

Penggunaan Media Permainan Ular Tangga dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Pemahaman Diri Siswa

Dicky Nur Haryanto¹, Silvia Yula Wardani², Nunung Lusiana Margawati³

¹Falkultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Madiun, Madiun
dickynur999@gmail.com

² Falkultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Madiun, Madiun
silviawardani@unipma.ac.id

³ Bimbingan dan konseling, SMP Negeri 4 Madiun, Madiun
nunungmargawati88@guru.smp.belajar.id

Kata Kunci / Keywords	Abstrak / Abstract
Pemahaman diri, Bimbingan kelompok, Permainan Ular Tangga	Pemahaman diri sangat penting dalam pertumbuhan pribadi, terutama bagi remaja di sekolah. Memahami potensi diri memerlukan pengenalan akan diri sendiri. Siswa yang kurang memahami diri cenderung tidak menyadari aspek unik tentang diri mereka, identitas mereka, atau apa yang membuat mereka berbeda dari orang lain. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman diri siswa melalui penggunaan permainan ular tangga dalam sesi bimbingan kelompok. Metode yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) dengan pendekatan deskriptif kualitatif dan dilakukan dalam dua siklus. Subyek penelitian adalah siswa kelas VII F SMP Negeri 4 Madiun Tahun Ajaran 2023/2024 yang berjumlah 6 siswa. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan nilai skor yang signifikan dengan hasil rata-rata skor <i>pre-test</i> sebesar 59.8. Setelah diberikan tindakan layanan bimbingan kelompok hasil rata-rata skor <i>post test</i> menunjukkan siklus I sebesar 70.2 dan siklus II sebesar 85.2. Hal menunjukkan bahwa penggunaan media permainan ular tangga dalam layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan pemahaman diri siswa kelas VII F di SMP Negeri 4 Madiun.
<i>Self-understanding, Group guidance, Snakes and Ladders game</i>	<i>Self-understanding is crucial for personal growth, especially for teenagers in school. Understanding one's potential requires self-awareness. Students who lack self-understanding tend not to recognize unique aspects of themselves, their identities, or what sets them apart from others. This research aims to enhance students' self-understanding through the use of a snakes and ladders game in group counseling sessions. The method employed is Action Research in Guidance and Counseling (PTBK), conducted in two cycles. The research subjects were 6 students from class VII F of SMP Negeri 4 Madiun in the academic year 2023/2024. The study results indicate a significant increase in scores, with an average pre-test score of 59.8. After implementing the group counseling sessions, the average post-test scores were 70.2 in cycle I and 85.2 in cycle II. This demonstrates that using the snakes and ladders game in group counseling sessions can improve self-understanding among students in class VII F at SMP Negeri 4 Madiun.</i>

PENDAHULUAN

Pemahaman diri merupakan aspek penting dalam perkembangan individu, khususnya bagi siswa yang sedang berada dalam masa remaja. Sarwono (dalam Astuti dkk. 2019) mengatakan masa remaja adalah periode peralihan dari anak-anak menuju dewasa, yang ditandai oleh perkembangan dalam aspek biologis, psikologis, moral, agama, kognitif, dan sosial. Kurangnya pemahaman diri menyebabkan siswa tidak tahu siapa mereka, apa yang mereka miliki, dan apa yang membedakannya dari orang lain. Siswa juga tidak tahu apa kelebihan dan kekurangan mereka. Karena pemahaman akan diri sangat penting untuk diketahui, siswa harus memiliki pemahaman tentang dirinya. Setelah mengetahui kondisi dan potensi dirinya, siswa dapat mengembangkan potensi diri secara optimal, meningkatkan rasa percaya diri, membuat keputusan yang tepat, dan dapat menjalin hubungan yang sehat.

Pemahaman diri adalah keyakinan yang dimiliki seseorang tentang dirinya sendiri yang dibentuk oleh pengalaman dan interaksi dengan lingkungannya (Suryani & Gunawan, 2018). Sedangkan Hurlock (dalam Zahiroh 2021) menjelaskan bahwa pemahaman diri adalah upaya seseorang untuk menemukan konsep diri, dengan suatu pemahaman tentang diri sendiri yang berhubungan dengan kondisi fisik dan mentalnya. Maka pemahaman diri untuk remaja sangat penting, dalam proses pemahaman diri remaja membutuhkan orang lain di lingkungan sosialnya terutama teman sebaya. Remaja perlu mendapatkan masukan dan mendengarkan pendapat atau penilaian teman dalam mendefinisikan siapa dan bagaimana dirinya. Hal ini sejalan dengan pandangan Friedman, H. S.& Schustack (2008) yang menyatakan bahwa seseorang memperoleh pemahaman diri melalui lingkungan psikososial yang mendukung.

