

# PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK OUTBOUND UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU PROSOSIAL

Andini Sabela<sup>1</sup>, Komariah<sup>1</sup>

<sup>1</sup> IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

---

## Info Artikel :

Diterima 3 Februari 2020

Direvisi 16 Maret 2020

Dipublikasikan 1 April 2020

---

## ABSTRACT

In this globalization era, individuals tend to expect themselves to develop and become better. This development must always be pursued in various ways, one of them through education. Education has so far focused on character development in order to produce quality human beings. However, many of the individuals who have difficulty in prosocial behavior in the new environment because individuals still lack empathy for others, selfish, and lack of help. Therefore, this problem will hurt individual development, which will undoubtedly affect the surrounding environment. Individuals tend to think of the fast and irrational value of themselves and even others or believe in perceptions that are not yet certain of the truth. Prosocial behavior as a process that occurs throughout an individual's life to conduct an evaluation or evaluation of his quality of life. Prosocial behavior is also closely related to ways of thinking, using feelings, and behaving. So the low prosocial behavior needs to get special treatment so that low prosocial behavior can be improved. So the authors try to suggest alternative solutions to these problems through group guidance with outbound techniques.

---

## Key Words :

Group conseling  
Outbound technique  
Prosocial Behavior

---

## Kata Kunci:

Bimbingan Kelompok  
Teknik Outbound  
Perilaku Prososial

---

## ABSTRAK

Di era globalisasi ini individu cenderung mengharapkan dirinya berkembang dan menjadi lebih baik. Perkembangan itu harus selalu diupayakan dengan berbagai cara salah satunya melalui pendidikan. Pendidikan selama ini menitik beratkan pada perkembangan karakter agar dapat menghasilkan manusia yang berkualitas. Tetapi Banyak dari individu yang mengalami kesulitan dalam berperilaku prososial di lingkungan yang baru dikarenakan individu masih kurangnya rasa empati terhadap sesama, egois, serta kurangnya tolong menolong. Oleh karena itu, permasalahan ini akan berdampak negatif bagi perkembangan individu yang tentunya akan berpengaruh pada lingkungan sekitarnya. Individu cenderung cepat berfikir dan menilai secara irasional akan dirinya bahkan orang lain atau menyakini persepsi yang belum pasti kebenarannya. Perilaku prososial sebagai suatu proses yang terjadi sepanjang hidup individu untuk melakukan penilaian atau evaluasi terhadap kualitas hidupnya. Perilaku prososial juga berkaitan sekali dengan cara berpikir, menggunakan perasaan dan berperilaku. Maka rendahnya perilaku prososial perlu mendapat penanganan khusus, sehingga perilaku prososial yang rendah dapat ditingkatkan. Maka penulis mencoba mengemukakan alternatif penyelesaian terhadap permasalahan tersebut melalui bimbingan kelompok dengan teknik *outbound*.



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2019 by author.

---

## Koresponden:

Andini Sabela,

Email: [andinisabela4@gmail.com](mailto:andinisabela4@gmail.com)

---

## Pendahuluan

Di era globalisasi individu cenderung mengharapkan dirinya berkembang dan menjadi lebih baik. Perkembangan potensi seseorang tidak terwujud begitu saja apabila tidak diupayakan untuk mewujudkan

---

potensi yang ada didalam diri individu, individu sebagai makhluk sosial memiliki kecenderungan membutuhkan bantuan dari orang lain. Tanpa bantuan dari orang lain individu kesulitan dalam mengembangkan potensinya. Tolong-menolong dalam kehidupan sehari-hari sudah menjadi kewajiban kita sebagai makhluk sosial yang saling membutuhkan satu sama lain. Namun dalam tindakan langsung untuk menolong terkadang individu segan untuk membantu orang lain, tak jarang dari mereka yang mengharapkan pamrih saat membantu orang lain.

