BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga memiliki tanggung jawab dalam memfasilitasi perkembangan pribadi, sosial, emosional, dan moral peserta didik. Pada fase ini, siswa berada pada masa remaja awal yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, kognitif, sosial, maupun emosional. Perubahan tersebut menuntut siswa untuk mulai mengenali dirinya, memahami potensi serta keterbatasan yang dimiliki, membangun nilai-nilai pribadi, dan menentukan arah perkembangan dirinya. Oleh karena itu, sekolah memiliki peran penting dalam membantu siswa mengembangkan kemampuan mengenali diri sebagai dasar pembentukan identitas yang sehat.

Erik Erikson menjelaskan bahwa masa remaja merupakan tahap *identity vs role confusion*, yaitu fase perkembangan ketika individu berusaha membentuk identitas dirinya melalui proses eksplorasi terhadap kemampuan, nilai, keyakinan, serta peran yang dijalani dalam kehidupan sosial. Keberhasilan menyelesaikan tugas perkembangan akan membantu remaja memiliki identitas diri yang jelas, sedangkan kegagalannya dapat menimbulkan kebingungan peran (*role confusion*) yang berdampak pada rendahnya kepercayaan diri, kesulitan mengambil keputusan, dan ketidakmampuan memahami potensi diri.[1] Dengan demikian, kemampuan mengenali diri (*self awareness*) menjadi salah satu fondasi penting dalam proses pembentukan identitas remaja karena individu perlu memahami dirinya terlebih dahulu sebelum mampu menentukan pilihan, menetapkan tujuan, maupun membangun komitmen terhadap masa depannya.

[1] Indah Salsabila Firdausia Khairunnisa Nazwa Kamila, Alifia Nur Elga Saputri, Dayang Astri Fitriani, Sofie Aulia Az Zahrah, Putri Febiane Andryana, Istighna Ayuningtyas, "Teori Perkembangan Psikososial Erik Erikson," *ECJ: Early Childhood Journal* Vol 3 No 2 (2022).

Self awareness (kesadaran diri) merupakan kemampuan individu untuk mengenali keadaan dirinya secara objektif, memahami emosi yang sedang dirasakan, mengetahui kelebihan dan keterbatasan diri, serta memiliki keyakinan terhadap kemampuan yang dimilikinya. Menurut Goleman, *self awareness* terdiri atas tiga dimensi, yaitu *emotional self awareness*, *accurate self awareness*, dan *self confidence*. Ketiga dimensi tersebut memungkinkan individu memahami kondisi dirinya secara lebih utuh sehingga mampu mengendalikan perilaku, mengambil keputusan secara tepat, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial.[2] Pada masa remaja, kemampuan ini menjadi semakin penting karena siswa mulai dihadapkan pada berbagai tuntutan perkembangan, seperti membangun hubungan sosial, menentukan pilihan, dan mempersiapkan arah masa depan.

Bagi peserta didik, *self awareness* berperan sebagai dasar dalam memahami potensi diri, mengembangkan rasa percaya diri, mengelola emosi, serta mengevaluasi tindakan yang dilakukan. Siswa yang memiliki *self awareness* yang baik cenderung lebih mampu menyampaikan pendapat sesuai dengan keyakinannya, mengambil keputusan secara mandiri, menerima kelebihan dan kekurangan dirinya, serta menjadikan pengalaman sebagai sarana untuk mengembangkan diri. Sebaliknya, rendahnya *self awareness* dapat menyebabkan siswa kesulitan mengenali kemampuan yang dimiliki, mudah terpengaruh oleh orang lain, ragu dalam mengambil keputusan, serta kurang percaya terhadap kemampuan dirinya sendiri. Kondisi tersebut apabila tidak mendapatkan pendampingan yang tepat berpotensi menghambat proses pembentukan identitas diri remaja pada tahap perkembangan berikutnya.

Peneliti melakukan studi pendahuluan berupa kuesioner yang dilakukan kepada 38 siswa kelas VIII di SMP Islam Al-Hidayah Samir, menggunakan skala likert dengan skor 1-4 (sangat setuju, setuju, kurang

[2] Daniel Goleman, *Working With Emotional Intelligence, Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi, Terjemah Alex Tri Kantjono Widodo.* (Jakarta: Garamesia Pustaka, Utama, 1996).

setuju dan tidak setuju). Instrumen disusun berdasarkan sintesis konsep pembentukan identitas diri remaja yang mengacu pada teori perkembangan psikososial Erikson serta didukung konsep perkembangan identitas remaja dalam berbagai kajian perkembangan. Instrumen tersebut digunakan untuk mengetahui kondisi awal, bukan sebagai instrumen utama penelitian, dan mencakup lima indikator, yaitu *self awareness*, nilai dan keyakinan, hubungan interpersonal, orientasi masa depan, serta peran sosial.

Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa indikator *self awareness* memperoleh persentase terendah dibandingkan indikator lainnya, yaitu 40% atau dalam kategori rendah (0 - 40%), sehingga dipilih sebagai fokus penelitian. Selanjutnya, pengukuran *self awareness* dalam studi pendahuluan ini dilakukan menggunakan teori Goleman melalui dua indikator, yaitu *accurate self awareness* dan *self confidence*. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa aspek *accurate self awareness* memperoleh persentase sebesar 42%, sedangkan *self confidence* sebesar 37%. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa belum mampu mengenali kelebihan dan keterbatasan dirinya secara optimal serta belum memiliki keyakinan yang memadai terhadap kemampuan yang dimiliki. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya upaya layanan bimbingan dan konseling yang secara khusus diarahkan untuk kesadaran diri siswa.