Dari hasil observasi oleh peneliti pada saat pelaksanaan PPL II (Praktik Pengalamana Lapangan II) di SMP Negeri 4 Madiun, terlihat dari sikap dan perilaku siswa masih banyak yang memiliki pemahaman diri yang rendah. Hal ini dibuktikan pada saat pemberian layanan bimbingan klasikal dikelas VII F, sebagian siswa yang tidak bisa menuliskan kelemahan dan kelebihan dirinya, siswa cenderung lebih banyak menuliskan kelemahan. Sebagian siswa kebingungan ketika menuliskan kelebihan, tetapi ketika ditanya kelemahan siswa tersebut banyak menjawab. Selain itu rata-rata mereka berperilaku mengikuti apa yang dilakukan oleh teman-teman sebayanya tanpa peduli dengan kelebihan dan kekurangan yang dimiliki.

Siswa yang memiliki pemahaman diri yang rendah sering merasa kurang percaya diri dalam menyampaikan pendapat baik ketika berpendapat dengan teman atau saat presentasi di depan kelas. Menurut Hakim (2002) pemahaman diri yang negatif, di mana seseorang cenderung fokus pada kekurangan dan tidak pernah mengakui kelebihan yang dimiliki, merupakan bentuk dari rasa tidak percaya diri. Salah satu ciri khas orang yang memiliki kepercayaan diri adalah pemahaman diri yang baik. Mereka sangat menyadari diri mereka sendiri, tidak terus-menerus merenung tentang diri sendiri, tetapi secara teratur mengelola perasaan, pikiran, dan perilaku mereka serta ingin tahu pendapat orang lain tentang diri mereka (Lindenfiel, 1997). Pemahaman diri dapat diklasifikasikan ke dalam tiga aspek: (1) *Ideal self*, yang menggambarkan bagaimana seseorang berharap dirinya seharusnya; (2) *Social self*, yang mencakup persepsi seseorang terhadap dirinya yang berkaitan dengan interaksi sosial; dan (3) *Real self*, yang menggambarkan pemahaman seseorang tentang dirinya yang sebenarnya (Hurlock, 1997).

Untuk mengatasi kurangnya pemahaman diri siswa dan membantu mereka mengembangkan potensi secara maksimal, diperlukan layanan bimbingan dan konseling. Salah satu cara untuk meningkatkan pemahaman diri siswa adalah melalui penggunaan permainan ular tangga. Permainan ular tangga adalah *board game* serupa monopoli, ludo, dan catur, dengan papan bergambar kotak-kotak yang memuat ular dan tangga, permainan ini menarik, sederhana, mendidik, menghibur, dan interaktif jika dimainkan dalam kelompok (Fadillah & Hayati, 2024; Kadafi, Wiyono, Muslihati, & Ramli, 2021). Permainan ular tangga merupakan

salah satu media permainan yang menarik, permainan ular tangga memiliki peraturan yang sederhana dan dapat dimainkan kapan saja (Ariessanti dkk. 2020).

