

**PENGARUH GAME INTROSPEKSI TERHADAP  
PENINGKATAN PEMAHAMAN DIRI PADA SISWA SMA  
NEGERI 4 PURWOKERTO**



**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Prof K.H.  
Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

oleh :

**ANNISA ALTA NOVIA**

**NIM. 2017101206**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT  
FAKULTAS DAKWAH  
UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI  
PURWOKERTO**

**2024**

## PERNYATAAN KEASLIAN

### PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Annisa Alta Novia

NIM : 2017101206

Jenjang : S1

Fakultas : Dakwah

Jurusan : Konseling dan Pengembangan Masyarakat

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah skripsi yang berjudul **“Pengaruh Game Introspeksi Terhadap Peningkatan Pemahaman Diri Pada Siswa SMA Negeri 4 Purwokerto”** secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya sendiri, kecuali sumber yang bukan berasal dari diri saya telah dirujuk sumber sitasinya.

Purwokerto, 19 Maret 2024

Yang menyatakan,



Annisa Alta Novia

NIM. 2017101206

## PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO  
FAKULTAS DAKWAH

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126  
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

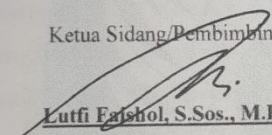
### PENGESAHAN

#### Skripsi Berjudul

#### “PENGARUH GAME INTROSPEKSI TERHADAP PENINGKATAN PEMAHAMAN DIRI PADA SISWA SMA NEGERI 4 PURWOKERTO”

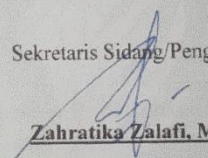
Yang disusun oleh Annisa Alta Novia, NIM. 2017101206 Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, telah diujikan pada hari **Selasa, 02 April 2024** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

  
Lutfi Faishol, S.Sos., M.Pd

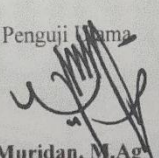
NIP.199210282019031013

Sekretaris Sidang/Penguji II

  
Zahratika Zalafi, M.Si

NIP.199307162020122018

Penguji Utama

  
Muridan, M.Ag

NIP.197407182005011006

Mengesahkan,  
Purwokerto, 17 April 2024.....

Dekan,



## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Dakwah

UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri

Di Purwokerto

*Assalamu'alaikum Wr.Wb*

Setelah dilakukan bimbingan, pengarahan, dan perbaikan terhadap penulisan skripsi dari :

Nama : Annisa Alta Novia

NIM : 2017101206

Jenjang : S1

Fakultas : Dakwah

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul Skripsi : Pengaruh Game Introspeksi Terhadap Peningkatan Pemahaman Diri Pada Siswa SMA Negeri 4 Purwokerto

Dengan ini menyatakan bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk dimunaqosyahkan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos). Demikian atas perhatiannya, kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr.Wb*

Purwokerto, 19 Maret 2024

Dosen Pembimbing,

**Lutfi Faishol, S.Sos., M.Pd**

NIP. 199210282019031013

## **MOTTO**

“Memahami diri memang penting. Namun, memahami orang lain merupakan suatu kewajiban.”



# PENGARUH GAME INTROSPEKSI TERHADAP PENINGKATAN PEMAHAMAN DIRI PADA SISWA SMA NEGERI 4 PURWOKERTO

Annisa Alta Novia

NIM.2017101206

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam  
Universitas Islam Negeri Prof. K.H.Saifuddin Zuhri Purwokerto  
Email : [annisaaltanovia15@gmail.com](mailto:annisaaltanovia15@gmail.com)

## ABSTRAK

Pemahaman diri merupakan sebuah aktivitas dalam melihat diri utamanya pada diri sendiri agar siswa dapat melihat potensi yang terkandung di dalam dirinya. Pemahaman diri sangat penting dalam menentukan karir pada siswa. Ketika mereka sudah memahami dirinya sendiri, maka mereka akan lebih mudah dalam menentukan karir ke depan. Untuk menyelesaikan permasalahan tersebut, dibutuhkan inisiatif dari guru BK untuk berani menerapkan metode baru melalui permainan di dalam pembelajaran yang melibatkan seluruh siswa di kelas sehingga siswa bisa dengan mudah melihat dirinya seperti apa dan dapat menempatkan diri dimanapun dengan baik.

Metode yang digunakan adalah kuantitatif berbasis *True Experimental Design* dengan jenis *Pretest-Posttest Control Group Design*. Dalam mengumpulkan data, peneliti menggunakan observasi, angket, wawancara, dan dokumentasi, sedangkan teknik analisis data yang digunakan adalah uji *sample paired t test*.

Adapun hasil dari pengujian tersebut adalah nilai Sig. (2-tailed) lebih besar dari 0.05 ( $0.2228 > 0.05$ ) menyebabkan tidak adanya perubahan yang signifikan setelah diberikan perlakuan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah game introspeksi tidak berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman diri siswa, dibuktikan dengan adanya penemuan baru terhadap item instrument yang dipilih oleh responden merupakan aspek pemahaman diri yang mengalami penurunan, diantaranya adalah item nomor 11,12,23,24,25,26,27, dan 28.

