

**PENGEMBANGAN MEDIA PERMAINAN ULAR TANGGA DALAM
BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MEMBERIKAN PEMAHAMAN
MENGENAI *SELFLOVE***

Alifia Marva

marvaalifia07@gmail.com

Nararya Rahadyan Budiyo

nararya@uty.ac.id

Universitas Teknologi Yogyakarta

ABSTRACT

Marva, Alifia, 2024. "Development of Snakes and Ladders Game Media Using Group Guidance Approach to Increase Students' Self Love". Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Business and Humanities. Yogyakarta University of Technology. Supervision of Nararya Rahadyan Budiyo, S.Pd., M.Pd. Teenagers often face challenges in exploring and developing their identities. A lack of understanding about self-concept can lead them to potentially negative behaviors. By applying self-concept understanding, such as self-love, acceptance, appreciation, and self-care, we can instill self-love values during this critical developmental phase. Data for this study were collected through AKPD results and questionnaires completed by eighth-grade students at SMP Negeri 2 Sleman. The research was conducted from April to May 2024. The study aims to develop a snakes and ladders game media using a group counseling approach to bring self-love understanding to students during group counseling sessions, and to assess the value and feasibility of the developed snakes and ladders media. This snakes and ladders game can be given to students because it is simple, educational, and entertaining. The media is equipped with a snake and ladder board, a guidebook, flashcards containing questions and statements about aspects of self-love and challenge about self-love, player pawns, dice, and also a dice bucket. The limitations of the media developed are that it is made of paper so it has the potential for damage, is not waterproof, and is difficult to store media for a long period of time without adequate protection. The benefits of this media include providing insights through learning while playing and creating an engaging and enjoyable environment. The method used in this research is Research and Development (R&D) with the ADDIE model, which consists of five stages: analysis, design, development, implementation, and evaluation. The developed product has been validated by media experts, material experts, and practitioners. The media feasibility test results show a 92.5% rating by media experts, 85% by material experts, and 95% by practitioners, all categorized as very good or highly feasible for use. The cumulative feasibility results from the validators indicate that the media is very good and highly suitable for use in a snakes and ladders game, packaged with group counseling services to bring self-love understanding to students. Suggestions for future research include expanding the implementation of the game to other schools and developing innovative new media in terms of design, packaging, and concept selection.

Keywords: *Selflove, Snakes and ladders game, Group guidance*

ABSTRAK

Marva, Alifia, 2024. "Pengembangan Media Permainan Ular Tangga Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Memberikan Pemahaman Mengenai SelfLove". Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Bisnis dan Humaniora. Universitas Teknologi Yogyakarta. Pembimbingan Nararya Rahadyan Budiyo, S.Pd., M.Pd Remaja seringkali menghadapi tantangan dalam mengeksplorasi dan mengembangkan identitas dirinya, kurangnya pemahaman mengenai konsep diri menjadi

kebutuhan bagi remaja agar tidak terjerumus pada tindakan-tindakan yang berpotensi negatif, dengan adanya pemahaman mengenai konsep diri seperti mencintai, menerima, menghargai dan merawat diri dapat menjadi cara untuk menanamkan nilai-nilai selflove di tengah fase perkembangan remaja. Pengambilan data dalam penelitian ini diperoleh melalui hasil AKPD dan kuesioner yang sudah diisi oleh peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 2 Sleman. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April-Mei 2024. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan media permainan ular tangga dengan pendekatan bimbingan kelompok untuk memberikan pemahaman mengenai selflove kepada peserta didik dalam proses layanan bimbingan kelompok, serta melihat nilai dan kategori kelayakan media ular tangga yang dikembangkan. Permainan ular tangga ini dapat diberikan kepada peserta didik karena bersifat sederhana, mendidik dan juga menghibur. Media ini dilengkapi dengan papan ular tangga, buku panduan, kartu flashcard yang berisikan pertanyaan mengenai aspek-aspek self love dan juga tantangan atau perintah mengenai selflove, pion pemain, dadu, dan juga ember dadu. Keterbatasan dari media yang dikembangkan yaitu berbahan kertas sehingga berpotensi terjadi kerusakan, tidak tahan air, dan Sulit menyimpan media dalam jangka waktu yang panjang jika tanpa adanya perlindungan yang memadai. Manfaat dari media ini adalah dapat memberikan wawasan dengan cara belajar sambil bermain serta menciptakan lingkungan yang menarik dan menyenangkan. Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu Research and Development (R&D) dengan model ADDIE yang terdiri dari lima tahap: analisis, desain, pengembangan, implementasi, dan evaluasi. Produk yang dikembangkan sudah divalidasi oleh ahli media, ahli materi, dan praktisi pengguna. Hasil dari uji kelayakan oleh ahli media menunjukkan 92,5% dengan kategori sangat baik atau sangat layak untuk digunakan, hasil uji kelayakan oleh ahli materi sebesar 85% dengan kategori sangat baik atau sangat layak untuk digunakan dan hasil dari praktisi pengguna sebesar 95% dengan kategori sangat baik atau sangat layak untuk digunakan. Akumulasi dari hasil kelayakan para validator tersebut menunjukkan bahwa media sangat baik dan sangat layak digunakan untuk diterapkan dalam permainan ular tangga yang dikemas dengan layanan bimbingan kelompok agar dapat memberikan pemahaman mengenai selflove bagi peserta didik. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah memperluas implementasi permainan ke sekolah lain, dan mengembangkan inovasi media terbaru seperti dari segi tampilan, kemasan serta pemilihan konsep.

Kata Kunci: Selflove, Permainan ular tangga, Bimbingan kelompok.

PENDAHULUAN

Remaja pada fase perkembangannya, seringkali menemukan diri mereka tengah mencari identitas, baik secara individu maupun sosial. Proses ini sering dipandang sebagai tugas utama perkembangan remaja, di mana mereka mulai merenungkan dan mengeksplorasi nilai-nilai, minat, dan aspirasi pribadi mereka. Selain itu, remaja juga mulai mengembangkan kemandirian, baik dalam pengambilan keputusan maupun dalam mengelola hubungan interpersonal di luar lingkungan keluarga. Remaja (adolescence) sering diartikan sebagai masa transisi, perkembangan antara masa anak dan masa dewasa yang mulai berubah dari segi kognitif, psikososial, dan sosial emosional (Santrock, 2022). Mereka juga memperluas lingkaran sosial mereka, membentuk hubungan yang lebih kompleks dengan teman sebaya, serta mulai memahami peran mereka dalam masyarakat.

Remaja mulai mengeksplorasi identitas seksual dan orientasi mereka, serta memperhatikan aspek finansial dan masa depan mereka dengan lebih serius. Pada dasarnya tugas perkembangan remaja mengharuskan mereka untuk meninggalkan sikap dan perilaku yang cenderung kekanak-kanakan, dan berupaya untuk mencapai kemampuan bertindak dan berperilaku secara dewasa (Ismatuddiyannah et al., 2023) dipertegas oleh (Nabila, 2022) yang berpendapat mengenai usia remaja menurut Hurlock (1980) dalam bukunya, terdapat tiga tahapan perkembangan remaja, diantaranya yaitu: 1). Remaja awal (Early adolescence) usia 11-13 tahun, 2). Remaja madya (Middle adolescence) usia 14-16 tahun, 3). Remaja akhir (Late adolescence) usia 17-20 tahun. Dilengkapi juga oleh Wirawan Putro, (2017) menjelaskan jika batasan usia remaja di Indonesia rata-rata berusia 11-24 tahun. Prinsip

Perkembangan menurut Hurlock (1980) dalam penelitian (Fabiana Meijon Fadul, 2019) menjelaskan beberapa tugas perkembangan yang dihadapi oleh remaja, diantaranya: 1). Mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya, 2). Mencapai peran pria maupun Wanita, 3). Menerima keadaan fisiknya 4). Memiliki perilaku sosial yang bertanggung jawab, 5). Mencapai kemandirian emosional, 6). Mempersiapkan perkawinan dan keluarga. Dalam menjalani tugas perkembangan ini, remaja mengalami serangkaian tantangan dan pertanyaan yang membantu mereka membangun fondasi untuk masa dewasa yang akan datang.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Putro (2017) juga mengungkapkan jika terdapat siklus penting dalam perkembangan remaja yang merupakan masa transisi menuju perkembangan masa dewasa yang sebaiknya diarahkan ke masa dewasa sehat agar dapat menjalankan tugas-tugas perkembangan di usianya dengan baik dan pandai bersosialisasi. Namun sebaliknya, jika tugas perkembangan ini tidak terselesaikan dengan baik maka remaja gagal menjalankan tugas-tugas perkembangannya dan dapat membawa efek negatif pada fase-fase dalam kehidupan sosialnya. Seorang Ahli Psikolog Profesor William Kay mengemukakan terdapat beberapa tugas-tugas perkembangan remaja diantaranya yaitu menerima fisiknya sendiri, mencapai kemandirian emosional, mengembangkan keterampilan interpersonal baik secara individu maupun berkelompok, bergaul dengan teman sebaya, penerimaan diri memiliki kepercayaan akan kemampuannya sendiri, mampu mengendalikan diri, dan menyesuaikan diri.