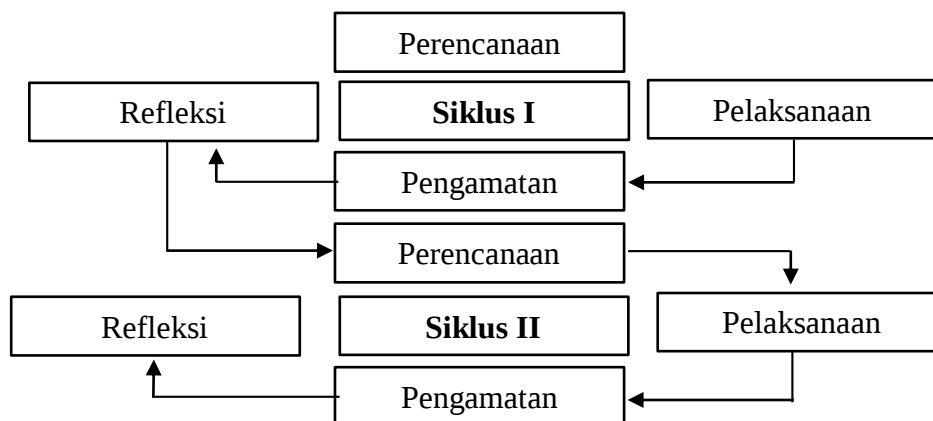
Permainan ular tangga merupakan salah satu teknik dalam layanan bimbingan kelompok. Prayitno (dalam Azam 2016) menjelaskan bahwa Bimbingan kelompok adalah bentuk bimbingan dan konseling yang efektif karena melibatkan partisipasi kelompok dalam berbagi informasi dan merencanakan langkah-langkah untuk membuat keputusan yang mendukung pencapaian tujuan. Sedangkan menurut Hartono (dalam Zahiroh, 2021) Bimbingan kelompok adalah salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling yang lebih adaptif dan praktis, selain mudah dilakukan layanan ini juga menghemat waktu dan mampu mengembangkan potensi dinamika siswa sebagai konseli. Menurut (Maulana & Hidayati, 2016) salah satu manfaat dari layanan bimbingan kelompok adalah meningkatkan kemampuan sosial anggotanya melalui komunikasi antar individu. Tujuan dari layanan bimbingan kelompok menggunakan permainan ular tangga adalah untuk memberikan siswa kesempatan untuk memperoleh informasi, wawasan, umpan balik, dan berbagai reaksi terkait dengan pemahaman diri, serta untuk melatih mereka secara bertahap meningkatkan pemahaman diri dalam suasana belajar yang menyenangkan.

Berdasarkan penjelasan tersebut, penelitian ini dianggap penting untuk dilakukan karena dapat berkontribusi dalam meningkatkan pemahaman diri siswa. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tindakan dalam bidang bimbingan dan konseling dengan judul penelitian “Penggunaan Media Permainan Ular Tangga Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Pemahaman Diri Siswa Pada Kelas VII F SMP Negeri 4 Madiun tahun pelajaran 2023/2024”.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah teknik pendekatan penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Dengan penelitian tindakan bimbingan dan konseling ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman diri siswa. Menurut Tadjri (2010) PTBK adalah penelitian kolaboratif antara konselor dengan teman sejawat yang berasal dari profesi yang sama seperti sesama konselor, guru bidang studi atau pemimpin terkait. Sedangkan Hidayat dkk. (2012) menyatakan Penelitian tindakan bimbingan dan konseling adalah upaya untuk mempelajari masalah, menemukan solusi, dan memperbaiki program sekolah atau kelas yang khusus. Untuk teknik analisis data dalam Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK), peneliti melakukan perbandingan antara siklus pertama dengan siklus berikutnya (Sugiyono, 2013). Tujuan utama penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling adalah untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh siswa di kelas. Penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) ini dilaksanakan di kelas VII F SMP Negeri 4 Madiun tahun pelajaran 2023/2024. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII F yang memiliki pemahaman diri rendah berjumlah 6 siswa. Waktu penelitian ini di mulai bulan April 2024 sampai dengan bulan Mei 2024.

Dalam penelitian ini, data dikumpulkan menggunakan angket untuk mendapatkan informasi mengenai pemahaman diri. Selama pelaksanaan bimbingan kelompok, peneliti juga memanfaatkan wawancara, dokumentasi, dan observasi selama proses layanan. Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling dilakukan dengan dua siklus layanan yang disajikan pada gambar 1.



Gambar 1. Siklus PTBK

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti terhadap siswa serta wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 4 Madiun, bertujuan untuk memahami latar belakang, masalah yang sering timbul, karakter siswa, dan hal lainnya. Hal tersebut dilakukan peneliti untuk acuan dalam pelaksanaan penelitian. Dari hasil observasi didapatkan bahwa siswa yang menjadi subyek penelitian kurang memiliki pemahaman diri sehingga beberapa siswa tersebut kesulitan dalam mengembangkan potensi diri. Siswa yang tidak dapat menulis kelemahan dan kelebihan dirinya cenderung lebih banyak menulis kelemahan. Siswa lain kebingungan ketika menulis kelebihan, tetapi mereka banyak menjawab ketika ditanya tentang kelemahan mereka. Hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling menunjukkan bahwa subjek penelitian sering kali tidak memiliki pemahaman diri yang jelas, serta kurang percaya diri dalam mengungkapkan pendapat, baik di antara teman sebaya maupun di depan kelas. Kondisi ini disebabkan oleh rendahnya tingkat pemahaman diri siswa, yang juga berdampak negatif pada proses belajar mengajar dan pengembangan potensi siswa yang belum optimal.