**Kata kunci :** Bimbingan Klasikal, Game Introspeksi Diri, Pemahaman Diri

***THE EFFECT OF INTROSPECTION GAMES ON IMPROVING SELF-UNDERSTANDING IN STUDENTS OF SMA NEGERI 4 PURWOKERTO***

**Annisa Alta Novia**

NIM.2017101206

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Universitas Islam Negeri Prof. K.H.Saifuddin Zuhri Purwokerto

Email : [annisaaltanovia15@gmail.com](mailto:annisaaltanovia15@gmail.com)

**ABSTRACT**

*Self-understanding is an activity in seeing oneself primarily in oneself so that students can see the potential contained in themselves. Self-understanding is very important in determining careers in students. When they understand themselves, then they will be easier in determining future careers. To solve these problems, it takes initiative from BK teachers to dare to apply new methods through games in learning that involve all students in the class so that students can easily see what they are like and can put themselves anywhere well.*

*The method used is quantitative based on True Experimental Design with the type of Pretest-Posttest Control Group Design. In collecting data, researchers use observation, questionnaires, interviews, and documentation, while the data analysis technique used is a paired t test.*

*The result of the test is that the value of Sig. (2-tailed) greater than 0.05 ( $0.2228 > 0.05$ ) causes no significant change after treatment. The conclusion of this study is that introspection games have no effect on increasing students' self-understanding, as evidenced by the new discovery of instrument items selected by respondents is an aspect of self-understanding has decreased, including items number 11, 12, 23, 24, 25, 26, 27, and 28.*

**Keywords :** *Classical Guidance, Self-Introspection Game, Self-Understanding*

## PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur seraya mengucapkan alhamdulillah hirabbil alamin, atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya yang diberikan dari segala arah dan dalam berbagai bentuk sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu atas izin dan rindho-Nya. Dengan penuh rasa bangga dan hormat, skripsi ini dipersembahkan kepada :

Kedua orang tua yang sangat amat saya hormati, cintai dan sayangi, Bapak Kuswanto dan Ibu Kusiti, yang selama 22 tahun dan selamanya akan selalu menyayangi, mengasihi, mendidik, dan membesarkan saya hingga saat ini.





## KATA PENGANTAR

Dengan penuh rasa syukur seraya mengucapkan alhamdulillah hirabbil alamin, atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya yang diberikan dari segala arah dan dalam berbagai bentuk sehingga skripsi yang berjudul “Pengaruh Game Introspeksi Terhadap Peningkatan Pemahaman Diri Pada Siswa SMA Negeri 4 Purwokerto” dapat terselesaikan dengan tepat waktu atas izin dan rindho-Nya.

Penusunan skripsi ini merupakan salah satu bentuk pertanggungjawaban secara tertulis sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos), juga untuk memberikan gambaran secara lengkap mengenai penelitian yang telah penulis laksanakan. Dalam pelaksanaan sampai dengan penyusunan skripsi ini tentu saja tidak terlepas dari berbagai pihak yang telah membantu dan memberikan dukungannya. Dengan penuh rasa hormat dan bangga, penulis ingin menyampaikan banyak terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Ridwan, M.Ag., Rektor Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Prof. Dr. H. Suwito, M.Ag., Wakil Rektor I Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Prof. Dr. H. Sulkhan Chakim, S.Ag., M.M., Wakil Rektor II Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.
4. Prof. Dr. H. Sunhaji, M.Ag., Wakil Rektor III Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag., Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto sekaligus Dosen Penasehat Akademik.
6. Nur Azizah, M.Si., selaku Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
7. Lutfi Faishol, M.Pd., selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, serta selaku dosen pembimbing skripsi saya yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.

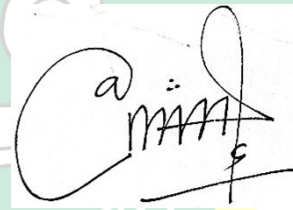
8. Seluruh dosen dan civitas akademika di UIN Prof.K.H.Saifuddin Zuhri Purwokerto, terkhusus dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah.
9. Kedua orang tua yang sangat amat saya hormati, cintai dan sayangi, Bapak Kuswanto dan Ibu Kusiti, yang tidak pernah lepas dalam memberikan doa dan dukungan kepada saya.
10. Bapak Pujiono, Ibu Ira Dwiyantri, dan Raihani yang amat saya cintai pula, yang telah memberikan kasih dan sayang selama ini.
11. Mas Akbar Firmannulloh, yang telah memberikan dukungan dan segala sesuatu yang berarti, menjadi tempat berkeluh kesah, serta senantiasa menemani dari awal pembuatan skripsi hingga akhir, dan selamanya.
12. Keluarga Besar Pondok Pesantren Manbaul Husna Purwokerto, Ibu Reni Fitriyani, dan Bapak Abdul Basit, serta teman-teman santri khususnya Kamar Zainab yang senantiasa memberikan semangat kepada penulis.
13. Keluarga Besar IMBARA, dan Mitra Remaja, yang telah memberikan penulis pengalaman dan rasa kekeluargaan yang tidak akan datang dua kali.
14. Keluarga Besar Eyang Murtasan dan Eyang Diman Martawiredja, yang telah memberikan dukungan dan doa kepada penulis.
15. Keluarga Besar KKN Angkatan 52 Kelompok 73, dan Bunda Indri, yang telah memberikan dukungan dan doa kepada penulis hingga saat ini.
16. SMA Negeri 4 Purwokerto, terkhusus kepada Ibu Dyah Mujiarti, S.Pd., Bapak Lutfi Randhi, S.Pd., dan Bapak Rangga Purnama, S.Pd, selaku guru BK.
17. Adik-adik Kelas XII MIPA 6 dan XII IPS 1 yang telah berpartisipasi dan membantu jalannya penelitian.
18. Kakak seperantauan, Mba Dita Rizkiana yang telah sabar dan membantu segala kesulitan selama mengerjakan skripsi ini.
19. Geng Gedumbleng, yaitu Umi Nastiti, Indah Gita, dan Ratri Dewi yang sejak dari dulu selalu memberikan warna dihidup penulis.
20. Geng A, yaitu Talitha Rahma, Nada Qurota, dan Renisa Rahma, yang telah memberikan semangat dan saling membantu dalam proses pengerjaan skripsi.