Pada proses pencarian jati diri lainnya, remaja juga mulai menunjukkan eksistensi diri mereka untuk mendapatkan pengakuan dan keberadaannya terutama dalam pergaulannya. Salah satu bentuk permasalahan pergaulan diantara remaja yaitu memaksakan diri untuk mengikuti pola hidup dari kelompoknya sehingga remaja seringkali tidak bisa menjadi diri sendiri secara utuh, hal inilah yang menimbulkan rasa ketidaknyamanan atau insecure pada diri remaja. Insecure dapat di lihat dari kondisi psikis dimana seseorang merasa tidak nyaman, dan menganggap dunia sebagai hutan yang menggancam, berbahaya dan hal ini menimbulkan rasa cemas, tidak bahagia, tidak percaya diri dan merasa di tolak (Irfan et al., 2020). Tidak dapat dipungkiri Remaja di era digitalisasi sudah lekat sekali dengan penggunaan smartphone yang menjadi bagian dalam keseharian mereka, penggunaan smartphone atau handphone ini erat sekali hubungannya dengan internet (Hasanah et al., 2020) berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kemkominfo terhadap 400 anak dan remaja di Indonesia didapati bahwa sebanyak 98% remaja sudah mengetahui informasi tentang internet dan sebanyak 79.5% remaja pengguna internet.

Saat remaja memasuki fase pencarian identitas dan eksplorasi diri maka mencintai diri memainkan peran yang krusial dalam perkembangan remaja. Kemampuan untuk menerima diri menjadi landasan yang kokoh, dan ketika mereka merasa percaya diri atas kemampuannya serta memiliki kasih sayang terhadap diri mereka sendiri maka mereka akan memiliki ketangguhan dalam mengatasi beberapa perubahan fisik maupun emosional, dan dapat mengatasi kesulitan ketika berada dibawah tekanan sosial. Selflove juga memiliki kaitan yang signifikan dengan permasalahan dan kenakalan remaja. Remaja yang kurang mampu menerima diri mereka sendiri cenderung rentan terhadap permasalahan seperti rendahnya harga diri, kecemasan, depresi, dan Insecure.

Rendah diri atau yang sering disebut dengan insecurity merupakan penilaian mengenai ketidaknyamanan yang bersumber dari dirinya, disebabkan karena adanya rasa kurang percaya diri, takut dan cemas. Penilaian ini dapat berdampak negatif terhadap akademik khususnya proses pembelajaran sehingga mempengaruhi emosional, sosial, dan fisik siswa di sekolah. Terjadinya hal tersebut di sekolah, tentu akan memberikan dampak yang negatif bagi perkembangan serta kesehatan mental dan psikologis siswa terutama

dalam prestasi akademik yang menurun. Oleh karena itu, salah satu solusi untuk dapat mengatasi masalah tersebut dengan mencintai diri sendiri. Dari penelitian yang dilakukan oleh (Nurul Qalbi et al., 2022) menghasilkan hasil yang berdampak positif berdasarkan pre-test dan post-test yang sudah dilakukannya membuat rasa insecure peserta didik dapat berkurang.

Ketika mereka tidak merasa berharga atau dicintai oleh diri sendiri, mereka mungkin mencari validasi dari luar, terlibat dalam perilaku berisiko atau kenakalan remaja seperti konsumsi obat-obatan terlarang, perilaku seksual berisiko, atau kekerasan. Bahkan, kurangnya selflove juga bisa menjadi faktor pendorong di balik perilaku menyimpang seperti perundungan atau kekerasan terhadap orang lain sebagai cara untuk mengatasi rasa ketidakamanan atau kebingungan yang mereka rasakan terhadap diri mereka sendiri. (Sumara D, et al., 2017) menyimpulkan jika kenakalan remaja yang dikenal dalam Bahasa Inggris juvenile delinquency ini merupakan fenomena sosial patologis dikalangan remaja yang disebabkan oleh berbagai bentuk penyimpangan sosial. Akibatnya, hal ini menghasilkan pola perilaku dan Tindakan yang merugikan atau menyimpang. dalam hal ini juga remadadnja yang merasa terisolasi, tidak dicintai atau tidak diterima oleh dirinya sendiri maupun lingkungannya rentan sekali berpikir negatif dan merasa putus asa, kurangnya dukungan emosional dapat menimbulkan pikiran negatifnya kepada kepasrahan yang berujung pada tindakan bunuh diri, seperti kasus kasus saat ini yang sedang marak terjadi.

Berita mengenai percobaan bunuh diri pada remaja dikeluarkan melalui Artikel yang ditulis oleh Jerome Wirawan di BBC News Indonesia membahas percobaan bunuh diri pada remaja. Salah satu remaja, yang melakukan percobaan bunuh diri pertama pada usia 16 tahun, mengungkapkan perasaannya: "Remaja tersebut merasa tidak punya banyak pilihan, merasa sangat hancur, dan mencari cara bunuh diri yang cepat untuk menghindari rasa sakit fisik tambahan dan kegagalan." Remaja itu merasa rencananya untuk bunuh diri semakin matang dan detail, dan pada saat itu benar-benar mencoba melakukannya. "Saat ingin bunuh diri, remaja tersebut merasa hidupnya tidak berguna, tidak ada harapan, tidak berharga, tidak ada yang peduli, dan merasa sangat sendirian."

Keinginan untuk bunuh diri semakin kuat, hingga akhirnya remaja itu pergi ke psikiater dan didiagnosis menderita dysthymia (gangguan depresi persisten). Setelah melakukan terapi dengan obat, kondisinya mulai membaik. Dalam konsultasinya, remaja itu mencari tahu penyebab keinginannya untuk bunuh diri dan ditemukan bahwa selama masa SMP-SMA, remaja tersebut mengalami bullying selama beberapa tahun hingga tidak punya teman sama sekali. Hal ini mempengaruhi penilaian dirinya dan pandangannya tentang bagaimana dia dilihat oleh orang lain, yang berdampak pada kepercayaan dirinya. Hingga kini, remaja masa lalunya pada saat SMP-SMA mengalami bullying membuatnya depresi dan hal itu bersangkutan pada penilaian diri, penerimaan diri dan kepercayaan dirinya di masa dewasa. Selain itu berita mengenai percobaan bunuh diri pada remaja dikeluarkan melalui Artikel yang ditulis oleh Nicky Aulia Widaio di BBC News Indonesia juga membahas mengenai percobaan bunuh diri yang dilakukan oleh Remaja yang bernama Karina, Remaja tersebut ingin mengakhiri hidupnya karena tidak bisa menerima dirinya, tidak bisa menerima kondisi hidup dan perekonomian keluarga yang menyebabkan remaja tersebut tidak berhak untuk melanjutkan hidup. Retno Listyarti selaku Komisioner Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mengutip data Global School-Based Student Health Survey (2015) di Indonesia. bahwa remaja perempuan yang memiliki ide bunuh diri mencapai 5,9%, sedangkan remaja pria 4,3%.