Perilaku prososial adalah segala bentuk perilaku yang memberikan konsekuensi bagi penerima, baik dalam bentuk materi, fisik ataupun psikologis tetapi tidak memiliki keuntungan yang jelas bagi pemiliknya (Dayakisni, 2009). Menurut Baron (2005). perilaku prososial adalah suatu tindakan menolong yang menguntungkan orang lain tanpa harus menyediakan suatu keuntungan. Menurut William (dalam Dayakisni, 2009) perilaku prososial adalah perilaku yang memiliki intensi untuk mengubah keadaan fisik atau psikologis penerima bantuan dari kurang baik menjadi lebih baik.

Menurut Rushton (dalam Sears. dkk, 2005) menemukan perilaku prososial adalah tindakan altruisme yang tidak mementingkan diri sendiri atau tanpa pamrih sampai tindakan menolong yang sepenuhnya dimotivasi oleh kepentingan diri sendiri. Individu lebih mementingkan kesenangan untuk diri sendiri tanpa memikirkan lingkungan sekitar. Ada beberapa banyak faktor yang menyebabkan manusia menjadi makhluk individual yang kurang peka dengan lingkungan sekitar yaitu: kurangnya rasa empati terhadap sesama, egois, serta kurangnya tolong-menolong. Menurut teori di atas dapat disimpulkan perilaku sosial adalah suatu perilaku tindakan tolong-menolong yang menguntungkan orang lain untuk mengubah keadaan fisik atau psikologis penerima bantuan dari kurang baik menjadi baik tanpa pamrih.

Menurut Mahmuda (2011) mengungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi tindakan prososial ada empat, yaitu situasi sosial, karakteristik orang yang terlibat, faktor internal dan latar belakang kepribadian. Menurut Mussen (dalam Nashori, 2008) Jenis-jenis perilaku prososial mengungkapkan bahwa perilaku prososial meliputi menolong, berbagi rasa, kerjasama, menyumbang, dan memperhatikan orang lain. Pada taraf Sekolah Menengah Pertama, seorang individu mengalami fase remaja awal, dimana masa transisi dari anak-anak akhir menjadi remaja itu membutuhkan penyesuaian yang tidak mudah di usia mereka. Masa remaja dapat diartikan pencarian jati diri atau identitas diri, oleh sebab itu remaja membutuhkan sekolah dan pendidikan untuk mencapai penyesuaian diri dengan baik.

Tujuan dari bimbingan kelompok dengan teknik *outbound* adalah agar anggota kelompok dapat berlatih mengemukakan perasaan, ide, pendapat, dan menambah kepercayaan diri anggota kelompok Dalam layanan bimbingan kelompok terdapat dinamika kelompok. Dinamika kelompok merupakan jiwa yang menghidupkan suatu kelompok. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik secara mendalam akan mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, keaktifan dan sikap siswa.

## Pembahasan

### A. Bimbingan Kelompok

#### a. Pengertian Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno dan Amti (2008) mengatakan bahwa bimbingan kelompok mengarahkan layanan kepada sekelompok individu dengan satu kali kegiatan untuk memberikan manfaat atau jasa kepada sejumlah orang. Menurut Wibowo (2005) menyatakan bahwa bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan kelompok menyediakan informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial untuk mencapai tujuan bersama. Menurut Sukardi (2002) layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama memperoleh bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan.

Dari beberapa pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah kelompok diarahkan oleh pemimpin kelompok yang anggota kelompoknya saling berinteraksi, informasi dan mengeluarkan pendapat serta berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan.

#### b. Tujuan Bimbingan Kelompok

Tujuan bimbingan kelompok yaitu agar individu mampu memberikan informasi seluas-luasnya kepada anggota kelompok supaya mereka bisa membuat yang direncanakan secara tepat

serta membuat keputusan yang memadai mengenai hal yang berkaitan dengan masa depan serta cenderung bersifat pencegahan. Menurut Prayitno (2004:2) bahwa tujuan dari bimbingan kelompok ada dua, yaitu tujuan khusus dan tujuan umum:

1. Tujuan umum  
Bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi peserta didik khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan.
  2. Tujuan Khusus  
Bimbingan kelompok adalah membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan hangat yang menjadi perhatian peserta didik. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, persepsi pikiran, wawasan dan sikap yang menunjang diwujudkan tingkah laku yang lebih efektif.
- c. Manfaat Bimbingan Kelompok  
Menurut Sukardi (2008) manfaat bimbingan kelompok antara lain: 1. Melalui bimbingan kelompok memberikan kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi disekitarnya, 2. Pemahaman yang objektif, tepat, dan cukup luas tentang berbagai hal yang telah mereka bicarakan dalam kelompok, 3. Sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka yang berhubungan dengan hal yang mereka bicarakan dalam kelompok, 4. Menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan dukungan yang baik.  
Menurut Winkel & Sri Hastuti (2004) menyebutkan manfaat layanan bimbingan kelompok, yaitu: 1. Memberikan informasi yang dibutuhkan oleh peserta didik, 2. Peserta didik dapat menyadari tantangan yang akan dihadapi, 3. Peserta didik dapat menerima dirinya, 4. Lebih berani mengemukakan pandangannya sendiri bila berada dalam kelompok.
- d. Fungsi Bimbingan Kelompok  
Menurut Sukardi fungsi utama layanan bimbingan yang didukung oleh bimbingan kelompok ada dua, yaitu: 1. Fungsi pemahaman, yaitu membantu konseli agar memiliki pemahaman terhadap dirinya dan lingkungannya, 2. Fungsi pengembangan, yaitu sifatnya lebih proaktif dari fungsi-fungsi lainnya. Konselor senantiasa berupaya untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, yang memfasilitasi perkembangan konseli.
- e. Asas Bimbingan Kelompok  
Menurut Prayitno (2004) asas-asas dalam bimbingan kelompok meliputi: 1. Asas keterbukaan, yaitu agar anggota kelompok untuk bersikap terbuka dalam memberikan informasi, 2. Asas kesukarelaan, yaitu para peserta anggota kelompok untuk sukarela dalam mengikuti kegiatan, 3. Asas kekinian, yaitu yang pembahasannya bersifat sekarang maupun masa terjadinya, 4. Asas kenormatifan, yaitu tata karma dan cara berkomunikasi yang baik dan masih dalam batas norma yang berlaku.

## B. Perilaku Prososial

### a) Pengertian Perilaku

Perilaku adalah hasil dari pada segala macam pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam segala bentuk pengetahuan, sikap dan tindakan. Menurut Notoatmodjo (2010), perilaku merupakan respon atau reaksi seorang individu terhadap stimulus, yang berasal dari luar maupun dari dalam dirinya. Perilaku merupakan tindakan yang dapat diamati dan mempunyai frekuensi spesifik, durasi dan tujuan baik yang disadari maupun tidak (Wawan, 2011). Perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus. Perilaku ini juga disebut dengan teori "S -O -R" atau : Stimulus-Organisme-Respon. Dalam bentuk respon terhadap stimulus respon dibagi menjadi dua yaitu: a. Respon respondent atau reflektif yaitu respon yang dihasilkan oleh rangsangan tertentu biasanya respon ini menghasilkan sifat relatif tetap atau disebut juga eliciting stimuli, b. Operan respon ini timbul dan berkembang diikuti oleh stimulus atau rangsangan lain berupa penguatan.

Adapun bentuk-bentuk perilaku menurut Notoatmodjo (2011) yang dilihat dari bentuk respon terhadap stimulus: a. Perilaku tertutup (cofert behavior) respon terhadap stimulus ini masih terbatas pada perhatian persepsi pengetahuan atau kesadaran dan sikap yang terjadi pada orang yang menerima stimulus dan belum dapat diamati dengan jelas oleh orang lain. b. Perilaku terbuka (overt behavior) respon terhadap stimulus ini sudah jelas dalam bentuk tindakan atau praktik yang mudah untuk diamati dan dilihat oleh orang lain.

