

**PENGEMBANGAN MEDIA PERMAINAN ULAR TANGGA DENGAN
TEMA *SELF AWARENESS* DALAM LAYANAN BIMBINGAN
KELOMPOK PADA SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 10 BANDAR
LAMPUNG**

Skripsi

Oleh

SHELLA DIANI GUSTINA

2013052066



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

ABSTRAK

PENGEMBANGAN MEDIA PERMAINAN ULAR TANGGA DENGAN TEMA *SELF AWARENESS* DALAM LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 10 BANDAR LAMPUNG

Oleh

SHELLA DIANI GUSTINA

Masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya inovasi penggunaan media dalam layanan bimbingan kelompok di kalangan siswa tentang *self awareness* (kesadaran diri). Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media permainan ular tangga dengan tema *self awareness* (kesadaran diri) dalam layanan bimbingan kelompok bagi siswa. Metode penelitian ini yaitu metode penelitian dan pengembangan (*Research and Development*) dengan model yang digunakan yaitu 4-D (*Define – Design – Develop – Disseminate*). Subjek penelitian dibagi menjadi kelas kecil terdiri dari 6 siswa untuk uji keterbacaan visual dan 5 siswa sebagai subjek penelitian. Teknik pengumpulan data menggunakan kuisisioner kelayakan media, kuisisioner keterbacaan visual, serta kuisisioner *pretest* dan *posttest*. Hasil uji ahli mendapatkan presentase kelayakan sebesar 75% dari ahli media dan 85% dari ahli materi. Keterbacaan visual mendapat presentase 84,4% dan dari subjek penelitian yang ditugaskan mengerjakan *pre-test* dan *post-test* mendapat presentase peningkatan sebesar 114,6%. Kesimpulan penelitian ini adalah pengembangan media permainan ular tangga dengan tema *self awareness* (kesadaran diri) dalam layanan bimbingan kelompok bagi siswa sangat layak digunakan.

Kata kunci: Media Permainan Ular Tangga, *Self Awareness*, Bimbingan Kelompok

ABSTRACT

DEVELOPMENT OF A SNAKES AND LADDERS GAME MEDIA WITH THE THEME OF SELF-AWARENESS IN GROUP GUIDANCE SERVICES FOR GRADE VIII STUDENTS OF SMP NEGERI 10 BANDAR LAMPUNG

By

SHELLA DIANI GUSTINA

The problem in this study is the lack of innovation in the use of media in group guidance services to enhance students' self awareness. This study aims to develop a Snakes and Ladders game media with the theme of self awareness for use in group guidance services for students. The research method employed is Research and Development (R&D), using the 4-D model (Define – Design – Develop – Disseminate). The research subjects were divided into two groups: a small group of six students for the visual readability test, and five students for the main study. Data collection techniques included media feasibility questionnaires, visual readability questionnaires, and pre-test and post-test questionnaires. The expert validation results showed a feasibility score of 75% from media experts and 85% from material experts. The visual readability test yielded a score of 84.4%. In addition, students assigned to complete the pre-test and post-test showed an improvement of 114.6%. The conclusion of this study is that the Snakes and Ladders game media with the theme of self awareness is highly feasible for use in group guidance services for students.

Keywords: *Snakes and Ladders Game Media, Self Awareness, Group Guidance*

**PENGEMBANGAN MEDIA PERMAINAN ULAR TANGGA DENGAN
TEMA *SELF AWARENESS* DALAM LAYANAN BIMBINGAN
KELOMPOK PADA SISWA KELAS VIII DI SMP NEGERI 10 BANDAR
LAMPUNG**

**Oleh
SHELLA DIANI GUSTINA**

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

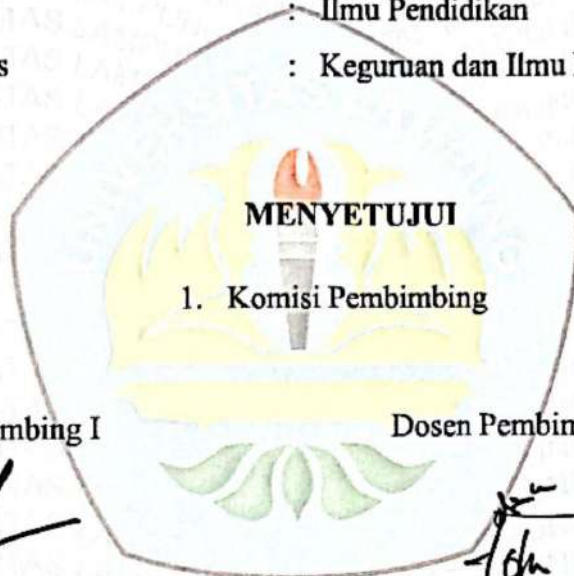
**Program Studi Bimbingan dan Konseling
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

Judul Skripsi : Pengembangan Media Permainan Ular
Tangga *Self Awareness* dalam Layanan
Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas
VIII di SMP Negeri 10 Bandar Lampung

Nama : Sheffa Diani Gustina
Nomor Pokok Mahasiswa : 2013052066
Program Studi : S-1 Bimbingan dan Konseling
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dosen Pembimbing I

Dr. Mujiyati, M.Pd.
NIP 198511122019032016

Dosen Pembimbing II

Moch. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi.
NIP 198709182015041001

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si. f
NIP 197412202009121002

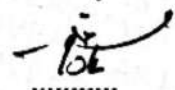
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

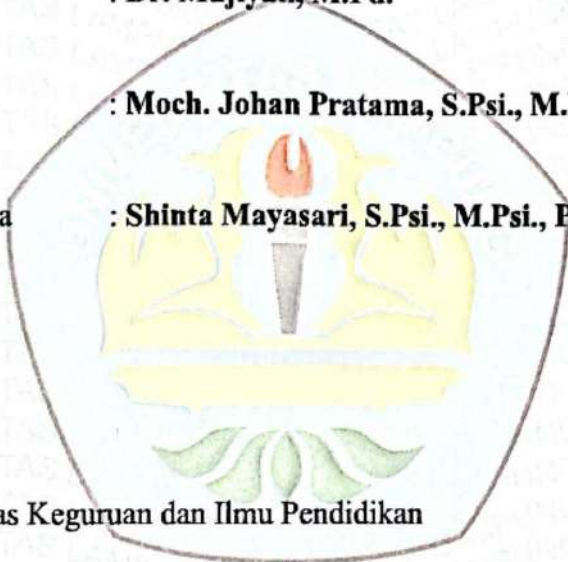
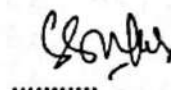
Ketua : Dr. Mujiyati, M.Pd.



Sekretaris : Moch. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi.



Penguji Utama : Shinta Mayasari, S.Psi., M.Psi., Psi.



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd.
NIP. 198705042014041001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 23 Mei 2025

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Shella Diani Gustina
NPM : 2013052066
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengembangan Media Permainan Ular Tangga dengan Tema *Self Awareness* dalam Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 10 Bandar Lampung” adalah asli hasil penelitian saya, kecuali bagian-bagian tertentu yang dapat dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Atas perhatiannya, saya ucapkan terima kasih.

Bandar Lampung, 23 Mei 2025

Peneliti



Shella Diani Gustina

NPM 2013052066

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama Shella Diani Gustina, lahir di Bandar Lampung pada tanggal 27 Agustus 2002. Penulis merupakan anak pertama dari empat bersaudara. Putri dari pasangan Bapak Suryadi Kamirin dan Ibu Leni Kriswantini. Berikut ini merupakan pendidikan formal yang pernah ditempuh oleh penulis, yaitu:

1. Pendidikan Taman Kanak-Kanak (TK) Citra Melati, lulus pada tahun 2008,
2. Pendidikan SD Negeri 3 Gedong Air, lulus pada tahun 2014,
3. Pendidikan SMP Negeri 10 Bandar Lampung, lulus pada tahun 2017,
4. Pendidikan SMA Negeri 16 Bandar Lampung, lulus pada tahun 2020.

Pada tahun 2020, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling (BK), FKIP Universitas Lampung melalui jalur Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN) di pilihan kedua.

Selama menjadi mahasiswa, penulis turut aktif di organisasi internal kampus yaitu Forum Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung (FORMABIKA) sebagai Bendahara Umum periode 2022/2023, serta aktif mengikuti kegiatan kemahasiswaan di UKM *English Society* (Eso) Universitas Lampung pada tahun 2022-2023. Penulis juga berkesempatan mengikuti salah satu Program MBKM, yaitu Program Kampus Mengajar *Batch* 3 di tahun 2022. Selanjutnya pada tahun 2023, penulis melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan kegiatan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) di UPT SMP Negeri 2 Umpu Semenguk di Kampung Gistang, Kecamatan Umpu Semenguk, Kabupaten Way Kanan.

MOTTO

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

(QS. Al-Insyirah: 5-6)

“Jangan lelah untuk berbuat baik, kapanpun dan dimanapun itu”

(Ibu)

#self-reminder: *“Allah always loves you unconditionally”*

“Bukan kita yang hebat, tapi Allah yang mudahkan. Bukan kita yang mampu, tapi Allah yang izinkan”

“Tenang yaa, semua hal-hal baik pasti sudah ada timeline masing-masing”

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Segala Puji bagi Allah SWT yang karena rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat mempersembahkan karya ini sebagai tanda cinta dan kasih sayangku kepada:

Kedua Orang Tuaku Tercinta

Ayahanda Suryadi Kamirin dan Ibunda Leni Kriswantini

Kupersembahkan karya sederhana ini untuk Ayah dan Ibu tercinta, yang selalu percaya dan mendoakanku dalam diam. Aku bersyukur memiliki kalian sebagai orang tuaku, bagaikan malaikat tak bersayap. Kasih sayang, doa, dan pengorbanan

Ayah dan Ibu tiada henti menyertai setiap langkahku. Terima kasih atas cinta tanpa syarat dan semangat yang selalu kalian berikan kepadaku.

Adik-adikku Tersayang

Adikku Talitha Arisanti, Quinsha Aqila Damayanti, dan Suryo Woong Bagus

Semoga karya sederhana ini menjadi bukti bahwa setiap mimpi bisa diraih dengan usaha dan doa. Teruslah belajar, berjuang, dan jangan pernah takut bermimpi lebih tinggi. Terima kasih telah menjadi adik yang selalu ada dikala suka dan duka.

Bapak/Ibu Guru dan Dosen Pengajarku

Terima kasih telah bersedia mengajarkanku dan membekali ilmu dengan penuh kesabaran dan keikhlasan. Terima kasih untuk pengalaman dan pembelajaran yang telah diberikan selama ini. Semoga ini menjadi ilmu yang bermanfaat.

Keluarga Besar, Sahabat, dan Teman-temanku

Terima kasih untuk segala doa dan dukungannya. Terima kasih selalu kebersamai dalam perjuangan menyelesaikan studi sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.

Almamater Tercinta

Universitas Lampung

SANWACANA

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Pengembangan Media Permainan Ular Tangga dengan Tema *Self Awareness* dalam Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 10 Bandar Lampung”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Lampung. Penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan atas bantuan serta kerja sama berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Lusmeila Afriani, D.E.A, I.P.M., selaku Rektor Universitas Lampung.
2. Bapak Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
4. Ibu Dr. Ranni Rahmayanthi Z, S.Pd., M.A., selaku Ketua Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung.
5. Ibu Dr. Mujiyati, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing I sekaligus dosen Pembimbing Akademik yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membimbing dengan penuh kesabaran, memberikan ilmu, perhatian, motivasi, doa, saran, dan arahan kepada penulis selama menjadi mahasiswa maupun selama penulisan skripsi ini sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Terima kasih telah membersamai penulis dalam meraih prestasi selama menjadi mahasiswa dan terima kasih atas pelukan hangat yang selalu diberikan dikala penulis merasa lelah dalam penyusunan skripsi ini.

6. Bapak Moch. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi., selaku Dosen Pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membimbing serta memberikan saran, motivasi, doa, bimbingan, dan arahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Terima kasih kepada beliau yang telah menjadi inspirasi penulis dalam pemilihan topik penelitian skripsi ini.
7. Ibu Shinta Mayasari, S.Psi. M.Psi., Psi., selaku Dosen Pembahas yang telah menyediakan waktunya untuk memberikan saran, kritik, arahan, dan motivasi kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
8. Ibu Citra Abriani Maharani, M.Pd., Kons., dan Ibu Yohana Oktariana, M.Pd., yang selalu memberikan semangat, saran, motivasi, serta memeluk disaat penulis merasa lelah ketika menyusun skripsi ini. Bahkan bersedia meluangkan waktunya untuk membantu penulis menyusun skripsi ini, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
9. Bapak Ibu Dosen Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung dan semua pihak yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan serta motivasi kepada penulis selama menjadi mahasiswa sehingga penulis dapat bertahan sampai akhir dan dapat menyelesaikan pendidikan dengan baik.
10. UPT SMP Negeri 10 Bandar Lampung beserta jajarannya yang telah memberikan kemudahan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Seluruh Guru BK dan siswa/i kelas VIII SMP Negeri 10 Bandar Lampung khususnya kelas VIII.10 yang telah bersedia secara sukarela berpartisipasi sebagai responden demi kelancaran penelitian ini.
12. Kedua orangtuaku tercinta, Ayahanda Suryadi Kamirin, dan Ibunda Leni Kriswantini. Terima kasih atas segala rasa kasih sayang, cinta yang tiada hentinya, serta doa yang diberikan kepada penulis hingga saat ini. Terima kasih atas segala pengorbanan yang tulus yang telah diberikan kepada penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan pendidikan ini. *“Skripsi dan Gelar ini, sebagai bentuk hadiah untuk Ayah dan Ibu tercinta!”*

13. Adik-adikku tersayang, Talitha Arisanti, Quinsha Aqila Damayanti, dan Suryo Woong Bagus, terima kasih telah menghiburku, memberikan dukungan, dan selalu ada dikala sedih dan senangku. Doa terbaikku untuk kalian semua. Semangat dalam mengemban ilmu dan raihlah cita-cita kalian!
14. Seluruh Keluarga Besar Mbah Sukino, Mbah Kung, dan Mbah Nun, Pakde-Bude, Om-Tante, dan para Saudara Sepupuku (Mba Fiska, Mba Nita, Mas Al-Khalifi, Adek Athar, Mba Putri, Mas Adit, dan lainnya yang tidak bisa kusebutkan satu-satu). Terima kasih untuk doa dan dukungan yang telah diberikan selama ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
15. Seluruh Keluarga Besar (Alm) Mbah Slamet, (Alm) Pak Wo dan (Almh) Mak Wo, dan seluruh Pakde-Bude, Paman-Bibi, dan para Saudara Sepupuku. Terima kasih untuk doa dan dukungan yang telah diberikan selama ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
16. *Tiga Pentol Korek*, Amira Rahmawati, dan Afifah Husnul Khotimah, sahabat terbaik penulis selama perkuliahan. Terima kasih telah menjadi teman berbagi cerita, tawa, suka-duka, selalu mendukung penulis selama masa perkuliahan, dan memberikan pengalaman seru yang tidak akan terlupakan oleh penulis. Semoga hubungan pertemanan ini tidak akan pernah terputus.
17. Sahabatku, Rega Saphira, dan Rico Ardi Hanjaya yang selalu menanyakan kabar penulis dan tak hentinya memberikan semangat kepada penulis selama penyusunan skripsi ini. Terima kasih Rere untuk pelukan hangat yang selalu diberikan dikala penulis merasa lelah dalam penyusunan skripsi ini.
18. *Idea Troops Team*, Mba Ajeng Pratiwi, Rico Ardi Hanjaya, Rega Saphira, dan Marcella Leolita Jah'ro'i yang mengajakku terus menorehkan prestasi selama masa perkuliahan. Terima kasih atas motivasi dan dukungannya selama penyusunan skripsi ini.
19. Teman-teman "*Ciwi-ciwi Embung*" (Mifta, Shoraya, Agnes, Jeni, Shafa, Purya, dan Ajeng) terima kasih untuk semangat dan dukungan yang kalian berikan yang tidak akan terlupakan oleh penulis.
20. Teman-teman "*Tiba-tiba Lulus*" (Nabila, Qonita, Annisa Aqilla, Angel, Fika, Angie, dan Anggun) yang mendukung dan membersamai penulis saat huru-hara pelaksanaan seminar. Terima kasih semua!