21. Teman-teman seperjuangan Bimbingan dan Konseling E Angkatan 2020 yang telah kebersamai selama di bangku perkuliahan.
22. Serta seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah membantu memberikan dukugan dan bantuan selama pengerjaan skripsi ini.
23. Terakhir, penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada anak tunggal yang sangat hebat, yaitu diri saya sendiri, Annisa Alta Novia yang senantiasa telah melakukan yang terbaik untuk dapat menyelesaikan skripsi yang sangat istimewa ini.

Semoga amal baik dari semua pihak yang terlibat dapat tercatat sebagai amal ibadah dan mendapatkan pahala dari Allah SWT. Selain itu, penulis juga menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan banyak sekali kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca agar kekurangan yang ada dapat diperbaiki kedepannya. Semoga karya ini bisa memberikan manfaat bagi penulis dan pembaca pada umumnya.

Purwokerto, 19 Maret 2024

Penyusun



**Annisa Alta Novia**

NIM. 2017101206

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	i
<b>PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	iii
<b>MOTTO</b> .....	iv
<b>ABSTRAK</b> .....	v
<b>ABSTRACT</b> .....	vi
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Definisi Operasional.....	4
C. Rumusan Masalah.....	7
D. Tujuan Penelitian.....	7
E. Manfaat Penelitian.....	7
F. Kajian Pustaka.....	7
G. Sistematika Pembahasan .....	13
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	14
A. Kajian Teori.....	14
1. Game Introspeksi.....	14
2. Pemahaman diri.....	17
3. Siswa .....	20
B. Landasan Teologis.....	21
1. Layanan Bimbingan dan Konseling .....	21
2. Game .....	22
3. Pemahaman diri .....	23
4. Siswa .....	24
C. Kerangka Penelitian .....	25
D. Hipotesis.....	25
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	27
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	27
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	27

C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	28
D. Variabel dan Indikator Penelitian.....	30
E. Desain Eksperimen.....	32
F. Teknik Pengumpulan Data .....	34
G. Prosedur Eksperimen.....	38
H. Instrumen Pengumpulan Data .....	40
I. Analisis Data Penelitian .....	42
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>48</b>
A. Gambaran Umum SMA Negeri 4 Purwokerto .....	48
B. Gambaran Umum Layanan Bimbingan Konseling di SMA Negeri 4 Purwokerto.....	48
C. Gambaran Umum Responden .....	50
D. Proses Pengambilan Data .....	52
E. Hasil Analisis Data.....	55
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>72</b>
A. Kesimpulan.....	72
B. Saran.....	72
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>74</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>78</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Data Siswa SMA Negeri 4 Purwokerto .....	2
Tabel 2 Indikator Variabel Penelitian .....	30
Tabel 3 Desain Eksperimen .....	32
Tabel 4 Skala Likert .....	37
Tabel 5 Skor Alternatif Jawaban.....	37
Tabel 6 Tolak Ukur Pemahaman Diri.....	37
Tabel 7 Blue Print Variabel Pemahaman Diri.....	41
Tabel 8 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	50
Tabel 9 Karakteristik Responden Berdasarkan Karir Setelah Lulus.....	50
Tabel 10 Karakteristik Responden Berdasarkan Domisili .....	51
Tabel 11 Hasil Uji Validitas Pemahaman Diri Siswa .....	56
Tabel 12 Hasil Uji Reliabilitas Pemahaman Diri Siswa .....	58
Tabel 13 Hasil Data Statistik Deskriptif .....	58
Tabel 14 Hasil Uji Normalitas .....	59
Tabel 15 Hasil Uji Homogenitas.....	60
Tabel 16 Hasil Pre Test Kelas Eksperimen.....	61
Tabel 17 Hasil Pre Test Kelas Kontrol .....	61
Tabel 18 Hasil Post Test Kelas Eksperimen .....	62
Tabel 19 Hasil Post Test Kelas Kontrol.....	62
Tabel 20 Hasil Uji <i>Sampel Paired T-Test</i> Kelas Eksperimen.....	63
Tabel 21 Hasil Uji <i>Sampel Paired T-Test</i> Kelas Kontrol.....	63
Tabel 22 Perbandingan Total Skor Responden.....	64
Tabel 23 Perbandingan Rata-rata Skor Item .....	65

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Panduan Layanan Bimbingan Klasikal .....	79
Lampiran 2 Kertas Game Introspeksi Diri .....	80
Lampiran 3 Angket Pemahaman Diri Siswa.....	82
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Kelas Eksperimen.....	86
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Kelas Kontrol.....	87
Lampiran 6 Hasil Verbatim Wawancara Dengan Guru Bk .....	88
Lampiran 7 Hasil Verbatim Wawancara Dengan Kelas Eksperimen .....	89
Lampiran 8 Identitas Responden.....	91
Lampiran 9 Hasil Angket Pertanyaan Terbuka.....	94
Lampiran 10 Hasil Tabulasi Data Angket Pre Test Kelas Eksperimen .....	95
Lampiran 11 Hasil Tabulasi Data Angket Pre Test Kelas Kontrol.....	96
Lampiran 12 Hasil Tabulasi Data Angket Post Test Kelas Eksperimen.....	98
Lampiran 13 Hasil Tabulasi Data Angket Post Test Kelas Kontrol .....	100
Lampiran 14 Hasil Uji Validitas .....	102
Lampiran 15 Hasil Uji Reliabilitas .....	104
Lampiran 16 Hasil Uji Normalitas .....	104
Lampiran 17 Hasil Uji Homogenitas .....	104
Lampiran 18 Uji Sampel Paired T-Test Kelas Eksperimen.....	104
Lampiran 19 Uji Sampel Paired T-Test Kelas Kontrol.....	104
Lampiran 20 Karakteristik Responden.....	105
Lampiran 21 Tabel T.....	105
Lampiran 22 Maksud Dan Tujuan Kedatangan Peneliti.....	106
Lampiran 23 Penyebaran Angket Pre Test.....	106
Lampiran 24 Pemberian Materi Pemahaman Diri Pada Kelas Eksperimen .....	107
Lampiran 25 Pemberian Materi Karir Pada Kelas Eksperimen .....	107
Lampiran 26 Penerapan Game Introspeksi Diri Pada Kelas Eksperimen.....	107
Lampiran 27 Penyebaran Angket Post Test.....	107
Lampiran 28 Curriculum Vitae .....	109