Kondisi tersebut diperkuat dengan hasil observasi yang dilakukan peneliti di SMP Islam Al-Hidayah Samir. Berdasarkan observasi, terlihat beberapa siswa masih menunjukkan keraguan ketika diminta menyampaikan pendapat di depan teman-temannya, cenderung memilih diam saat kegiatan diskusi, serta belum mampu mengambil keputusan secara mandiri. Selain itu, dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, sebagian siswa tampak kurang aktif berpartisipasi dan mudah kehilangan perhatian selama kegiatan berlangsung. Hasil wawancara dengan guru BK juga menunjukkan bahwa masih terdapat siswa yang mengalami kesulitan mengenali kelebihan yang dimiliki, kurang percaya terhadap kemampuan dirinya, serta cenderung bergantung pada orang lain

dalam menentukan pilihan. Guru BK juga menjelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok yang telah dilaksanakan belum didukung oleh media yang mampu mendorong keterlibatan aktif siswa selama proses layanan berlangsung.

Temuan dari observasi, wawancara, dan kuesioner menunjukkan hasil yang saling menguatkan, yaitu rendahnya nilai *self awareness* siswa dan belum optimalnya penggunaan media dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Dengan demikian, permasalahan yang ditemukan tidak hanya berkaitan dengan karakteristik siswa, namun berkaitan dengan kebutuhan media layanan yang mampu memfasilitasi proses refleksi diri dan partisipasi aktif siswa. Berdasarkan temuan observasi, wawancara, dan kuesioner tersebut, SMP Islam Al-Hidayah Samir dipilih sebagai lokasi penelitian bukan semata-mata karena kemudahan akses penelitian, melainkan karena menunjukkan kebutuhan nyata terhadap pengembangan media bimbingan dan konseling. Kebutuhan tersebut ditunjukkan oleh rendahnya nilai *self awareness* siswa, pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yang belum didukung media yang memadai. Kedua kondisi tersebut menjadikan sekolah ini relevan sebagai lokasi pengembangan media *board game* berbasis *self awareness*.

Selain lokasi penelitian, penentuan subjek penelitian juga berdasarkan pada pertimbangan yang jelas. Pemilihan siswa kelas VIII sebagai subjek penelitian didasarkan pada pertimbangan teoritis dan empiris. Secara teoritis, siswa kelas VIII umumnya berada pada rentang usia 13–14 tahun yang termasuk dalam fase remaja awal. Menurut Erikson (dalam Sakti), fase ini merupakan tahap *identity vs role confusion*, yaitu periode ketika individu mulai membangun identitas diri melalui proses mengenali kemampuan, mengeksplorasi nilai-nilai yang diyakini, memahami peran sosial, serta mulai merencanakan masa depannya.[3] Oleh

[3] Much Yulianto Bulan Cahya Sakti, "Penggunaan Media Sosial Instagram dalam Pembentukan Identitas Diri Remaja," *Pedagogi: Jurnal Ilmiah Pendidikan* 11, no. 1 (2025).

karena itu, penguatan *self awareness* pada fase ini menjadi penting sebagai fondasi dalam pembentukan identitas diri yang positif.

Secara empiris, pemilihan kelas VIII juga didasarkan pada rekomendasi guru Bimbingan dan Konseling SMP Islam Al-Hidayah Samir. Guru BK menjelaskan bahwa siswa kelas VIII telah melewati masa penyesuaian sebagai peserta didik baru pada kelas VII sehingga lebih mampu mengikuti dinamika layanan bimbingan kelompok, namun belum dihadapkan pada tuntutan akademik menjelang kelulusan sebagaimana siswa kelas IX. Selain itu, berdasarkan hasil studi pendahuluan, siswa kelas VIII menunjukkan kebutuhan penguatan *self awareness,* sehingga dinilai sebagai subjek yang paling sesuai untuk pelaksanaan penelitian pengembangan media *board game* berbasis *self awareness*. Dengan demikian, pemilihan siswa kelas VIII didasarkan pada kesesuaian tahap perkembangan psikososial remaja awal serta hasil studi pendahuluan yang menunjukkan adanya kebutuhan penguatan *self awareness* pada kelompok tersebut.

Menurut Prayitno (dalam Manalu), keberhasilan layanan bimbingan kelompok sangat dipengaruhi oleh keterlibatan aktif anggota kelompok, dinamika kelompok yang kondusif, pengalaman belajar yang bermakna, dan proses saling berbagi pengalaman antarpeserta.[4] Melalui dinamika tersebut, peserta didik memperoleh kesempatan untuk mengeksplorasi pengalaman, memahami dirinya sendiri, serta mengembangkan kemampuan sosial secara lebih optimal. Dengan demikian, pelaksanaan layanan bimbingan kelompok tidak cukup hanya berfokus pada penyampaian materi, namun memerlukan strategi dan media yang mampu membangun interaksi aktif antarpeserta sehingga tujuan layanan dapat tercapai secara maksimal.

Namun kondisi ideal tersebut belum sepenuhnya ditemukan di SMP Islam Al-Hidayah Samir. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara

[4] Putri Herayati Manalu et al., "Analisis Pelaksanan Layanan Bimbingan Belajar Kelompok dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Anak-anak di Desa Jaharun B Dusun 6," *Modeling: Jurnal Program Studi PGMI* 10, no. 1 (2023).

dengan guru BK, pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling masih didominasi oleh metode ceramah dengan layanan klasikal. Kegiatan bimbingan kelompok hanya dilakukan sesekali tanpa frekuensi yang terstruktur dengan bentuk diskusi sederhana tanpa didukung media yang menarik. Kondisi tersebut menyebabkan siswa kurang antusias mengikuti layanan, cenderung pasif, dan mudah bosan selama proses layanan. Kesenjangan antara kondisi ideal layanan bimbingan kelompok menurut Prayitno dengan kondisi nyata di sekolah menunjukkan perlunya inovasi media untuk dinamika kelompok, keterlibatan aktif siswa, sekaligus memfasilitasi proses refleksi diri selama layanan berlangsung.