b) Pengertian Perilaku Prososial

Menurut Baron (2005) perilaku prososial adalah suatu tindakan menolong yang menguntungkan orang lain tanpa harus menyediakan suatu keuntungan langsung pada orang yang melakukan tindakan tersebut, dan mungkin bahkan melibatkan suatu resiko bagi orang yang menolong. Menurut William (dalam Dayakisni, 2009) membatasi perilaku prososial sebagai perilaku yang memiliki intensi untuk mengubah keadaan fisik atau psikologis penerima bantuan dari kurang baik menjadi lebih baik, secara material maupun psikologis. Menurut Sears (1994), "perilaku prososial adalah tindakan menolong yang sepenuhnya dimotivasi oleh kepentingan diri sendiri tanpa mengharapkan sesuatu untuk diri penolong itu sendiri". Menurut Staub dalam Dayakisni (2009), "perilaku prososial dapat dimengerti sebagai perilaku yang menguntungkan penerima, tetapi tidak memiliki keuntungan yang jelas bagi pelakunya".

Dari beberapa pengertian diatas, disimpulkan bahwa perilaku prososial adalah perilaku menolong menguntungkan bagi orang lain yang dimotivasi oleh diri sendiri untuk mengubah keadaan fisik maupun psikologis penerima bantuan dari kurang baik menjadi lebih baik, akan tetapi tidak memiliki keuntungan yang jelas bagi pelakunya.

c) Faktor-Faktor yang Mendasari Perilaku Prososial

Menurut Staub (dalam Dayakisni, 2009) terdapat beberapa faktor yang mendasari seseorang untuk bertindak prososial, yaitu: 1. Self gain adalah Harapan seseorang untuk memperoleh atau menghindari kehilangan sesuatu, misalnya ingin mendapatkan pengakuan, pujian atau takut dikucilkan, 2. Personal Values And Norms adalah Adanya nilai-nilai dan norma sosial yang diinternalisasikan oleh individu selama mengalami sosialisasi dan sebagian nilai-nilai dan norma yang berkaitan dengan tindakan prososial, seperti kewajiban menegakkan kebenaran dan keadilan serta adanya norma timbal balik, 3. Empathy adalah Kemampuan seseorang untuk ikut merasakan perasaan atau pengalaman orang lain, 4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Prososial. Sarwono (2002) perilaku menolong atau perilaku prososial dipicu oleh faktor dari luar atau dari dalam diri seseorang, yaitu: 1. Pengaruh Situasi Bystander Faktor utama, menurut penelitian psikologi sosial, yang berpengaruh pada perilaku menolong dan tidak menolong karena adanya orang lain yang kebetulan berada bersama di tempat kejadian (bystander). Semakin banyak orang lain, semakin kecil kecenderungan orang untuk menolong. Sebaliknya, orang yang sendirian cenderung lebih bersedia menolong, 2. Menolong jika orang lain juga menolong sesuai dengan prinsip timbal balik dalam teori norma sosial, adanya seseorang yang sedang menolong orang lain akan memicu kita juga untuk menolong, 3. Biasanya orang yang sibuk dan tergesa-gesa cenderung untuk tidak menolong, sedangkan orang yang santai lebih besar kemungkinannya untuk memberi pertolongan pada yang memerlukannya, 4. Kemampuan yang memiliki kalau orang merasa mampu, akan cenderung menolong sedangkan kalau merasa tidak mampu tidak menolong.

d) Aspek-Aspek Perilaku Prososial

Menurut Einsberg & Mussen (dalam Dayakisni, 2009) aspek-aspek perilaku sosial meliputi: 1. Sharing (berbagi), yaitu berbagi perasaan dengan orang lain baik suasana suka maupun duka, 2. Cooperating (kerjasama), yaitu bekerjasama dengan orang lain demi mencapai suatu tujuan, 3. Helping (membantu), yaitu menolong orang lain yang sedang dalam kesusahan, 4. Donating (memberi), yaitu memberi secara suka rela sebagai barang miliknya untuk yang membutuhkan, 5. Honesty (kejujuran), yaitu selalu jujur tidak berbuat curang terhadap orang lain. Bringham (1991: 277) menyatakan aspek-aspek dari perilaku prososial adalah: a. persahabatan kesediaan untuk menjalin hubungan yang lebih dekat dengan orang lain, b. Kerjasama kesediaan untuk bekerjasama dengan orang lain demi tercapai suatu tujuan, c. Menolong kesediaan untuk menolong orang lain yang sedang berada dalam kesulitan. d. Bertindak jujur kesediaan untuk melakukan sesuatu seperti apa adanya, tidak berbuat curang. e. Berderma kesediaan untuk memberikan sukarela sebagian barang miliknya kepada orang yang membutuhkan.