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pemahaman diri adalah aktivitas yang melihat diri utamanya pada diri sendiri agar siswa dapat melihat potensi baik itu bakat atau minat yang terkandung di dalam dirinya. Pemahaman diri juga sangat penting dalam menentukan karir pada siswa. Ketika mereka sudah memahami dirinya sendiri, maka mereka akan lebih mudah dalam menentukan karir ke depan akan seperti apa. Namun kenyataannya pada rentang siswa SMA, tak sedikit dari mereka yang minim akan pemahaman diri. Ketika mendapati pertanyaan mengenai dirinya sendiri, beberapa dari mereka ada yang tidak dapat menjawab serta kurang paham dengan kekurangan, kelebihan, potensi, ataupun skill mereka. Hal tersebut menjadi perhatian kita sebagai pengajar agar mampu membimbing siswanya untuk mendalami diri mereka sebelum masuk ke tahap kehidupan yang lebih jauh. Hal tersebut diperkuat oleh pernyataan dari Nurhasanah, dkk bahwa siswa yang sedang melangsungkan pendidikan pada tahap menengah atas mulai untuk merancang karir, yakni dengan memilih pekerjaan sesuai dengan passion, serta yang menjadi langkah awalnya adalah menentukan program studi di perguruan tinggi.<sup>1</sup>

Berdasarkan penelitian awal pada tanggal 04 Oktober 2023 kepada guru BK SMA Negeri 4 Purwokerto, peneliti menemukan beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi, yaitu masih kurangnya pemahaman dari diri siswa, terdapat siswa yang kurang penanganan terhadap perilakunya di kelas, dan ada beberapa siswa yang kurang dalam menentukan minatnya untuk menuju ke jenjang perguruan tinggi. Tidak hanya itu, informasi lain berdasarkan dialog dengan Lutfhi Randi, S.Pd, yang berhasil didapat oleh peneliti mengenai jumlah

---

<sup>1</sup> Bengi Mahara, 'Penggunaan Modul Pemahaman Diri Tentang Karir Dalam Layanan Klasikal Untuk Meningkatkan Kemampuan Perencanaan Karir', *Jurnal Bimbingan Konseling Universitas Syiah Kuala*, 5.1 (2020), 17–23 <<http://jurnal.unsyiah.ac.id/suloh>>.



siswa secara keseluruhan dan siswa per kelas XII pada Tahun Pelajaran 2023/2024 yaitu<sup>2</sup> :

**Tabel 1 Data Siswa SMA Negeri 4 Purwokerto**

<b>Jumlah Seluruh Peserta Didik</b>	
1064 siswa	
<b>Perempuan</b>	<b>Laki-laki</b>
637 siswi	427 siswa

Sumber : <https://dapo.kemdikbud.go.id/sekolah/bc37c3d34bb0e720aa13>

Jika ditotal keseluruhan jumlah siswa kelas XII sebanyak 350 siswa, dalam kelas tersebut diisi oleh 60% perempuan dan 40% laki-laki. Dalam setiap kelas memiliki berbagai macam karakteristik siswanya, ada yang introvert dan ekstrovert. Sedangkan kondisi siswa di SMAN 4 Purwokerto secara keseluruhan adalah siswa yang berprestasi dalam berbagai bidang. Namun, masih ada beberapa yang belum mampu mengeluarkan potensi yang ada pada dirinya sehingga perlu adanya bantuan dari pihak sekolah utamanya dari guru BK.

Pada tahun ajaran 2023/2024 ini, sebanyak 20% dari seluruh siswa kelas XII telah datang ke ruang BK untuk berkonsultasi terhadap karir mereka, sedangkan 80% sisanya masih belum terlalu memikirkan karir untuk kedepannya. Dari 20% siswa tersebut, sebenarnya masih ada beberapa yang masih belum puas dengan rencana karir yang sudah dibuatnya, mereka belum dapat memastikan kedepannya akan seperti apa. Namun dari 20% siswa tersebut sudah jauh lebih baik dalam pemahaman diri mengenai bakat dan minat yang dimiliki daripada siswa yang lainnya. Menurut Pak Lutfi, siswa kelas XII masih dalam proses pemahaman diri mengenai karir kedepannya mengingat masih dalam tahun ajaran baru sehingga mereka masih belum dapat memastikan setelah lulus nanti akan kemana. Disamping itu, dari tahun ke tahun jika diakumulasikan ada sebanyak 50% siswa dari SMA Negeri 4 Purwokerto berhasil lolos pada seleksi jalur prestasi di Universitas Jenderal Soedirman<sup>3</sup>.