21. *Abnormal Team*, Berliana, Rizka, Hasti, Tania, Putri, Nabila, Irfan, Akbar, Adil, Aden, Aldo, Beno, Rafli, Dhafi, dan Zein yang menjadi teman seperjuangan sejak SMA hingga sekarang. Terima kasih telah menjadi teman *random* yang selalu mendukung dan menghibur penulis. Semoga hubungan pertemanan ini tidak akan pernah terputus.
22. Terima kasih teman-teman KKN-PLP Desa Gistang, Kec. Umpu Semenguk, Kab. Way Kanan Tahun 2023 (Latifah, Helga, Pahlevi, Risky, Selvia, Widya, Ade, Lili, dan Willy)
23. Terima kasih teman-teman *Sthala Team* (Kak Raka, Kak Afrita, Kak Adinda, Kak Anggie, Kak Bermi, Kak Niken, Kak Dita, Tsabitha, dan Bulan)
24. Terima kasih teman-teman Kampus Mengajar *Batch 3* (Kak Jo, Kak Desi, dan Kak Lala)
25. Terima kasih teman-teman UKM *English Society* (Eso) Universitas Lampung.
26. Terima kasih teman-teman dan Keluarga Besar Forum Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung (FORMABIKA), khususnya khabinet “*Anglur Selur*” periode 2022/2023.
27. Teman-teman mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2020. Terima kasih telah mewarnai segala drama kehidupan perkuliahan dan bersedia menemani penulis hingga akhir penulisan skripsi ini. Penulis selalu mengharapkan dan mendoakan yang terbaik untuk kalian di masa mendatang.
28. Teruntuk diriku sendiri, “*finally, putri pio-pio ibu resmi, s.pd.*”, *thank you for everything and proud of you, Shella. Big love and big hug for you! <3*

Akhir kata, penulis menyadari penuh bahwa skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun untuk menyempurnakan skripsi ini.

Bandar Lampung, 23 Mei 2025

Penulis

Shella Diani Gustina
NPM 2013052066

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR.....	iv
DAFTAR LAMPIRAN	v
I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	8
1.3 Rumusan Masalah	8
1.4 Tujuan Penelitian.....	9
1.5 Manfaat Penelitian.....	9
1.6 Kerangka Berpikir	10
1.7 Hipotesis Penelitian.....	11
II. TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1 Layanan Bimbingan Kelompok.....	12
2.1.1 Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok	12
2.1.2 Tujuan dan Fungsi Layanan Bimbingan Kelompok	14
2.1.3 Asas-asas Layanan Bimbingan Kelompok.....	15
2.1.4 Manfaat Layanan Bimbingan Kelompok	16
2.1.5 Tahapan Layanan Bimbingan Kelompok.....	16
2.1.6 Evaluasi Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok	20
2.2 Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Permainan Ular Tangga.....	21
2.2.1 Pentingnya Media BK dalam Layanan Bimbingan Kelompok.....	21
2.2.2 Definisi Media Permainan Ular Tangga.....	24
2.2.3 Karakteristik Media Permainan Ular Tangga.....	25
2.2.4 Langkah-langkah Permainan Ular Tangga.....	26
2.2.5 Manfaat Media Permainan Ular Tangga	28
2.2.6 Kelebihan dan Kekurangan Media Permainan Ular Tangga.....	30
2.3 <i>Self Awareness</i> (Kesadaran Diri).....	31

2.3.1 Pengertian <i>Self Awareness</i> (Kesadaran Diri).....	31
2.3.2 Bentuk-bentuk <i>Self Awareness</i> (Kesadaran Diri).....	33
2.3.3 Aspek <i>Self Awareness</i> (Kesadaran Diri)	34
2.3.4 Faktor yang Memengaruhi <i>Self Awareness</i> (Kesadaran Diri).....	35
2.3.5 Tahap-tahap dalam <i>Self Awareness</i> (Kesadaran Diri).....	37
2.4 Penelitian Relevan	38
III. METODE PENELITIAN	41
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	41
3.2 Metode dan Desain Penelitian	41
3.2.1 Metode Penelitian	41
3.2.2 Desain Penelitian	42
3.3 Subjek Penelitian	44
3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	46
3.4.1 Variabel Penelitian.....	46
3.4.2 Definisi Operasional	46
3.5 Metode Pengumpulan Data	47
3.6 Teknik Analisis Data	51
VI. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	53
4.1 Prosedur Penelitian	53
4.1.1 Persiapan Penelitian	53
4.1.2 Pelaksanaan Penelitian.....	54
4.2 Kajian Produk.....	54
4.3 Analisis Hasil Penelitian.....	59
4.3.1 Data Uji Kelayakan Media Permainan Ular Tangga oleh Ahli dan Siswa.....	59
4.3.2 Pembahasan Hasil Penelitian	68
4.3.3 Keterbatasan Penelitian.....	76
V. KESIMPULAN DAN SARAN	77
5.1 Kesimpulan.....	77
5.2 Saran	78
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN.....	83

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Rubrik Penilaian Instrumen Kelayakan Permainan Ular Tangga	48
2. Kisi-kisi Instrumen Kelayakan Materi Permainan Ular Tangga.....	49
3. Kisi-kisi Instrumen Kelayakan Media Permainan Ular Tangga	50
4. Kisi-kisi Instrumen Keterbacaan Visual Permainan Ular Tangga	50
5. Kisi-kisi Instrumen <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	51
6. Kriteria Kelayakan Media Permainan Ular Tangga.....	52
7. Jadwal Pelaksanaan Penelitian	54
8. Uji Kelayakan Ahli Media	60
9. Kriteria Kelayakan Media Permainan Ular Tangga.....	61
10. Uji Kelayakan Ahli Materi	64
11. Kriteria Kelayakan Media Permainan Ular Tangga.....	65
12. Hasil Keterbacaan Visual	66
13. Kriteria Kelayakan Media Permainan Ular Tangga.....	66
14. Subjek Penelitian.....	67
15. Perubahan Sikap Subjek Penelitian.....	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Grafik Hasil Observasi Penelitian Pendahuluan	4
2. Kerangka Berpikir Penelitian	4
3. Alur Penelitian	10
4. Perhitungan Persentase Kelayakan.....	44
5. Perhitungan Persentase Kenaikan <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	52
6. Bagan Penyusunan Media Permainan Ular Tangga.....	52
7. Desain media permainan ular tangga sebelum revisi.....	56
8. Desain media permainan ular tangga tema 1 sesudah revisi.....	62
9. Desain media permainan ular tangga tema 2 sesudah revisi.....	63
10. Desain media permainan ular tangga tema 3 sesudah revisi.....	63

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kuesioner Kelayakan Ahli Media.....	84
2. Hasil Kuesioner Kelayakan Ahli Media	87
3. Kuesioner Ahli Materi.....	90
4. Hasil Kuesioner Ahli Materi	93
5. Kuesioner Keterbacaan Visual oleh Siswa	96
6. Hasil Kuesioner Keterbacaan Visual oleh Siswa	97
7. Kuesioner <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	98
8. Tabulasi Data Subjek Penelitian	102
9. Desain Media Permainan Ular Tangga	103
10. Tata Cara Bermain Permainan Ular Tangga <i>Self Awareness</i>	106
11. Desain Kartu Permainan Ular Tangga <i>Self Awareness</i>	108
12. Juknis Permainan Ular Tangga <i>Self Awareness</i>	114
13. Pedoman Observasi Subjek Penelitian.....	115
14. Lembar RPL.....	116
15. Tahap Pelaksanaan Layanan	121
16. Surat Izin Penelitian	129
17. Surat Balasan Penelitian.....	130
18. Komponen Media Permainan Ular Tangga.....	131
19. Dokumentasi Penelitian	132

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan di tingkat sekolah menengah pertama (SMP) memegang peran kunci dalam pembentukan dasar pendidikan, keterampilan, dan nilai-nilai yang akan membentuk masa depan siswa. Selain prestasi akademik, pendidikan di tingkat ini juga harus memperhatikan perkembangan pribadi, perkembangan sosial, dan emosional siswa. Salah satu aspek penting dari perkembangan pribadi adalah *self awareness*, atau kemampuan untuk memahami, mengenali, dan merenungkan diri sendiri. Menumbuhkan *self awareness* (kesadaran diri) merupakan salah satu cara membentuk siswa menjadi generasi berkarakter.

Self awareness adalah fondasi dari pemahaman diri siswa, yang mencakup pengetahuan tentang nilai-nilai, minat, kekuatan, dan kelemahan siswa. Memiliki *self awareness* yang baik dapat membantu siswa dalam pengambilan keputusan, manajemen emosi, serta interaksi sosial yang lebih sehat. Pentingnya *self awareness* sering kali terlupakan di dalam kurikulum pendidikan formal. Pendidikan lebih terfokus pada pemahaman materi pelajaran daripada pengembangan keterampilan sosial dan emosional siswa. Inilah mengapa perlu adanya pendekatan yang lebih holistik dalam pendidikan yang mencakup pengembangan *self awareness* sebagai bagian integral dari pembentukan karakter siswa.

Pengembangan penelitian mengenai *self awareness* dimulai diakhir tahun 1960 dan awal tahun 1970, psikologi sosial mempelajari mengenai *self focused* yang menggambarkan sifat diri dan harga diri. Duval and Wicklund (1972), dalam “*A Theory of Objective Self Awareness (OSA)*”, mengatakan bahwa pemahaman diri bisa dilakukan melalui evaluasi diri. Memahami diri dalam hal ini adalah melalui pikiran, perasaan, dan tingkah laku melalui suatu proses yang melihat kedalam diri dan standard kebenaran yang ada (Duval & Silvia, 2001, hlm. 4). Goleman (1996) menjabarkan bagaimana *self awareness* berkaitan erat dengan kecerdasan emosi yang dimiliki oleh seseorang. Kecerdasan emosi diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengizinkan maupun melakukan pengelolaan regulasi atas emosi yang dimiliki dan orang disekelilingnya. Kita akan mengetahui kondisi saat merasakan emosi, seperti rasa senang, sedih, marah, dan lain sebagainya. Pada kondisi tersebut kita akan mampu mengetahui apa yang dapat memicu emosi tersebut dan bagaimana cara untuk melakukan pengelolaan atau mengatasi emosi yang hadir pada diri. Sehingga, dalam teori kecerdasan emosi, *self awareness* menjadi dasar pertama yang penting karena berkaitan dengan kemampuan untuk menyadari apa yang dirasakan. Goleman memberikan esensi bahwa seseorang yang memiliki *self awareness* maka akan memiliki kecerdasan emosi yang baik pula.

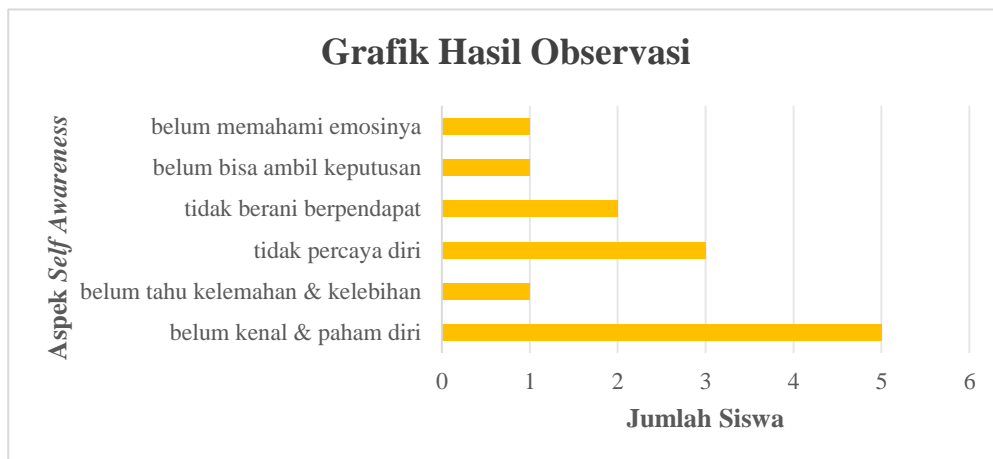
Self awareness secara sederhana dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam mengenal diri sendiri. Bagi seorang siswa, memiliki *self awareness* (kesadaran diri) menjadi hal yang penting. Alasan pertama karena siswa yang memiliki kesadaran diri akan lebih mengenal dirinya sendiri serta memahami perasaan yang ia rasakan. Kemampuan semacam ini dapat mendorong siswa untuk dapat mengarahkan dirinya sendiri kearah yang lebih baik. Kedua, siswa yang memiliki *self awareness* (kesadaran diri) yang baik akan cenderung dapat mengungkapkan pikirannya dengan baik. Karena ia tahu nilai-nilai apa yang sesuai dengan dirinya dan mana yang tidak sesuai, sehingga setiap keputusan dan ucapannya merupakan cerminan dari nilai-nilai dari dalam dirinya. Ketiga, siswa bisa mengevaluasi dan mengontrol diri

sendiri. *Self awareness* (kesadaran diri) membuat siswa dapat mengerti siapa dirinya dan bagaimana mengatasi emosi dalam dirinya. Keempat, siswa mampu melakukan perencanaan karir juga masa depannya dengan baik. *Self awareness* (kesadaran diri) mengarahkan siswa untuk lebih memahami dirinya. Sehingga setiap potensi dan kekurangan yang diketahui dapat dijadikan bahan perencanaan karir dan masa depannya.

Perkembangan *self awareness* dimulai sejak dini, tetapi berlanjut sepanjang kehidupan. Pada masa anak-anak, mereka mulai mengembangkan pemahaman dasar tentang siapa mereka, apa yang mereka sukai, dan bagaimana perasaan mereka terhadap berbagai situasi. Selanjutnya, pada masa remaja, kemampuan ini menjadi lebih kompleks dan mendalam seiring dengan eksplorasi identitas dan peran sosial yang berubah. Di dunia kerja dan kehidupan dewasa, *self awareness* menjadi penting dalam pengambilan keputusan karir, manajemen stres, dan hubungan antarpribadi. *Self awareness* juga berperan penting dalam perkembangan remaja, terutama di tingkat SMP. Siswa kelas VIII berada dalam tahap perkembangan yang penuh tantangan, yang mencakup perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan. Siswa mulai menghadapi tekanan akademik yang lebih besar, serta tekanan sosial dari teman sebaya. Dalam hal ini, pengembangan *self awareness* dapat membantu siswa menghadapi tantangan ini dengan lebih baik, memungkinkan siswa untuk menjalani masa remaja dengan lebih percaya diri dan bijaksana.

Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan berupa kegiatan observasi yang dilakukan oleh peneliti di SMP Negeri 10 Bandar Lampung, peneliti dapat menyimpulkan bahwa terdapat beberapa siswa-siswi kelas VIII yang mempunyai *self awareness* yang rendah, perihal tersebut digambarkan dengan terdapatnya siswa yang belum tahu cara mengenal dan memahami diri sendiri, belum mengetahui kelebihan dan kekurangan pada dirinya, kurang memiliki rasa percaya diri, belum mampu memahami emosi dengan baik,

belum mampu mengambil keputusan sendiri, serta tidak berani untuk menyampaikan pendapatnya kepada orang lain.



Gambar 1. Grafik Hasil Observasi Penelitian Pendahuluan terkait *Self Awareness*

Grafik tersebut menunjukkan bahwa aspek kemampuan untuk mengenali dan memahami diri sendiri menjadi yang paling banyak, dengan 5 siswa belum mampu melakukannya. Dari situasi tersebut, apabila dibiarkan begitu saja tanpa adanya penanganan yang tepat, maka dapat menghambat proses *self awareness* pada siswa.

Guru BK di SMP Negeri 10 Bandar Lampung menginformasikan bahwa layanan BK yang sering digunakan di sekolah tersebut yaitu layanan bimbingan klasikal kepada seluruh siswa, baik mengenai macam-macam kenakalan remaja, informasi terkait cita-cita, mengenal *bullying*, serta melatih berbicara secara asertif kepada orang tua. Selain menggunakan layanan bimbingan klasikal, sebenarnya guru BK terkadang melakukan layanan bimbingan kelompok, namun karena keterbatasan jumlah guru BK ini maka pelaksanaannya belum maksimal. Menurut siswa-siswi kelas VIII di SMP Negeri 10 Bandar Lampung, BK di sekolah mereka memang sudah melaksanakan bimbingan kelompok meskipun dilaksanakannya hanya sesekali. Namun sejauh ini pelaksanaannya masih cenderung monoton dengan teknik diskusi bebas maupun diskusi tugas. Kurang variatifnya kegiatan

dalam bimbingan kelompok ini membuat siswa menjadi enggan untuk mengikuti proses jalannya bimbingan kelompok.