Hasil Penelitian Pra Siklus

Sebelum mengimplementasikan layanan bimbingan kelompok, peneliti melakukan penilaian awal (*pre-test*) terhadap siswa. Hasilnya digunakan untuk menyeleksi siswa yang akan ikut dalam kegiatan bimbingan kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman diri mereka. Penilaian awal ini menggunakan kuesioner tentang pemahaman diri yang terdiri dari 20 pertanyaan. Hasil dari kegiatan pra siklus ini menunjukkan bahwa siswa tingkat pemahaman diri yang rendah. Hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Pra siklus

Nama Inisial	Skor <i>pre-test</i>
ANR	56.3
IJK	58.8
KSP	62.5
NLP	61.3
SP	56.3
SH	63.8
Total	358.8
Rata-rata	59.8

Hasil *pre-test* pada siswa kelas VII F menunjukkan kemampuan pemahaman diri 6 siswa tersebut masih sangat rendah. Berdasarkan temuan ini, langkah tambahan diambil untuk menyediakan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan pemahaman diri subjek penelitian ini.

Hasil Penelitian Siklus I

Pada siklus I, peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi kelompok kepada enam siswa kelas VII F di SMP Negeri 4 Madiun. Tujuan dari layanan ini adalah untuk mendukung siswa dalam meningkatkan pemahaman diri mereka dengan fokus pada mengenal diri. Kegiatan layanan dimulai dengan pernyataan tujuan dan ketentuan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok. Dalam diskusi kelompok diberikan ice breaking untuk menambah semangat siswa dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok. Dalam tahap inti guru BK menyampaikan materi melalui slide PPT mengenai pemahaman diri. Siswa diberikan pertanyaan panduan untuk diskusi mulai dari apa yang saya suka dari diri saya, apa kekuatan kelemahan saya, apa minat dan bakat saya dan nilai-nilai apa yang saya anggap penting. Setiap siswa dalam kelompok menjawab serta mempresentasikan dihadapan anggota kelompok. Dari hasil tersebut siswa diminta untuk melakukan diskusi terbuka dengan seluruh anggota kelompok serta mengeksplorasi padangan dan pengalaman yang berbeda dan memperdalam pemahaman tentang topik mengenal diriku.

Dari evaluasi proses dan hasil layanan bimbingan kelompok pada siklus pertama, terlihat bahwa siswa telah mulai menyadari pentingnya pemahaman diri. Presentasi siswa menunjukkan bahwa mereka mulai mengenali diri sendiri, mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan mereka. Meskipun demikian, beberapa siswa masih kurang aktif atau antusias, sehingga mereka cenderung mengikuti jawaban dari siswa lainnya. Setelah melalui layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi kelompok, dilakukan refleksi dengan mengisi *post-test* mengenai pemahaman diri. Hasil refleksi pada siklus I disajikan dalam tabel 2 sebagai berikut :

Tabel 2. Hasil siklus I

Nama Inisial	Skor <i>Pre-test</i>	Skor siklus I
ANR	56.3	62.5
IHK	58.8	63.8
KSP	62.5	87.5
NLP	61.3	61.3
SP	56.3	70.0
SH	63.8	76.3
Total	358.8	421.3
Rata-rata	59.8	70.2

Hasil dari sesi bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi menunjukkan bahwa pemahaman diri siswa di kelas VII F mengalami peningkatan, meskipun belum mencapai peningkatan yang signifikan. Oleh karena itu, perlu dilakukan langkah lanjutan dengan memberikan layanan bimbingan kelompok pada siklus 2 untuk membantu siswa meningkatkan pemahaman diri siswa.