Layanan bimbingan dan konseling memerlukan media sebagai salah satu komponen pendukung dalam penyampaian materi layanan agar proses pelaksanaan layanan lebih terstruktur, menarik, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik. Media tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu penyampaian informasi, namun sebagai sarana yang memfasilitasi interaksi antara guru BK dengan peserta didik selama proses layanan. Oleh karena itu, pemilihan media dalam layanan bimbingan dan konseling perlu mempertimbangkan tujuan layanan, karakteristik peserta didik, dan kebutuhan yang diperoleh melalui studi pendahuluan.[5]

Berbagai kajian menunjukkan bahwa penggunaan media berbasis permainan dalam layanan bimbingan dan konseling berkontribusi terhadap pengoptimalan keterlibatan dan hasil layanan yang diterima siswa. Penelitian Azfin dan Bhakti, misalnya, menunjukkan bahwa layanan kelompok psikoedukasi berbasis permainan mampu mengoptimalkan kesadaran sosial (*social awareness*) siswa secara signifikan, dari kategori sedang menjadi tinggi setelah intervensi diberikan.[6] Temuan tersebut menegaskan bahwa media yang bersifat interaktif dan partisipatif dinilai

[5] Mochamad Nursalim, *Pengembangan Media Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: Akamedia, 2013).

[6] Caraka Putra Bhakti dan Tazkiya Auliya Azfin, "Pengembangan Buku Panduan Kelompok Psikoedukasi Teknik Permainan untuk Mengembangkan Social Awareness Siswa SMP," *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan* 5, no. 3 (2025).

lebih mampu menarik minat siswa dibandingkan metode konvensional seperti ceramah.

Sejalan dengan hal tersebut, analisis kebutuhan yang dilakukan kepada siswa kelas VIII menunjukkan adanya ketertarikan pada sebagian besar siswa untuk mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan media interaktif dan menyenangkan seperti permainan dan aktivitas reflektif dari pada penyampaian materi secara lisan seperti ceramah. Sebanyak 38 siswa (95%) menyatakan lebih menyukai bimbingan kelompok jika menggunakan media yang interaktif dan menyenangkan ini menunjukkan ketertarikan pada media *board game* dengan visual yang menarik, berwarna cerah, terdapat kartu sebagai salah satu komponennya dan mekanisme aturan yang mudah dipahami. Tingginya angka ketertarikan ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kebutuhan terhadap media layanan yang lebih interaktif dan sesuai dengan karakteristik. Oleh karena itu, hasil analisis kebutuhan menjadi dasar dalam menentukan media yang dikembangkan pada penelitian ini.

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan tersebut, kebutuhan siswa terhadap media dapat diklasifikasikan ke dalam empat aspek. Pertama, kebutuhan isi, yaitu materi yang berkaitan dengan penguatan *self awareness*. Kedua, kebutuhan visual, berupa tampilan media dengan warna yang cerah dan menarik. Ketiga, kebutuhan mekanisme, yaitu aturan permainan yang sederhana dan mudah dipahami. Keempat, kebutuhan layanan, berupa media yang mendukung diskusi dan keterlibatan aktif siswa selama proses bimbingan kelompok berlangsung. Setiap fitur media yang dikembangkan disusun berdasarkan hasil analisis kebutuhan tersebut, misalnya kebutuhan visual dijawab melalui desain warna yang cerah pada papan permainan, kebutuhan isi dijawab melalui kartu pertanyaan, kebutuhan layanan dijawab melalui sesi diskusi dan *debriefing*, sedangkan kebutuhan mekanisme dijawab melalui aturan permainan yang sederhana dan mudah dipahami.

Media yang dipilih dalam penelitian ini adalah *board game* (permainan papan). *Board game* (permainan papan) adalah media

permainan papan yang dirancang berdasarkan aturan tertentu dengan elemen fisik seperti papan permainan, dadu, pion, dan kartu. Penggunaan media *board* game dipilih karena dinilai mampu menciptakan suasana belajar yang aktif, menarik, dan mendorong keterlibatan siswa secara langsung dalam proses layanan.[7] Dibandingkan dengan media video atau modul yang cenderung bersifat satu arah dan individual, media *board game* lebih tepat digunakan dalam layanan bimbingan kelompok karena mendorong interaksi langsung dan komunikasi antarsiswa selama permainan berlangsung. Media digital, meski interaktif berpotensi mengalihkan fokus siswa pada perangkat, sehingga kurang mendukung dinamika kelompok secara tatap muka. Dengan demikian, karakteristik media *board game* yang bersifat tatap muka dan berkelompok dinilai lebih sesuai dengan tujuan penguatan dinamika kelompok dari pada media yang bersifat individual.

Pemilihan media *board game* juga didasarkan pada karakteristiknya yang sejalan dengan prinsip *experiential learning*, yaitu proses belajar melalui pengalaman langsung yang mencakup 4 tahapan yakni *concrete experience*, *reflective observation, abstract conceptualization,* dan *active experimentation*. Melalui tahapan tersebut, siswa tidak hanya bermain, namun diarahkan untuk mengenali, merefleksikan, dan memaknai kondisi dirinya secara bertahap, sehingga dinilai selaras dengan kebutuhan penguatan *self awareness* siswa.