<sup>2</sup> Website Kemendikbud <https://dapo.kemdikbud.go.id/sekolah/bc37c3d34bb0e720aa13>

<sup>3</sup> Wawancara dengan Pak Lutfi Randi, S.Pd selaku guru BK SMA Negeri 4 Purwokerto, pada 4 Oktober 2023 pukul 10.55 secara langsung di Ruang BK SMA Negeri 4 Purwokerto.

Untuk menyelesaikan permasalahan tersebut, dibutuhkan inisiatif dari guru terutama guru BK untuk berani menerapkan metode eksperimen melalui permainan di dalam pembelajaran yang melibatkan seluruh siswa di kelas sehingga siswa bisa dengan mudah melihat dirinya seperti apa dan dapat menempatkan diri dimanapun dengan baik. Layanan bimbingan klasikal menitikberatkan pada proses pemberian informasi, materi, dan pengajaran sesuai dengan perencanaan yang dilakukan oleh guru. Bimbingan klasikal yang dilakukan tidak harus dengan metode yang serius, tegang, dan menakutkan mengingat bahwa sebagian besar siswa pasti menganggap guru BK adalah sosok yang galak dan tidak bisa berteman dengan siswa. Agar guru BK dapat memberikan nuansa dan suasana yang menyenangkan serta menarik perhatian siswa, maka guru BK dapat memberikan sebuah game yang sesuai dengan topik pembahasan yang sedang dibahas. Metode, cara, ataupun media adalah hal yang menjadi factor penting dalam kesuksesan layanan bimbingan klasikal. Akan menjadi biasa dan membosankan bagi siswa apabila layanan tersebut tidak ada metode atau media yang digunakan oleh konselor atau guru. Dengan demikian, konselor harus mempunyai kreatifitas dan inovasi tinggi ketika menggunakan sebuah media dan metode layanan bimbingan klasikal. Dengan adanya inisiatif dan kreatifitas yang dimiliki oleh guru BK, mereka mampu menciptakan suasana kelas yang berbeda dengan menggunakan metode eksperimen berbasis permainan. Salah satu permainan ini, yakni game introspeksi diri yang diharapkan mampu meningkatkan pemahaman khususnya dalam hal penentuan karir mereka di masa mendatang.<sup>4</sup>

Dalam proses memahami diri menggunakan metode eksperimen, siswa diberikan kesempatan untuk saling menilai satu sama lain dengan memberikan penilaian yang positif ataupun negatif terhadap satu individu. Ketika seluruh individu tersebut sudah memberikan penilaian, maka siswa yang mendapatkan penilaian tersebut diminta untuk menganalisis dan melihat apakah benar apa

---

<sup>4</sup> Elvia Khoiriyah, Zulfatul Azizah, and Abdul Muhid, 'Layanan Bimbingan Klasikal Media Audio Visual Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Ditengah Pandemi Covid-19 : Literatur Review', *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 4.1 (2021), 11–19 <<http://ejournal.ujj.ac.id/index.php/CONS/article/view/945/891>>.

yang dinilai oleh teman-teman mereka, kemudian menyimpulkan sendiri atas diri mereka seperti apa. Hal tersebut menjadikan siswa lebih melihat diri lebih dalam atas apa yang sudah dinilai sehingga memunculkan pemahaman pada diri siswa. Penelitian ini juga digunakan untuk memunculkan suatu kejadian atau keadaan yang akan diteliti bagaimana sebab dan akibat yang terjadi.<sup>5</sup>

Berdasarkan pada salah satu penelitian yang ada, ternyata masih dijumpai siswa yang mempunyai pemahaman diri rendah. Disamping itu, masih banyak siswa yang bimbang dan bingung bahkan mungkin tidak paham dengan karir apa yang akan sesuai dengan kemampuan dirinya sendiri sehingga belum mahir untuk menentukan karir setelah lulus sekolah nanti yang akan dijalannya. Tidak jarang pula ada siswa yang memilih karir hanya untuk sekedar mengikuti alur dan melihat pilihan program studi di perguruan tinggi yang terkenal.<sup>6</sup> Jika permasalahan tersebut terus saja terjadi dan dibiarkan tanpa adanya upaya apapun, maka akan diakibatkan banyaknya siswa yang tidak dapat mengetahui apa yang ada dalam dirinya sehingga akan sulit dalam melakukan perencanaan karir. Untuk membantu mengatasi hal tersebut, perlu dilakukan adanya pembaharuan dalam layanan bimbingan klasikal melalui teknik/metode lain. Oleh karena itu, dari permasalahan yang terjadi, peneliti ingin memfokuskan kajiannya mengenai pengaruh game introspeksi terhadap peningkatan pemahaman diri pada siswa, khususnya pada siswa kelas XII SMAN 4 Purwokerto dengan harapan, peneliti dapat membantu guru khususnya guru BK dalam melaksanakan pembelajaran dengan cara yang menarik, serta membantu siswa dalam memahami dirinya sendiri, yang mana belum ada yang mengkaji pada siswa kelas XII mengenai pemahaman dirinya sehingga hal ini menjadi keunikan atau perbedaan dan keorisinalitas peneliti nantinya.

## **B. Definisi Operasional**

### **1. Game introspeksi diri**

Game introspeksi merupakan adaptasi dari permainan *johari window*.

Game adalah sebuah aktivitas yang bisa bersifat terstruktur ataupun semi

---

<sup>5</sup> Jaedun, Amat. "Metodologi penelitian eksperimen." *Fakultas Teknik UNY* 12 (2011).