Melalui dinamika kelompok diharapkan beberapa anggota mendapat informasi serta masalah-masalah yang diulas secara kelompok dan wawasan serta pengalaman yang penting bisa ditingkatkan dengan cara yang semaksimal mungkin sesuai dengan tugas perkembangan yang harus dilakukan. Prayitno (dalam Maryati, 2019:19) menjelaskan jika bimbingan kelompok merupakan sebuah aktivitas yang dilaksanakan dari sebagian kelompok individu dengan menggunakan dinamika untuk menggapai keinginan-keinginan Bimbingan dan Konseling, layanan bimbingan kelompok mempunyai dua fungsi yaitu fungsi pemahaman serta fungsi pengembangan.

Dalam konteks tersebut, pengembangan media permainan menjadi penting sebagai sarana untuk memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermakna bagi siswa. Media bimbingan dan konseling adalah alat atau sarana yang digunakan untuk menyalurkan pesan atau informasi dari guru BK atau konselor kepada konseli yang dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan minat sehingga dapat membuat perubahan perilaku, sikap, dan perbuatan ke arah yang lebih baik (Prasetiawan, 2017). Penggunaan media dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling bermanfaat agar layanan yang diberikan lebih menarik, materi layanan akan lebih mudah dipahami karena lebih jelas makna yang disampaikan, metode yang digunakan dalam menyampaikan materi lebih bervariasi.

Salah satu upaya yang dilakukan dalam rangka memperbaiki perilaku siswa agar mampu meningkatkan *self awareness* yaitu diberikan layanan oleh guru bimbingan dan konseling melalui layanan bimbingan kelompok. Intervensi melalui bimbingan kelompok dapat dilaksanakan dengan berbagai jenis teknik, salah satunya dengan teknik bermain. Bermain adalah kegiatan melakukan satu atau lebih permainan untuk tujuan tertentu. Berlyne (dalam

Santrock, 2007) mendefinisikan permainan sebagai aktivitas seru dan menyenangkan. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan diyakini mampu untuk membantu meningkatkan interaksi siswa agar lebih optimal. Sebagaimana menurut Iffah (2013) bahwa siswa lebih menyukai pemberian informasi yang bersifat variatif misalnya melalui penggunaan media yang memerlukan banyak simbol, gambar atau teks sehingga dapat menarik minat siswa untuk menyimak dan memahami informasi yang disampaikan.

Permainan, dengan sifatnya yang interaktif, dapat menciptakan lingkungan yang mendukung eksplorasi diri, interaksi antar siswa, dan refleksi diri. Dalam meningkatkan *self awareness* pada diri siswa, media yang digunakan yaitu berupa *board game*, hal ini dikarenakan *board game* dinilai efektif dalam meningkatkan *soft skill* siswa, salah satunya ialah *self awareness* (Fleming et al., 2022). Hal ini senada dengan penelitian terdahulu yang mengatakan bahwa *self awareness* sendiri merupakan pengetahuan seorang individu terkait dirinya sendiri (dalam Maharani & Mustika, 2016). Artinya bahwa apabila siswa mampu menempatkan diri di lingkungan, mengetahui dan mengelola potensi yang ia miliki dengan baik maka ia akan memiliki kompetensi diri yang baik. Pendapat ini juga diperkuat oleh Goleman & Boyatzis (dalam Sihaloho, 2019) berpendapat bahwa untuk mengetahui kondisi *self awareness* maka dalam diri siswa harus memiliki: (1) *Emotional Self Awareness*, (2) *Accurate Self Awareness*, dan (3) *Self Confidence*.

Permainan "Ular Tangga" hadir sebagai pilihan menarik karena menggabungkan unsur permainan dan kesempatan untuk merenungkan perjalanan seseorang melalui papan permainan. Media permainan ular tangga termasuk permainan berbasis kearifan lokal, sehingga semakin mudah mengintegrasikannya dalam pembelajaran (dalam Nofiana & Julianto, 2018). Permainan ular tangga yang dikembangkan pada penelitian ini adalah permainan ular tangga yang dimainkan dalam bentuk media nyata yang dilakukan secara langsung oleh siswa.

Peneliti membuat pengembangan permainan ular tangga dengan tema *self awareness*. Komponen dalam pengembangan media permainan ular tangga ini antara lain: (1) Adanya pemain, pemain merupakan siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Bandar Lampung, (2) Adanya lingkungan di mana para pemain berinteraksi, lingkungan belajar ini berada di salah satu kelas VIII SMP Negeri 10 Bandar Lampung, (3) Adanya aturan-aturan main, setiap permainan yang ada itu mempunyai aturan main, sehingga permainan ular tangga *self awareness* yang ditujukan untuk meningkatkan *self awareness* siswa ini juga mempunyai aturan main, agar siswa yang menjalankan permainan ini juga merasa berprestasi dan percaya diri, (4) Adanya tujuan tertentu yang ingin dicapai, setiap permainan itu mempunyai tujuan yang dicapai, permainan ular tangga *self awareness* ini juga mempunyai tujuan yaitu untuk meningkatkan *self awareness* siswa. Siswa dikatakan sebagai pemenang dengan kategori harus bisa menjawab soal-soal pertanyaan dan dapat menyelesaikan tantangan yang tersedia di petak papan permainan ular tangga tersebut.

Pada penelitian ini, peneliti memfokuskan kepada siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Bandar Lampung. Hal ini bukan tanpa sebab karena siswa-siswi kelas VIII SMP berada pada tahap perkembangan yang relevan untuk penelitian *self awareness*. Masa remaja adalah periode yang penuh tantangan dalam perkembangan pribadi, di mana mereka mulai mengeksplorasi identitas diri, nilai-nilai, dan perasaan mereka. Selain itu, pada masa remaja juga siswa mengalami perkembangan keterampilan sosial dan keterampilan emosional, misalnya cara siswa berinteraksi dengan teman sebaya serta cara siswa mengidentifikasi dan mengelola emosi yang dimilikinya. Sehingga dengan adanya layanan bimbingan kelompok ini dapat memberikan wawasan yang berharga tentang bagaimana *self awareness* berkembang dan berdampak pada tahap penting dalam perkembangan siswa remaja.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti melihat adanya peluang untuk dapat melaksanakan layanan bimbingan kelompok yang dirasa kurang maksimal dalam proses pemberian layanan bimbingan kelompok oleh guru BK di sekolah tersebut melalui pengembangan permainan ular tangga dengan tema *self awareness*, maka peneliti tertarik untuk mengambil judul penelitian yaitu “Pengembangan Media Permainan Ular Tangga dengan Tema *Self Awareness* dalam Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 10 Bandar Lampung”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah ditulis diatas, ditemukan beberapa masalah yaitu sebagai berikut:

1. Kurangnya inovasi penggunaan media dalam layanan bimbingan kelompok di kalangan siswa tentang *self awareness*.
2. Terdapat siswa yang belum tahu cara mengenal dan memahami diri sendiri.
3. Terdapat siswa yang belum mengetahui kelebihan dan kekurangan pada dirinya.
4. Terdapat siswa yang kurang memiliki rasa percaya diri.
5. Terdapat siswa yang belum mengenal dan memahami emosi pada dirinya sendiri.
6. Terdapat siswa yang belum mampu mengambil keputusan sendiri.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah diatas, muncul permasalahan pokok yang hendak dikaji peneliti, yaitu:

1. Bagaimana proses pengembangan media permainan ular tangga dengan tema *self awareness* dalam layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 10 Bandar Lampung?

2. Bagaimana efektivitas pengembangan media permainan ular tangga dengan tema *self awareness* dalam layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 10 Bandar Lampung?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah dan rumusan masalah yang telah diuraikan diatas, maka dapat dirumuskan tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui proses pengembangan media permainan ular tangga dengan tema *self awareness* dalam layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 10 Bandar Lampung.
2. Untuk mengetahui efektivitas pengembangan media permainan ular tangga dengan tema *self awareness* dalam layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 10 Bandar Lampung.

1.5 Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian pengembangan media permainan ular tangga dengan tema *self awareness* dalam layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 10 Bandar Lampung diharapkan memperoleh manfaat yaitu sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih yang positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya berhubungan dengan pengembangan permainan ular tangga untuk meningkatkan *self awareness* siswa.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini dapat berguna sebagai informasi mengenai *self awareness* serta untuk meningkatkan *self awareness* dengan memanfaatkan salah satu layanan yang ada di Bimbingan dan

Konseling, yaitu layanan bimbingan kelompok melalui pengembangan media BK yang menarik.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK)

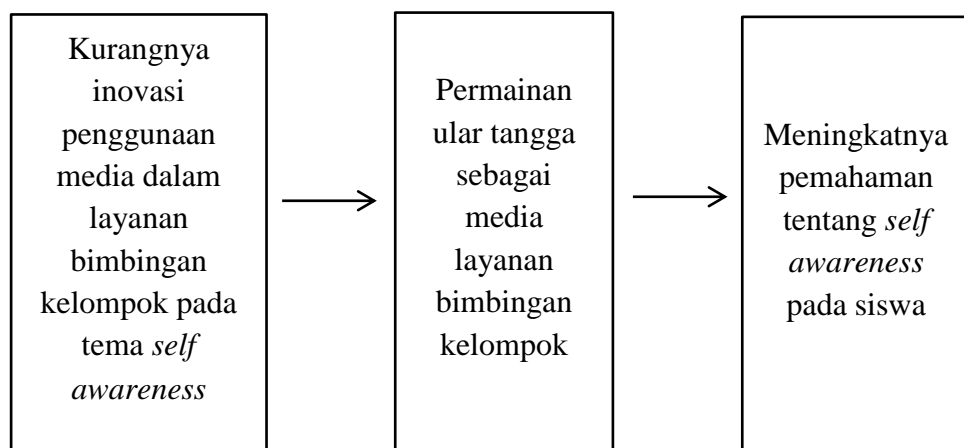
Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan inovasi dan masukan dalam proses pemberian layanan bimbingan dan konseling, terutama layanan bimbingan kelompok sehingga penyajian materi tidak monoton, dan menambah wawasan guru BK untuk mengembangkan media BK.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan inovasi serta sebagai landasan berfikir dalam pengembangan layanan bimbingan kelompok melalui pengembangan permainan ular tangga sehingga diharapkan dapat memberi inspirasi dalam penelitian selanjutnya yang relevan dan mendorong dihasilkannya penemuan baru.

1.6 Kerangka Berpikir

Berdasarkan uraian diatas kerangka berpikir dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:



Gambar 2. Kerangka Berpikir Penelitian

Berdasarkan kerangka berpikir diatas dapat terlihat bahwa kurangnya inovasi dalam penggunaan media dalam layanan bimbingan kelompok yang diberikan kepada siswa kelas VIII, kemudian diberikan perlakuan melalui penggunaan layanan bimbingan kelompok melalui pengembangan permainan ular tangga. Dalam penyusunan media permainan ular tangga, peneliti menggunakan metode penelitian, penelitian dan pengembangan atau *Research and Development (RnD)* dengan pengembangan model 4-D (*Four D*). Sehingga dalam penelitian ini menggunakan metode pengembangan dengan model 4-D karena bertujuan untuk menghasilkan sebuah produk berupa media permainan ular tangga untuk media pelaksanaan layanan bimbingan kelompok bagi siswa kelas VIII. Melalui pengembangan media permainan ular tangga dengan tema *self awareness* dalam layanan bimbingan kelompok ini peneliti juga ingin melihat kelayakan dan keefektifan media inovasi BK dalam membantu meningkatkan *self awareness* siswa kelas VIII.

1.7 Hipotesis Penelitian

Hipotesis pada penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

- H₀: Media Permainan Ular Tangga dengan tema *Self Awareness* yang dikembangkan tidak efektif dalam pemberian layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 10 Bandar Lampung.
- H_a: Media Permainan Ular Tangga dengan tema *Self Awareness* yang dikembangkan efektif dalam pemberian layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 10 Bandar Lampung.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Layanan Bimbingan Kelompok

2.1.1 Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan dan Konseling merupakan suatu layanan yang diselenggarakan untuk membantu atau sebagai fasilitator bagi setiap peserta didik dengan tujuan supaya seluruh peserta didik dapat mengenali dirinya dan lingkungannya, serta peserta didik dapat mengembangkan potensinya secara optimal. Menurut Shertzer dan Stone (1966; Dahlan, 2014) "*Guidance is the process of helping individuals to understand themselves and their world*". Bimbingan adalah sebuah proses membantu individu untuk memahami dirinya dan lingkungannya. Deliani, dkk (2019) mengatakan konseling merupakan proses bantuan yang terjadi antara 2 orang, konseling juga merupakan pelayanan yang profesional dan diarahkan pada mengubah sikap dan perilaku.

Pelayanan dalam bimbingan dan konseling memiliki beberapa fungsi, diantaranya yaitu: fungsi pemahaman, pencegahan, penyaluran, penyesuaian, perbaikan, pengembangan dan pemeliharaan. Dan dalam bimbingan dan konseling terdapat macam-macam layanan, yaitu layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan bimbingan belajar, layanan konseling perorangan, layanan bimbingan kelompok, dan layanan konseling kelompok.

Menurut Depdiknas (Gumilang, 2019) layanan-layanan dalam pelayanan dasar bimbingan meliputi: bimbingan klasikal, layanan orientasi, layanan informasi, bimbingan kelompok, pelayanan pengumpulan data atau aplikasi instrumen. Bimbingan Kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan

dalam suasana kelompok. Gadza (Prayitno dan Amti, 2015), mengemukakan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Menurut Tohirin bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan atau bimbingan kepada individu atau peserta didik melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas, dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna untuk pengembangan atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta layanan.

Bimbingan kelompok merupakan sarana untuk menunjang perkembangan optimal masing-masing siswa, yang diharapkan dapat mengambil manfaat dari pengalaman pendidikan ini bagi dirinya sendiri. Mungin dalam Narti (2014:17) mengemukakan bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan konseling yang memungkinkan sejumlah individu berdinamika kelompok secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu bisa, dari guru pembimbing dan membahas secara bersama dengan topik tertentu yang bermanfaat untuk menunjang pemahaman individu untuk mempertimbangkan pengambilan keputusan dan tindakan tertentu.

Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial. Sedangkan, menurut Tohirin (2013:164) mengemukakan layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok. Dalam layanan bimbingan kelompok, aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan atau pemecahan bagi masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan.

Melalui bimbingan kelompok setiap individu dapat berinteraksi, serta bertukar pengalaman (*sharing of experiences*), sehingga dalam kegiatan ini dianggap lebih efektif dan efisien dibandingkan dengan bimbingan

individual/konseling individual karena menghemat waktu, dan sasaran yang terjangkau lebih banyak (*group guidance*). Respati, dkk (2019) juga mengemukakan bahwa bimbingan kelompok ditujukan untuk menyelesaikan masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa. Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memungkinkan siswa secara bersama-sama mengembangkan potensi dalam berinteraksi dengan baik melalui komunikasi verbal maupun non verbal. Hal ini sejalan dengan pendapat menurut Maulana (2016) yang mengemukakan bahwa layanan bimbingan kelompok lebih bersifat preventif karena guru pembimbing lebih memfokuskan untuk mencegah munculnya permasalahan yang dapat menghambat perkembangan potensi siswa.

2.1.2 Tujuan dan Fungsi Layanan Bimbingan Kelompok

Tujuan bimbingan kelompok menurut Prayitno dalam penelitian Syahrul (2019:49) adalah mampu berbicara di depan umum atau orang banyak, mampu mengemukakan gagasan, saran, dan menanggapi pendapat orang lain, belajar agar bisa menghargai pendapat orang lain, memiliki rasa tanggung jawab terhadap apa yang dikemukakannya, mampu mengendalikan diri dari emosi yang bersifat negatif, memiliki tenggang rasa, mengakrabkan satu dengan yang lainnya, membahas suatu permasalahan dan topik-topik umum yang dirasakan atau yang menjadi kepentingan bersama dalam kelompok.