Sesuai dengan penelitian Ramadhani et al, yang menyatakan bahwa *self awareness* merupakan pengetahuan individu akan dirinya sendiri dan dapat ditingkatkan dengan media permainan “Two Truths and A Lie”. Dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa jika siswa mampu beradaptasi dengan lingkungan, mengenali dan mengelola potensi diri dengan baik,

[7] Sirirat Janyarat, “Implementasi Permainan Papan Edukatif dalam Topik Pengembangan Kepribadian untuk Mahasiswa Universitas Srinakharinwirot,” *Jurnal Pendidikan Internasional Shanlax* 11, no. 3 (2023).

maka pribadi tersebut memiliki kompetensi diri yang kuat.[8] Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Aldini Agniarahmah, menunjukkan bahwa media permainan "ular tangga" sebagai media interaktif dalam layanan bimbingan dan konseling mampu membantu siswa dalam memahami kelebihan dan kekurangan diri melalui refleksi dari kartu pertanyaan yang diberikan, dan melakukan diskusi kelompok yang aman serta tidak memaksa, sehingga mendukung pengembangan pemahaman kesadaran diri.[9]

Dalam penelitian ini, pengembangan media bimbingan dan konseling penting sebagai sarana penunjang pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, berfungsi untuk memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan dan lebih bermakna bagi siswa. Media bimbingan dan konseling adalah sarana yang digunakan sebagai penyaluran pesan atau konten dalam layanan bimbingan dan konseling yang dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan minat, sehingga dapat membuat perubahan perilaku, sikap dan perbuatan yang lebih baik dan memperbaiki kualitas suasana belajar selama proses layanan dan mendukung tercapainya sasaran dari kegiatan bimbingan dan konseling.[10]

Berdasarkan uraian tersebut, media *board game* yang dikembangkan dalam penelitian ini tidak hanya diposisikan sebagai alat permainan, melainkan sebagai media fasilitasi dalam layanan bimbingan kelompok. Melalui media ini, guru BK terbantu dalam membangun dinamika kelompok, memancing proses refleksi diri siswa, dan mendorong partisipasi aktif siswa selama layanan berlangsung. Dengan demikian, kontribusi media tidak hanya terletak pada aspek hiburan atau ketertarikan siswa

[8] Nailul Fauziyah Mahmud Shofi Ramadhani, Weni Kurnia Rahmawati, "Keefektifan Permainan " Two Truths and A Lie " Dalam Meningkatkan Self Awareness," *DE_JOURNAL (Dharmas Education Journal)* 6, no. 1 (2025).

[9] Aldini Agniarahmah, Cici Yulia, dan Hayu Stevani, "Keefektifan Media Ular Tangga dalam Meningkatkan Self Awareness," *JBKI: Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia* 8, no. 13 (2023).

[10] Seha Ananda, "Pengembangan Media Permainan Congklak Kesadaran Diri (Congdardir) untuk Meningkatkan Self Awareness Siswa SMA" (Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2025).

terhadap permainan, namun pada perannya sebagai sarana intervensi yang mendukung tercapainya tujuan layanan bimbingan dan konseling secara lebih terstruktur.

Penelitian pengembangan media *board game* bertema *self awareness* dengan fokus pada siswa kelas VIII SMP Islam Al-Hidayah Samir, karena siswa-siswi tersebut memiliki nilai *self awareness* rendah dan berada pada tahap perkembangan yang relevan untuk penguatannya. Komponen pengembangan media *board game* antara lain: (1) adanya pemain yang terdiri dari siswa kelas VIII SMP Islam Al-Hidayah Samir, (2) lingkungan interaksi seperti ruang kelas, (3) adanya media *board game* dengan aturan permainan yang mendorong refleksi diri, dan (4) adanya tujuan khusus yang ingin dicapai, yakni mendukung siswa dalam mengenali dan merefleksikan kondisi dirinya melalui media *board game* dalam dinamika kelompok.

Rendahnya nilai *self awareness* di kalangan remaja mempengaruhi kemampuan individu untuk mengambil keputusan, regulasi emosi yang tidak memadai, dan ketergantungan interaksi sosial. Apabila kondisi ini tidak segera ditangani, siswa berpotensi mengalami kesulitan dalam pengambilan keputusan, pengendalian emosi, pembentukan identitas diri, dan penyesuaian sosial pada tahap perkembangan berikutnya. Hal ini sesuai dengan temuan Ramadhani et al, yang menunjukkan bahwa individu yang mampu mengenali dan mengelola potensi diri dengan baik memiliki kompetensi diri yang lebih kuat,[11] dan temuan Hasanah et al, juga menunjukkan penguatan *self awareness* melalui bimbingan kelompok bermanfaat bagi perkembangan siswa,[12] sehingga penguatan *self awareness* pada fase remaja menjadi kebutuhan yang diakui secara akademis dalam literatur bimbingan dan konseling. Kondisi ini harus segera teratasi, karena

[11] Mahmud Shofi Ramadhani, Weni Kurnia Rahmawati, "Keefektifan Permainan " Two Truths and A Lie " Dalam Meningkatkan Self Awareness."

[12] Binti Uswatun Hasanah, IM Hambali, dan Arbin Janu Setiyowati, "Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Self-Awareness Siswa di Sekolah Inklusi," *G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 9, no. 1 (2024).

dapat menghambat kesiapan siswa dalam pengembangan identitas selama fase remaja.[13]

Berdasarkan kajian penelitian terdahulu, telah ditemukan studi yang berupaya mengoptimalkan *self awareness* siswa dengan memanfaatkan media permainan. Namun, sebagian besar penelitian sebelumnya masih menggunakan permainan yang bersifat sederhana dan berdiri sendiri, belum diintegrasikan secara sistematis ke dalam struktur layanan bimbingan kelompok yang terencana dan terukur, seperti pada penelitian Hasanah et al, yang mengkaji layanan bimbingan kelompok dalam mengembangkan siswa di Sekolah Inklusi melalui pendekatan literatur review, dimana penelitian tersebut membuktikan bahwa bimbingan kelompok bermanfaat untuk *self awareness*, namun belum disertai media permainan yang konkret dan terstruktur sebagai alat intervensi.[14] Begitu juga dalam penelitian Bhakti et al, yang mengembangkan buku panduan kelompok psikoedukasi berbasis teknik permainan untuk mengembangkan *sosial awareness* siswa SMP, namun masih dalam kerangka psikoedukasi klasikal dan belum berbentuk *board game* terstruktur.[15] Penelitian Rahadiz et al, yang mengembangkan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) *board game* untuk siswa SMP dalam konteks kekerasan emosional, menunjukkan media *board game* memiliki potensi besar sebagai media intervensi di sekolah.[16]