<sup>6</sup> Mahara.

terstruktur yang bertujuan sebagai hiburan dan tidak jarang bisa dipakai sebagai sarana pendidikan. Mengenai hal tersebut, game yang dimaksud memiliki karakteristik mendukung proses pembelajaran di kelas. Karakteristik game yang tepat sebagai sarana pendidikan pastinya yang memotivasi, menyenangkan, kolaboratif, dan membuat kecanduan para siswanya sehingga membuat game ini diikuti dan digemari oleh banyak orang.<sup>7</sup>

Introspeksi diri jika diambil intisarinya berarti mengoreksi atau meninjau kembali terhadap suatu perbuatan, kelemahan, sikap atau kesalahan diri sendiri. Introspeksi juga bisa diartikan sebagai mawas diri, berkaca diri, melihat diri. Hal ini dilakukan secara sadar oleh setiap individu melalui proses pembersihan diri yang dapat dicapai melalui sebuah refleksi diri. Ketika manusia sudah mencapai tujuan yang mereka inginkan maka mereka bisa membuat eksistensi baru untuk dirinya sendiri baik dalam sikap, ucapan, maupun perilakunya sebagai manusia yang sebenarnya.<sup>8</sup> Game introspeksi diri adalah sebuah alat sederhana yang bertujuan untuk menggambarkan kesadaran diri yang termasuk dalam pemahaman diri, serta peningkatannya. Permainan dalam penelitian ini merupakan permainan yang berisi tentang perbaikan dan peningkatan. Dalam hal ini, bukan diri sendiri yang menilai, tetapi teman-teman mereka yang memberikan penilaian<sup>9</sup>.

## 2. Pemahaman diri

Pemahaman diri berarti memahami diri, mengetahui apa yang ada pada diri seseorang, mengenal diri sendiri lebih dalam daripada mengenal orang lain. Menurut Santrock, mengungkapkan bahwa pemahaman diri merupakan penjelasan secara kognitif seorang remaja tentang dirinya dan konsep yang tertanam dalam diri remaja tersebut sehingga pada hakikatnya

---

<sup>7</sup> Yulianto, Ferdi, Yohana Tri Utami, and Imam Ahmad. "Game Edukasi Pengenalan Buah-buahan Bervitamin C untuk Anak Usia Dini." *Jurnal Nasional Pendidikan Teknik Informatika: JANAPATI* 7.3 (2019): 242-251.

<sup>8</sup> Rofi, Hermi, Jufrinaldi Jufrinaldi, and Hamdan Akromullah. "Introspeksi Diri Sebagai Ide Penciptaan Karya Seni Lukis." *V-art: Journal of Fine Art* 2.2 (2022): 78-89.

<sup>9</sup> Puput Tri Anjanisari and Abstrak.

pemahaman diri ini sangat berpengaruh terhadap konsep diri seseorang khususnya remaja. Pemahaman diri juga berarti memahami tentang semua sikap, sifat, dan kepribadian yang paten dari setiap individu.<sup>10</sup>

Seorang siswa membutuhkan teman-teman atau lingkungan untuk mendapatkan *feedback* tentang dirinya, serta menerima saran dari teman-temannya ketika mendeskripsikan siapa dirinya itu. Pernyataan ini dijelaskan oleh Friedman & Schustack bahwa seseorang akan memperoleh pemahaman diri lewat sudut pandang orang lain dan sosial yang sangat supportif<sup>11</sup>.

Menurut walgito, menyatakan bahwa pemahaman diri ditujukan pada siswa ketika melihat dan memahami tentang dirinya. Siswa diharapkan dapat mengetahui aspek-aspek yang ada pada dirinya, meliputi bakat, potensi, minat, kemampuan, dan cita-citanya.<sup>12</sup> Pemahaman mengenai bakat, minat, serta kekurangan dan kelebihan yang ada pada diri agar mereka mampu menentukan karir kedepannya dengan baik. Hal yang seharusnya mendapatkan perbaikan, ataupun yang perlu ditingkatkan atau di pertahankan. Ketika sudah mendapatkan hal tersebut, guru BK dapat lebih mudah dalam menangani siswa yang sekiranya belum bisa dalam memahami diri.

### 3. Siswa

Berkaitan dengan adanya pendidikan, maka kurang lengkap rasanya jika tidak ada yang namanya siswa. Bagaimana pendidikan bisa berjalan jika tidak ada elemen pendukung yang sangat penting di dalamnya, yaitu siswa. Siswa merupakan generasi pemilik berbagai kemampuan yang dapat diasah secara maksimal dari adanya pengajaran. Posisi seorang guru sangat penting dalam proses pendidikan, yaitu mampu memotivasi dan menciptakan suatu

---

<sup>10</sup> Kuseni, A. H. M. A. D., and T. Pratiwi. "Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Metode Mind Mapping untuk Meningkatkan Pemahaman diri Siswa Kelas VIII C SMP Darussalam Baureno Bojonegoro." *Jurnal BK* 4.3 (2014): 1-6.

<sup>11</sup> Puput Tri Anjanisari and Abstrak.

<sup>12</sup> Putri Ilvia Muzdallifah, Ni Ketut Alit Suarti, and Dewi Rayani, 'Pengaruh Layanan Informasi Karir Terhadap Self Efficacy Pada Siswa Kelas Xi Smkn 3 Mataram', *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7.2 (2022), 1759 <<https://doi.org/10.33394/realita.v7i2.6222>>.

lingkungan yang kondusif dan teratur sehingga dapat mencetak generasi yang memiliki kecerdasan tinggi dan memiliki karakter yang unik.<sup>13</sup>

Individu yang memiliki kemampuan dalam memahami dirinya sendiri secara baik sehingga dapat menentukan karir kedepannya merupakan definisi siswa dalam penelitian ini.

### **C. Rumusan Masalah**

Apakah game introspeksi berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman diri pada siswa SMAN 4 Purwokerto?

