajah yang berbeda, dan meminta beberapa anak maju di depan kelas untuk menunjukkan berbagai ekspresi raut muka yang berbeda. Anak-anak yang lain kemudian diminta memberikan komentar secara verbal dan langsung atau menebak apa yang dirasakan anak yang maju ke depan tersebut berdasarkan ekspresi wajahnya. Anak juga ditunjukkan gambar-gambar saat orang melakukan aktivitas yang melelahkan dan diminta menyebutkan bagaimana

perasaan orang tersebut. Saat anak bisa memberikan komentar secara langsung dan tepat tentang perasaan orang lain, maka hal tersebut akan mendorong anak untuk lebih spontan juga dalam melakukan berbagai perilaku prososial. Misalnya, saat melihat ada teman bertengkar, dan salah satu temannya nampak terpojok, anak-anak saling meleraikan dan mengatakan pada teman yang nampaknya lebih kuat untuk pergi dan menjauhi anak yang lebih lemah. Mereka juga membantu anak yang lemah dan menghibur agar tidak sedih lagi.

Dengan demikian bisa dikatakan bahwa hasil penelitian ini menguatkan pendapat dan temuan-temuan sebelumnya yang menemukan bahwa empati bukan kemampuan atau *trait* bawaan, melainkan kapasitas utama pada manusia yang dapat diajarkan atau dilatih (Reiss, 2017). Empati dapat dikembangkan melalui pelatihan empati. Pelatihan emosi, terutama pelatihan empati, meningkatkan perkembangan sosial dan kemampuan adaptasi anak, yang ditunjukkan dengan peningkatan perilaku prososial anak. Beberapa penelitian sebelumnya yang membuktikan bahwa pelatihan empati mampu meningkatkan perilaku prososial, antara lain Amiansyah dkk. (2018), Bashori (2017), van Berkhout dan Malaoff (2015), Reiss (2017), Schonert-Reichl dkk. (2012), serta Tappangan (2014).

Selain hasil utama yang bertujuan menguji hipotesis seperti diuraikan di atas, penelitian ini juga menemukan beberapa hasil temuan tambahan. Analisis data menemukan adanya perbedaan *mean* yang signifikan antara perilaku prososial antara *pre-test* dan sesi 2 ( $t= 2,120$ ;  $p= 0,05$ ), *pre-test* dan sesi 3 ( $t= 2,651$ ;  $p< 0,05$ ), antara sesi 1 dan *post-test* ( $t= 2,286$ ;  $p< 0,05$ ).

Peningkatan kemampuan perilaku prososial anak belum terlihat pada saat pelatihan sesi 1 ( $t= 1559$ ,  $p= n.s$ ), namun mulai terlihat perubahan pada sesi 2 ( $t= 2,120$ ;  $p< 0,05$ ), sesi 3 ( $t= 2,651$ ;  $p< 0,05$ ) dan *post-test* ( $t= 4,350$ ;  $p< 0,01$ ). Hasil ini mengindikasikan bahwa keberhasilan pelatihan empati dalam meningkatkan perilaku prososial membutuhkan proses waktu, tidak langsung bisa dilihat keberhasilannya pada saat itu juga. Dari hasil

di atas, perkiraan waktu mulai nampak peningkatan prososial adalah selang 2 minggu kemudian. Pelatihan empati dalam penelitian ini dilakukan selama 1 bulan yang terbagi dalam 4 sesi pelatihan. Hal ini sesuai dengan studi meta analisis yang dilakukan oleh van Berkhout & Malaoff (2015), yang mengatakan bahwa banyak sedikitnya sesi tidak mempengaruhi efektivitas pelatihan empati, lama pelatihan empati bervariasi antara 1 bulan sampai 6 bulan.

Penelitian ini juga melakukan pengukuran perilaku prososial anak oleh salah satu orang tua. Rencana awal, orang tua akan mengisi skala perilaku prososial anak sebelum dan setelah pelatihan. Namun dengan kebijakan sekolah yang berubah karena ada pandemi Covid-19, maka data prososial anak dari orang tua hanya diperoleh sebelum pelatihan empati saja. Bila dibandingkan dengan skor skala perilaku prososial yang diisi anak sebelum pelatihan, ada perbedaan yang signifikan antara prososial anak saat *pre-test* dan prososial anak dari sudut pandang orang tua sebelum pelatihan ( $t=3,642$ ;  $p<0,05$ ).