Berdasarkan hal tersebut, hingga saat ini belum ditemukan penelitian yang secara khusus mengembangkan media *board game* berbasis *self awareness* yang diintegrasikan secara sistematis kedalam tahapan layanan bimbingan kelompok. Celah inilah yang menjadi dasar bagi peneliti

---

[13] Agniarahmah, Yulia, dan Stevani, "Keefektifan Media Ular Tangga dalam Meningkatkan Self Awareness."

[14] Hasanah, Hambali, dan Setiyowati, "Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Mengembangkan Self-Awareness Siswa di Sekolah Inklusi."

[15] Bhakti dan Azfin, "Pengembangan Buku Panduan Kelompok Psikoedukasi Teknik Permainan untuk Mengembangkan Social Awareness Siswa SMP."

[16] Alyezca Disya Rahadiz, Susi Fitri, dan Eka Wahyubi, "Pengembangan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Board Game untuk Siswa yang Mengalami Kekerasan Emosional," *Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 11, no. 1 (2022).

untuk mengembangkan media *board game* "UTSA (Ular Tangga *Self Awareness*)" pada penelitian ini.

Untuk memperjelas posisi kebaruan penelitian, berikut disajikan perbandingan antara penelitian sebelumnya dengan media *board game* yang dikembangkan peneliti saat ini:

Tabel 1.1 Kebaruan Penelitian

Aspek	Penelitian Sebelumnya	Media *Board Game*
Bentuk media	Permainan umum atau modifikasi sederhana	*Board game* reflektif berbasis layanan bimbingan kelompok
Fokus materi	Umum, sosial *self awareness* atau interaksi sosial	*Self awareness* siswa remaja SMP
Integrasi layanan BK	Belum terstruktur dalam tahapan layanan	Terintegrasi dengan tahapan layanan bimbingan kelompok
Mekanisme permainan	Aktivitas permainan dan diskusi sederhana	Permainan, refleksi diri, diskusi kelompok, dan *debriefing*
Kartu permainan	Pertanyaan umum	Kartu pertanyaan refleksi, berbasis tiga aspek *self awareness* menurut Goleman yakni *emotional self awareness, accurate self awareness,* dan *self confidence*
Evaluasi layanan	Sebatas aktivitas permainan	Mengukur kelayakan dan kepraktisan media
Debriefing/ refleksi akhir	Tidak dijelaskan secara khusus	Terdapat sesi refleksi dan penguatan makna
Fungsi media	Media sebagai permainan	Media sebagai sarana penunjang layanan bimbingan kelompok

Berdasarkan tabel tersebut, kebaruan pada penelitian ini tidak terletak pada bentuk media *board game* sebagai media permainan, namun pada integrasi mekanisme permainan dengan tahapan layanan bimbingan kelompok dan penyusunan kartu refleksi berbasis indikator *self awareness*. Media *board game* dirancang sebagai media penunjang yang sistematis dengan memadukan unsur permainan, refleksi diri, dinamika kelompok, dan evaluasi layanan dalam satu rangkaian kegiatan bimbingan kelompok.

Keunggulan media *board game* pada penelitian ini dibandingkan media sejenis yang telah dikembangkan sebelumnya yakni, pertama, kartu pertanyaan refleksi disusun berdasarkan teori *self awareness* Goleman,

sehingga setiap pertanyaan memiliki landasan teoretis yang jelas, bukan hanya pertanyaan umum. Kedua, setiap kartu merepresentasikan salah satu dari tiga dimensi *self awareness*, yaitu *emotional self awareness*, *accurate self awareness*, dan *self confidence*, sehingga cakupan refleksi lebih terarah dan menyeluruh. Ketiga, terdapat sesi *debriefing* di akhir permainan yang berfungsi untuk menguatkan pemaknaan siswa terhadap pengalaman bermain, bukan hanya mengakhiri sesi permainan. Keempat, media dirancang khusus untuk digunakan dalam layanan bimbingan kelompok, sehingga alur permainannya menyatu dengan tahapan layanan BK, bukan permainan lepas yang ditambahkan ke dalam sesi. Kelima, dilengkapi dengan panduan fasilitator yang memudahkan guru BK dalam mengarahkan jalannya permainan, sesi diskusi, dan proses *debriefing*. Keenam, media dirancang untuk dimainkan dalam kelompok kecil, sehingga mendukung interaksi yang lebih intensif antaranggota dan memberi ruang bagi setiap siswa untuk berpartisipasi aktif.

Keunggulan-keunggulan tersebut menunjukkan bahwa kebaruan media *board game* tidak hanya terletak pada bentuk fisiknya sebagai permainan papan, melainkan pada rancangan konseptual yang mengintegrasikan teori, mekanisme refleksi, dan kebutuhan praktis layanan bimbingan kelompok secara menyeluruh.

Dengan demikian, novelty penelitian ini bukan hanya menghasilkan media *board game*, namun mengintegrasikan teori *self awareness* menurut Goleman, prinsip *experiential learning* menuurut Kolb, dan tahapan layanan bimbingan kelompok menurut Prayitno ke dalam satu desain media intervensi yang sistematis dan dapat dipertanggungjawabkan secara akademis.