### **D. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuannya untuk mengetahui pengaruh game introspeksi dalam meningkatkan pemahaman diri pada siswa kelas XII SMAN 4 Purwokerto.

### **E. Manfaat Penelitian**

Terdapat beberapa manfaat :

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hal ini sebagai jembatan dalam memperdalam suatu hal terkait dengan pengaruh game introspeksi terhadap peningkatan pemahaman siswa.

#### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi Guru, sebagai cara baru dalam melakukan pengajaran dan memberikan Pemahaman diri kepada siswa agar dapat memahami dirinya sendiri dengan baik
- b. Bagi Siswa, sebagai pendorong semangat belajar dan memahami keadaan dirinya sendiri agar mampu beradaptasi dengan lingkungan yang tidak selalu sesuai dengan keinginannya.
- c. Bagi Peneliti Selanjutnya, sebagai bentuk alternatif terbaik dalam rangka mempersiapkan suatu tindakan terapan terhadap suatu program.

### **F. Kajian Pustaka**

Kajian pustaka dipakai sebagai pembanding dan referensi tentang kelebihan dan kekurangan yang ada dalam penelitian. Deskripsi yang bersifat

---

<sup>13</sup> Firmansyah, Mokh Iman. "Pendidikan Agama Islam: pengertian, tujuan, dasar, dan fungsi." *Taklim: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 17.2 (2019): 79-90.

sistematis mengenai hasil penelitian sebelumnya, akan disajikan oleh penulis. Dapat disebut juga bahwa peneliti akan membandingkan topik dengan referensi penelitian yang sama dari penelitian dahulu yang memiliki keterkaitan pada penelitian yang sedang dilakukan. Tidak hanya itu, peneliti mencari informasi dari jurnal penelitian dan skripsi menjadi referensi mengenai teori yang berhubungan dengan judul yang dipakai untuk menghindari kesamaan atau duplikasi dari penelitian sebelumnya. Berikut referensi yang akan menjadi bahan peneliti dalam penelitian saat ini.

1. Jurnal penelitian *Konseling Pendidikan* oleh Fitri Aulia, dkk dengan judul “Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Konsep Diri Dalam Pengambilan Keputusan Karir Siswa”. Penelitian yang dilakukan oleh Fitri Aulia, dkk berfokus pada meningkatnya konsep diri pada siswa sebagai tahap awal dalam menentukan karir. Peneliti mengambil subyek sebanyak 32 siswa dari kelas XII IPA MA Nurul Islam NM Sakra. Untuk mendapatkan beberapa data pendukung, peneliti menggunakan angket berskala 1-4.<sup>14</sup> Terdapat persamaan antara kedua penelitian ini, yaitu sama-sama berfokus dalam meningkatkan pemahaman diri siswa melalui layanan klasikal yang bersubjek pada kelas XII. Meskipun terdapat sedikit perbedaan, Fitri melakukan penelitian di Madrasah Aliyah (MA), sedangkan peneliti melakukan penelitian di SMA. Perbedaan tersebut terletak pada tekniknya, ketika Fitri menggunakan layanan klasikal, sedangkan peneliti menggunakan permainan. Hasilnya menunjukkan bahwa penggunaan metode tersebut dapat meningkatkan konsep diri pada siswa.
2. Jurnal penelitian *Ilmiah Pro Guru* oleh Dwi Indrawati dengan judul “Penerapan Metode Permainan Johari Window Untuk Meningkatkan Pemahaman Tentang Konsep Diri Dalam Layanan Klasikal”. Dwi berfokus pada peningkatan pemahaman mengenai konsep diri pada siswa kelas 7.4. Dalam melaksanakan penelitian, Dwi menggunakan Johari Window di

---

<sup>14</sup> Fitri Aulia, Kamaria Kamaria, and Musifuddin Musifuddin, ‘Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Konsep Diri Dalam Pengambilan Keputusan Karir Siswa’, *JKP (Jurnal Konseling Pendidikan)*, 5.2 (2022), 78–89 <<https://doi.org/10.29408/jkp.v5i2.4965>>.

dalam tindakan kelas sebagai metode berupa permainan simulatif. Subyek yang diambil oleh Dwi merupakan siswa kelas 7.4 sebanyak 30 siswa dari SMP Negeri 1 Probolinggo. Dwi mengumpulkan data menggunakan lembar observasi, catatan hasil dari lapangan, angket konsep diri, dan dokumentasi lapangan. Deskriptif kualitatif dipilih oleh Dwi sebagai caranya dalam menganalisis data. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa setelah diberikan layanan klasikal menggunakan permainan, pemahaman diri siswa menjadi lebih tinggi dalam melihat konsep dirinya. Hal yang menyebabkan meningkat adalah adanya kesesuaian antara kebutuhan siswa dengan materi yang disampaikan.<sup>15</sup> Terdapat persamaan diantara kedua penelitian tersebut, yaitu sama-sama menggunakan permainan sebagai teknik penelitian. Meskipun jenis permainan yang digunakan berbeda, Dwi menggunakan permainan Johari Window, sedangkan peneliti menggunakan permainan introspeksi diri. Perbedaan tersebut adalah fokus dari penelitian keduanya. Dwi berfokus pada peningkatan aktivitas pemahaman mengenai konsep diri, sedangkan fokus dari peneliti adalah meningkatkan pemahaman diri siswa. Tidak hanya itu, subyek dan jenis penelitian juga memiliki perbedaan. Subyek diambil oleh Dwi merupakan siswa SMP, sedangkan subyek yang diambil oleh peneliti adalah siswa SMA. Dwi menggunakan classroom action research sebagai jenis penelitiannya, sedangkan peneliti menggunakan penelitian eksperimen. Hasilnya dapat meningkatnya pemahaman konsep diri siswa.