Sumber *Global School-based Student Health Survey (2015)*

Gambar 1 Data Percobaan Pelajar Untuk Bunuh Diri

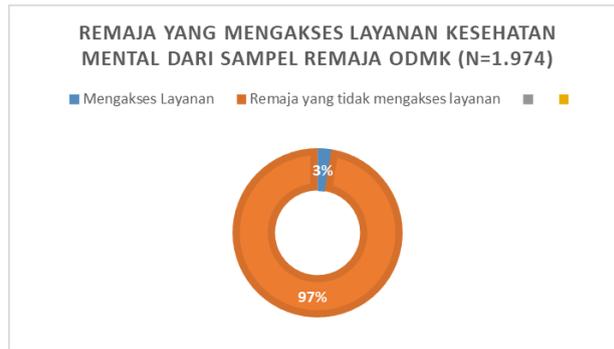
Lalu ditambahkan juga data pelajar usia 13-17 tahun yang ingin melakukan Percobaan bunuh diri. Data diatas menunjukkan presentase data pelajar yang ingin melakukan percobaan bunuh diri sebanyak 4,4% remaja pria dan 6,4% remaja perempuan. lalu untuk yang sudah melakukan percobaan bunuh diri lebih dari satu kali atau lebih sebanyak remaja pria 3,4% dan 4,3% remaja Perempuan.

Data mengenai percobaan bunuh diri memberikan informasi seberapa seriusnya masalah kesehatan mental di kalangan remaja. Data ini menunjukkan bahwa banyak remaja mengalami tekanan dan masalah emosional yang berat. Namun, data ini juga memperlihatkan bahwa kita perlu lebih memperhatikan upaya pencegahan bunuh diri dan memberikan akses lebih mudah kepada layanan kesehatan mental bagi remaja. Dengan menggunakan data ini, kita bisa mengembangkan strategi yang lebih baik untuk membantu remaja dan mencegah percobaan bunuh diri di masa depan. Selain data diatas, Indonesia-National Adolescent Mental Health juga melakukan survey pada tahun 2022, hasil survey menyatakan bahwa minimnya remaja yang peduli terhadap kesehatan mental, hal tersebut ditunjukkan dengan hasil survey sebagai berikut:



Sumber *Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey, 2022*

Gambar 2 Mengakses Layanan Kesehatan Mental



Gambar 3 Tidak Mengakses Layanan Kesehatan Mental

Survey ini melibatkan 5.664 rumah tangga dengan remaja 10-17 tahun dari 34 provinsi di Indonesia. Survey ini dilakukan selama 12 bulan dengan hasil survey terakhir menunjukkan bahwa hanya sekitar 2% dari total remaja yang mengakses layanan kesehatan mental dan Orang Dalam Masalah Kejiwaan yang mengakses layanan pun mengalami penurunan, yang rendah yaitu hanya 2,6% saja yang mengakses layanan.

Kasus-kasus bunuh diri dan remaja dengan gangguan kesehatan mental tersebut menjadi bagian penting dan perlu diperhatikan, Salah satunya adalah dengan adanya layanan kesehatan mental yang sangat penting bagi kesehatan mental remaja, selain itu para remaja juga memiliki lingkungan yang memiliki pengaruh besar bagi para remaja yaitu sekolah. Sekolah merupakan lingkungan yang penting dalam proses perkembangan seseorang karena berfungsi memiliki pemilihan karir di masa mendatang. Sekolah yang memberikan lebih banyak dukungan, serta adanya stabilitas yang lebih besar dan kompleksitas yang lebih rendah dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa di masa transisi dari Sekolah Dasar memasuki Sekolah Menengah Pertama atau Sekolah Menengah Atas. Dengan demikian, sekolah diharapkan mampu memberikan pengalaman terbaik bagi siswa, oleh karena itu sekolah diharapkan memberikan kenyamanan pada siswa di sekolah (school well-being).

School Well-being merupakan siswa merasakan kenyamanan ketika berada di sekolah. School Well-being juga memberikan dampak positif bagi siswa diantaranya lebih optimis dan harga diri yang tinggi serta hubungan interpersonal siswa. Menurut pendapat yang dinyatakan oleh (Rasyid, 2021) berpendapat bahwa Sekolah yang ideal adalah sekolah yang mampu memanfaatkan potensi siswa secara menyeluruh, sehingga menciptakan suasana dimana siswa merasa sejahtera. Kesejahteraan siswa berdampak luas pada berbagai aspek yang mempengaruhi kinerja optimal siswa disekolah. Hal itu di tambahkan juga oleh (Yuniawati & All, 2019) yang berpendapat jika kesejahteraan disekolah sangat diperlukan sekali karena mengingat bahwa sekolah memiliki peranan penting dan memiliki pengaruh yang besar terhadap perkembangan remaja.

Bagian dari sistem pendidikan di sekolah adalah layanan konseling, peran dan posisi BK (Bimbingan dan Konseling) layanan konseling memiliki peranan penting dalam meningkatkan kesejahteraan siswa di sekolah, salah satu metode yang dapat digunakan adalah bimbingan kelompok yang dapat membantu siswa dalam mengatasi masalah-masalah yang dialami peserta didik dengan dukungan yang diberikan oleh anggota kelompok dalam proses bimbingan kelompok. Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan (Resti Okta Sari, 2023) Pentingnya layanan bimbingan dan konseling dalam pengembangan pribadi, dan sosial para peserta didik. Pendukung efektivitas dalam belajar salah satunya yaitu dengan game edukatif yang dapat menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan dapat mempertahankan minat siswa, salah satu media pelayanan yang efektif yaitu melalui media bermain.

Menurut (Sari & Damayanti, 2023) mengungkapkan bahwa bermain merupakan bentuk dari adaptasi manusia yang sangat berguna yang dapat membantu anak-anak mengelola ketakutan dan konflik mereka. Hasil dari penelitian yang dilakukannya mengungkapkan jika permainan ular tangga ini layak digunakan dan efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa, selain itu permainan ular tangga masih menjadi permainan yang populer dikalangan anak-anak dan remaja, meskipun permainan tersebut sudah ada sejak lama, namun permainan ini terus berkembang dengan tambahan fitur dan tujuan baru. Ular tangga tetap menjadi pilihan game yang dipilih oleh peneliti karena sifatnya yang sederhana, edukatif, menyenangkan dan sangat interaktif. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh (Fajar et al., 2023) juga menghasilkan kesimpulan bahwa melalui permainan ular tangga yang diaplikasikan kepada bimbingan kelompok dapat meningkatkan rasa percaya diri peserta didik, terlihat dari peningkatan rasa percaya diri yang semula rendah menjadi lebih baik setelah mengikuti sesi bimbingan kelompok tersebut.

Dalam perjalanan untuk menerapkan selflove terdapat saat-saat ketika merasa baik terhadap diri sendiri dan mencapai hal-hal penting seperti pencapaian pribadi atau kebahagiaan pribadi. Namun, terkadang juga mengalami kegagalan dan merasa tidak berharga (Srimaryanti et al., 2022). Permainan ular tangga dengan kotak afirmasi positif dapat membantu merenungkan dan meningkatkan rasa cinta pada diri sendiri. Selain itu, pertanyaan dan tantangan dalam permainan tersebut dapat mengingatkan tentang diri sendiri. Jadi, permainan ular tangga dapat menjadi metafora yang menarik untuk menggambarkan perjalanan seseorang dalam mencapai tingkat self love, dengan semua tantangan dan kemenangan kecil yang dihadapi di sepanjang jalan.

Media permainan pembelajaran memiliki banyak manfaat positif, seperti meningkatkan kepekaan didalam kelas dan memperbaiki perilaku peserta didik. Media ini juga dapat meningkatkan semangat belajar serta rasa ingin tahu siswa karena melibatkan imajinasi dan kepekaan terhadap pengalaman baru, yang memperluas wawasan mereka melalui pemahaman konsep yang dibangun. Permainan ular tangga dimainkan oleh dua orang atau lebih menggunakan dadu, kotak-kotak, serta tangga dan ular dalam permainannya. Melalui permainan ini, siswa diundang untuk aktif belajar dan menemukan sendiri hasil pembelajaran mereka. Permainan ular tangga dapat menjadi cara pembelajaran yang menarik bagi siswa, membantu mereka tertarik dan lebih menerima diri sendiri (Wati, 2021). Dengan memanfaatkan media secara efektif, sekolah dapat meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya kesejahteraan mental dan emosional serta dapat memberikan keterampilan dan strategi para peserta didik.