Adapun menurut Tohirin, fungsi dari bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:

- a. Fungsi pemahaman, artinya bimbingan kelompok dapat memberikan sebuah wawasan tentang diri konseli, pemecahan masalah, serta pihak yang berwenang dalam membantu konseli.
- b. Fungsi perkembangan, artinya bimbingan kelompok dapat membantu para konseli untuk mengembangkan segala potensi yang dimiliki agar lebih terkendali.

2.1.3 Asas-asas Layanan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok diatur dalam sejumlah asas yang harus dijalankan agar tidak ada kendala dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan layanan tersebut. Layanan bimbingan kelompok terdapat asas-asas yang harus dilaksanakan oleh pembimbing maupun anggota kelompok, menurut Prayitno dalam penelitian Arsini (2017:22-23) menyatakan asas-asas tersebut diantaranya:

- a. Asas Kerahasiaan, yaitu segala sesuatu yang dibahas dan muncul dalam kegiatan bimbingan kelompok akan menjadi rahasia kelompok dimana hanya boleh diketahui anggota kelompok dan tidak boleh disebarluaskan diluar anggota kelompok maupun diluar kegiatan kelompok. Maka dalam asas kerahasiaan ini menuntut seluruh anggota kelompok untuk merahasiakan segenap data, keterangan tentang anggota, dan semua pembahasan dalam bimbingan kelompok.
- b. Asas kesukarelaan, yaitu adanya kesukarelaan seluruh anggota kelompok dimulai dari awal pembentukan kelompok oleh pemimpin kelompok, pada asas kesukarelaan ini harus terus ada binaan dari pemimpin kelompok melalui upaya mengembangkan syarat-syarat kelompok yang efektif dan terstruktur mengenai layanan bimbingan kelompok. Maka dalam bimbingan kelompok diharuskan adanya kesukaan dan kerelaan anggota kelompok untuk mengikuti dan menjalani layanan bimbingan kelompok tanpa ada rasa keterpaksaan.
- c. Asas keterbukaan, yaitu setiap anggota kelompok secara aktif dan terbuka diperkenankan menampilkan diri tanpa ada rasa takut, malu maupun ragu. Maka dalam asas keterbukaan ini menghendaki agar anggota kelompok yang menjadi sasaran layanan diharuskan bersikap terbuka dan tidak berpura-pura, baik dalam memberikan keterangan ataupun menerima informasi.
- d. Asas kenormatifan, yaitu asas dalam bimbingan konseling yang menghendaki segenap layanan bimbingan dan konseling yang didasarkan kepada norma-norma dan nilai-nilai yang ada dan tidak boleh bertentangan, yaitu norma agama, hukum dan adat-istiadat. Asas

kenormatifan dipraktikan dengan berkenannya cara-cara berkomunikasi dan tata krama dalam kegiatan kelompok, dan dalam mengenai isi bahasan.

- e. Asas kekinian, dimana dalam asas ini memberikan isi yang aktual dalam pembahasannya oleh anggota kelompok, seluruh anggota diperkenankan mengemukakan hal-hal yang terjadi dan berlaku saat ini.

2.1.4 Manfaat Layanan Bimbingan Kelompok

Ramadhan (2019), mengatakan manfaat layanan bimbingan kelompok yaitu memberikan secara luas untuk memberikan pendapat dari peserta didik sehingga timbulnya dinamika kelompok, pemahaman peserta didik menjadi lebih objektif, timbulnya sikap toleransi terhadap argumen orang lain, serta melaksanakan program kegiatan yang sudah direncanakan, dan akhirnya meningkatkan keinginan siswa untuk belajar. Adapun menurut Arumiyah, dkk (2018), yang berpendapat bahwa manfaat pembinaan kelompok adalah pembinaan kelompok dapat digunakan untuk melakukan beberapa kegiatan pengajaran, pembinaan kelompok dapat membantu konseli mengetahui bahwa orang lain memiliki kebutuhan dan masalah yang sama, dan pembinaan kelompok dapat menghemat waktu untuk memberikan waktu pelayanan yang baik. Anggraeni (2021), mengatakan layanan bimbingan kelompok dapat dilakukan melalui kelompok kecil, sedang, dan besar.

2.1.5 Tahapan Layanan Bimbingan Kelompok

Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok memiliki tahapan sehingga dapat terlaksana dengan baik. Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fadhilah (2019), bimbingan kelompok pada pelaksanaannya memiliki desain/tahapan yang harus diperhatikan, antara lain: (1) tahap pembentukan merupakan tahap pengenalan, (2) tahap peralihan merupakan tahap jembatan antara tahapan pertama dan tahapan ketiga, (3) tahap kegiatan merupakan inti dari kegiatan bimbingan kelompok, terakhir (4) tahap pengakhiran merupakan tahap penutup. Pada tahap pengakhiran bimbingan kelompok,

pokok perhatian utama bukanlah pada beberapa kali kelompok harus bertemu melainkan pada hasil kelompok yang telah dicapai oleh kelompok tersebut.

Hal ini sejalan dengan tahapan bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh Prayitno (dalam Alamri, 2015:3) ada empat tahap yang harus dilaksanakan dalam bimbingan kelompok, yaitu:

a. Tahapan Pembentukan

Tahap pembentukan adalah tahap pengenalan dan penyesuaian diri dalam kelompok. Pada tahap ini, pemimpin kelompok membuka kegiatan dengan agenda perkenalan. Anggota kelompok saling berkenalan dan mengungkapkan masalah, harapan serta tujuan yang ingin dicapai oleh anggota kelompok. Pada tahap ini, pimpinan kelompok memberikan penjelasan mengenai pengertian bimbingan kelompok, pelaksanaan kegiatan, bentuk kegiatan, asas-asas, tujuan dan menjelaskan peraturan-peraturan yang kemudian disepakati bersama oleh anggota kelompok.

b. Tahapan Peralihan

Tahap peralihan adalah tahap yang menghubungkan antara tahap pertama dan tahap ketiga. Tahapan ini dianggap penting karena menentukan apakah pemberian layanan bimbingan kelompok siap dilaksanakan. Adapun dalam pelaksanaannya, tahap ini terbagi menjadi tiga, yaitu:

- 1) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap selanjutnya,
- 2) Memastikan kesiapan anggota kelompok untuk melaksanakan bimbingan kelompok,
- 3) Membahas suasana yang terjadi,
- 4) Meningkatkan keikutsertaan dan keaktifan anggota kelompok.

Ada beberapa hal juga yang harus diperhatikan oleh pemimpin kelompok yakni menerima suasana yang terjadi secara terbukamembuka diri sebagai contoh, memimpin diskusi dan mengarahkan anggota kelompok untuk terbuka terhadap pendapatnya.

c. Tahapan Kegiatan

Tahap kegiatan merupakan tahap inti dalam pelaksanaan bimbingan kelompok. Di tahap ini pula penggunaan teknik-teknik dan media dalam bimbingan dan konseling dilakukan. Pada tahap ini, pemimpin kelompok bertugas untuk mengarahkan anggota kelompok untuk mengemukakan pendapatnya dan sebagai pengatur jalannya proses kegiatan bimbingan kelompok. Dalam pelaksanaannya, ada berbagai kegiatan yang dilakukan dalam kegiatan bimbingan kelompok, yaitu:

- 1) Masing-masing anggota kelompok secara bebas mengemukakan masalah atau topik yang akan dibahas,
- 2) Pemimpin kelompok memimpin diskusi untuk menentukan topik yang akan dibahas dalam pelaksanaan bimbingan kelompok
- 3) Anggota kelompok membahas topik permasalahan secara terbuka, mendalam dan tuntas.

Pada tahapan ini, permainan ular tangga dapat diaplikasikan ke anggota kelompok. Permainan ular tangga ini dapat dimainkan oleh seluruh anggota kelompok dan pemimpin kelompok bertugas sebagai pengatur jalannya permainan ular tangga. Permainan ular tangga dapat dimulai untuk dimainkan dengan cara melempar dadu, yang terdiri dari beberapa kotak yang didalamnya ada gambar ular dan tangga. Apabila dalam permainan, anggota kelompok mendapatkan tangga, maka anggota kelompok tersebut akan naik sesuai tangga tersebut. Sebaliknya, apabila mendapat ular dalam permainan tersebut, maka anggota kelompok harus turun sesuai dengan jalan ular tersebut. Selain itu, media permainan ular tangga ini dilengkapi dengan kotak yang berisi pertanyaan, *reward*, dan beberapa hal yang harus anggota kelompok lakukan. Tampilan media permainan ular tangga ini juga semakin menarik karena dilengkapi dengan gambar, tulisan, serta warna yang menarik yang ada dalam permainan ular tangga. Anggota kelompok dinyatakan menjadi pemenang apabila menjadi orang pertama yang dapat sampai ke garis *finish*. Sehingga, hal ini dapat melatih jiwa berkompetisi pada masing-masing anggota kelompok.

Media ini disajikan dalam bentuk permainan, maka sangat dimungkinkan para anggota kelompok merasa antusias dalam mengikutinya.

d. Tahapan Pengakhiran

Pada tahap ini, pemimpin kelompok menyatakan bahwa waktu dan pelaksanaan bimbingan kelompok harus diakhiri. Peranan pemimpin kelompok di sini ialah memberikan penguatan terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh kelompok itu, khususnya terhadap keikutsertaan secara aktif para anggota dan hasil-hasil yang telah dicapai oleh masing-masing anggota kelompok. Selanjutnya, masing-masing anggota kelompok mengemukakan hasil bahasan, kesimpulan, kesan serta pesan yang didapatkan dari topik bahasan yang di sepakati. Pada tahap yang terakhir, ada penilaian dan tindak lanjut (*follow-up*). Dimana konselor atau pemimpin kelompok melihat apakah kegiatan kelompok sudah siap di akhiri atau perlunya tindak lanjut. Pada tahap pengakhiran, konselor atau pemimpin kelompok juga memberikan penguatan kepada anggota kelompok agar kegiatan yang dilakukan mendapat diterapkan dengan positif di kehidupan sehari-harinya. Sehingga, dapat disebutkan kegiatan-kegiatan yang perlu dilakukan pada tahap ini adalah:

- 1) Penyampaian pengakhiran kegiatan oleh pemimpin kelompok,
- 2) Pengungkapan kesan-kesan dari anggota kelompok,
- 3) Penyampaian tanggapan-tanggapan dari masing-masing anggota kelompok,
- 4) Pembahasan kegiatan lanjutan, dan
- 5) Penutup.

2.1.6 Evaluasi Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok

Penilaian atau evaluasi kegiatan layanan bimbingan kelompok melalui pengembangan permainan ular tangga diorientasikan kepada perkembangan pribadi siswa dan hal-hal yang dirasakan oleh anggota kelompok. Penilaian kegiatan bimbingan kelompok dapat dilakukan secara tertulis, misalnya melalui esai, daftar cek, maupun daftar isian sederhana. Setiap pertemuan pada kegiatan bimbingan kelompok, pada akhir kegiatan pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk mengungkapkan perasaannya, pendapatnya, minat dan sikapnya tentang sesuatu yang telah dilakukan selama kegiatan kelompok (yang menyangkut isi maupun proses). Selain itu anggota kelompok juga diminta untuk mengemukakan tentang hal-hal yang paling berharga dan sesuatu yang kurang disenangi selama kegiatan berlangsung.

Penilaian dan evaluasi dan hasil dari kegiatan layanan bimbingan kelompok ini bertitik tolak bukan pada kriteria “benar atau salah”, tetapi berorientasi pada perkembangan, yakni mengenali kemajuan atau perkembangan positif yang terjadi pada diri anggota kelompok. Penilaian terhadap layanan bimbingan kelompok lebih bersifat “dalam proses”, hal ini dapat dilakukan melalui:

- a. Mengamati partisipasi dan aktivitas peserta selama kegiatan berlangsung,
- b. Mengungkapkan pemahaman peserta atas materi yang dibahas,
- c. Mengungkapkan kegunaan layanan bagi anggota kelompok, dan perolehan anggota sebagai hasil keikutsertaan mereka,
- d. Mengungkapkan minat dan sikap anggota kelompok tentang kemungkinan kegiatan lanjutan,
- e. Mengungkapkan tentang kelancaran proses dan suasana penyelenggaraan layanan.

2.2 Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Permainan Ular Tangga

2.2.1 Pentingnya Media BK dalam Layanan Bimbingan Kelompok

Arsyad (2017:4), *National Education Association (NEA)* memberikan definisi media sebagai bentuk-bentuk komunikasi baik tercetak maupun audio-visual dan peralatannya; dengan demikian, dilihat, didengar, atau dibaca. Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, terdapat berbagai jenis media yang dapat digunakan salah satunya melalui media permainan. Media merupakan suatu perangkat sarana, atau cara untuk menyampaikan pesan. Menurut Marso, 1986 (dalam Sadiman, 2002; Zaini, dkk. 2020) menyatakan media adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan yang dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan seseorang untuk belajar. Sementara itu, media bimbingan dan konseling menurut Nursalim (2013) yaitu semua hal yang dimanfaatkan dalam mengirimkan pesan bimbingan dan konseling sehingga mampu menstimulasi opini, perasaan, ketertarikan dan kemampuan konseli agar pemahaman diri lebih baik, mampu memberi arahan dalam dirinya, memutuskan sesuatu untuk mengatasi permasalahan yang terjadi. Tentunya, pemakaian media tentu dapat memberikan makna saat pelaksanaan dan hasil diberikan layanan bimbingan dan konseling.

Permainan adalah barang atau sesuatu yang digunakan untuk bermain dari satu sampai beberapa orang dengan peraturan yang mengatur tindakan, strategi, kemenangan, atau kekalahan dalam berbagai situasi untuk mencapai tujuan tertentu (dalam Febriyanto, 2012). Sebagai media layanan, permainan memiliki kelebihan yaitu diantaranya:

- a. Permainan adalah sesuatu kegiatan yang menyenangkan dan menghibur untuk dilakukan,
- b. Permainan memungkinkan adanya partisipasi aktif dari siswa untuk belajar,
- c. Permainan dapat memberikan umpan balik secara langsung, dan
- d. Permainan bersifat luwes.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa permainan dapat membantu dalam proses pemberian layanan bimbingan dan kelompok dari yang monoton menjadi layanan yang lebih interaktif dan menyenangkan.

Keberhasilan sebuah layanan dapat ditentukan dari media yang digunakan. Salah satu media yang dapat digunakan adalah media permainan ular tangga. Permainan ular tangga sendiri bukan suatu permainan yang baru sehingga dengan media ular tangga ini, pemberian layanan bimbingan dan konseling akan terasa lebih menarik dan menyenangkan. Permainan ular tangga dijadikan sebagai media bertujuan agar siswa menjadi lebih aktif, kreatif, dan meningkatkan kemampuan bekerja sama dengan teman-temannya.

Permainan ular tangga merupakan permainan tradisional yang biasa dimainkan oleh anak-anak. Menurut Yudha (dalam Zuhdi, 2010:192), permainan ular tangga merupakan jenis permainan kompetisi yang diarahkan pada kemampuan kerja sama dan sportivitas, sehingga mampu merekayasa pengalaman sosial dan moral anak. Permainan ular tangga termasuk media visual karena dalam menggunakan media tersebut melibatkan indera penglihatan. Selain itu, permainan ular tangga juga disebut media grafik, karena media tersebut disajikan dalam bentuk gambar.

Pada konsepnya dengan fungsi media bimbingan dan konseling menurut Nursalim (2013; Zaini, dkk, 2020) dapat ditekankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Penggunaan media bukan merupakan fungsi tambahan, namun memiliki fungsi tersendiri sebagai sarana bantu untuk mewujudkan situasi yang lebih efektif.
2. Media bimbingan dan konseling merupakan bagian integral dari keseluruhan proses layanan bimbingan dan konseling. Hal ini mengandung pengertian bahwa media bimbingan dan konseling sebagai salah satu komponen yang tidak berdiri sendiri tetapi saling

berhubungan dengan komponen lainnya dalam rangka menciptakan situasi yang diharapkan.