Menurut Staub (dalam Dayakisni, 2009) ada tiga indikator perilaku prososial, yaitu: 1. Tindakan itu berakhir pada dirinya dan tidak menuntut keuntungan pada pihak pelaku, 2. Tindakan itu dilahirkan secara sukarela, 3. Tindakan itu menghasilkan kebaikan, 6. Ciri-Ciri Perilaku Prososial. Ada beberapa ciri-ciri perilaku prososial, yaitu:

1. Simpati dan empati
2. Kerja sama dan gotong royong

e) Dinamika Perilaku Prososial

Menurut Darley dan Latene (dalam Dayakisni, 2009) mengajukan suatu konsep bahwa respon menolong merupakan serangkaian pilihan-pilihan kognitif dalam situasi darurat, individu

telah membuat beberapa tahapan keputusan secara kognitif sebelum suatu respon menolong terjadi. Sampai pada tindakan prososial, individu harus mendeteksi bahwa ada suatu kejadian dan menaruh perhatian terhadap kejadian itu. Proses keputusan yang paling memungkinkan orang yang melihat suatu kejadian darurat itu mengurungkan tindakan menolong atau tidak menuju pada fase berikutnya adalah saat memasuki fase kedua atau ketiga, yaitu ketika individu menginterpretasikan situasi itu sebagai darurat atau tidak dalam memutuskan apakah dia bertanggungjawab secara pribadi untuk memberikan pertolongan.

f) Respon-Respon Menolong

Menurut Lang (dalam Baron & Byrne) respon-respon terhadap situasi darurat menemukan adanya rentang yang luas dimana penyaksi situasi darurat akan memberikan respon, yaitu: 1. Intervensi atau bantuan secara langsung dengan suatu perencanaan untuk memberi pertolongan, 2. Pertolongan umum, 3. Pertolongan secara tak langsung atau melaporkan kejadian itu, 4. Menolong dengan syarat, 5. Tidak menolong atau tidak ada interaksi. 6. Menolak untuk memberi pertolongan dengan suatu atribusi atau rasionalisasi.

g) Reaksi Penerima Pertolongan

Ada beberapa reaksi penerima pertolongan yaitu: 1. *Equity theory* mengemukakan bahwa orang tidak hanya berusaha untuk memaksimalkan ganjaran yang mereka terima dalam suatu hubungan, tetapi mereka juga akan berusaha memperoleh suatu hubungan yang adil, 2. Teori Pertukaran Sosial Meningkatnya perasaan berkuasa adalah salah satu ganjaran yang diterima seorang penolong dari situasi interaksi dimana memberikan pertolongan pada orang lain. Meningkatnya perasaan berkuasa adalah kebebasan dari apapun yang dibayar kembali penerima kepada penolong dan mengganti kerugian biaya pertolongan dimana dari sudut pandang penolong membuat interaksi ini berharga, 3. *Self-threat theory of recipient* menerima pertolongan dapat juga mengancam harga diri penerima. Pertolongan dipersepsi sebagai mendukung diri adanya isyarat merawat dan menaruh perhatian, maka ini akan menghasilkan reaksi positif seperti meningkatkan perasaan tentang penghargaan diri dan apresiasi yang mengarah pada penolong.