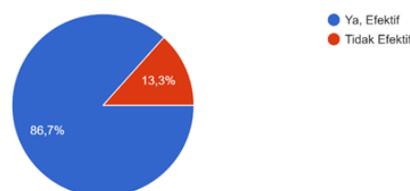
Gambar 4 Hasil AKPD kelas VIII C



Gambar 5 Hasil AKPD Kelas VIII D

Dengan fenomena seperti yang dijelaskan diatas peneliti melakukan survey di Sekolah SMPN 2 Sleman dengan hasil survey dari Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) yang diisi oleh kelas VIII C dan VIII D dengan jumlah 64 peserta didik menunjukkan bahwa terdapat (71,8%) siswa menyatakan masih belum memiliki rasa percaya diri. Sebanyak (75%) siswa belum tahu cara mengendalikan emosi, terdapat (81,2%) siswa belum tahu cara melakukan eksplorasi bakat secara mandiri, sebanyak (56,2%) siswa merasa belum bisa menjadi pribadi yang mandiri. Dengan presentase hasil AKPD tersebut maka perlu adanya penelitian mengenai kecintaan diri bagi siswa, perlu adanya informasi dan pemahaman mengenai penghargaan diri, penerimaan diri dan sikap mencintai diri sendiri. Informasi tersebut tidak hanya diungkapkan atau diberikan melalui guru bimbingan konseling maupun peneliti secara lisan, namun informasi mengenai konsep diri disajikan berupa media yang akan dikembangkan oleh peneliti. Hasil survey kuesioner peserta didik juga menunjukkan bahwa Media Ular Tangga efektif dapat digunakan sebagai media pembelajaran dalam layanan bimbingan kelompok.

3. Menurut kamu Media Ular Tangga apakah efektif untuk dijadikan media dalam Bimbingan Kelompok?
60 jawaban



Gambar 6 Hasil kuesioner

Belum adanya penelitian yang dilakukan mengenai media permainan ular tangga yang membahas mengenai penerimaan diri dan kecintaan diri membuat peneliti ingin memperdalam mengenai penelitian tersebut.

Berdasarkan permasalahan diatas peneliti memilih Sekolah Menengah Pertama untuk menjadikan sasaran penelitian, menurut peneliti siswa SMP sudah mulai memasuki masa remaja yang dimana membutuhkan arahan dan pemahaman mengenai konsep diri, karena sedang memasuki tahap perubahan baik dari segi fisik, emosional dan sosial yang signifikan maka sebaiknya perlu adanya pemahaman tersebut agar peserta didik terhindar dari rasa Insecure, atau tidak mencintai dirinya sendiri. Selain itu dari hasil wawancara bersama guru BK SMPN 2 Sleman di sekolah tersebut layanan yang aktif diberikan kepada

peserta didik hanya bimbingan klasikal dan konseling individu, dengan minimnya pelaksanaan bimbingan kelompok membuat peneliti semakin yakin bahwa bimbingan kelompok di Tingkat SMP perlu dilakukan secara rutin, karena hal itu peneliti memilih SMP Negeri 2 Sleman yang terletak di kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta sebagai lokasi Penelitian dan oleh karena itu, peneliti memilih judul penelitian “Pengembangan Media Permainan Ular Tangga Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Memberikan Pemahaman Mengenai SelfLove” dengan harapan dapat memperkuat aspek kesejahteraan psikologis dan pencapaian akademis peserta didik. Serta pengembangan media permainan ini diharapkan dapat memberikan dampak positif pada pemahaman selflove peserta didik.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, metode pengumpulan data menggunakan kuesioner self-compassion dan prokratinasi akademik mahasiswa dengan menggunakan googleforms yang dikirim kepada seluruh responden. Variabel self-compassion diukur menggunakan kuesioner baku Self-Compassion yang dikutip dari (Nadia Bilqisthi Nasution, 2022) yang diadaptasi dari Self-compassion Scale (Neff, 2003). Skala self compassion terdiri dari 28 item dan terdiri dari pernyataan favorable dan unfavorable yang memiliki empat skala pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Variabel prokratinasi diukur menggunakan kuesioner baku yang diambil dari penelitian baku (Rafita Yeli, 2021) dengan 22 pertanyaan tentang prokratinasi akademik, dan terdiri dari pernyataan favorable dan unfavorable yang memiliki empat skala pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun media ular tangga mengenai pemahaman selflove untuk peserta didik yang dikembangkan ini menggunakan pengembangan dengan model ADDIE (Analysis, Design, Development, Implementation, Evaluation). Hasil dari penelitian ini membahas mengenai bagaimana cara mengembangkan media permainan ular tangga dengan pendekatan bimbingan kelompok yang memiliki tema mengenai Selflove. Produk yang dikembangkan dari penelitian ini yaitu media permainan ular tangga mengenai Selflove untuk dapat meningkatkan dan menumbuhkan rasa kecintaan diri peserta didik. Media ini dikuatkan dengan pernyataan oleh (Fajar et al., 2023) yang menjelaskan bahwa media permainan ular tangga ini dapat diaplikasikan dalam layanan bimbingan kelompok.

Dari hasil yang diperoleh dalam penelitian pengembangan yang dilakukan akan dijelaskan dengan rinci, Adapun penjelasan dari setiap tahapnya akan dijelaskan berikut ini:

1. Analysis (Analisis)

Setelah melakukan observasi dan melakukan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling kelas VIII peneliti menemukan hal-hal sebagai berikut:

- a. Guru Bimbingan dan Konseling di sekolah SMPN 2 Sleman mempunyai jam masuk kelas seperti layaknya guru mata Pelajaran lainnya, penyampaian materi dan layanan BK disampaikan pada setiap minggunya.
- b. Peserta didik kelas VIII memiliki 6 ruang kelas yang dibagi menjadi kelas VIII A, VIII B, VIII C, VIII D, VIII E dan VIII F.
- c. Jumlah siswa dalam setiap kelasnya terdapat 32 peserta didik.
- d. Terdapat Hasil AKPD yang sudah disebarkan kepada peserta didik kelas VIII
- e. Peserta didik merasa belum percaya diri, belum mengenal dirinya dan belum mencintai dirinya
- f. Layanan yang sering dilakukan yaitu bimbingan klasikal dan konseling individu

- g. Media yang digunakan untuk bimbingan klasikal biasanya dengan pemanfaatan IT seperti game melalui word wall, media e-motif untuk memfasilitasi semua gaya belajar, dan canva untuk presentasi

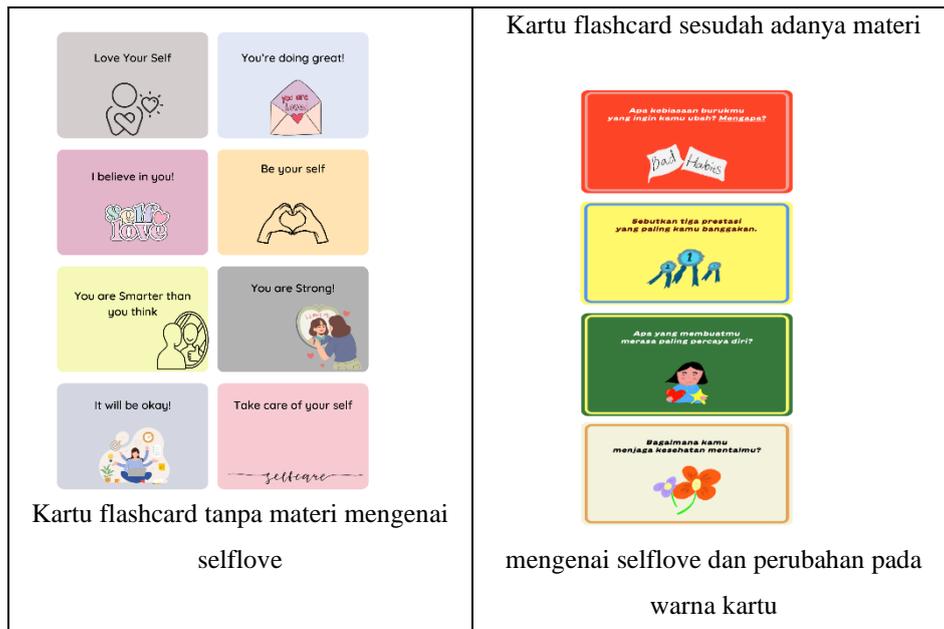
2. Design (Perancangan)

Pada tahap selanjutnya yaitu adalah tahap desain. Pada tahap ini pengembangan media yang dilakukan yaitu permainan ular tangga dengan tujuan untuk dapat meningkatkan kecintaan diri peserta didik yang dapat diaplikasikan dengan layanan bimbingan kelompok.