*Mean* perilaku prososial anak dari sisi orang tua ( $M=10,53$ ) lebih besar dari *mean* prososial dari sisi anak sendiri ( $M=8,78$ ). Temuan ini menemukan bahwa orang tua sering kali memandang anaknya secara berbeda dengan cara pandang anak dalam menilai diri mereka sendiri. Penelitian yang dilakukan oleh Patel, Reid, Wilson, dan Girdle (2015) juga menemukan bahwa orang tua dan anak menilai secara berbeda pada kecemasan yang dirasakan anak terhadap pemeriksaan gigi. Orang tua menilai kecemasan anaknya lebih tinggi daripada anak menilai kecemasan yang mereka rasakan. Usia anak dalam penelitian tersebut adalah usia 7 sampai 16 tahun, sedangkan penelitian ini menggunakan anak usia 10 sampai 12 tahun. Hal ini mengindikasikan perlunya pengukuran *self-report* pada anak dalam proses pengukuran.

Saat dilakukan perbandingan *mean* prososial anak dari sisi orang tua sebelum pelatihan dibandingkan dengan prososial anak setelah *post-test*, ditemukan tidak ada perbedaan *mean* di antara keduanya ( $t=0,74$ ;  $p=n.s$ ). *Mean* prososial anak dari

sisi orang tua 10,53 sama dengan *mean* prososial anak saat *post-test* 10,88, bahkan *mean* anak sedikit lebih tinggi saat *post-test* daripada orang tua saat *pre-test*. Temuan ini membuktikan bahwa pelatihan empati terbukti meningkatkan perilaku prososial anak seperti yang dijelaskan dalam uji hipotesis di atas.

Hanya saja, tidak ada data perilaku prososial anak dari sisi orang tua setelah anaknya mengikuti pelatihan, apakah orang tua memandang anaknya tetap sama atau semakin meningkat setelah mengikuti pelatihan empati. Nampaknya masih perlu penelitian lanjutan tentang hal ini, terutama untuk melihat seberapa konsisten orang tua dalam menilai perilaku prososial anaknya, apakah cenderung menilai dengan lebih tinggi daripada anak menilai dirinya sendiri.

Seperti pada penelitian lainnya, maka penelitian ini juga tidak terlepas dari keterbatasan-keterbatasan, yaitu: (1) pengukuran data *post-test* dilakukan pada hari yang sama, (2) tidak ada *follow up*, (3) pengukuran perilaku prososial anak dari sisi orang tua hanya dilakukan sebelum pelatihan empati, (4) jumlah subjek yang tidak stabil dalam setiap sesi, dan (5) tidak ada penggunaan kelompok kontrol.

Kelemahan lain dalam penelitian ini adalah tidak terkontrolnya beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku prososial anak. Pelatihan empati hanya merupakan salah satu variabel atau faktor yang mempengaruhi kemampuan prososial anak, faktor lain yang terbukti mempengaruhi perilaku prososial anak dan tidak terkontrol dalam riset ini, antara lain jenis kelamin (Bailargeon dkk., 2009), perkembangan moral, bahasa dan motorik (Hammond dkk., 2015), keterampilan kognisi sosial (Knafo-Noam & Markovitch, 2015), tingkat pendidikan ibu, budaya dan kesehatan anak (Chernyak dkk., 2018), tingkat pendidikan ibu dan pengasuhan ibu yang positif (Pastorelly dkk., 2016). Tidak terkontrolnya faktor-faktor tersebut diperkirakan mencemari hasil penelitian menjadi tidak optimal. Dengan demikian, perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk pengembangan perilaku prososial anak dengan mempertimbangkan faktor-faktor tersebut di atas secara bersama-sama dalam suatu penelitian kuantitatif.

Penelitian ini juga terbatas generalisasinya pada anak usia 10 sampai 12 tahun seperti karakteristik subjek penelitian. Dengan demikian perlu diperluas pada usia-usia yang lain, karena terbukti dalam beberapa riset bahwa usia mempengaruhi perilaku prososial anak (Hammond dkk., 2015; Knafo-Noam & Markovitch, 2015).

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan bahwa pelatihan empati dapat meningkatkan perilaku prososial anak usia SD. Dengan demikian pelatihan ini bisa diterapkan pada kelompok anak usia sekolah dasar yang lain, yaitu sama-sama kelas 5 atau kelas 6. Dengan pertimbangan selisih usia tidak jauh berbeda dan sama-sama berada di SD jenjang tinggi.

Bagi para orang tua dan guru yang ingin mengembangkan perilaku prososial anak, antara lain bisa dilakukan dengan mengajarkan kemampuan empati. Pengembangan kemampuan empati anak dapat dilakukan dengan mengenalkan anak untuk mengenal emosinya sendiri, kemudian menerapkan pemahaman emosi diri pada orang lain.