3. Media bimbingan dan konseling dalam penggunaannya harus relevan dengan tujuan/kompetensi yang ingin dicapai dari isi layanan bimbingan dan konseling itu sendiri. Fungsi ini mengandung makna bahwa pemilihan dan penggunaan media dalam bimbingan dan konseling harus selalu melihat pada kompetensi atau tujuan dan bahan atau materi bimbingan dan konseling.
4. Media bimbingan dan konseling bukan berfungsi sebagai alat hiburan, dengan demikian tidak diperkenankan menggunakannya sekedar untuk permainan atau memancing perhatian individu/konseli.
5. Media bimbingan dan konseling bisa berfungsi untuk memperlancar proses bimbingan dan konseling. Fungsi ini mengandung arti bahwa melalui media bimbingan dan konseling individu dapat lebih mudah memahami masalah yang dialami atau merangkap bahan yang disajikan lebih mudah dan lebih cepat.
6. Media bimbingan dan konseling berfungsi untuk meningkatkan kualitas layanan bimbingan dan konseling. Pada umumnya hasil bimbingan dan konseling yang diperoleh siswa dengan menggunakan media bimbingan dan konseling akan tahan lama untuk diingat.

Berdasarkan uraian mengenai pengertian bimbingan kelompok dan pengertian permainan ular tangga menurut para ahli, penulis dapat menyimpulkan kegiatan bimbingan kelompok melalui pengembangan permainan ular tangga merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling melalui pengembangan permainan ular tangga sebagai media layanan yang diberikan kepada sejumlah individu dalam bentuk kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok dengan menggunakan prosedur kelompok untuk membahas topik tertentu yang dipimpin oleh pemimpin kelompok bertujuan untuk menunjang pemahaman, pengembangan, dan pertimbangan pengambilan keputusan ataupun perubahan sikap dan perilaku pada anggota kelompok.

2.2.2 Definisi Media Permainan Ular Tangga

Dalam layanan bimbingan dan konseling penggunaan berbagai media sudah semakin bervariasi dan menarik. Salah satu media yang dikembangkan dalam layanan bimbingan dan konseling adalah permainan ular tangga. Menurut Anjani (2012), ular tangga adalah permainan papan untuk anak-anak yang dimainkan oleh dua orang atau lebih. Di dalam papan permainan terdapat kotak-kotak kecil dan di beberapa kotak terdapat sejumlah tangga dan ular yang menghubungkan dengan kotak lain. Menurut Jannah (dalam Nafiah Nurul Ratnaningsih, 2014:61), permainan ular tangga tidak ada bentuk standar, sehingga pemain dapat menciptakan sendiri papan ular tangga mereka dengan jumlah kotak, jumlah ular dan tangga yang berbeda dengan peraturan tertentu sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Dari pernyataan tersebut permainan ular tangga dapat dikembangkan, baik dalam permainannya sendiri atau dengan kolaborasi media lain. Mendesain atau membuat sebuah alat permainan pada umumnya berdasarkan pada kriteria yang sesuai dengan perkembangan peserta didik.

Pengembangan media permainan ular tangga juga dapat dilakukan dengan media lain, seperti dengan media kartu. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008:628), kartu adalah kertas tebal berbentuk persegi panjang, sedangkan kata adalah unsur bahasa yang diucapkan atau ditulis yang merupakan perwujudan kesatuan perasaan dan pikiran yang dapat digunakan dalam bahasa. Jadi, kartu dengan kata adalah kartu yang berbentuk lembaran-lembaran persegi panjang yang bertuliskan kata-kata yang berisi pikiran dan pesan yang mudah dipahami. Modifikasi yang dilakukan dalam permainan ular tangga dengan kartu bertujuan untuk membuat permainan menjadi lebih kooperatif, interaktif, partisipatif, dan makna dari permainan dapat diterima peserta didik.

Dari penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan, permainan ular tangga adalah salah satu permainan papan untuk yang dapat dimainkan oleh dua orang atau lebih, serta memiliki peraturan untuk memainkannya. Di dalam

papan permainan terdapat kotak-kotak kecil dan di beberapa kotak terdapat sejumlah tangga dan ular yang menghubungkan dengan kotak lain. Menggunakan permainan ular tangga sebagai media BK dalam layanan bimbingan kelompok akan membuat layanan tersebut lebih menarik dan mudah dipahami, sesuai dengan yang dikutip oleh Hanim & Djunaedi (2019) penggunaan media yang baik, dapat membantu membuat layanan bimbingan dan konseling menjadi lebih efektif.

2.2.3 Karakteristik Media Permainan Ular Tangga

Menurut Sadiman (dalam Yumarlin MZ, 2013:3) menyatakan bahwa setiap permainan harus mempunyai empat komponen utama, yaitu:

- a. Adanya pemain, biasanya lebih dari dua orang,
- b. Adanya lingkungan dimana para pemain berinteraksi,
- c. Adanya aturan-aturan main, dan
- d. Adanya tujuan tertentu yang ingin dicapai.

Dari pernyataan ahli diatas maka pada penelitian ini akan membuat permainan ular tangga dengan beberapa pengembangan. Bentuk dari pengembangan ular tangga dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Permainan ular tangga dilakukan di atas papan, kotak berjumlah 1-48 buah, kotak nomor 1 untuk *start* dan nomor 48 untuk *finish*,
- b. Permainan ular tangga dimainkan oleh dua orang atau lebih,
- c. Permainan dilakukan dengan menggunakan dadu dan bidak/pion sesuai jumlah pemain,
- d. Di beberapa petak digambar sejumlah tangga atau ular dan terdapat kotak-kotak yang berwarna “merah, biru, hijau, kuning, jingga, dan ungu” dengan jumlah tiap warna 8 kotak yang teracak jumlahnya tiap baris,
- e. Terdapat penjelasan mengenai “simbol” yang terdapat di papan permainan ular tangga *self awareness*,
- f. Terdapat beberapa kalimat petunjuk dan peraturan permainan, serta

- g. Pemenang dari permainan ini adalah pemain yang pertama mencapai petak terakhir.

Penggunaan media dalam layanan bimbingan kelompok memiliki kegunaan untuk membuat proses layanan lebih efektif dan efisien serta membantu guru BK dalam menyampaikan layanan kepada siswa. Dengan menggunakan metode layanan yang menyenangkan akan membuat siswa antusias mengikuti layanan bimbingan yang diberikan.

2.2.4 Langkah-langkah Permainan Ular Tangga

Setiap permainan memiliki cara bermain masing-masing, oleh karena itu permainan ular tangga memiliki beberapa tata cara permainan dalam bermain. Peralatan yang akan dibutuhkan papan ular tangga, dadu, pion, pemain.

Menurut Raisatun Nisak (2013:129) tata cara permainan ular tangga dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a. Untuk memulai, setiap pemain mengocok dan melemparkan dadu. Pemain yang melemparkan dadu dengan angka yang paling besar akan mendapat giliran pertama.
- b. Taruh pion di kotak *start*. Lemparkan dadu dan hitung jumlah angka yang ditunjukkan pada mata dadu, lalu gerakkan pion ke kotak berikutnya di jalur papan ular tangga sesuai jumlah angka pada dadu.
- c. Apabila pion berhenti pada kotak yang ada gambar ujung bawah sebuah tangga, naik keatas.
- d. Sedangkan, jika pion berhenti pada kotak yang ada gambar kepala ular, turun ke bawah.

Dari pernyataan ahli tersebut, diketahui bahwa permainan ular tangga memiliki peraturan tertentu dan juga memiliki tujuan tertentu dalam permainan. Permainan ular tangga yang diterapkan untuk penelitian ini adalah permainan ular tangga dan kartu dengan pengembangan baik pada

mediannya, perlengkapannya, dan peraturannya. Pengembangan langkah-langkah permainan ular tangga yang dilakukan oleh peneliti berdasarkan petunjuk permainan yang ada adalah sebagai berikut:

- a. Permainan dimainkan oleh dua orang atau lebih, untuk menentukan siapa yang lebih dulu bermain ditentukan dengan melempar dadu dengan nomor yang paling besar menjadi giliran pertama.
- b. Setiap pemain memiliki pion dan memiliki kesempatan melempar dadu, apabila angka dadu menunjukkan angka enam maka pemain bisa melempar kembali dadu tersebut.
- c. Pion siswa melangkah maju sesuai dengan mata dadu yang muncul setelah di lempar. Pion siswa bergerak mulai dari kotak 1 atau *start* sampai seterusnya.
- d. Semua pion siswa memulai bermain dari kotak ke-1 (*start*) hingga kotak ke-48 (*finish*).
- e. Jika pion siswa berhenti pada kotak yang berisi **simbol tanda tanya & tangga**, maka siswa berhak memilih dan wajib menjawab pertanyaan yang ada di kartu *self awareness* yang telah disiapkan oleh peneliti. Siswa diperbolehkan naik ke kotak berikutnya apabila siswa berhasil menjawab pertanyaan pada simbol “tanda tanya”.
- f. Jika pion siswa berhenti pada kotak yang berisi **simbol kepala ular & lampu menyala**, maka siswa diminta untuk lebih kenali dirinya, dengan cara memilih salah satu kartu *self awareness*. Siswa tetap aman berada di kotak kepala ular apabila siswa bisa menjawab pertanyaan dari kartu tersebut. Sebaliknya, jika siswa tidak bisa menjawab pertanyaan dari kartu tersebut, maka siswa diminta untuk turun sesuai arah ekor ular tersebut.
- g. Jika siswa berhenti pada kotak yang berisi **simbol QnA**, maka siswa lain diberi kesempatan mengajukan pertanyaan kepada siswa yang sedang bermain, kemudian siswa tersebut menjawab pertanyaan tersebut. Baik siswa yang bertanya maupun yang menjawab akan mendapatkan *reward* dari peneliti.

- h. Jika dalam 1 kotak terdapat 2 pemain, maka permainan tetap dilanjutkan dan tidak apa-apa.
- i. Permainan berlanjut hingga semua pemain dapat berhasil ke kotak *finish*.
- j. Pemenang dari permainan ini adalah pemain yang pertama kali berhasil mencapai kotak *finish*.
- k. Peneliti sebagai fasilitator selama permainan berlangsung.

2.2.5 Manfaat Media Permainan Ular Tangga

Ada banyak manfaat yang dapat diperoleh dengan menggunakan media. Menurut Mochamad Nursalim (2013:7) menyatakan secara umum media mempunyai kegunaan yaitu:

- a. Memperjelas pesan agar tidak terlalu verbalistis
- b. Mengatasi keterbatasan ruang, waktu, tenaga, dan daya indra
- c. Menimbulkan minat siswa, interaksi lebih langsung antara siswa dengan guru BK
- d. Memberikan rangsangan yang sama, mempersamakan pengalaman, dan menimbulkan persepsi sama
- e. Proses layanan bimbingan dan konseling dapat lebih menarik dan interaktif
- f. Kualitas layanan bimbingan dapat ditingkatkan
- g. Meningkatkan sikap positif siswa terhadap materi layanan bimbingan dan konseling

Selain itu, menurut Katryn Geldard & David Geldard (dalam Suwarjo, 2013:14) umumnya permainan yang digunakan dalam bimbingan memiliki beberapa manfaat dan fungsi yaitu:

- a. Mendapatkan penguasaan diri atas permasalahan yang dihadapi
- b. Mendapatkan kekuatan dalam diri
- c. Mengekspresikan emosi
- d. Membentuk pemecahan masalah dan kemampuan membuat keputusan
- e. Membangun kemampuan sosial
- f. Membangun *self concept* dan *self esteem*

- g. Meningkatkan kemampuan komunikasi
- h. Menambah wawasan

Berdasarkan pemaparan materi dari para ahli diatas, peneliti dapat menyimpulkan adapun manfaat permainan ular tangga sebagai media bimbingan dan konseling dalam layanan bimbingan kelompok yaitu diantaranya:

- a. Meningkatkan keterlibatan siswa
Permainan ular tangga dapat membuat pembelajaran menjadi lebih interaktif dan menyenangkan. Hal ini dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses belajar dan membuat mereka lebih antusias untuk mengikuti bimbingan kelompok.
- b. Refleksi emosi
Saat bermain permainan ular tangga, siswa mungkin mengalami berbagai emosi seperti kegembiraan, kekecewaan, atau frustrasi ketika mengalami kemunduran dalam permainan. Ini dapat menjadi kesempatan bagi siswa untuk merenung tentang reaksi emosi mereka dan memahami bagaimana emosi tersebut memengaruhi perilaku mereka.
- c. Pemantauan kemajuan pribadi
Permainan ini memiliki elemen kemajuan dan perubahan dari satu kotak ke kotak lain, sehingga siswa dapat mengetahui kemajuan mereka selama permainan. Ini dapat memotivasi siswa untuk merenungkan perkembangan pribadi mereka, bagaimana siswa menghadapi tantangan, dan bagaimana siswa merasa ketika mencapai tujuan tertentu dalam permainan.
- d. Keterlibatan emosional
Permainan ular tangga seringkali menciptakan pengalaman emosional yang intens, baik itu kebahagiaan saat mencapai tangga atau kekecewaan ketika harus mundur. Siswa dapat memahami bagaimana mereka merespons emosi ini dan bagaimana mereka dapat mengelola emosi ini dalam konteks permainan.

e. Pengembangan kesadaran diri

Selama atau setelah bermain permainan, siswa dapat diminta untuk merenung tentang pengalaman mereka, bagaimana mereka merasa, dan bagaimana mereka berpikir tentang permainan tersebut. Ini dapat membantu mereka mengembangkan kesadaran diri tentang diri mereka sendiri, emosi, dan perilaku mereka.

2.2.6 Kelebihan dan Kekurangan Media Permainan Ular Tangga

Sebagai salah satu media visual, media komik tentunya memiliki kelebihan dan kekurangan. Adapun kelebihan dari permainan ular tangga menurut Sri Rahayu (2013: 46) yaitu, diantaranya:

- a. Merupakan permainan yang menyenangkan bagi siswa karena siswa terlibat langsung dalam permainan.
- b. Bersifat fleksibel karena dapat menyesuaikan dengan materi atau tema yang akan diberikan.
- c. Penggunaan media permainan ular tangga dapat merangsang siswa belajar memecahkan masalah sederhana tanpa disadari siswa.
- d. Mengembangkan komunikasi dan interaksi siswa satu dengan yang lain sebab permainan dilakukan secara berkelompok.

Selain kelebihan dari permainan ular tangga, terdapat pula kekurangan dari permainan ini yaitu, diantaranya:

- a. Ketergantungan pada keberuntungan, karena permainan ini juga melibatkan unsur keberuntungan (seperti lemparan dadu).
- b. Memerlukan durasi yang cukup lama untuk dapat menyelesaikan 1 kali sesi permainan.

2.3 Self Awareness (Kesadaran Diri)

2.3.1 Pengertian Self Awareness (Kesadaran Diri)

Self awareness (kesadaran diri) adalah wawasan kedalam atau wawasan mengenai alasan-alasan dari tingkah laku sendiri atau pemahaman diri sendiri. *Self awareness* atau kesadaran diri adalah bahan baku yang penting untuk menunjukkan kejelasan dan pemahaman tentang perilaku seseorang. Kesadaran diri dapat dilihat ketika seseorang mengenali apa yang dirasakan untuk membantunya dalam mengambil keputusan sendiri, memahami apa yang dirasakannya hingga mampu menilai diri sesuai dengan kemampuan dan kepercayaan dirinya. *Self awareness* (kesadaran diri) adalah wawasan terkait hal-hal yang melatarbelakangi timbulnya perilaku dan pemikiran (Chaplin, 2011: 27). Dapat dikatakan lebih lanjut *self awareness* merupakan pemahaman diri sendiri untuk paham terhadap apa yang dirasakan dan latar belakang hal tersebut dapat terjadi, serta menyadari dampak dari perilaku tersebut terhadap orang lain. Hal ini mencakup potensi individu dalam menginterpretasi pikiran perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, mempertahankan pendapat yang dimiliki, melakukan pengendalian diri dengan cara paham mengenai kelebihan dan kekurangannya.

Self awareness juga merupakan hal utama untuk menstimulasi hal positif dalam individu, menurut Goleman (dalam Q. Zahra & Yumna, 2021), *self awareness* merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk mempercayai dirinya sendiri, mampu mengungkapkan eksistensinya, mampu mengenali kelebihan dan kekurangan serta mampu membuat keputusan untuk mengevaluasi diri. Sedangkan *self awareness* menurut (Qowimah dkk., 2021), merupakan kemampuan untuk mengenal, memilah perasaan, memahami yang sedang dirasakan dan mengapa hal tersebut dirasakan, serta mampu mengetahui penyebab dan pengaruh perilaku tersebut bagi oranglain. Oleh karena itu, perlu ditanamkan sejak dini kepada remaja mengenai kesadaran akan potensi diri, emosi dan kekurangan yang dimiliki sehingga individu mampu mengidentifikasi dan memahami dirinya secara utuh (dalam S. L. Zahra & Hayati Miratul, 2022).