Hasil Penelitian Siklus II

Pada tindakan siklus II peneliti melaksanakan layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi melalui dengan media permainan ular tangga pada 6 siswa kelas VII F. Layanan bimbingan kelompok pada siklus II ini topik yang digunakan peneliti masih sama

yaitu mengenal diriku. Pada siklus II ini peneliti melakukan perubahan dalam teknik yang digunakan pada siklus I. Pada siklus I peneliti menggunakan metode diskusi kelompok, peneliti merasa belum efektif dalam meningkatkan pemahaman diri. Dari hasil evaluasi proses dan hasil pada siklus I masih menunjukkan beberapa siswa kurang aktif dan antusias sehingga berdampak dalam proses peningkatan pemahaman diri kurang signifikan.

Dengan demikian, pada siklus 2, peneliti memutuskan untuk menggunakan metode simulasi permainan ular tangga. Implementasi awal dari layanan bimbingan kelompok menggunakan media permainan tersebut dimulai dengan penjelasan oleh peneliti mengenai tujuan, langkah-langkah kegiatan, tugas, dan tanggung jawab siswa dalam kelompok. Kemudian peneliti menampilkan slide PPT mengenai pemahaman diri dan siswa menyimak. Peneliti meminta siswa bermain permainan ular tangga. Peneliti menjelaskan tahap operasional pelaksanaan permainan ular tangga yaitu setiap anggota kelompok melempar dadu, jika dadu yang dilempar keluar angka 1 maka anggota kelompok berjalan ke arah satu kotak dst, setiap anggota kelompok yang berhenti di setiap nomor akan menjawab pertanyaan yang tersedia dalam kotak ular tangga mengenai pemahaman diri, setiap anggota kelompok wajib untuk menjawab dan mengikuti setiap intruksi dalam kotak ular tangga dan anggota kelompok yang lain memberikan apresiasi atas jawaban temannya. Permainan dianggap selesai jika semua anggota kelompok sudah mencapai kotak terakhir dan menjawab semua pertanyaan dalam kotak sesuai dengan lemparan dadu. Pertanyaan-pertanyaan yang sudah disiapkan peneliti dalam kotak ular tangga berkaitan tentang pemahaman diri yang berjumlah 28 kotak pertanyaan. Selama proses layanan siswa terlihat aktif dan antusias bermain ular tangga hal ini berpengaruh ke dalam kemampuan siswa dalam pengungkapan pemahaman diri. Dari jawaban siswa terlihat bahwa pendapat-pendapat yang di sampaikan sudah sesuai dengan harapan peneliti. Dari layanan bimbingan kelompok teknik permainan simulasi media permainan ular tangga peneliti melakukan refleksi dengan mengisi *post-test* pemahaman diri. Hasil refleksi tersebut sebagai berikut :

Tabel 3. Hasil siklus II

Nama Inisial	Skor Pre-test	Skor siklus I	Skor siklus II
ANR	56.3	62.5	85.0
IIK	58.8	63.8	81.3
KSP	62.5	87.5	93.8
NLP	61.3	61.3	88.8
SP	56.3	70.0	77.5
SH	63.8	76.3	85.0
Total	358.8	421.3	511.3
Rata-rata	59.8	70.2	85.2

Tabel tersebut menunjukkan bahwa pemahaman diri siswa meningkat pada setiap tahapan atau siklus.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa penelitian tindakan bimbingan dan konseling menggunakan teknik simulasi dengan permainan ular tangga dalam bimbingan kelompok bertujuan untuk meningkatkan pemahaman diri siswa. Seluruh kegiatan penelitian dilaksanakan sesuai rencana awal melalui layanan bimbingan kelompok. Peneliti kemudian menganalisis dan menyajikan data hasil penelitian. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa 6 siswa kelas VII F SMP Negeri 4 Madiun yang menjadi subjek penelitian, masih memiliki pemahaman diri yang rendah. Tujuan dari penelitian tindakan bimbingan dan konseling yang direncanakan oleh peneliti berhasil tercapai melalui 2 siklus yang melibatkan *pre-test* dan *post-test*.