Apabila kondisi ini terus dibiarkan tanpa adanya inovasi layanan yang sesuai, maka bimbingan kelompok berpotensi kehilangan daya tariknya bagi siswa generasi saat ini yang lebih responsif terhadap pendekatan interaktif dan *experiential learning*. Model ADDIE dipilih sebagai pendekatan pengembangan dalam penelitian ini karena tahapannya

sejalan dengan karakteristik media yang dikembangkan, mulai dari analisis kebutuhan siswa, perancangan konsep permainan dan kartu refleksi, pengembangan media secara bertahap, validasi oleh ahli media dan ahli materi, hingga evaluasi kelayakan dan kepraktisan media melalui uji coba terbatas.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini mengembangkan media *board game* "UTSA (ular tangga *self awareness*)" sebagai media penunjang pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Media *board game* dirancang tidak hanya sebagai permainan, namun sebagai sarana refleksi diri yang terstruktur dalam alur layanan bimbingan kelompok. Pengembangan media dilakukan menggunakan pendekatan *Research and Development* (R&D) dengan model ADDIE agar media yang dihasilkan memiliki tingkat kelayakan dan kepraktisan yang dapat dipertanggungjawabkan.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang penelitian, dapat diidentifikasikan beberapa masalah, anatara lain:

1. Rendahnya tingkat *self awareness* pada siswa kelas VIII di SMP Islam Al-Hidayah Samir. Hal ini terlihat dari kesulitan dalam mengenali kelebihan dan kekurangan diri, kurangnya rasa percaya diri, kesulitan mengungkapkan pendapat dan menggantungkan keputusan pada orang lain.
2. Kurang optimalnya layanan bimbingan kelompok, karena menggunakan metode konvensional yang dirasa monoton, kurang interaktif, menimbulkan kebosanan dan kurang menarik minat siswa, sehingga proses layanan kurang maksimal dalam mencapai tujuan bimbingan dan konseling.
3. Belum tersedianya media bimbingan dan konseling yang menyenangkan, interaktif dan mampu merangsang refleksi diri siswa untuk mendukung tercapainya tujuan layanan bimbingan kelompok di SMP Islam Al-Hidayah Samir.

C. Batasan Masalah

Penelitian ini dibatasi pada pengembangan media *board game* berbasis *self awareness* dalam layanan bimbingan kelompok. Fokus kajian pada penelitian ini tidak membahas seluruh aspek permasalahan kepribadian, namun berfokus pada kemampuan siswa dalam mengenali emosi diri, mengenali kelebihan kekurangan diri, dan kemampuan mengenali kepercayaan diri terhadap kemampuan atau keahlian yang dimiliki secara tepat melalui penggunaan media permainan edukatif dalam layanan bimbingan kelompok.

Subjek pada penelitian ini dibatasi pada siswa kelas VIII di SMP Islam Al-Hidayah Samir, berdasarkan hasil kuesioner, observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti, dimana siswa menunjukkan kesulitan dalam mengenali dan merefleksikan kondisi diri. Metode penelitian yang digunakan adalah *Research and Development (R&D)* model ADDIE yang mencakup tahapan analisis kebutuhan, perancangan, pengembangan media kemudian validasi ahli, revisi, uji coba terbatas serta validasi pengguna media atau guru BK dan angket respon siswa, kemudian evaluasi. Penelitian ini difokuskan pada proses pengembangan media *board game* berbasis *self awareness* yang layak dan praktis dalam layanan bimbingan kelompok siswa kelas VIII di SMP Islam Al-Hidayah Samir.

D. Rumusan Masalah

1. Bagaimana langkah pengembangan media *board game* berbasis *self awareness* dalam layanan bimbingan kelompok siswa kelas VIII di SMP Islam Al-Hidayah Samir?
2. Bagaimana kelayakan dan kepraktisan media *board game* berbasis *self awareness* dalam layanan bimbingan kelompok siswa kelas VIII di SMP Islam Al-Hidayah Samir?

E. Tujuan Penelitian

1. Untuk mendeskripsikan langkah pengembangan media *board game* berbasis *self awareness* dalam layanan bimbingan kelompok siswa kelas VIII di SMP Islam Al-Hidayah Samir.
2. Untuk mengetahui kelayakan dan kepraktisan media *board game* berbasis *self awareness* dalam layanan bimbingan kelompok siswa kelas VIII di SMP Islam Al-Hidayah Samir.

F. Spesifik Produk

Dalam penelitian ini produk yang dikembangkan adalah media *board game* "UTSA (ular tangga *self awareness*)" yang dirancang sebagai sarana penunjang layanan bimbingan kelompok siswa kelas VIII di SMP Islam Al-Hidayah Samir. Media dikembangkan dengan memadukan unsur permainan, refleksi diri, diskusi kelompok, sehingga tidak hanya berfungsi sebagai permainan edukatif, namun sebagai sarana refleksi diri yang terstruktur dalam layanan bimbingan kelompok. Pengembangan media *board game* disertai dengan buku pedoman, petunjuk penggunaan, indikator keberhasilan, dan mekanisme refleksi kelompok sebagai acuan implementasi dalam layanan bimbingan kelompok.

1. Bentuk produk
    a. Media *board game* dicetak dengan ukuran kertas A3 (29,7 cm x 42 cm),
    b. Dadu permainan,
    c. Pion/ bidak permainan,
    d. Kartu pertanyaan reflektif,
    e. Desain interaktif dengan warna cerah dan elemen visual yang menarik,
    f. Buku pedoman penggunaan media untuk guru bimbingan dan konseling.