Suparno (2017: 32) menyatakan *self awareness* adalah suatu kemampuan individu untuk mengenali perasaan, dan alasannya merasakan hal tersebut, serta mengetahui pengaruh perilaku yang ditimbulkan terhadap orang lain. Hal ini mencakup potensi individu dalam menginterpretasi pikiran perasaan dan perasaan orang lain, mempertahankan pendapat yang dimiliki, melakukan pengendalian diri dengan cara paham terhadap kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya. Soedarsono (2012: 124) mendefinisikan *self awareness* sebagai bentuk pemahaman diri sendiri atas fisik, sikap, sifat dan nalurinya untuk mengetahui potensi yang ada dalam dirinya sehingga ditemukan gambaran diri secara utuh.

Self awareness merupakan kemampuan untuk menyadari dan memahami emosi, perasaan, pikiran tentang suasana hati, dan dorongan hati yang ada dalam diri seseorang untuk melakukan sesuatu serta menyadari pengaruh perasaannya dalam berinteraksi dengan orang lain. Kesadaran diri dapat mengetahui apa yang dirasakan seseorang pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri dan memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri, dan kepercayaan diri yang kuat. Menurut Brigham (dalam Sosiawan, 2009) *self awareness* merupakan keadaan pada manusia ketika mengarahkan perhatiannya ke dalam untuk memfokuskan pada diri sendiri.

Ada pula definisi *self awareness* menurut Steven dan Howard (dalam Fixky, 2018) yaitu kemampuan individu untuk mengenali perasaan, alasan merasakan hal tersebut, serta menyadari pengaruh perilakunya terhadap orang lain. Hal tersebut meliputi kemampuan menyampaikan secara jelas pikiran dan perasaan seseorang, membela diri dan mempertahankan pendapat (asertif), mengarahkan dan mengendalikan diri, kemampuan untuk mandiri, mengenali dan menerima kekurangan serta kelebihan dirinya, mewujudkan potensi yang dimiliki, serta puas dengan potensinya tersebut. Patton menyebutkan bahwa kesadaran diri merupakan sifat yang ada pada *Emosional Intellegency* dan pada titik kesadaran inilah pengembangan (EQ) dapat dimulai.

Dari berbagai pendapat di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa *self awareness* (kesadaran diri) merupakan bentuk pemahaman diri sendiri untuk mengenali dan peduli dengan kondisi yang terjadi, mengetahui kelebihan dan kekurangan dalam diri, serta mempunyai gambaran yang jelas terkait diri sendiri. Sehingga nantinya individu mampu mengelola emosinya dengan baik, dimana dalam hal ini individu akan senantiasa lebih memahami dirinya sendiri. Kemampuan *self awareness* sangat penting untuk ditanamkan bagi siswa, karena dengan memiliki *self awareness* yang baik siswa akan mampu menyampaikan seluruh hal yang ada pada dirinya meliputi pendapat dalam mengatasi suatu hal, perasaan yang sedang dialami, serta kelebihan dan kekurangannya, yang nantinya membuat siswa lebih percaya diri dan senantiasa berfikir sebelum bertindak.

2.3.2 Bentuk-bentuk *Self Awareness* (Kesadaran Diri)

Menurut *Baron* dan *Byrne* tokoh psikologi sosial, mengatakan bahwa *self awareness* (kesadaran diri) memiliki beberapa bentuk, yaitu diantaranya:

- a. ***Self awareness subjektif*** adalah kemampuan individu untuk membedakan dirinya dari lingkungan fisik dan sosialnya. Dalam hal ini serang siswa di sadarkan tentang siapa dirinya dan statusnya yang membedakan dirinya dengan orang lain. Ia harus sadar bahwa siapa dia dimata orang-orang di sekitarnya serta bagaimana ia harus bersikap yang membuat orang bisa menilai siswa tersebut bisa berbeda dengan yang lainnya.
- b. ***Self awareness objektif*** adalah kapasitas individu untuk menjadi objek perhatiannya sendiri, kesadaran akan keadaan pikirannya dan mengetahui bahwa ia tahu dan mengingat bahwa ia ingat. Hal ini berkaitan dengan identitas siswa sendiri sebagai seorang pelajar. Apabila siswa ingat bahwa ia adalah seorang pelajar, ia akan memfokuskan dirinya dan menempatkan dirinya pula sebagai siswa. Dan mengingat berbagai bentuk hak dan kewajiban yang menjadi tanggung jawabnya.

- c. ***Self awareness simbolik*** adalah kemampuan individu untuk membentuk sebuah konsep abstrak dari diri melalui bahasa kemampuan ini membuat individu mampu untuk berkomunikasi, menjalin hubungan, menentukan tujuan, mengevaluasi hasil, dan membangun sikap yang berhubungan dengan diri dan membelanya terhadap komunikasi yang mengancam. Siswa dalam hal ini lebih di tekankan untuk bisa mengenali dirinya dan harus bisa berfikir jauh tentang dirinya di mata orang lain, siswa dalam hal ini lebih banyak belajar dari sekitarnya, dan lebih penting siswa harus bisa belajar bagaimana bisa menyampaikan sesuatu dengan baik kepada orang lain lewat sebuah komunikasi yang baik agar siswa bisa membentuk sebuah hubungan dengan orang lain.

2.3.3 Aspek *Self Awareness* (Kesadaran Diri)

Goleman (1996: 70) menjabarkan mengenai aspek-aspek *self awareness*. Goleman menyampaikan terdapat 3 aspek dalam *self awareness* (kesadaran diri), yaitu diantaranya:

- a. ***Emotional self awareness***. *Emotional self awareness* adalah kemampuan seseorang dalam mengenali emosi diri dan pengaruhnya. *Emotional self awareness* juga berkenaan dengan kesadaran akan pengetahuan pada apa yang dirasakan dan mengetahui penyebab munculnya emosi tersebut.
- b. ***Accurate self assessment***. *Accurate self assessment* adalah kemampuan seseorang dalam mengenali kekuatan dan keterbatasan yang dimilikinya. Dalam hal ini, kemampuan refleksi diri juga digunakan dalam prosesnya sehingga individu mampu mengevaluasi diri dengan baik dan mempunyai kesadaran pada kelemahan dan kelebihan diri yang dimilikinya. Seseorang juga mampu untuk menempatkan dirinya sesuai dengan keadaan, mampu menerima kritik, dan mampu belajar dari pengalaman.
- c. ***Self confidence***. *Self confidence* ini merupakan kepercayaan individu terhadap kemampuan (keahlian) yang dimilikinya. Kepercayaan diri ini berkaitan dengan efektivitas diri atau penilaian positif atas kemampuan

kerja. Efektivitas diri ini juga merupakan keyakinan individu atas apa yang dikerjakannya dengan keterampilan yang dimilikinya. Kepercayaan diri ini juga berkaitan dengan keberanian dalam menyatakan pendapat, pandangan dan tegas dalam membuat keputusan (Goleman, 2018).

2.3.4 Faktor yang Memengaruhi *Self Awareness* (Kesadaran Diri)

Faktor-faktor yang memengaruhi *self awareness* (kesadaran diri) menurut Soedarsono (2012: 156), terdapat 3 faktor yang mempengaruhi *self awareness* antara lain, sebagai berikut:

a. **Sistem nilai (*value system*)**

Sistem nilai merupakan pedoman hidup yang berasal dari faktor-faktor non material. Berarti disini faktor pembentuk *self awareness* (kesadaran diri) berupa keadaan jiwa seseorang (ruhani). Dalam hal ini terdiri dari 3 komponen (dalam Soedarsono, 2012: 156), yaitu:

1) Reflek hati nurani

Reflek hati nurani dalam ilmu psikologi dikenal dengan intropeksi diri atau evaluasi diri, yang berarti menganalisis dan menilai diri melalui gambaran-gambaran diri yang didapatkan dari lingkungan dimana ia berada (dalam Soedarsono, 2012: 156).

2) Harga diri

Seseorang yang mempunyai *self awareness* berarti memiliki harga diri yang tinggi pula, dimana nantinya akan menunjukkan keadaan diri yang sesungguhnya. Sehingga membuat orang lain dapat melihat dan melakukan penilaian atas perilakunya (dalam Soedarsono, 2012: 156).

3) Takwa kepada Tuhan yang Maha Esa

Takwa kepada Tuhan yang Maha Esa merupakan salah satu hal yang dilakukan individu untuk introspeksi diri. Dalam hal ini individu melibatkan seluruh raga dan jiwa dengan cara berserah hanya kepadanya, menerima penilaian dari orang lain terkait kelebihan dan kekurangannya, serta berikhtiar menuju versi terbaik. Nantinya akan

melahirkan kesatuan jiwa raga, kekuatan perasaan, dan kesadaran diri pada manusia (dalam Soedarsono, 2012: 156).

b. **Cara pandang (*attitude*)**

Cara pandang merupakan salah satu faktor pembentuk kesadaran diri. Dimana dalam hal ini terdiri dari kecerdasan dan sikap kebersamaan dalam arti memiliki sikap yang baik untuk merespon orang lain (dalam Soedarsono, 2012: 157).

c. **Perilaku (*behavior*)**

Dengan adanya perilaku seseorang akan melihat dan melakukan penilaian baik maupun buruknya. Oleh karena itu individu harus mempunyai rasa ikhlas dan sopan sebagai bentuk penghormatan terhadap orang lain (dalam Soedarsono, 2012: 157).

Umah dkk (2015: 68) mengatakan bahwa terdapat 6 faktor yang dapat mempengaruhi *self awareness* antara lain, sebagai berikut:

a. **Pikiran**

Pikiran yang dimaksud disini merupakan suatu kemampuan kognitif untuk melakukan pemecahan masalah dengan cara yang tepat. Pikiran sendiri terdiri dari dua hal yakni pikiran sadar dan pikiran tak sadar (Umah dkk, 2015: 68).

b. **Perasaan**

Perasaan merupakan suatu respon yang lahir dari stimulus yang bersifat internal maupun eksternal (Umah dkk, 2015: 68).

c. **Motivasi**

Motivasi adalah suatu hal yang mendorong individu untuk melakukan sesuatu dengan tujuan tertentu (Umah dkk, 2015: 68).

d. **Perilaku**

Perilaku adalah tindakan atau aktivitas individu yang memiliki beragam arti seperti berjalan, berlari, berbicara, menangis, tertawa dan lain sebagainya (Umah dkk, 2015: 68).

e. **Pengetahuan**

Pengetahuan merupakan suatu hasil dari mengingat sesuatu yang telah terjadi baik yang disengaja ataupun tidak (Umah dkk, 2015: 68).

f. **Lingkungan**

Lingkungan adalah suatu kondisi yang ada disekitar individu tersebut berada, dimana dalam hal ini sangat besar pengaruhnya bagi pembentukan kepribadian seseorang (Umah dkk, 2015: 68).

2.3.5 Tahap-tahap dalam *Self Awareness* (Kesadaran Diri)

Kesadaran yang dialami oleh tiap individu dapat memengaruhi dari pada perkembangan dirinya bahkan perkembangan sesamanya di lingkungan di mana manusia itu tinggal. Sebab manusia tampil di luar diri dan berefleksi atas keberadaannya. Bagi remaja, *self awareness* (kesadaran diri) merupakan aspek yang fundamental bagi pembentukan pertumbuhan remaja. Remaja yang memiliki kesadaran diri yang tinggi akan melakukan hal-hal yang tidak lepas dari nilai-nilai dan norma-norma yang ada dalam masyarakat. Untuk mencapai kesadaran diri yang kreatif seseorang harus melalui empat tahapan yaitu:

- a. **Tahap ketidaktahuan.** Tahap ini terjadi pada seorang anak yang masih bayi yang belum memiliki kesadaran diri atau disebut juga dengan tahap kepolosan.
- b. **Tahap berontak.** Tahap ini identik memperlihatkan rasa permusuhan dan pemberontakan untuk memperoleh kebebasan usaha membangun "*inner strength*". Pemberontakan ini merupakan tahap wajar sebagai masa transisi yang perlu dialami dalam pertumbuhan, menghentikan ikatan-ikatan lama untuk masuk ke situasi yang baru dengan keterikatan yang baru pula.
- c. **Tahap kesadaran normal akan diri.** Dalam tahap ini seseorang dapat melihat kesalahan-kesalahannya untuk kemudian membuat dan mengambil tindakan yang bertanggung jawab. Belajar dari pengalaman-pengalaman sadar akan diri disini di maksudkan satu kepercayaan yang positif terhadap kemampuan diri. Kesadaran diri ini memperluas

pengendalian manusia atas hidupnya dan tahu bagaimana harus mengambil keputusan dalam hidupnya.

- d. **Tahap kesadaran diri yang kreatif.** Dalam tahap ini seseorang mencapai kesadaran diri yang kreatif mampu melihat kebenaran secara objektif tanpa disimpangkan oleh perasaan-perasaan dan keinginan-keinginan subjektifnya. Tahapan ini bisa diperoleh antara lain melalui aktifitas religious, ilmiah atau dari kegiatan-kegiatan di luar yang dilakukannya secara rutin. Melalui tahapan ini seseorang mampu melihat hidupnya dari perspektif yang lebih luas, bisa memperoleh inspirasi-inspirasi dan membuat peta mental yang menunjukkan langkah dan tindakan yang akan diambilnya.

2.4 Penelitian Relevan

Dalam penelitian ini, peneliti mengacu pada penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilaksanakan oleh peneliti pada saat ini. Berikut ini beberapa hasil penelitian yang relevan yang dijadikan bahan telaah bagi peneliti, yaitu diantaranya sebagai berikut:

- a. Hasil penelitian Abdurrahman Haqiqi (2017), yang berjudul “Pengembangan Media Permainan Ular Tangga Untuk Layanan Bimbingan dan Konseling Bagi Siswa Kelas VII di SMP Muhammadiyah 1 Minggir”, penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media permainan ular tangga untuk layanan bimbingan dan konseling bagi siswa kelas VII. Jenis penelitian ini adalah penelitian pengembangan menggunakan model yang diadaptasi dari *Borg & Gall* dengan 9 tahapan. Subjek penelitian 31 siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Minggir yang ditentukan dengan teknik *random sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala, observasi, dan wawancara. Validasi penelitian melibatkan 1 dosen ahli media, 1 dosen ahli materi, 2 praktisi dan siswa. Hasil penelitian menunjukkan media permainan ular tangga untuk layanan bimbingan dan konseling bagi siswa dikategorikan “Layak” berdasarkan penilaian instrumen, observasi dan wawancara. Hasil penilaian ahli media dengan persentase skor 100%, ahli materi dengan

persentase skor 88%, praktisi BK dengan persentase skor 97,22% dan uji coba dengan siswa (1) Uji coba lapangan awal dengan hasil persentase skor 90,34%. (2) Uji coba lapangan utama dengan hasil persentase skor 96,30%. (3) Uji coba lapangan operasional dengan hasil persentase skor 97,87%. Persamaan penelitian diatas dengan skripsi peneliti yaitu, sama-sama mengembangkan media permainan ular tangga pada siswa SMP. Perbedaan penelitian diatas yaitu peneliti memfokuskan dalam pengembangan media permainan ular tangga bertema *self awareness* dengan jenis penelitian 4-D (*Define-Design-Develop-Dessiminate*). Sedangkan penelitian diatas merupakan penelitian pengembangan menggunakan model yang diadaptasi dari *Borg & Gall* dengan 9 tahapan dan berfokus pada permasalahan bidang pribadi, sosial, belajar, dan keluarga dalam bimbingan dan konseling.