Pengenalan emosi orang lain bisa dilakukan dengan cara pengenalan melalui gambar-gambar wajah dan *emoticon* dengan ekspresi muka yang bervariasi. Pengenalan bisa juga dilakukan melalui kegiatan menonton film bersama dan mengamati langsung pada orang di sekitarnya saat melakukan suatu aktivitas. Ajak anak untuk berdiskusi tentang emosi-emosi yang muncul dan berikan pemahaman bila pengenalan emosi anak belum tepat.

Orang tua dan guru juga dapat mengeskpresikan apa yang dirasakan ketika melakukan sesuatu agar anak belajar tentang perasaan dan emosi orang lain. Saat anak mampu mengenali emosi orang lain dan dapat memberikan komentar secara tepat apa yang dirasakan orang lain, serta merasakan ketidaknyamanan saat melihat orang lain menderita, maka anak bisa diberikan penguatan positif.

Bagi para peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengembangkan perilaku prososial dengan pelatihan empati, terutama pada anak-anak, disarankan

untuk melakukan pengukuran sesi *post-tes* setelah pelatihan selesai dilakukan, tambahkan desain eksperimen dengan kelompok kontrol dan *follow-up* untuk melihat apakah perubahan perilaku prososial bersifat permanen atau tidak. Selain itu juga memastikan bahwa jumlah partisipan setiap sesi adalah tetap atau konsisten, sehingga akan bisa dilihat variasi perubahan dalam setiap partisipan pelatihan

Pengembangan penelitian juga dapat dilakukan dengan menggunakan pendekatan penelitian yang berbeda, misalnya kuantitatif non-eksperimen, untuk melihat prediktor apa saja yang akan mempengaruhi pembentukan perilaku prososial anak, mengembangkan pelatihan pada subjek dengan kelompok usia yang berbeda, atau memperbanyak partisipan sehingga akan diperoleh hasil penelitian yang bisa digeneralisasikan secara luas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arniansyah, Nadhila, N., Permatasari, R.W., Milani, T., & Putri, Y.W.A. (2018). Pelatihan empati dan perilaku prososial pada anak usia 6-12 tahun di RPTRA Anggrek Bintaro. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 2(1), 432-439.
- Baillargeon, R.H., Morisset, A., Keenan, K., Norman, C.L., Jeyaganth, S., & Bolvin, M. (2011). The Development of Prosocial Behavior in Young Children: A Prospective Population-based Cohort Study. *The Journal of Genetic Psychology*, 172(3), 221-251.
- Barker, C., Pistrang, N. & Elliot, R. (2002). *Research methods in Clinical Psychology: An introduction for students and practitioners, Second Ed.* New York: John Wiley & Sons.
- Bashori, K. (2017). Menyemai Perilaku Prososial di Sekolah. *Sukma: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 57-92.
- Cahyaningrum, D., Handarini, D.M., & Simon, I.M. (2018). Pengembangan panduan pelatihan empati menggunakan teknik sinema edukasi untuk mencegah perilaku bullying siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 3(3) 139-145