Pada tindakan siklus I peneliti menggunakan teknik diskusi kelompok dalam layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan, topik yang digunakan dalam layanan bimbingan kelompok adalah mengenal diriku. Dalam bimbingan kelompok terdiri dari 6 siswa kelas VII F SMP Negeri 4 Madiun dengan kondisi pemahaman diri yang rendah. Subyek penelitian yaitu 6 siswa kelas VII F diajak untuk mendiskusikan mengenai pemahaman diri dengan topik mengenal diriku. Dalam diskusi kelompok siswa diberikan pertanyaan-pertanyaan panduan seperti apa yang saya suka dari diri saya, apa kekuatan kelemahan saya, apa minat dan bakat saya dan nilai-nilai apa yang saya anggap penting. Dari hasil tersebut siswa diminta untuk menjawab dan mempresentasikan dihadapan anggota kelompok. Siswa diberikan kesempatan untuk menanggapi dan mengapresiasi hasil presentasi setiap anggota kelompok. Dalam proses tersebut siswa diminta untuk berdiskusi secara terbuka dengan semua anggota kelompok, mempelajari berbagai padangan dan pengalaman, dan memperdalam pemahaman mereka tentang topik mengenal diriku. Dengan menerapkan teknik diskusi pada siklus I ini, tujuannya adalah agar siswa dapat memahami bagaimana meningkatkan pemahaman diri sesuai dengan apa yang mereka pahami sendiri dan apa yang disampaikan anggota kelompok. Meskipun demikian, teknik yang digunakan pada siklus I belum dapat diterapkan secara optimal karena ada beberapa siswa kebingungan dalam menjawab pertanyaan yang sudah disiapkan peneliti dan saat diskusi kelompok masih belum terlihat aktif serta antusias selama proses layanan. Dari hal tersebut akibatnya pemahaman mereka tentang diri sendiri tidak optimal. Hasil tindakan siklus I menunjukkan bahwa teknik diskusi kelompok belum dapat meningkatkan pemahaman diri siswa kelas VII F SMP Negeri 4 Madiun dengan optimal. Oleh karena itu, peneliti memutuskan untuk melanjutkan siklus II dengan memperbaiki teknik yang digunakan.

Pada siklus II, peneliti tetap menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan fokus yang sama, yakni pemahaman diri. Namun, terdapat perubahan dalam teknik yang digunakan, di mana peneliti memilih untuk menggunakan teknik simulasi permainan dengan media ular tangga. Siswa yang menjadi subjek penelitian, 6 siswa dari kelas VII F SMP Negeri 4 Madiun diajak untuk berpartisipasi dalam permainan ular tangga yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman mereka akan diri sendiri. Peneliti memberikan penjelasan tentang tujuan kegiatan, prosedur kegiatan, tugas, dan tanggung jawab siswa selama proses layanan bimbingan kelompok. Selanjutnya, peneliti menampilkan *slide powerpoint* tentang pemahaman diri dan siswa menyimakinya. Peneliti meminta siswa untuk bermain game ular tangga. Menurut peneliti, permainan ular tangga dilakukan dalam beberapa langkah dimulai dengan setiap anggota kelompok harus melempar dadu, dan jika dadu menghasilkan angka satu, maka anggota kelompok akan berjalan ke satu kotak berikutnya. Selanjutnya, setiap anggota kelompok yang berhenti di setiap nomor akan menjawab pertanyaan yang ada di dalam kotak ular tangga tentang pemahaman diri. Selain itu, setiap anggota kelompok harus menjawab dan mematuhi setiap instruksi yang diberikan dalam kotak ular tangga. Setelah semua anggota kelompok mencapai kotak terakhir dan menjawab semua pertanyaan dalam kotak dengan cara yang sesuai dengan lemparan dadu, permainan dianggap selesai. Peneliti mengajukan pertanyaan mengenai pemahaman baru dan perasaan anggota kelompok selama mengikuti layanan bimbingan kelompok. Peneliti memberikan penguatan terhadap aspek-aspek yang telah temukan siswa serta merencanakan tindak lanjut dalam hal mengembangkan pemahaman diri. Tujuan dari teknik permainan simulasi dengan media ular tangga ini adalah 6 siswa kelas VII F dapat lebih sadar akan kekuatan, kelemahan, nilai-nilai, keyakinan, dan minat mereka. Permainan ular tangga untuk meningkatkan pemahaman diri dapat mendorong siswa untuk merenungkan dan mengungkapkan pengalaman siswa dalam permainan dan bagaimana hal itu terkait dengan kehidupan siswa itu sendiri. Hasil dari siklus kedua menunjukkan hasil yang sangat positif, terlihat dari cara siswa menyelesaikan setiap tugas dengan baik dan sesuai

dengan pedoman yang telah ditetapkan. Hasil Evaluasi yang dilakukan juga menunjukkan peningkatan yang signifikan dari siklus ke siklus.