- a. Desain permainan: permainan ular tangga ini memiliki 41 kotak dengan 10 kotak berisi kalimat afirmasi positif dan 20 kotak yang berisikan “tanda” untuk mendapatkan flashcard mengenai selflove.
- b. Pembuatan konten: Menyusun pertanyaan, tantangan, dan kalimat afirmasi yang berkaitan dengan self love dalam kotak papan ular tangga
- c. Desain visual: Tampilan desain yang akan digunakan pada media, gambar sebelah kiri ini merupakan desain awal yang dilakukan oleh peneliti pada saat peneliti merancang produk sebagai gambaran desain produk pada bab 1 hingga bab 3, pada desain awal ini belum adanya materi yang dimasukan oleh peneliti dan hanya sebatas gambaran visual desain mengenai media saja. Pada gambar sebelah kanan yaitu desain produk yang sudah dalam perbaikan dari hasil seminar proposal bab 1 sampai 3 yang dilakukan peneliti. Adapun perbaikan yang dilakukan yaitu:
 1. Perubahan pada kolom STAR dan FINISH
 2. Perubahan warna pada papan ular tangga dan flashcard
 3. Adanya materi yang sudah dimasukan kedalam media

Tabel 4 Draft Desain

Draft desain awal	Perbaikan Draft desain
 <p data-bbox="368 1639 743 1715">Desain awal papan permainan ular tangga, sebelum perbaikan.</p>	 <p data-bbox="807 1626 1254 1697">Perubahan gambar desain dari segi warna dan tampilan</p>



3. Development (Pengembangan)

Tahap ini merupakan tahap realisasi produk yang melibatkan pembuatan permainan berdasarkan desain dan materi yang telah dibuat dan dirancang oleh peneliti, pada tahap ini peneliti mengembangkan medianya sesuai dengan rancangan yang sudah dibuatnya.

Materi yang digunakan pada pengembangan media ini yaitu menggunakan aspek Selflove, aspek tersebut terbagi menjadi 4 yang akan dikembangkan dengan pertanyaan dan pernyataan yang didalam setiap aspek memiliki 10 butir. Adapun materi yang digunakan yaitu sebagai berikut:

a) Kesadaran Diri (Self-Awareness) Kartu Merah

1. Truth: Apa yang paling kamu sukai dari sifat kamu?
2. Dare: Tuliskan tiga hal yang kamu pelajari tentang dirimu sendiri dalam setahun terakhir.
3. Truth: Apa kebiasaan burukmu yang ingin kamu ubah? Mengapa?
4. Dare: Tarik nafas dalam dalam dan peluklah dirimu sendiri.
5. Truth: Kapan terakhir kali kamu merasa Bahagia? Ceritakan!
6. Dare: Ceritakan tentang harimu & perasaanmu saat ini.
7. Truth: Are u okey?
8. Dare: Berdiri dan bilang “Aku hebat!” dengan suara lantang
9. Truth: Apa satu hal yang ingin kamu perbaiki dari diri sendiri?
10. Dare: Peluklah dirimu dan berterimakasihlah!

b) Harga Diri (Self-Esteem) Kartu Kuning

11. Truth: Bagaimana perasaanmu tentang dirimu sendiri saat ini?
12. Dare: Sebutkan tiga prestasi yang paling kamu banggakan.
13. Truth: Kapan terakhir kali kamu merasa tidak dihargai? Bagaimana kamu mengatasinya?
14. Dare: Sebutkan 3 hal yang membuat kamu merasa Bahagia dan dihargai
15. Truth: Apa momen yang paling membuatmu bangga dalam hidupmu?
16. Dare: Berikan pujian tulus kepada temanmu!
17. Truth: Bagaimana perasaan kamu Ketika mendapatkan pujian?
18. Dare: sebutkan hal yang membuat kamu mearasa special!
19. Truth: Apa yang membuatmu merasa paling dihargai dan dicintai?
20. Dare: Kirim pesan positif kepada tiga temanmu tentang dirimu.

c) Kepercayaan Diri (Self-Worth) Kartu Hijau

21. Truth: Apa yang membuatmu merasa paling percaya diri?
22. Dare: Sebutkan tiga hal yang kamu sukai dari penampilanmu.
23. Truth: Hal apa yang membuatmu sedih?
24. Dare: Berjalan dengan postur tubuh tegak dan rasakan perbedaannya.
25. Truth: Apa ketakutan terbesar yang pernah kamu hadapi dan bagaimana kamu menghadapinya?
26. Dare: Cobalah sesuatu yang baru yang selalu ingin kamu coba tetapi ragu-ragu.
27. Truth: Bagaimana kamu menangani kritik terhadap dirimu sendiri?
28. Dare: Sebutkan 3 hal yang membuatmu percaya diri
29. Truth: Gimana cara kamu mengatasi rasa tidak percaya diri?
30. Dare: ceritakan kegiatanmu hariini yang membuatmu percaya diri

d) Perawatan Diri (Self-Care) Kartu Putih

31. Truth: Bagaimana kamu menjaga kesehatan mentalmu?
32. Truth: Apa kebiasaan perawatan diri yang paling kamu sukai? Mengapa?
33. Truth: Bagaimana kamu mengatasi stres dalam hidupmu?
34. Truth: Apa rutinitas harian yang membuatmu merasa bahagia?
35. Truth: apa makanan favoritmu yang menurutmu sehat?
36. Dare: sebutkan 3 kebiasaan sehat yang kamu lakukan setiap hari
37. Dare: berikan tips merawat diri kepada temanmu
38. Dare: berikan tips untuk mengatasi stres
39. Dare: berdirilah dan lakukan peregangan selama 30 detik!

Dengan materi yang sudah dirumuskan maka tampilan media permainan ular tangga yang dikembangkan seperti yang terlihat dalam gambar-gambar berikut:



Gambar 5 Flashcard Self Love



Gambar 6 Permainan Ular Tangga

4. Implementation (Implementasi)

Pada tahap ini uji coba produk, produk yang sudah di validasi oleh para ahli maka akan di uji cobakan. Adapun tahap prosesnya akan dijelaskan berikut ini:

- a) Pertama, pada tanggal 20 maret peneliti melakukan analisis data hasil AKPD pertama
- b) Hasil persentase AKPD tertinggi di bidang pribadi diperoleh oleh dua kelas, yaitu kelas VIII C dan VIII D
- c) Pada tanggal 23 Mei analisis hasil AKPD kedua yang menunjukkan hasil yang sama dengan jumkah tertinggi yaitu kelas VIII C dan VIII D
- d) Pada tanggal 20 Mei peneliti menyebarkan angket kuesioner Kembali melalui Google Form yang dibagikan ke dua kelas tersebut
- e) Pada tanggal 27 Mei peneliti melakukan Uji coba terbatas dengan melakukan layanan bimbingan kelompok kepada 6 peserta didik yang bersedia mengikuti bimbingan kelompok

Hasil dari implementasi ini menunjukkan bahwa adanya perubahan yang dirasakan oleh peserta didik saat sebelum melakukan bimbingan kelompok dan Ketika sesudah melakukan bimbingan kelompok. Tabel berikut adalah hasil implementasi produk yang diberikan kepada peserta didik.

Tabel 5 Daftar Nama Peserta BKP

NO	Nama	Kelas	Sebelum BKP	Sesudah BKP
1	Queensha D. A	VIII C	Kurang percaya diri	Lebih mempercayai diri sendiri
2	Aida Putri P	VIII C	Merasa malu dan gugup	Merasa lebih percaya diri
3	Mutiara Nur A	VIII D	Kurang percaya diri	Lebih pervaya diri
4	Tarissa Putri	VIII D	Kurang tau tentang diri sendiri	Jadi lebih paham tentang diri sendiri
5	Okta Nabila	VIII D	Insecure dan kurang percaya diri	Merasa lega dan bangga terhadap diri sendiri
6	Dewina Seruni	VIII D	Belum mengetahui diri sendiri lebih detail, kurang percaya diri	Sudah lebih yakin dan percaya diri



Gambar 7 Dokumentasi BKP Ular Tangga Self Love

Implementasi media tidak hanya dilakukan dilokasi penelitian saja, implementasi produk juga dilakukan dalam acara fun game yang diselenggarakan di MTS Pamulangan Yogyakarta pada hari Rabu tanggal 22 Mei 2023. Adapun perubahan yang dirasakan oleh peserta didik yaitu yang sebelumnya belum mengenal dan belum merasa percaya diri, dan Ketika sudah melakukan bimbingan kelompok menggunakan media ular tangga mengenai Selflove, peserta didik nmenyadari bahwa rasa percaya diri itu ada pada dirinya.