2. Sasaran penggunaan
    a. Siswa-siswi remaja usia 13-14 tahun, khususnya siswa kelas VIII di SMP Islam Al-Hidayah Samir.
    b. Guru bimbingan dan konseling sebagai fasilitator layanan bimbingan kelompok.
3. Komponen permainan
    a. Papan permainan

        Papan permainan terdiri dari kotak-kotak permainan yang memuat elemen visual nomor, simbol ular, tangga, dan simbol tertentu yang disesuaikan dengan tujuan layanan bimbingan kelompok untuk *self awareness*.
    b. Ular dan tangga sebagai mekanisme permainan:[17]
        1) Ular berfungsi untuk menurunkan bidak sesuai dengan arah badan ular.
        2) Tangga berfungsi untuk membantu naik bidak pada kotak yang lebih tinggi sesuai arah tangga.
    c. Pion/ bidak

        Bidak atau pion berfungsi sebagai penanda posisi pemain pada papan permainan. Setiap pemain memilikibidaknya sendiri dengan warna atau bentuk yang berbeda. Bidak dapat dijalankan sesuai dengan urutan pemain.
    d. Dadu

        Dadu berisikan skor 1 sampai 6 untuk menentukan jumlah langkah bidak yang harus dijalankan pemain.
    e. Kartu pertanyaan reflektif

        Kartu pertanyaan berupa pertanyaan refleksi yang disusun sesuai aspek *self awareness* Menurut Goleman yaitu

[17] Amanda Anastasya, "Pengembangan Media Pembelajaran Ular Tangga untuk Pengenalan Sex Education Anak Usia 5-6 Tahun Di Kota Palopo" (Institut Agama Islam Negeri Palopo, 2025).

emotional self awareness, accurate self awareness, dan *self confidence*.[18] Pertanyaan dirancang untuk membantu siswa mengenali emosi, memahami kelebihan dan kekurangan diri, meningkatkan kepercayaan diri, dan melatih kemampuan mengambil Keputusan.

f. Sesi refleksi dan umpan balik kelompok

Setiap kartu pertanyaan tidak hanya menuntut siswa memberikan jawaban, namun juga proses refleksi singkat dan umpan balik kelompok. Setelah siswa menjawab pertanyaan, fasilitator mengarahkan anggota kelompok untuk memberikan tanggapan, dukungan, atau pendapat secara positif, sehingga siswa memperoleh pemahaman baru mengenai dirinya. Mekanisme layanan dalam permainan dilakukan melalui tahapan sebagai berikut:

1) Menjawab pertanyaan sekaligus refleksi diri,
2) Diskusi kelompok,
3) Penyampaian Kesimpulan,
4) Pembentukan insight

Dengan proses tersebut, diharapkan siswa tidak hanya aktif bermain, namun juga mampu memahami pengalaman pribadi, mengembangkan keberanian menyampaikan pendapat, kepercayaan diri, dan belajar mengambil keputusan dengan mandiri.

4. Manual penggunaan
   a. Dalam permainan ini melibatkan 4 sampai 5 siswa yang didampingi guru BK sebagai fasilitator.
   b. Permainan dilakukan dalam waktu 30 menit, apabila salah satu pemain mencapai garis akhir sebelum waktu habis, pemain tersebut telah menyelesaikan perjalanan refleksinya

[18] Goleman, *Working With Emotional Intelligence, Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi, Terjemah Alex Tri Kantjono Widodo.*

dan dapat mengamati jalannya permainan teman lainnya hingga waktu selesai.

c. Setiap pemain memiliki satu pion sebagai penanda posisi di papan permainan dan satu dadu yang digunakan bergantian dalam kelompok.
d. Guru BK berperan sebagai fasilitator, memandu jalannya permainan, mengarahkan refleksi, memfasilitasi diskusi kelompok, dan memberikan penguatan terhadap jawaban siswa.

5. Aturan permainan
    a. Pemain melemparkan dadu secara bergiliran.
    b. Pion dijalankan sesuai dengan perolehan skor dadu.
    c. Setelah meletakkan pion sesuai skor yang didapat, jika berhenti di:
        1) Kotak angka, maka pemain harus menjawab kartu pertanyaan yang telah disediakan sesuai dengan nomor pada kotak,
        2) Kotak gambar awan, maka pemain mengikuti perintah sesuai dengan yang tertera,
        3) Kotak gambar ular, maka pion harus diturunkan sesuai dengan badan ular,
        4) Kotak gambar tangga, maka pion harus dinaikkan sampai letak kepala tangga.
    d. Pemain wajib menjawab kartu pertanyaan dengan jujur dan sesuai dengan yang dirasakan atau dialami.
    e. Setelah pemain menjawab pertanyaan, fasilitator memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk memberikan tanggapan atau dukungan positif sebagai bagian dari proses refleksi kelompok.

f. Waktu menjawab maksimal 1 menit, kemudian dilanjutkan anggota kelompok memberikan tanggapan atau diskusi singkat.
g. Diakhir permainan, fasilitator memandu sesi *debriefing* untuk membantu siswa menyimpulkan pengalaman yang diperoleh selama bermain.
h. Permainan berakhir jika waktu permainan telah mencapai 30 menit.

6. Indikator keberhasilan

Indikator keberhasilan media dilihat dari tingkat kelayakan dan kepraktisan media *board game,* dinilai berdasarkan hasil validasi ahli media, validasi ahli materi, pengguna media atau guru BK selaku fasilitator dan angket respon siswa. Kelayakan dan kepraktisan media *board game* meliputi:

a. Kelayakan tampilan media,
b. Kemudahan penggunaan,
c. Kemenarikan media,
d. Kebermanfaatan media dalam layanan bimbingan kelompok
e. Kejelasan aturan permainan
f. Kesesuaian materi *self awareness*,
g. Keterlaksanaan *board game* dalam layanan bimbingan kelompok.
h. Potensi *board game* dalam mendorong refleksi diri siswa.

G. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan teoritis

Secara teoritis, penelitian ini memberikan kontribusi pemahaman mengenai penggunaan media *board game* dalam layanan bimbingan kelompok terkait *self awareness*. Keberadaan media hasil pengembangan juga memperkuat kajian tentang

kelayakan dan kepraktisan media interaktif sebagai sarana pendukung layanan bimbingan dan konseling.