Hasil dari penelitian tindakan bimbingan dan konseling menunjukkan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan simulasi dengan media ular tangga dapat memfasilitasi peningkatan pemahaman diri siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Ijaji & Nurwahidin (2023) menunjukan bahwa penggunaan layanan bimbingan kelompok dapat efektif dalam meningkatkan pemahaman diri siswa. Penelitian lain yang dilakukan oleh Nurkholis (2015) mengindikasikan bahwa pemahaman diri siswa meningkat setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi menggunakan media permainan ular tangga. Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan simulasi media ular tangga memberikan manfaat signifikan dalam meningkatkan pemahaman diri siswa.

SIMPULAN

Hasil penelitian dan diskusi menunjukkan bahwa pemahaman diri siswa kelas VII F SMP Negeri 4 Madiun mengalami peningkatan yang signifikan. Pada siklus I, rata-rata skor pemahaman diri siswa adalah 70.2, sedangkan pada siklus II meningkat menjadi 85.2. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik permainan simulasi dengan media permainan ular tangga secara efektif membantu meningkatkan pemahaman diri siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariessanti, H. D., Purwaningtyas, D. A., Soeparno, H., & Alam, T. (2020). Adaptasi Strategi Gamifikasi Dalam Permainan Ular Tangga Online Sebagai Media Edukasi Covid-19. *e-Jurnal JUSITI (Jurnal Sistem Informasi dan Teknologi Informasi)*, 9(2), 174–187.
- Astuti, D., Wasidi, & Sinthia, R. (2019). ISSN 2599-1221 (Cetak) ISSN 2620-5343 (Online) https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia. *jurnal Consilia*, 2(1), 66–74.
- Azam, U. (2016). *Bimbingan dan Konseling Perkembangan Disekolah*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Fadillah, P., & Hayati, S. A. (2024). Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Ular Tangga Untuk Mencegah Sexual Harassment Di Sekolah SMPN 5 Banjarmasin. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia (JPPI)*, 1(2), 69–76.
- Friedman, H. S. & Schustack, M. W. (2008). *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Hakim. (2002). *Hubungan Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Hidayat, Dede Rahmat dan Badrujaman, A. (2012). *Penelitian Tindakan dalam Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Hurlock, E. (1997). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pengantar Sepanjang Rentangan Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Ijaji, R., & Nurwahidin, M. (2023). Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Pemahaman Diri Bagi Siswa Kelas X SMAN 5 Bandar Lampung Use Of Discussion Technique Group Guidance Services To Improve Self Understanding For Class X Students Of Sman 5 Bandar Lampung, 30–39.
- Kadafi, A., Wiyono, B. B., Muslihati, M., & Ramli, M. (2021). Improving prosocial behavior through virtual media based on religious values in elementary school students. *Pegem Ogretim ve Ogretim Dergisi*, 11(4), 230–236. Retrieved from <https://www.pegegog.net/index.php/pegegog/article/view/1445>
- Lindenfiel, G. (1997). *Pedoman Orang Tua Mendidik Anak Agar Percaya Diri*. Jakarta: Arcan.
- Maulana, M. A., & Hidayati, A. (2016). Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik

- Diskusi Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Univet Bantara Sukoharjo Angkatan Tahun 2015/2016. *Edudikara: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 1(1), 67–72.
- Nurkholis. (2015). *Upaya Meningkatkan Pemahaman Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Pemahaman Ular Tangga pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Semarang Ajaran Tahun 2015/2016*. Fakultas Ilmu Pendidikan. Semarang : UNNES.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Suryani, O. I., & Gunawan, I. M. (2018). Hubungan Pemahaman Diri dengan Sikap Percaya Diri Pada Siswa Kelas VIII SMPN 7 Woja. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran*, 4(2).
- Tadjri, I. (2010). *Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling*. Semarang: Widya Karya.
- Zahiroh, D. N. (2021). Penggunaan Teknik Sosiodrama dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Pemahaman Diri Siswa SMA. *PD ABKIN JATIM Open Journal System*, (2010), 56–61.