Gambar 8 BKP MTS Pamulangan

5. Evaluation (Evaluasi)

Tahap evaluasi ini dilakukan dengan melakukan analisis data dari hasil uji validasi kelayakan media yang sudah dikembangkan meliputi hasil validasi ahli media, ahli materi, dan praktisi pengguna.

Dalam Penelitian ini terdapat evaluasi yang diberikan yaitu pada media ular tangga dan pada flash card.

a. Uji kelayakan media oleh para ahli & Revisi Produk

Uji kelayakan media dilakukan dengan tujuan untuk memastikan bahwa media yang dikembangkan ini sudah sesuai dan efektif untuk digunakan dalam media pembelajaran. Validator dapat memberikan masukan untuk memperbaiki elemen-elemen yang kurang efektif dan memastikan bahwa media dapat mendukung proses pemberian layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media permainan ular tangga dengan tema self love untuk meningkatkan rasa kecintaan, penerimaan, penghargaan dan kepercayaan diri peserta didik di usia remaja. Adapun para validator dalam pengembangan media ini, sebagai berikut:

Tabel 6 Daftar Nama Validator

NO	Nama Validator	Validator Ahli	Keterangan
1	Oktavia Hardiyantari S.Pd., M.Pd	Ahli Media	Dosen Pendidikan Teknologi Informasi
2	Tri Widodo S.T., M.T	Ahli Media	Dosen Pendidikan Teknologi Informasi
3	Tati Indriani S.Pd., M.M, M.A	Ahli Materi	Guru BK SMKN 1 Godean
4	Siti Fathonah S.Pd	Praktisi Pengguna	Guru BK SMAN 1 Purwakarta

a) Hasil Uji Kelayakan Ahli Media

Ahli media yang menjadi validator dalam penelitian ini terbagi menjadi 2, yaitu ibu Oktavia Hardiyantari S.Pd., M.Pd dan juga bapak Tri Widodo S.T., M.T yang keduanya merupakan Dosen Pendidikan Teknologi Informasi di Universitas Teknologi Yogyakarta. Adapun hasil penilaiannya yaitu sebagai berikut:

Tabel 7 Hasil Uji Coba Kelayakan Media

No	Aspek yang dinilai	Jumlah Item	Jumlah skor	Presentase	Kategori
1	Media mempunyai desain yang mudah dan sederhana	3	11	91,6%	Sangat baik/Sangat layak
2	Kemenarikan media	3	10	83,3%	Sangat baik/Sangat layak
3	Media berukuran besar	3	12	100%	Sangat baik/Sangat layak
4	Media tahan lama	1	4	100%	Sangat baik/Sangat layak
Total <u>Skor yang diperoleh</u> x100 = n.a* Skor maksimal (40)*		10	37	92,5%	Sangat baik/Sangat layak

*nilai akhir				
*skor maksimal				

Berdasarkan hasil penilaian validator ahli media yang dilakukan oleh ibu okta maka dapat disimpulkan bahwa media permainan ular tangga Selflove sangat baik dengan presentase 92,5% dan layak digunakan dengan revisi sesuai dengan saran. Adapun saran dari ahli media adalah sesuaikan icon gambar pada papan ular tangga.

➤ Revisi Produk berdasarkan ahli Media:

Tabel 8 Revisi oleh Ahli Media

Sebelum uji coba kelayakan produk	Saran	Sesudah uji coba kelayakan produk
	<p>sesuaikan icon gambar pada papan ular tangga.</p>	

patas saran dan masukan berdasarkan hasil penilaian media yang dilakukan oleh Ibu Oktavia dan Bapak Tri Widodo, dapat disimpulkan bahwa media permainan ular tangga Selflove sangat baik dan layak digunakan dengan presentase 92,5%. Saran dari media ini adalah sesuai icon gambar dan gunakan gambar yang menumbuhkan semangat optimisme, serta pelajari warna dan gambar yang sesuai dengan tema ular tangga.

b) Hasil Uji Kelayakan Ahli Materi

Ahli materi yang menjadi validator dalam penelitian ini terbagi yaitu ibu Tati Indriani S.Pd., M.M., M.A yang merupakan guru Bimbingan dan Konseling di sekolah SMKN 1 Godean, Yogyakarta. Adapun hasil penilaiannya yaitu sebagai berikut:

Tabel 9 Hasil Uji kelayakan Materi

No	Aspek yang dinilai	Jumlah Item	Jumlah skor	Presen tase	Kategori
1	Kualitas Materi	5	17	85%	Sangat baik/Sangat layak
2	Kemenarikan Materi	1	4	100%	Sangat baik/Sangat

					layak
3	Manfaat Materi	1	4	100%	Sangat baik/Sangat layak
4	Bahasa yang digunakan	3	9	75%	Baik/Layak
Total <u>Skor yang diperoleh</u> $x100 = n.a^*$ Skor maksimal (40)*		10	34	85%	Sangat baik/Sangat layak
*nilai akhir					
*skor maksimal					

Berdasarkan hasil penilaian validator ahli materi yang dilakukan oleh Ibu Tati maka dapat disimpulkan bahwa media permainan ular tangga Selflove sangat baik dengan presentase 85% dan layak digunakan dengan revisi sesuai saran. Adapun saran dari ahli materi adalah menggunakan icon ular dan tangga, menyederhanakan kalimat-kalimat pertanyaan dan pernyataan pada kartu, menambahkan challenge pada permainan dan petunjuk permainan disesuaikan.

➤ Revisi Produk berdasarkan ahli Materi:

Tabel 10 Revisi Ahli Materi

Sebelum uji coba kelayakan produk	Saran	Sesudah uji coba kelayakan produk
	<p>Menambahkan icon ular dan tangga & menambahkan tantangan dengan adanya ular yang menjadi simbol turun bagi pemain.</p>	



Sederhanakan kalimat dalam kartu agar lebih mudah dipahami

1. Hasil. Uji Kelayakan Ahli Pengguna

Ahli pengguna atau praktisi yang menjadi validator dalam penelitian ini terbagi yaitu ibu Siti Fathonah S.Pd yang merupakan Ketua MGBK Kab. Purwakarta, Koordinator Bk di sekolah SMAN 1 Purwakarta yang sekaligus menjadi Guru Bimbingan dan Konseling di Sekolah tersebut. Adapun hasil penilaiannya yaitu sebagai berikut:

Tabel 11 Hasil Uji Coba Kelayakan Praktisi

No	Aspek yang dinilai	Jumlah Item	Jumlah skor	Presentase	Kategori
1	Kesesuaian konsep media	2	8	100%	Sangat baik/Sangat layak
2	Kebermaknaan media	2	7	87,5%	Sangat baik/Sangat layak
3	Kebermanfaatan media	3	12	100%	Sangat baik/Sangat layak
4	Kualitas media	3	11	91,6%	Baik/Layak
Total		10	38	95%	Sangat baik/Sangat layak
<u>Skor yang diperoleh</u> $x100 = n.a*$ Skor maksimal (40) *nilai akhir *skor maksimal					

Berdasarkan hasil penilaian validator pengguna yang dilakukan oleh Ibu Siti Fathonah maka dapat disimpulkan bahwa media permainan ular tangga Selflove sangat baik dan layak digunakan tanpa revisi dengan presentase 95%. Saran dari ahli materi adalah dadu yang digunakan sebaiknya dibuat lebih besar lagi agar menyesuaikan papan ular tangga yang berukuran besar pada kertas A3. Saran tersebut akan peneliti terima untuk mengubah dadu pada ular tangga.