- Caprara, G.V., Barbaranelli, C., Pastorelli, C., Bandura, A., & Zimbardo, P.G. (2000). Prosocial foundation of children's academic achievement. *Psychology, Medicine. Published in Psychological science*, 11(4), 302-306. Doi:10.1111/1467-9280.00260.
- Chernyak, N., Harvey, T., Tarullo, A.R., Rockers, P.C. & Blake, P.R. (2018). Varieties of young children's prosocial behavior in Zambia: The role of cognitive ability, wealth, and inequality beliefs. *Frontier in Psychology*, 9, 2209. Doi: 10.3389/fpsyg.2018.02209
- Hammond, S.L., Waugh, W., Satlof-Bedrick, & Brownell, CA. (2015). Prosocial behavior during Childhood and Cultural Variations. Dalam *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences* (Second ed). Hal 228-232. Diakses dari <https://doi.10.1016/B978-0-08-097086-8.23182-6>
- Knafo-Noam, A. & Markovitch, N. (2015). Individual Differences in Prosociality: The Roles of Parenting, Temperament, and Genetics. Dalam *Encyclopedia of Early Childhood Development: Prosocial Behavior*. A. Knafo-Noam (ed), 13-20. Diakses dari <http://www.child-encyclopedia.com/sites/default/files/dossiers-complets/en/prosocial-behaviour.pdf>
- Lam, T.C.M, Kolomitro K, & Alamparambil, FC. (2011). Empathy Training: Methods, Evaluation Practices, and Validity. *Journal of Multi Disciplinary Evaluation*, 7(16). 162-200.
- Matondang, E.S. (2016). Perilaku prososial anak usia dini dan pengelolaan kelas melalui pengelompokan usia rangkap. *Edu Humaniora. Jurnal Pendidikan Dasar*, 8(1), 34-47.
- Nunes, P., Williams, S., Sa, B., & Stevenson, K. (2011). A Study of empathy decline in students from five health disciplines during their first year of training. *International Journal of Medicine Education*, 2, 12-17. Doi: 10.5116/ijme.4d47.ddb0
- Piotrowski, J.T, Vossen, H.G.M., & Valkenburg, P.M (2015). Media and Child Development. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences* (second edition), 1-10. Diakses dari <https://doi.org/10-1016/B978-0-08-097086-8.92145-7>
- Pastorelli, C., Lansford, E., Luenggo Kanacri, BP., Malone, P.S., Di Giunta, Sorbring, E. (2016). Positive parenting and children's prosocial behavior in eight countries. *Journal Child Psychology Psychiatry*. Juli. 57(7), 824-834. Doi:10.1111/jcpp.12477. Epub 2015 Oct 28
- Patel, H., Reid, C., Wilson, K. & Girdle, N.M. (2015). Inter-rater agreement between children's self reported and parents's proxy-reported dental anxiety. *British Dental Journal*. 218(4): 1-5. Diakses dari ([https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25720913/?from\\_term=Patel+H&from\\_cauthor\\_id=25720913&from\\_pos=1](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25720913/?from_term=Patel+H&from_cauthor_id=25720913&from_pos=1))
- Price, P.C., Jhangiani, R., & Chiang, I.A (2013). *Research methods of Psychology*. Pressbooks Open textbooks. Diakses dari [opentextbooks.ca/researchmethods/chapter/quasi-experiment-research](https://openstax.org/r/researchmethods/chapter/quasi-experiment-research).
- Raposa, E.B., Laws, H.B. & Ansell, E.B. (2016). Prosocial Behavior Mitigates the Negative effects of Stress in Everyday Life. *Clinical Psychology Sciences*, 4(4), 691-698. Doi: 10.1177/2167702615611073
- Reiss, H. (2017). The science of empathy. *Journal of Patient Experience*, 4(2), 74-77. Doi:10-1177/2374373517699267.
- Schonert-Reichl, KA., Smith, V., Zaidman-Zait, A., & Hertzman, C. (2012). Promoting children's prosocial behavior in school: impact of the "roots of empathy" program on the social and emotional competence of school-age children. *School Mental Health*. Springer link, 4(1), 1-21. Diakses dari <https://link.springer.com/article/10.1007/s12310-011-9064-2>
- Spinrad, T.L, & VanSchoydel S. (2015). Socio-Cognitive Correlates of Prosocial Behavior in Young Children. Dalam *Encyclopedia of Early Childhood Development: Prosocial Behavior*. A. Knafo-Noam (ed). Hal 21-26. Diakses dari <http://www.child-encyclopedia.com/sites/default/files/dossiers-complets/en/prosocial-behaviour.pdf>

Tappangan, A.F.M.P. (2014). Pengaruh Pelatihan Empati Terhadap ABK pada Kecenderungan Perilaku Prosocial Siswa Reguler Di Sekolah Inklusi Manguni Surabaya. *Abstrak Skripsi*. (tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Van Berkhout, E.T & Malouff, J.M. (2015). The efficacy of empathy training: a meta analysis of randomized controlled trial. *Journal of Counseling Psychology*, 63(1), 32-41. Diakses dari <http://dx.doi.org/10.1037/cou0000093>

Wentzel, K. (2015). Prosocial Behaviour and Schooling. Dalam *Encyclopedia of Early Childhood Development: Prosocial Behavior*. A. Knafo-Noam (ed), 57-61. Diakses dari

<http://www.child-encyclopedia.com/sites/default/files/dossiers-complets/en/prosocial-behaviour.pdf>

Zahn-Waxler, C. & Schoen, A. (2015). Empathy, Prosocial Behaviour and Adjustment: Clinical Aspects of Surfeits and Deficits in Concern for Others. Dalam *Encyclopedia of Early Childhood Development: Prosocial Behavior*. Ariel Knafo-Noam (ed), 42-51. Diakses dari <http://www.child-encyclopedia.com/sites/default/files/dossiers-complets/en/prosocial-behaviour.pdf>

Naskah masuk : 27 Oktober 2020

Naskah diterima : 27 Juni 2021