2. Kegunaan praktis
    a. Bagi peneliti lain, hasil penelitian ini dapat menjadi acuan untuk pengembangan media sejenis maupun penelitian selanjutnya yang berfokus pada inovasi layanan bimbingan kelompok, sekaligus memberikan gambaran awal terkait proses pengembangan media dan kelayakan serta kepraktisan media *board game* edukatif dalam layanan bimbingan kelompok.
    b. Bagi sekolah, *board game* dapat memperkaya media layanan bimbingan dan konseling sekaligus mengoptimalkan mutu layanan bimbingan kelompok. Sekolah memperoleh alternatif media yang lebih menarik dan mampu mendukung terciptanya suasana layanan yang aktif dan interaktif.
    c. Bagi guru bimbingan dan konseling, *board game* dapat dimanfaatkan sebagai media tambahan untuk mendinamiskan proses layanan bimbingan kelompok, memfasilitasi refleksi diri dan mendorong keterlibatan aktif siswa agar tujuan layanan tercapai dengan optimal.
    d. Bagi siswa, melalui media *board game* siswa mendapatkan pengalaman belajar yang menyenangkan dan interaktif serta memiliki makna dalam layanan bimbingan kelompok, sehingga siswa lebih mudah merefleksikan kondisi diri dan mengenali potensi yang dimiliki.

H. Penegasan Istilah

Untuk menghindari perbedaan penafsiran dan memberikan kejelasan mengenai istilah yang digunakan, maka penegasan istilah disusun sebagai berikut:

1. Pengembangan

   Pengembangan adalah sebuah proses secara sistemis yang berguna untuk membentuk atau memodifikasi sebuah media agar menjadi lebih berkembang dan sesuai dengan tujuan, berupa media *Board game* yang layak dan praktis dalam penggunaannya. Dalam penelitian ini produk yang dihasilkan yakni media *board game* "UTSA (ular tangga *self awareness*)". Proses pengembangan media mengacu pada model penelitian *research and development* (R&D).

   Research and Development (R&D) adalah metode penelitian yang diarahkan untuk menghasilkan dan menyempurnakan suatu media melalui tahapan tertentu. Pengembangan yang dilakukan tidak hanya membuat media secara fisik, namun mencakup upaya untuk memastikan media sesuai dengan kebutuhan siswa dan layak secara konten dan tampilan, dan praktis dipakai sebagai penunjang layanan bimbingan kelompok.[19]

2. *Board game*

   Board game adalah jenis permainan yang dapat dimainkan oleh satu orang atau lebih di atas permukaan datar seperti meja atau papan. Permainan ini menggunakan komponen fisik seperti dadu, bidak, kartu, dan papan permainan itu sendiri. Setiap *board game* dilengkapi dengan aturan main yang jelas dan terstruktur, yang harus diikuti oleh pemain untuk mencapai target atau tujuan tertentu.[20] *Board game* dalam penelitian ini berfungsi sebagai sarana penunjang

[19] S. Afriani, L., Mutmainnah, M., & Sunarni, "Memahami Desain Metode Penelitian dan Pengembangan di Bidang Pendidikan," *IJESS: International Journal of Education and Social Science* 6, no. 1 (2025).

[20] N. Sari, D. P., & Suryani, "Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Board Game untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa.," *Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi dan Komunikasi* 11, no. 2 (2023).

proses layanan bimbingan kelompok dan sebagai media aktif-partisipatif yang mendorong siswa untuk mengenali emosi diri, mengenali kelebihan kekurangan diri dan mengembangkan kepercayaan diri melalui proses refleksi yang terstruktur.

3. Bimbingan kelompok

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok individu dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam bimbingan dan konseling.[21] Layanan ini menekankan pentingnya komunikasi, interaksi, diskusi dan partisipasi aktif antar anggota kelompok. Peserta didik dapat belajar dari pengalaman bersama dan memperoleh dukungan sosial dari sesama anggorta, sehingga dalam penelitian ini layanan bimbingan kelompok dipandang mampu untuk berkontribusi dalam mendukung penguatan kesadaran diri peserta didik.

4. *Self awareness*

Menurut Goleman, *self awareness* (kesadaran diri) adalah kapasitas seseorang untuk memahami kondisi diri maupun orang lain, yang mencakup emosi, cara pandang dan tuntutan sosial yang dihadapi. Kemampuan ini berfungsi sebagai sarana untuk merefleksikan diri, mengelola emosi dan mengambil keputusan dengan tepat.[22] *self awareness* berperan untuk membantu siswa memahami perasaan yang sedang dialami, mengarahkan perilaku ke arah yang lebih jelas, mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan diri, dan membuat pilihan yang selaras dengan jati diri. Sebuah

[21] Prayitno, *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*.

[22] Zulkipli Lessy , Muhammad Nizar Hasan, Faris Naufal Ali, "Self Awareness Dalam Perilaku Sosial Altruisme Di Era Sosial Media: Studi Jama'ah Masjid Al-Azhar Yogyakarta," *Jurnal Pendidikan dan Konseling* 5, no. 2 (2023).

keterampilan penting dalam mengatur emosi dan menyikapi berbagai kondisi kehidupan.

5. Siswa kelas VIII

   Siswa kelas VIII adalah peserta didik yang berada pada jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama pada rentang usia 13 sampai 14 tahun. Dalam penelitian ini, siswa kelas VIII SMP Islam Al-Hidayah Samir menjadi subjek penelitian sekaligus pengguna dari media *board game* yang dikembangkan, mengingat fase perkembangan tersebut dinilai relevan untuk penguatan *self awareness* melalui layanan bimbingan kelompok.