- b. Hasil penelitian Resti Okta Sari, dkk (2023), yang berjudul “Pengembangan Permainan Ular Tangga dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Batujajar”, menunjukkan bahwa pengembangan media permainan ular tangga dalam bimbingan kelompok merupakan solusi yang baik untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa serta efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Hal ini dibuktikan dengan hasil validasi dari ahli media, ahli materi, dan ahli praktisi menunjukkan bahwa produk ini sangat layak digunakan. Uji coba produk juga menunjukkan hasil yang positif, dengan persentase skor rata-rata 91,52 dalam kategori "Sangat Layak". Selain itu, penggunaan media ular tangga dalam bimbingan kelompok juga mampu meningkatkan aktifitas siswa dalam mengikuti layanan bimbingan konseling. Persamaan penelitian diatas dengan skripsi penulis yaitu, mengembangkan permainan ular tangga dalam bimbingan kelompok. Selain itu, persamaan lainnya antara penelitian di atas dengan skripsi penulis yaitu subjek kami berada di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP). Perbedaan penelitian diatas berfokus pada kepercayaan diri siswa, sedangkan peneliti berfokus terkait *self awareness* siswa.

- c. Hasil penelitian Aldini Agniarahmah, dkk (2023), yang berjudul “Keefektifan Media Ular Tangga dalam Meningkatkan *Self Awareness*”, penelitian ini dilakukan dengan melakukan uji validitas terlebih dahulu dengan menggunakan rumus kolerasi product moment dengan r-hitung lebih besar dari r-tabel dan uji reliabilitas menggunakan uji *alpha Cronbach* dengan memperoleh hasil 0,929 yang berklasifikasi tinggi. Dalam pelaksanaan uji media ular tangga, mendapatkan rata rata pada pre test 58 dan rata rata pada post-test 73. Hal ini memperlihatkan bahwa terdapat pengaruh pada *self awareness* siswa dan terdapat peningkatan setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan media ular tangga. Persamaan penelitian diatas dengan skripsi peneliti yaitu, menggunakan media permainan ular tangga untuk meningkatkan *self awareness* pada siswa. Perbedaan penelitian diatas yaitu peneliti memfokuskan dalam pengembangan media permainan ular tangga dengan tema *self awareness* secara tematik. Artinya, berkelanjutan antara topik bahasan satu dengan bahasan lainnya. Oleh karena itu, peneliti fokus untuk mengembangkan media permainan ular tangga *self awareness* dengan 3 desain media permainan yang berbeda, menyesuaikan dengan topik bahasan. Adapun 3 topik bahasan tersebut yaitu, 1) mengenali emosi, 2) pengakuan diri yang akurat, serta 3) kepercayaan diri. Selain itu, pada penelitian ini juga peneliti memanfaatkan layanan bimbingan kelompok dalam pelaksanaan penelitian.

III. METODE PENELITIAN

3.1 Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada siswa/i kelas VIII di SMP Negeri 10 Bandar Lampung, yang beralamat di Jalan Panglima Polim No.5, Segala Mider, Kecamatan Tanjung Karang Barat, Kota Bandar Lampung, Provinsi Lampung. Tahun ajaran 2024/2025.

3.2 Metode dan Desain Penelitian

3.2.1 Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian dan pengembangan atau biasa disebut dengan istilah *Research and Development (RnD)*. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan, mengembangkan, dan mengkonfirmasi suatu produk. Menurut Borg dan Gall (dalam Punaji.S, 2012: 215) menyatakan bahwa penelitian dan pengembangan (*Research and Development (RnD)*) merupakan suatu proses yang dipakai untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan. Sependapat dengan hal tersebut, menurut Sugiyono (2012) menjelaskan metode penelitian dan pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan suatu produk dan menguji keefektifan dari produk yang dihasilkan. Penelitian ini difokuskan pada pengembangan media bimbingan dan konseling dalam layanan bimbingan kelompok dengan tema *self awareness* yang dikemas dalam bentuk permainan ular tangga.

Peneliti menggunakan model pengembangan 4-D (*four-D*) karena kelebihan model 4-D yaitu tidak membutuhkan waktu relatif lama, tahapan relatif tidak terlalu kompleks (Maydiantoro, 2021). Selain itu, menurut Arywiantari, dkk (2015) mengemukakan bahwa model 4-D tersusun secara terprogram dengan urutan kegiatan yang sistematis sebagai upaya pemecahan masalah belajar individu, dimana kelebihan dari 4-D yaitu tepat digunakan sebagai dasar untuk pengembangan perangkat pembelajaran atau dapat dikatakan pengembangan media di dunia pendidikan. Model produk yang akan dikembangkan pada penelitian ini yaitu permainan ular tangga dengan tema *self awareness* yang akan digunakan sebagai media pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok.

3.2.2 Desain Penelitian

Penelitian pengembangan model 4-D (*four-D*) adalah model penelitian yang digunakan dalam penelitian ini. Model penelitian ini terdiri dari empat tahap yang meliputi: tahap pendefinisian (*Define*), tahap perancangan (*Design*), tahap pengembangan (*Develop*), dan tahap penyebaran (*Disseminate*).

Berikut pengembangan model 4-D (dalam Handayani, 2021) dijabarkan sebagai berikut:

1. Tahap Pendefinisian (*Define*)

Tahap pendefinisian bertujuan untuk menentukan dan mendefinisikan kebutuhan kebutuhan dan menyimpulkan bermacam macam informasi yang berikatan dengan produk yang akan ditemukan dan dikembangkan.

2. Tahap Perancangan (*Design*)

Pada tahap *Design* atau perancangan peneliti sudah membuat produk awal atau rancangan produk. Tahap ini diisi dengan kegiatan menyiapkan kerangka konseptual desain permainan ular tangga serta mensimulasikan penggunaan permainan tersebut dalam lingkup kecil. Tahapan perancangan pada penelitian ini dilakukan untuk membuat media permainan ular tangga sebagai bentuk layanan bimbingan

kelompok yang sesuai dengan hasil tahap pendefinisian yang telah dilakukan sebelumnya.

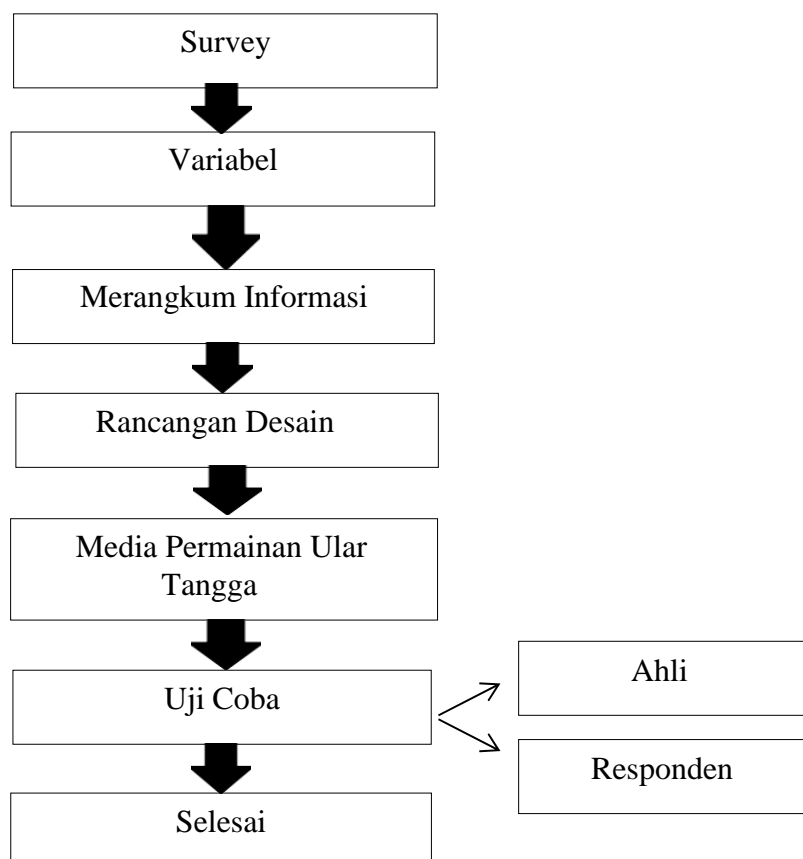
3. Tahap Pengembangan (*Develop*)

Tahap pengembangan atau *develop* terbagi ke dalam dua kegiatan yaitu *expert appraisal* dan *developmental testing*. *Expert appraisal* merupakan teknik untuk memvalidasi atau menilai kelayakan rancangan produk (media permainan ular tangga). Kegiatan ini dilakukan oleh Dosen Ahli dalam bidangnya. Saran-saran yang diberikan digunakan untuk memperbaiki rancangan permainan ular tangga yang telah disusun oleh peneliti. *Developmental testing* adalah kegiatan uji coba rancangan produk (media permainan ular tangga) pada subjek terbatas. Hasil uji coba ini digunakan untuk memperbaiki permainan ular tangga yang telah dirancang.

4. Tahap Penyebaran (*Disseminate*)

Tahap penyebaran atau *disseminate* terdiri dari tiga kegiatan yaitu *validation testing*, *packaging*, *diffusion*, and *adoption*. Tahap *validation testing* yaitu produk yang telah direvisi pada tahap pengembangan kemudian diimplementasikan kepada subjek terbatas. Hasil implementasi ini nantinya akan dinilai oleh para ahli. Setelah dilakukan uji coba dan revisi, tahap terakhir yaitu *packaging* (pengemasan) serta *diffusion and adoption*. Tahap ini dilakukan agar produk (media permainan ular tangga) dapat dimanfaatkan oleh orang lain. Pengemasan ini dapat dilakukan dengan mencetak media permainan ular tangga. Setelah dicetak, media permainan tersebut disebarluaskan agar dapat diserap (*diffusion*) atau dipahami orang lain dan dapat digunakan (*adoption*) oleh konselor atau praktisi BK.

Berikut alur penelitian penyusunan pengembangan media permainan ular tangga dengan tema *self awareness* bagi siswa kelas VIII di SMP Negeri 10 Bandar Lampung:



Gambar 3. Alur Penelitian

3.3 Subjek Penelitian

Menurut *Borg & Gall* (dalam Lasmiyati dan Hatta, 2014) batasan subjek uji coba terbatas 6-30 orang. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 6 siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Bandar Lampung sebagai subjek uji keterbacaan visual. Uji keterbacaan visual berupa pengisian kuisisioner keterbacaan visual media permainan ular tangga dengan tema *self awareness*. Pada pelaksanaannya, dalam penelitian ini memanfaatkan layanan bimbingan kelompok, sehingga subjek penelitian terdiri dari 5 siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Bandar Lampung. Terpilihnya 5 siswa ini sebagai subjek penelitian berdasarkan hasil

kegiatan observasi (pengamatan) yang dilakukan peneliti terkait aspek-aspek *self awareness* yang terdapat pada para siswa tersebut. Hal ini sejalan dengan Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Pertama (POP BK SMP, 2016) yang menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah bantuan kepada kelompok-kelompok kecil yang terdiri atas 2-10 peserta didik/konseli agar mereka mampu melakukan pencegahan masalah, pemeliharaan nilai-nilai, dan pengembangan keterampilan-keterampilan hidup yang dibutuhkan.

Setelah media permainan ular tangga siap digunakan barulah dilakukan layanan bimbingan kelompok kepada 5 siswa SMP kelas VIII, khususnya kelas VIII.10 berupa pengerjaan *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui tingkat pemahaman materi dari siswa sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok yang diberikan. Kriteria subjek dalam penelitian ini menggunakan kriteria inklusi. Nursalam (2013) menjelaskan bahwa kriteria inklusi adalah standar dimana subjek penelitian diwakili oleh sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel penelitian. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu:

- a. Siswa kelas VIII SMP berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan,
- b. Siswa yang belum mampu mengenali dan memahami emosinya,
- c. Siswa yang belum memahami kelebihan dan kekurangan pada dirinya dengan baik,
- d. Siswa yang menilai dirinya terlalu rendah atau terlalu tinggi, dan belum bisa menggambarkan diri secara realistis,
- e. Siswa yang kurang percaya diri dalam bergaul atau belajar, ditandai dengan mudah ragu, cemas saat berbicara di depan umum, atau takut mencoba hal baru karena khawatir gagal,
- f. Siswa yang tertarik pada layanan bimbingan kelompok melalui media pengembangan permainan ular tangga bertema *self awareness*,
- g. Tidak adanya batasan agama atau budaya tertentu, dan
- h. Bersedia mengikuti layanan secara sukarela dan tanpa paksaan.

3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

3.4.1 Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen). Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan sehingga timbulnya variabel terikat. Adapun variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel yang terdapat dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

- a. Variabel bebas (independen/X) dalam penelitian ini adalah media permainan ular tangga bertema *self awareness*.
- b. Variabel terikat (dependen/Y) dalam penelitian ini adalah *self awareness* siswa kelas VIII dalam layanan bimbingan kelompok.

3.4.2 Definisi Operasional

Definisi ini dimaksud untuk menjabarkan variabel-variabel tertentu yang timbul dalam suatu penelitian ke dalam indikator-indikator terperinci.

- a. Media Permainan Ular Tangga dengan Tema *Self Awareness*
Media Permainan Ular Tangga dengan Tema *Self Awareness* merupakan sebuah media bimbingan kelompok berbentuk permainan papan ular tangga yang di dalamnya memuat materi, pesan, atau situasi yang berkaitan dengan aspek-aspek *self awareness*. Media ini dirancang untuk digunakan dalam layanan bimbingan kelompok dengan tujuan membantu siswa memahami diri, mengenali kelebihan dan kekurangan diri, serta meningkatkan kesadaran diri terhadap perasaan, pikiran, dan perilaku mereka. Indikator Media Permainan Ular Tangga dengan Tema *Self Awareness* yaitu desain dan tampilan media permainan, materi yang terkandung dalam kotak-kotak permainan, petunjuk dan aturan bermain, dan kesesuaian materi dengan aspek-aspek *self awareness*.
- b. *Self awareness* (kesadaran diri)
Self awareness (kesadaran diri) merupakan kemampuan siswa untuk mengenali diri, mengetahui kelebihan dan kekurangan dalam diri, menyadari perasaan dan pikiran yang dimiliki, mampu mengelola diri

dalam situasi sosial, serta mempunyai gambaran yang jelas terkait diri sendiri. Sehingga nantinya siswa mampu mengelola emosinya dengan baik, dimana dalam hal ini siswa akan senantiasa lebih memahami dirinya sendiri. Indikator *self awareness* (kesadaran diri) yaitu, mengenali emosi, pengakuan diri yang akurat, dan kepercayaan diri.

c. Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan Bimbingan Kelompok merupakan layanan dalam bimbingan dan konseling yang diberikan kepada sejumlah siswa dalam suasana kelompok, yang bertujuan untuk membantu siswa memahami diri, bersosialisasi, dan mengatasi permasalahan yang dihadapi dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Dalam penelitian ini, layanan bimbingan kelompok dilakukan menggunakan media permainan ular tangga dengan tema *self awareness*.

3.5 Metode Pengumpulan Data

Proses pengumpulan data selalu terjadi dalam suatu penelitian yang bertujuan untuk memperoleh data yang sejelas-jelasnya. Dalam konteks ini, Arikunto (2010:192) menjelaskan bahwa metode pengumpulan data ialah cara memperoleh data. Terdapat dua hal utama yang memengaruhi kualitas data hasil penelitian, yaitu kualitas instrumen penelitian, dan kualitas pengumpulan data. Untuk mengumpulkan data penelitian, tentunya peneliti harus menentukan metode pengumpulan data apa yang akan digunakan sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan.

Peneliti menggunakan kuisisioner sebagai alat untuk validasi produk (media permainan ular tangga) yang akan diuji oleh para ahli (*expert judgement*) dan sebagai alat penilaian hasil *pre-test* dan *post-test* sesuai dengan permainan ular tangga yang dikembangkan. Menurut Sugiyono (2017:142), kuisisioner merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Isi dalam kuisisioner dapat berupa pertanyaan atau pernyataan terbuka atau tertutup yang diberikan kepada responden secara langsung atau

dikirim melalui internet (*google-form*). Instrumen pertama yang digunakan untuk mengukur tingkat kelayakan media permainan ular tangga yaitu skala yang memiliki empat kategori kesetujuan dan memiliki skor 1-4. Adapun bentuk pilihan jawaban dalam penelitian ini terdiri dari empat jawaban kesesuaian antara responden dengan pernyataan yang disajikan. Hal ini bermaksud agar responden dapat terhindar dari sikap ragu-ragu dan tidak mempunyai jawaban yang jelas, sehingga menimbulkan makna ganda. Jawaban kesesuaian antara responden dengan pernyataan yang disajikan tersebut adalah: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban itu dapat diberi skor antara 1 sampai 4.