Pembahasan

Produk yang dikembangkan dalam penelitian ini menggunakan model pengembangan ADDIE yang terdiri dari 5 tahapan yaitu: Analysis, Design, Develop, Implement, Evaluation. Penelitian ini diawali dengan melakukan observasi langsung ke sekolah, menyerahkan surat izin untuk melakukan penelitian yang akan dilakukan di sekolah SMPN 2 Sleman dengan melakukan wawancara secara bebas dengan guru Bimbingan dan Konseling yaitu Ibu Erni Setya pada tanggal 16 Maret 2024.

Hasil wawancara tersebut didapatkan bahwa layanan konseling yang sering dilakukan yaitu bimbingan klasikal dan layanan konseling individu, Adapun media yang sering digunakan yaitu pemanfaatan IT dengan game word wall, media e-motif, dan canva. Peserta didik kelas VIII terdiri dari 6 kelas dan setiap kelasnya berisikan 32 peserta didik.

Setelah mendapatkan gambaran melalui observasi dan wawancara, peneliti melanjutkan langkah selanjutnya yaitu menganalisis hasil AKPD yang sudah di isi oleh para peserta didik kelas VIII. Dari hasil angket AKPD tersebut menunjukkan bahwa kelas VIII C dan VIII D menghasilkan presentase tertinggi dari bidang pribadi. Oleh karena itu peneliti melakukan tahap lanjutan pada tanggal 27 Mei 2024 menyebarkan angket kuesioner kepada 2 kelas tersebut.

Hasil dari angket kuesioner yang disebarkan ke dua kelas tersebut menunjukkan bahwa terdapat 5 peserta didik kelas VIII C dan 5 peserta didik kelas VIII D yang perlu ditindaklanjuti permasalahan di bidang pribadi ini dengan adanya layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan media yang telah dikembangkan yaitu permainan ular tangga Selflove. Dari 10 peserta didik tersebut terdapat 2 peserta didik yang tidak hadir dikarenakan sedang sakit dan 2 peserta didik yang tidak siap untuk mengikuti layanan bimbingan kelompok, dengan jumlah akhir 6 peserta didik yang mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan mengimplementasikan media yang dikembangkan dengan rincian 2 peserta didik kelas VIII C dan 4 peserta didik kelas VIII D. Adapun nama peserta dan perasaan yang dirasakan oleh peserta didik pada saat sebelum melakukan bimbingan kelompok dan sesudah melakukan bimbingan kelompok seperti pada tabel yang akan dijelaskan di bawah ini. Dengan hasil uji kelayakan oleh para ahli dan uji coba produk dengan mengimplementasikan layanan bimbingan kelompok dengan Teknik permainan simulasi menggunakan media permainan ular tangga maka media ini layak digunakan dan diterapkan bagi peserta didik.

KESIMPULAN

- a. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dibahas mengenai masalah-masalah yang dihadapi peserta didik banyak peserta didik yang belum mengenal konsep selflove, yaitu mencintai, menghargai, dan menerima diri sendiri. Untuk mengatasi masalah tersebut, di sekolah SMP 2 Sleman maka peneliti melakukan upaya dengan mengaplikasikan pemahaman selflove melalui bimbingan kelompok menggunakan media permainan ular tangga. Pendekatan ini diharapkan dapat membantu peserta didik dalam mengenali dan mengapresiasi potensi diri mereka serta meningkatkan rasa cinta dan penghargaan terhadap diri sendiri. Tujuan dari penggunaan permainan ular tangga dalam bimbingan kelompok ini adalah untuk membantu peserta didik memperoleh

pemahaman yang lebih mendalam tentang selflove dengan cara yang menyenangkan dan interaktif. Media ini dikembangkan dengan metode R&D dengan model ADDIE yang harapannya media ini juga dapat digunakan dan diimplementasikan untuk dapat membantu guru bimbingan dan konseling dalam memberikan bimbingan layanan yang lebih efektif dan menarik bagi peserta didik.

- b. Berdasarkan hasil uji kelayakan produk oleh ahli media sebesar 92,5%, hasil uji kelayakan produk oleh ahli materi sebesar 85% dan hasil uji kelayakan produk oleh ahli media sebesar 95% dapat disimpulkan bahwa media permainan ular tangga sebagai alat untuk meningkatkan selflove pada peserta didik memiliki tingkat kelayakan yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa produk ini dapat dianggap efektif dan layak untuk digunakan dalam konteks pendidikan dan pengembangan diri. Dengan tingkat kelayakan yang tinggi, dapat diharapkan bahwa media permainan ini akan memberikan kontribusi yang signifikan dalam membantu peserta didik meningkatkan self-love mereka dengan cara yang menyenangkan dan bermakna.

Saran

1) Bagi guru Bimbingan dan Konseling

Bagi guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang ingin menggunakan media permainan ular tangga untuk meningkatkan selflove pada peserta didik, disarankan untuk terlebih dahulu memahami sepenuhnya tujuan dan mekanisme permainan. Guru BK harus menciptakan lingkungan yang aman dan suportif, di mana peserta didik merasa nyaman untuk berbagi dan berefleksi. Selain itu, guru BK dapat menindaklanjuti dengan sesi individual atau kelompok untuk mengeksplorasi lebih lanjut perkembangan self love peserta didik dan membantu mereka menerapkan pembelajaran dari permainan ke dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini akan memastikan bahwa penggunaan permainan ular tangga menjadi pengalaman yang bermakna dan bermanfaat bagi pengembangan diri peserta didik.

2) Bagi peserta didik

Media ini dapat membantu peserta didik dalam menumbuhkan dan meningkatkan rasa kecintaan diri peserta didik. Ikuti permainan dengan sikap terbuka dan positif, anggap sebagai kesempatan untuk belajar lebih banyak tentang diri sendiri dan menemukan kekuatan serta potensi yang dimiliki. Jawab pertanyaan dan lakukan aktivitas reflektif dengan jujur dan penuh kesadaran, serta renungkan pesan-pesan positif dan afirmasi yang ada dalam permainan, dan coba terapkan dalam kehidupan sehari-hari. Anggap tantangan dalam permainan sebagai latihan menghadapi tantangan dalam kehidupan nyata dengan percaya diri dan optimisme, serta manfaatkan kesempatan untuk berbagi pengalaman dengan teman-teman atau guru. Ingatlah bahwa meningkatkan selflove adalah perjalanan berkelanjutan, jadi buatlah kebiasaan untuk memberi penghargaan pada diri sendiri, merawat kesehatan mental dan fisik, serta mengakui pencapaian sekecil apapun, sehingga selflove akan terbentuk pada diri.

3) Bagi peneliti dan peneliti selanjutnya

Untuk mengembangkan dan meneliti media permainan ular tangga sebagai alat untuk memberikan pemahaman mengenai selflove pada peserta didik, pengembangan media perlu memperhatikan beberapa aspek penting. Seperti, desain permainan harus menarik secara visual dan relevan dengan tema selflove, menggunakan warna-warna cerah dan ilustrasi positif, memperluas implementasi permainan ke sekolah lain, mengembangkan inovasi media terbaru dari segi tampilan, kemasan serta pemilihan konsep dan bisa juga dengan merubah media menjadi media digital atau berbentuk aplikasi.