h) Cara Meningkatkan Perilaku Prososial

Menurut Brigham (dalam Dayakisni dan Hudaniyah, 2009) Adapun beberapa cara untuk meningkatkan perilaku prososial yaitu : 1. Penayangan model perilaku prososial banyak perilaku manusia yang terbentuk melalui belajar sosial terutama dengan cara meniru. Dalam mengembangkan perilaku-perilaku tertentu kita dapat melakukan pendekatan behavioral dengan model belajar sosial. Pembentukan perilaku prososial dapat kita lakukan dengan sering memberikan stimulus tentang perilaku-perilaku baik, 2. Menciptakan suatu Superordinate Identity ditunjukkan bahwa dapat mengurangi konflik dan meningkatkan perilaku prososial dalam kelompok besar serta meningkatkan kemampuan empati diantara anggota kelompok tersebut. Seseorang merasa bagian dari suatu kelompok yang lebih besar, akan berusaha tetap berada di kelompok tersebut dan akan melakukan perbuatan yang menuntun dapat diterima oleh anggota kelompok yang lain, salah satu cara adalah senantiasa berbuat baik untuk orang lain. Akan menghindari diri dari perbuatan yang tidak disenangi oleh kelompoknya, sehingga kondisi ini akan memberikan dorongan untuk senantiasa berbuat baik untuk orang lain, 3. Menekankan perhatian terhadap norma-norma Prososial Seperti norma tentang tanggung jawab sosial, norma ini dapat ditanamkan oleh orang tua, guru ataupun melalui media massa. Longgarnya sosialisasi dan pembelajaran terhadap norma-norma ini akan mendorong munculnya perilaku antisosial atau tidak peduli dengan lingkungan sekitar dan hal ini sangat mengkhawatirkan bagi perkembangan psikologis dan sosial seseorang.

### C. Konsep Outbound

1) Pengertian *Outbound*

*Outbound* adalah suatu bentuk dari pembelajaran segala ilmu terapan yang disulasikan dan dilakukan di alam terbuka atau tertutup dengan bentuk permainan yang efektif, yang menggabungkan antara intelegensia, fisik dan mental. Ada berapa macam- macam pemainnya outbound: 1. *Outbound kids* adalah suatu kegiatan *outbound* yang dilakukan oleh anak-anak yang berumur berkisar antara umur 5 tahun keatas sampai umur 15 tahun. Biasanya *outbound* anak bertujuan mengembangkan kepercayaan diri, keberanian dan daya kreatifitas, 2. *Outbound adult* adalah suatu kegiatan *outbound* yang di lakukan oleh seseorang berumur lebih dari tujuh belas tahun keatas. *outbound* dewasa memiliki beragam permainan yang memacu jantung atau *adrenalin*, seperti arum jeram, *art rope* dan lain lain.

Ada beberapa jenis *game outbound* yaitu: 1. *Outbound soft skill* adalah kegiatan *outbound* yang dilakukan untuk pengembangan personal dan interpersonal, biasanya berupa kemampuan (bakat) atau keterampilan dirancang sedemikian rupa sehingga tidak perlukan fisik yang berlebih untuk melakukannya, 2. *Outbound hard skill* adalah kegiatan *outbound* yang dilakukan untuk keterampilan teknis atau penguasaan bidang seseorang sehingga mudah dilakukan dan diterapkan. Biasanya *outbound* di fokuskan untuk keterampilan seseorang sehingga diperlukan kecepatan dan ketepatan.

2) Permainan *Outbound* Populer:

Ada beberapa permainan *outbound* populer yaitu: 1. *Outbound training*, 2. Arum jeram (*rafting*), 3. *Paint ball (war game)*, 4. *High rope activity* seperti *flaying fox*, 5. *Fun outing*, 6. *Family gathering*, dan 7. *Camping*. Ada beberapa tujuan *outbound* yaitu: 1. *Team building* adalah peningkatan hubungan kerjasama, solid, sinergi dan kekompakan tim atau kelompok, 2. *Team work* adalah kerjasama tim untuk mencapai tujuan bersama, 3. Komunikasi adalah proses tata cara menyampaikan informasi yang tepat kepada seseorang maupun kelompok, 4. *Leadhersip* adalah proses kekuatan dalam mempengaruhi seseorang atau kelompok untuk mencapai tujuan yang di inginkan, 5. Konsentrasi adalah peningkatan daya fokus dan daya ingat fikiran seseorang terhadap sesuatu, 6. Kreativitas adalah peningkatan suatu daya cipta atau ide baru untuk dikembangkan, 7. Strategi *Planning* adalah suatu perencanaan untuk mencapai sasaran atau tujuan, 8. Analisis adalah kemampuan menelaah dan menyelidiki sesuatu sehingga mudah dipahami dan dipecahkan, dan 9. *Convidence* adalah percaya diri terhadap kemampuan yang di milikinya.