Tabel 1. Rubrik Penilaian Instrumen Kelayakan Media Permainan Ular Tangga

Pernyataan	<i>Favorable</i> (positif)	<i>Unfavorable</i> (negatif)
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

(sumber: Arikunto, 2012)

Instrumen kedua yang digunakan untuk menilai hasil *pre-test* dan *post-test* sesuai dengan permainan ular tangga yang telah dikembangkan. Kuesioner yang diberikan berupa pertanyaan tertutup sehingga responden memilih salah satu dari jawaban yang telah disediakan oleh peneliti.

Validasi produk ini akan dilakukan oleh para ahli untuk menguji kelayakan media permainan ular tangga dengan 6 siswa sebagai subjek uji keterbacaan visual. Tahap ini akan diperoleh pendapat, masukan, dan persetujuan dari validator sesuai dengan bidangnya. Masukan tersebut peneliti gunakan sebagai bahan penyempurnaan pembuatan permainan ular tangga.

Kemudian, 5 siswa akan mengisi *pre-test* dan *post-test* sebagai subjek penelitian untuk mengetahui tingkat pemahaman materi dari media permainan ular tangga yang diberikan.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian pengembangan ular tangga ini akan menggunakan kuesioner. Lembar kuesioner akan diberikan kepada ahli materi, ahli media, praktisi BK, dan siswa. Berikut ini kisi-kisi instrumen yang digunakan untuk mengukur kelayakan dari media permainan ular tangga dan menilai hasil *pre-test* dan *post-test* sesuai dengan media permainan ular tangga yang telah dikembangkan. Pengembangan instrumen penelitian ini akan dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Kelayakan Materi Permainan Ular Tangga

No.	Aspek	Indikator
1	Isi materi	Kelengkapan materi
		Kesesuaian konsep dan definisi
		Masalah siswa
		Layanan BK
2	Penulisan materi	Kejelasan
		Kerapian
3	Penyajian materi	Mudah dipahami
		Menarik

(Abdurrahman, 2017)

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Kelayakan Media Permainan Ular Tangga

No.	Aspek	Indikator
1	Bentuk	Ukuran media permainan
		Bentuk alat permainan
2	Penampilan	Desain permainan
		Komposisi warna
		Gambar ilustrasi
		Kejelasan penulisan
3	Penggunaan	Peraturan permainan
		Kepraktisan media
4	Tujuan	Manfaat permainan
		Tujuan permainan

(Abdurrahman, 2017)

Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Keterbacaan Visual Permainan Ular Tangga

No.	Aspek	Indikator
1	Tampilan	Kemenarikan ilustrasi
		Kesesuaian proporsi warna
		Keseimbangan tata letak teks dan gambar
2	Bahasa	Ketepatan pemilihan bahasa
		Kesederhanaan kalimat
3	Pembelajaran	Kesesuaian permainan ular tangga dengan tingkat perkembangan

(Mulyani, 2015)

Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen *Pre-Test* dan *Post-Test*

No.	Aspek	Indikator
1	Pengertian <i>Self Awareness</i> (Kesadaran Diri)	Individu memahami definisi dari <i>Self Awareness</i> (Kesadaran Diri)
2	Bentuk-bentuk <i>Self Awareness</i> (Kesadaran Diri)	Individu memahami bentuk-bentuk dari <i>Self Awareness</i> (Kesadaran Diri)
3	Aspek <i>Self Awareness</i> (Kesadaran Diri)	Individu memahami aspek dari <i>Self Awareness</i> (Kesadaran Diri)
4	Faktor yang memengaruhi <i>Self Awareness</i> (Kesadaran Diri)	Individu memahami faktor-faktor yang memengaruhi dari <i>Self Awareness</i> (Kesadaran Diri)

3.6 Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan salah satu proses penelitian yang dilakukan setelah semua data yang dipergunakan untuk memecahkan masalah yang diteliti diperoleh secara lengkap. Analisis data merupakan bagian penting dalam penelitian karena digunakan untuk menentukan keakuratan pengambilan kesimpulan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis data statistik deskriptif yaitu memaparkan hasil pengembangan produk yang berupa media permainan ular tangga setelah diimplementasikan, diuji tingkat validasinya, dan kelayakan produknya.

Data kuantitatif berupa data numerik yang diperoleh dari skor penilaian dari ahli dan siswa terhadap instrumen yang diberikan dan nantinya akan sangat membantu dalam penilaian layak atau tidaknya media permainan ular tangga, dan baik atau buruknya serta membantu dalam penilaian hasil *pre-test* dan *post-test* yang dapat dilihat dari data kuantitatif ini. Selain data kuantitatif, juga diperoleh data kualitatif yang didapat dari komentar, kritik, dan saran dari

ahli dan siswa yang ditulis langsung pada instrumen. Fungsi dari komentar, kritik, dan saran dijadikan sebagai pertimbangan untuk merevisi pembuatan permainan ular tangga dalam pengembangan media layanan bimbingan kelompok. Menurut Khoirot (2015) analisis untuk menghitung kelayakan media permainan ular tangga dapat digunakan dengan perhitungan sebagai berikut:

$$\text{Persentase Kelayakan (\%)} = \frac{\text{skor yang diobservasi}}{\text{skor yang diharapkan}} \times 100\%$$

Gambar 4. Perhitungan Persentase Kelayakan

Rumus perhitungan untuk presentase kenaikan *pre-test* dan *post-test* yaitu:

$$\text{Persentase Kenaikan (\%)} = \frac{(\text{mean post test} - \text{mean pre test})}{\text{mean pre test}} \times 100\%$$

Gambar 5. Perhitungan Persentase Kenaikan Pre-Test dan Post-Test

Arikunto (2010) mengungkapkan bahwa data kuantitatif yang berwujud angka-angka hasil perhitungan atau pengukuran dapat diproses dengan cara dijumlah, dibandingkan dengan jumlah yang diharapkan dan diperoleh presentase. Hasil perhitungan digunakan untuk menentukan kesimpulan atau kategori kelayakan media permainan ular tangga *self awareness*.

Tabel 6. Kriteria Kelayakan Media Permainan Ular Tangga

No	Persentase	Kategori
1	>80% - 100%	Sangat Layak
2	>60% - 80%	Layak
3	>40% - 60%	Cukup Layak
4	>20% - 40%	Tidak Layak
5	0% - 20%	Sangat Tidak Layak

(sumber: Arikunto, Cipi: 2009)

V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengembangan media permainan ular tangga dengan tema *self awareness* (kesadaran diri) dalam layanan bimbingan kelompok, maka dapat disimpulkan:

1. Penelitian ini menghasilkan media pengembangan yang dapat menunjang dalam layanan bimbingan kelompok berupa permainan ular tangga dengan tema *self awareness* (kesadaran diri) pada siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Bandar Lampung.
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media permainan ular tangga yang dikembangkan layak digunakan sebagai media dalam layanan bimbingan kelompok. Hal ini ditunjukkan dengan hasil uji kelayakan media dari dosen ahli, yaitu dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung dengan presentase kelayakan sebesar 75% (layak dengan catatan) dan dari ahli materi yaitu dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung dengan presentase kelayakan sebesar 85% (sangat layak dengan catatan), Dari hasil uji keterbacaan visual yang dinilai oleh 6 siswa/i kelas VIII SMP Negeri 10 Bandar Lampung mendapat presentase kelayakan sebesar 84,4% masuk kedalam kategori sangat layak. Hasil dari penelitian kepada 5 subjek penelitian yang mengerjakan *pre-test* dan *post-test* mendapat peningkatan sebesar 114,6%.

Dari penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, pengembangan media permainan ular tangga dengan tema *self awareness* (kesadaran diri) efektif dalam pemberian layanan bimbingan kelompok bagi siswa.

5.2 Saran

Peneliti menyadari masih terdapat beberapa keterbatasan pada penelitian ini dan peneliti berharap dari keterbatasan yang ada bisa dijadikan sebagai pembelajaran dan evaluasi bagi peneliti sendiri dan bagi peneliti lain. Adapun beberapa saran dari penelitian yang telah dilakukan, yaitu:

1. Bagi praktisi bimbingan dan konseling

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai *self awareness* (kesadaran diri) bagi siswa dan dapat memanfaatkan produk berupa media permainan ular tangga edukasi dengan tema *self awareness* (kesadaran diri) sebagai media layanan dalam bimbingan kelompok.

2. Bagi siswa

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi bagi siswa untuk lebih mengetahui permasalahan yang sedang dihadapi terutama masalah terkait *self awareness* (kesadaran diri). Para siswa dapat memanfaatkan dinamika kelompok yang tercipta melalui layanan bimbingan kelompok. Sehingga, melalui layanan bimbingan kelompok dengan media permainan ular tangga ini, siswa lebih berani untuk terbuka dengan anggota lain, seperti berani berpendapat, berani untuk memberi saran dan masukan, lebih percaya diri, dapat mengenal dan mengendalikan emosi, serta lebih mengenal dirinya sendiri.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Pengembangan media permainan ular tangga ini dapat terus dikembangkan. Produk penelitian ini masih memiliki kelemahan yang bisa dijadikan bahan acuan perbaikan bagi penelitian selanjutnya, yaitu dengan menambahkan uji ahli pada bidang desain, bidang ahli bahasa, kemudian memberikan jeda antar pengukuran dari pengerjaan *pretest* – media ular tangga – *posttest*. Selain hal-hal yang harus diperbaiki, menurut peneliti ada beberapa hal yang perlu dipertahankan seperti pemilihan topik/permasalahan yang menarik dan sesuai dengan kebutuhan dikehidupan sehari-hari.

4. Bagi bidang ilmu bimbingan dan konseling

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi pengembangan media pada layanan bimbingan kelompok bagi bidang keilmuan bimbingan dan konseling khususnya pengembangan media permainan ular tangga dengan tema *self awareness* (kesadaran diri).

DAFTAR PUSTAKA

- Ani, Cahyadi. "Pengembangan media dan sumber belajar: Teori dan prosedur." Laksita Indonesia. (2019).
- Astuti, Anita Dewi, dan Friska Alifia Sekar Melati. "11. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving Terhadap Minat Belajar Siswa." *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 7, no. 03 (2023): 467-477. Azizah, N., Suryanti, S., & Suprpto, N. (2022).
- Anggraeni, Leni, Idrus Affandi, Dinn Wahyudin, Sandey Tantra Paramitha, dan Muhammad Gilang Ramadhan. "Optimization of the Board Game as a Platform for the Concept of Peace Education: A Survey Method Study." *International Journal of Education in Mathematics, Science and Technology* 10, no. 2 (2022): 494-511.
- Agniarahmah, Aldini, Cici Yulia, dan Hayu Stevani. "Keefektifan Media Ular Tangga dalam Meningkatkan *Self Awareness*." *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)* 8, no. 1 (2023): 8-13.
- Azizah, Nur, Suryanti Suryanti, dan Nadi Suprpto. "Penerapan Media Aplikasi Permainan Apollo Comet untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar." *Jurnal Basicedu* 6, no. 4 (2022): 7188-7195.
- Ferryka, Putri Zudhah. "Permainan ular tangga dalam pembelajaran matematika di sekolah dasar." *Magistra* 29, no. 100 (2017).
- Firman, Firman, dan Elke Maisyarah. "Media Permainan Ular Tangga, Motivasi Dan Hasil Belajar Peserta Didik Di Sekolah Dasar." (2019).
- Fransisca, Ria, Sri Wulan, dan Asep Supena. "Meningkatkan percaya diri anak dengan permainan ular tangga edukasi." *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 4, no. 2 (2020): 630-638.
- Hardani, Hardani, Helmina Andriani, Jumari Ustiawaty, dan Evi Fatmi Utami. "Metode penelitian kualitatif & kuantitatif." (2020).

- Irfan, Irfan. "Pengembangan Media Ular Tangga Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Perencanaan Karier Siswa Sma Islam Terpadu Ukhuwah Banjarmasin." PhD diss., Universitas Islam Kalimantan MAB, 2021.
- Maisyarah, E., & Firman, F. (2019). Media Permainan Ular Tangga, Motivasi Dan Hasil Belajar Peserta Didik Di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan*, 4(1), 32-38.
- Malahayati, Murti Krishna T. "Permainan Edukatif untuk Mengembangkan Potensi & Mental Positif." *Yogyakarta: PT Citra Aji Parama* (50).
- Marâ, Herlinda, Wawan Priyanto, dan Aries Tika Damayani. "Pengembangan media pembelajaran tematik ular tangga berbagai pekerjaan." *Mimbar PGSD Undiksha* 7, no. 3 (2019).
- Mar'atus, Sholihah, Bahiroh Hidayatul, dan Hadi Sahal. "Meningkatnya Minat Belajar Siswa dengan Menggunakan Media Visual." *Universitas Muhammadiyah Sidoarjo* (2019).
- Mardhani, Aprilia Wahyu. "Pengembangan Media Pembelajaran Permainan Ular Tangga Akuntansi untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Kompetensi Mengelola Kartu Piutang Kelas XI Kauangan SMK Muhammadiyah 1 Prambanan Klaten Tahun Ajaran 2016/2017 (2018)." *Skripsi, Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta* (2017).
- Maydiantoro, Albet. "Model-Model Penelitian Pengembangan (Research and Development)." *Jurnal pengembangan profesi pendidik indonesia (JPPPI)* (2021).
- Mulyana, E. "Panduan Penggunaan Permainan Ular Tangga." *Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia* (2017).
- Mustika, Meri. "Hubungan *self awareness* dengan kedisiplinan peserta didik kelas VIII di SMP Wiyatama Bandar Lampung (penelitian korelasional bidang BK pribadi)." PhD diss., UIN Raden Intan Lampung, 2017.
- Novita, Lina, dan Fitri Siti Sundari. "Peningkatan Hasil Belajar Siswa Menggunakan Media Game Ular Tangga Digital." *Jurnal Basicedu* 4, no. 3 (2020): 716-724.
- Nurmaya, Alya. "Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Motivasi Belajar Siswa Di SMA Negeri 2 Kota Bima." *Guiding World: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 2, no. 1 (2019): 26-45.
- Nursalim, Mochamad. "Pengembangan media bimbingan dan konseling." *Jakarta: Akamedia* (2013).
- Porang, Karmila Anggraini. "Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Motivasi Belajar Anak di Desa Cucum, Kecamatan Kutabaro, Kabupaten Aceh Besar." *Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat* 3, no. 1 (2023): 77-83.

- Prayitno, Erman Amti, dan E. Amti. "Dasar-dasar bimbingan dan konseling: Jakarta: Rineka Cipta." *Soerjono Soekanto* (2009).
- Rekysika, Nola Sanda, dan Haryanto Haryanto. "Media pembelajaran ular tangga bilangan untuk meningkatkan kemampuan kognitif anak usia 5-6 tahun." *Cakrawala Dini: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 10, no. 1 (2019): 56-61.
- Sadiman, Arif. "Media Pendidikan, Pengertian, Pengembangan, dan Pemanfaatannya". Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. (2011).
- Sari, Resti Okta, dan Santi Damayanti. "Pengembangan Permainan Ular Tangga dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa SMP Kelas IX." *QUANTA* 7, no. 1 (2023): 18-25.
- Sartika, Mulia, dan Hengki Yandri. "Pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap konformitas teman sebaya." *Indonesian Journal of Counseling and Development* 1, no. 1 (2019): 9-17.
- Schürmann, Linda, Robert Gaschler, and Claudia Quaiser-Pohl. "Motivation theory in the school context: differences in preservice and practicing teachers' experience, opinion, and knowledge." *European Journal of Psychology of Education* 36 (2021): 739-757.
- Septyanti, Rizna Nur, dan Dona Fitri Annisa. "Media Permainan Ular Tangga untuk Perencanaan Karier Siswa SMP." In *Seminar Nasional Psikologi dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)*, vol. 1, no. 1, pp. 154-162. 2022.
- Setyaji, Gilang Ditya. "Meningkatkan Rasa Percaya Diri Berbicara Di Depan Umum Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Media Ular Tangga Pada Siswa SMP Negeri 1 Randudongkal." *Advice: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 3, no. 1 (2021): 24-31.
- Widiana, I. Wayan, Ni P. Gita Parera, dan Adrianus I. Wayan Ilia Yuda Sukmana. "Media permainan ular tangga untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas IV pada kompetensi pengetahuan IPA." *Journal of Education Technology* 3, no. 4 (2019): 314-321.