DAFTAR PUSTAKA

Adityawarman, L. P. (2021). Peran Bimbingan Kelompok Dalam Perencanaan Karir Siswa. *Advice: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 165. <https://doi.org/10.32585/advice.v2i2.786>

- Arquisola, M. J., & Walid Ahlisa, S. U. (2019). Do Learning and Development Interventions Motivate Employees at PT Danone Indonesia? Applying McClelland's Theory of Motivation to FMCG Industries. *FIRM Journal of Management Studies*, 4(2), 160. <https://doi.org/10.33021/firm.v4i2.780>
- Cahyadi, R. A. H. (2019). Pengembangan Bahan Ajar Berbasis Addie Model. *Halaqa: Islamic Education Journal*, 3(1), 35–42. <https://doi.org/10.21070/halaqa.v3i1.2124>
- Dachmiati, S. (2015). Program Bimbingan Kelompok Untuk Mengembangkan Sikap Dan Kebiasaan Belajar Siswa. *Faktor Jurnal Ilmu Kependidikan*, II(1), 10–21.
- Sumara, D., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Kenakalan remaja dan penanganannya. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 346-353.
- Fajar, M., Nursabrina, L. R., & ... (2023). Penggunaan Media Bimbingan dan Konseling Permainan Ular Tangga Dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Kelas X *... Pendidikan Dan ...*, 688–695. <https://proceeding.unpkediri.ac.id/index.php/semdikjar/article/view/3962%0Ahttps://proceeding.unpkediri.ac.id/index.php/semdikjar/article/download/3962/2782>
- Fajriyah, M. (2020). Self-love Pada Santriwati Penghafal Al-Qur'an di PPTQ Darul Muhtadi-Aat Kediri. 13–40. <http://etheses.iainkediri.ac.id/id/eprint/4370>
- Fabiana Meijon Fadul. (2019). The Importance of Teacher Competence In Learning Activities In Elementary Schools.
- Hasanah, U., Hijrianti, U. R., & Iswinarti, I. (2020). Pengaruh Smartphone Addiction Terhadap Perilaku Agresif Pada Remaja. *Proyeksi*, 15(2), 182. <https://doi.org/10.30659/jp.15.2.182-191>
- Hartanti, J. (2022). Bimbingan Kelompok. In Book.
- Ilhamuddin, M. F., Suyanto, K. D., Santoso, O., & Fitriani, D. N. (2024). Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan Tahapan Bimbingan Kelompok : Landasan Teoritis dan Praktis dalam Fasilitasi Pengembangan Individu dan Kelompok. 6(1), 107–115.
- Irfan, I., Jarkawi, J., & Handayani, E. S. (2020). Pengembangan Media Ular Tangga dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Perencanaan Karier. *Jurnal Consulenza : Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 3(2), 79–87. <https://doi.org/10.36835/jcbkp.v3i2.827>
- Ismatuddiyannah, Meganingrum, R. J. A. A., Putri, F. A., & Mahardika, I. K. (2023). Ciri dan Tugas Perkembangan Pada Masa Remaja Awal dan Menengah Serta Pengaruhnya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Tambusa*, 7(3), 27233–27242.
- Lailatul Mufidah, K. T. (2021). Pengaruh Penggunaan Media Ular Tangga Pada Kemampuan Mengenal Huruf Abjad Anak Usia 5-6 tahun Di KB Melati Putih Kampung Ekan Gayo Lues. 7 (3), 6.
- Aulia, F. (2019). Analisis Hirarki Kebutuhan Maslow dan Orientasi Masa Depan Gamer Dewasa Awal. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(4), 573–577. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i4.4835>
- Cahyadi, R. A. H. (2019). Pengembangan Bahan Ajar Berbasis Addie Model. *Halaqa: Islamic Education Journal*, 3(1), 35–42. <https://doi.org/10.21070/halaqa.v3i1.2124>
- Fabiana Meijon Fadul. (2019). Prinsip perkembangan remaja. 22–62.
- Fajriyah, M. (2020). Self-love Pada Santriwati Penghafal Al-Qur'an di PPTQ Darul Muhtadi-Aat Kediri. 13–40. <http://etheses.iainkediri.ac.id/id/eprint/4370>
- Hartanti, J. (2022). Bimbingan Kelompok. In Book.
- Kusuma, A. C. G. (2020). Self-Love: Menghargai Diri Sendiri, Kalau Bukan Kamu Siapa Lagi?
- Lekatompessy, S. K. (2023). Psikoedukasi Tentang Pentingnya Self-Love Sejak Dini Di Sdn 1 Kutagandok. *Abdima Jurnal Pengabdian Mahasiswa*, 2(2), 4424–4428.
- Marista, W., Ferdiansyah, M., & Nurlela, N. (2021). Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi dalam Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa. *Syifaul Qulub: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 65–72. <https://doi.org/10.32505/syifaulqulub.v2i2.3112>
- Pendidikan, J., Ilmu, D., Syafitri, A., & Amir, H. (2019). 3 1,2,3. 3(2), 132–138.
- Santrock, J. W. (2022). *Essentials of Life-Span Development*.
- Sari, R. O., & Damayanti, S. (2023). 3474-Article Text-13502-1-10-20231022 (1). 4(1), 15–21.
- Srimaryanti, A., Apriliya, S., & Respati, R. (2022). Analisis Self-Love Dalam Kumpulan Cerita

- Anak Majalah Bobo. *Attadib: Journal of Elementary Education*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.32507/attadib.v6i1.1347>
- Sugiyono, P. D., & Lestari, D. P. (2020). *Buku Metode Penelitian Komunikasi.pdf*.
- Suprastowo, J., & Martaningsih, S. T. (2020). *Pengembangan Media 'Pinball Basket' tentang perencanaan Karir Siswa SMA. Universitas Ahmad Dahlan. http://eprints.uad.ac.id/21248/1/T1_1615001261_NASKAH_PUBLIKASI__200611015833.pdf*
- Zamrodah, Y. (2016). *Metodelogi Kualitatif (Vol. 15, Issue 2)*.
- Nabila, S. F. (2022). *Adolescence Sofa Faizatin Nabila. Book Chater, March, 1–12. https://www.researchgate.net/publication/359369967_PERKEMBANGAN_REMAJA_Adolescence*
- Nadia Rani, E., Sulistiawan, I., Dwi Yunita, R., Alif Ifsyaussalam, R., Ariyani, V., & Dwi Wijaya, Y. (2022). *Pentingnya Self Love Serta Cara Menerapkannya Dalam Diri. Science and Education Journal (SICEDU)*, 1(2), 480–486. <https://doi.org/10.31004/sicedu.v1i2.70>
- Nurul Qalbi, Aa., Fitrah, N., Maulidya Jalal, N., Ahkam Alwi, M., Akmal, N., Hidayah Sulaeman, U., & Alengo, W. (2022). *Jurnal Kebajikan Jurnal Pengabdian Masyarakat Self Love Sebagai Upaya Mengurangi Rasa Insecure Pada Siswa /I Kelas X IPA SMA Muhammadiyah 1 Unismuh Makassar. Pengabdian Masyarakat*, 1(1) (November), 120–134.
- Rasyid, A. (2021). *Konsep dan Urgensi penerapan School Well-Being pada duni pendidikan. Jurnal Basicedu*, 5(5), 3(2), 524–532. <https://journal.uui.ac.id/ajie/article/view/971>
- Resti Okta Sari, S. D. (2023). *Pengembangan Permainan Ular Tangga Melalui Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa. Quanta: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 21. Santrock, J. W. (n.d.). *Essentials of Life-Span Development*.
- Septiana, N. Z. (2021). *Membangun Self Love Pada Remaja Pengguna Instagram Ditinjau Dari Perspektif Dramaturgi (Studi Fenomenologi Remaja Pengguna Instagram Di Desa Ngebrak). Shine: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 17.
- Setiawan, H. (2023). *Analisis Semiotika Self-Love (Mencintai Diri Sendiri) dalam Video Klip "Jiwa yang Bersedih " Ghea Indrawari. 1(5), 8–23. <https://doi.org/10.61132/sintaksis.v1i4.71>*
- Suparyanto dan Rosad. (2020). *Media Permainan Ular Tangga, Motivasi Dan Hasil Belajar Peserta Didik Di Sekolah Dasar. Suparyanto Dan Rosad (2015, 5(3), 248–253.*
- Suryana, D. (2013). *Layanan Bimbingan Kelompok & Konseling Kelompok. A Psicanalise Dos Contos de Fadas. Tradução Arlene Caetano, 466.*
- Sitompul, D. N. (2015). *Pengaruh Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Role- Playing Terhadap Perilaku Solidaritas Siswa dalam Menolong Teman di SMA Negeri 1 Rantau Utara T.A 2014/2015. EduTech: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 1(1).
- Putro, Khamim Zarkasih *Memahami ciri dan tugas Remaja (2017)*
- Wati, A. (2021). *Pengembangan Media Permainan Ular Tangga untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar. Mahaguru: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 2(1), 68–73. <https://doi.org/10.33487/mgr.v2i1.1728>
- Xue, L. M., Huang, X. T., Wu, N., & Yue, T. (2021). *A Qualitative Exploration of Chinese Self-Love. Frontiers in Psychology*, 12(March), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.585719>
- Yuniawati, & All, A. (2019). *Pemaknaan School Well-being pada Siswa SMP Indigenous Research. Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya, Vol.2, No. (ISSN online 2615-8183 / print 2615-8191), 111–126.*