Ada beberapa manfaat *outbound* yaitu: 1. Menjalani Silahturohmi, 2. Melepas penat atau kejenuhan rutinitas, 3. Mendapatkan ilmu materi yang diisipkan dalam permainan *outbound*, 4. Lebih mengenal lingkungan, 5. Membangun percaya diri, dan 6. Menganalisa kemampuan seseorang untuk keperluan manajemen.

### Kesimpulan

Perilaku prososial juga berkaitan sekali dengan cara berpikir, menggunakan perasaan, empati dan berperilaku. Oleh karena itu, pada bimbingan dan konseling dengan teknik *outbound* yang sangat cocok digunakan dalam permasalahan tersebut. Teknik *outbound* tujuan umum yaitu membantu individu suatu bentuk dari pembelajaran segala ilmu terapan yang disulasikan dan dilakukan di alam terbuka atau tertutup dengan bentuk permainan yang efektif, yang menggabungkan antara intelegensia, fisik dan mental. Secara konseling tersebut memusatkan perhatian pada upaya membantu individu untuk belajar memperoleh keterampilan yang memudahkannya untuk membentuk pikiran-pikiran yang lebih rasional, mengarahkan pada tolong menolong, kebahagiaan yang lebih besar dan mendorong kesanggupan untuk dapat lebih menikmati hidupnya.

Penggunaan bimbingan kelompok dengan teknik *outbound* sangat cocok dalam menangani masalah perilaku prososial yang rendah. Siswa yang mengalami perilaku prososial yang rendah langsung bisa ditangani melalui bimbingan kelompok dengan teknik *outbound* supaya pemikiran-pemikiran yang irasional yang menimbulkan penilaian negatif tentang sosial bisa diubah atau menggantikannya dengan pemikiran-pemikiran yang rasional sehingga dapat memunculkan penilaian yang positif pada dirinya sehingga perilaku prososialnya meningkat. Teknik *outbound* adalah usaha untuk membantu individu empati, dan percaya diri untuk tolong menolong.

### Referensi

A R Murniati, 'Manajemen Stratejik: Peran Kepala Sekolah Dalam Pemberdayaan'.

Amien Wikhayah, 'Hubungan Antara Empati Dengan Perilaku Prososial Pada Siswa Smk Moyudan' (Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2017).

Anik Mahtun Fajar Rini, 'Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Perilaku Prososial Siswa Kelas Viii Smp Negeri 7 Semarang' (Universitas Negeri Semarang, 2015).

Anisa Oktaviani, 'Hubungan Antara Empati Dengan Perilaku Prososial Pada Siswa Smk Batik Surakarta' (Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2017).

- Anita Chandra Dewi And Erny Sofianni, 'Perilaku Prososial Anak Usia 5-6 Tahun Terhadap Anak Down Syndrome Di Paud Taman Belia Candi Semarang Tahun Ajaran 2016/2017', *Al-Wardah*, 12.1 (2019).
- Awalia Frisnawati, 'Hubungan Antara Intensitas Menonton Reality Show Dengan Kecenderungan Perilaku Prososial Pada Remaja', *Empathy Jurnal Fakultas Psikologi*, 1.1 (2013).
- Budi Santoso Gansar, 'Efektifitas Outbound Plus Terhadap Penurunan Tingkat Stres Skripsi Mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang' (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2017).
- Deni Perdana Siregar, 'Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Behavioral Terhadap Perilaku Prososial Siswa Kelas Xi Jurusan Rekayasa Perangkat Lunak (Rpl) Smk Negeri 1 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2016-2017' (Unimed, 2017).
- Faika Hanifa, 'Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Antar Pribadi Siswa Kelas X Tkj Smk Negeri Binaan Provsu Tahun Pembelajaran 2017/2018.
- Farhan Hukama, 'Perbandingan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa-Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Antara Yang Tinggal Dengan Orang Tua Dan Yang Tinggal Di Kost', 2017.
- Fiqi Barizul Rahman And Malta Nelisa, 'Penerapan Program Kreatif Di Taman Bacaan Masyarakat Komunitas Togok Di Kelurahan Ganting Kota Padang Panjang', *Ilmu Informasi Perpustakaan Dan Kearsipan*, 7.1 (2018).
- Gusti Yuli Asih And Margaretha Maria Shinta Pratiwi, 'Perilaku Prososial Ditinjau Dari Empati Dan Kematangan Emosi', *Jurnal Psikologi: Pitutur*, 1.1 (2010).
- Haffif Noor Rochim, 'Perilaku Prososial Penghuni Liponsos Di Kelurahan Keputih' (Iain Sunan Ampel Surabaya, 2009)
- Herri Zan Pieter, *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan* (Kencana, 2018).
- Ira Nurhayati, 'Pengaruh Pelatihan Outbound Terhadap Peningkatan Kohesifitas Kelompok Pada Anggota Osis Sma Islam Al-Maarif Singosari-Malang' (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2008).
- Khoiruddin Bashori, 'Menyemai Perilaku Prososial Di Sekolah', *Sukma: Jurnal Pendidikan*, 1.1 (2017).
- Nuris Fakhma Hanana, 'Pengaruh Self-Esteem Dan Kecerdasan Emosi Terhadap Perilaku Prososial Pada Santri Pondok Pesantren Daarul Rahman Jakarta', 2015.
- Nurul Khusna, 'Pengaruh Stimulasi Permainan Terhadap Perilaku Prososial Anak Kelompok B Di Tk Al Hidayah Talok Dan Tk Al Hidayah Sumberdiren Kecamatan Garum Kabupaten Blitar', 2018.
- Prayitno & Eman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling. Cet-2* (Jakarta: Pt Rineka Cipta, 2004).
- Rieka Angkouw And Herry Kapugu, 'Ruang Dalam Arsitektur Berwawasan Perilaku', *Media Matrasain*, 9.1 (2012).
- Riska Via Andis Tina, 'Hubungan Antara Kedemokratisan Pola Asuh Dengan Perilaku Prososial Mahasiswa Jurusan Bahasa Dan Sastra Inggris Uin Maulana Malik Ibrahim Malang' (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2012).
- Siti Halimah, 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Aman Karyawan Di Pt Sim Plant Tambun Ii Tahun 2010', 2010.

- Sri Narti, Kumpulan Contoh Laporan Hasil Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (Pbk), (Yogyakarta: Cv Budi Utama), 2019.
- Tohirin, Bimbingan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi), (Jakarta: Rajawali Pers), 2011.
- Try Yanuar Wahyu P, 'Pengembangan Paket Bimbingan Perilaku Prosocial Untuk Kelas Vii Developing Of The Textbook Of Prosocial Behavior For Seventh Grade Of Junior High School.', Jurnal Bk Unesa, 6.1 (2016).
- Tutik Dwi Haryati, 'Kematangan Emosi, Religiusitas Dan Perilaku Prosocial Perawat Di Rumah Sakit', Persona: Jurnal Psikologi Indonesia, 2.2 (2013).
- Yohanes Budi Cahyono, 'Persepsi Tentang Metode Service Learning, Konsep Diri Dan Perilaku Prosocial Mahasiswa', Persona: Jurnal Psikologi Indonesia, 5.02 (2016).
- Zamzami Sabiq, 'Kecerdasan Emosi, Kecerdasan Spiritual Dan Perilaku Prosocial Santri Pondok Pesantren Nasyrul Ulum Pamekasan', Persona: Jurnal Ps