3. Pendidikan dan Pembelajaran Indonesia (JPPI) oleh Emi Yulianti dengan judul “Penerapan Metode Ekspositori Lisan dan Tertulis pada Layanan Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa di Bidang Layanan Pribadi Topik Layanan Kecerdasan Emosi dan Pengendalian Diri Semester 1 SMA Negeri 4 Kota Bima Tahun Pelajaran 2021/2022”. Memberi bantuan kepada siswa dalam melakukan pengendalian diri dan

---

<sup>15</sup> Indrawati, Dwi. "Penerapan Metode Permainan Johari Window Untuk Meningkatkan Pemahaman Tentang Konsep Diri Dalam Layanan Klasikal." *Jurnal Ilmiah Pro Guru* 3.1 (2021): 11-24.



emosi, serta memahami diri dan lingkungannya menjadi fokus utama yang dilakukan oleh Emi melalui bimbingan di kelas atau klasikal dengan jumlah 32 siswa per kelas XII IPS 3. Hasil penelitiannya menyatakan bahwa penerapan metode yang digunakan pada tindakan kelas tersebut dapat meningkatkan pemahaman dan pengendalian diri siswa dan kinerja guru.<sup>16</sup> Persamaan diantara keduanya adalah sama sama berfokus dalam meningkatkan pemahaman pada diri siswa. Kedua penelitian ini pun sama-sama mengambil siswa SMA untuk dijadikan sebagai subyek penelitian. Perbedaan tersebut yakni, Emi menggunakan metode tindakan kelas (PTK), sementara peneliti penelitian eksperimen sebagai metode. Emi tidak menggunakan media game atau permainan dalam penelitiannya, sedangkan peneliti memakai game atau permainan untuk mendukung penelitiannya. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa metode ekspositori lisan yang dilakukan dapat meningkatkan pemahaman diri pada topik layanan kecerdasan emosional.

4. Jurnal penelitian Bimbingan dan Konseling oleh Bengi Mahara dengan judul “Penggunaan Modul Pemahaman Diri Tentang Karir Dalam Layanan Klasikal Untuk Meningkatkan Kemampuan Perencanaan Karir”. Meningkatkan kemampuan dalam menentukan karir pada siswa kelas XI SMAN 8 Unggul Takengon berjumlah 30 orang melalui adanya modul tentang karir, menjadi focus utama dalam penelitian Bengi. Dirinya menggunakan penelitian eksperimen berupa *pre eksperimental design*. Hasil penelitian tersebut dinyatakan memiliki jumlah peningkatan yang signifikan jika dihitung dari hasil treatment, serta pre test dan post test.<sup>17</sup> Persamaan keduanya ada pada metode yaitu eksperimen serta subjek yang digunakan sama-sama pada siswa SMA. Persamaan lainnya, yaitu sama-sama berfokus untuk meningkatkan pemahaman diri siswa, meskipun tidak

---

<sup>16</sup> Yuliati, Emi. "Penerapan Metode Ekspositori Lisan dan Tertulis pada Layanan Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa di Bidang Layanan Pribadi Topik Layanan Kecerdasan Emosi dan Pengendalian Diri Semester 1 SMA Negeri 4 Kota Bima Tahun Pelajaran 2021/2022." *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)* 2.2 (2022): 180-189.

<sup>17</sup> Mahara.

sama persis. Perbedaan tersebut adalah subjek yang ada pada penelitian Bengi merupakan siswa kelas XI, sedangkan peneliti menggunakan subjek kelas XII. Design eksperimen yang digunakan oleh Bengi merupakan pre eksperimental design, sedangkan peneliti menggunakan true eksperimen design.

5. Jurnal penelitian oleh Anik Hermawati Fuad, dkk dengan judul “Experiential Learning Sebagai Teknik Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Pemahaman Karier Siswa”. Anik, dkk menyebutkan bahwa mereka berfokus pada layanan klasikal melalui Experiential Learning agar dapat memahami dirinya sendiri terhadap pemilihan karir sesuai dengan potensinya. Anik menggunakan penelitian eksperimental *equivalent time series design* dengan jenis desain hanya menggunakan satu kelompok. Subjek yang diambil oleh Anik adalah siswa kelas VII-A sebanyak 32 siswa. Anik, dkk menggunakan perangkat bimbingan klasikal dan skala pemahaman karir sebagai cara dalam pengambilan data.<sup>18</sup> Persamaan diantara keduanya adalah metode yang digunakan oleh kedua penelitian ini sama-sama memakai penelitian eksperimental. Pebedaannya terletak pada teknik yang digunakan Anik adalah berbasis perangkat, sedangkan peneliti berbasis permainan. Hasilnya menunjukkan bahwa metode *experiential learning* dapat efektif untuk meningkatkan pemahaman siswa.
6. Jurnal penelitian oleh Liveana Nur Anita dengan judul “Penerapan Layanan Bimbingan Klasikal Dengan Teori Johari Window Untuk Meningkatkan Pemahaman Konsep Diri Siswa SMP”. Pada penelitian yang dilakukan oleh Liveana Nur Anita dalam jurnal tersebut berfokus pada layanan berbasis klasikal dengan teknik permainan tersebut agar dapat memahami konsep diri siswa. Liveana menggunakan penelitian *Pre Eksperimen* sebagai desainnya bersama dengan siswa SMP Negeri 17 Surabaya, kelas XI J. Kemudian dalam mengumpulkan data, Liveana memakai skala pemahaman

---

<sup>18</sup> Anik Hermawati Fuad and others, ‘Experiential Learning Sebagai Teknik Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Pemahaman Karier Siswa’, *Jurnal Nusantara Of Research*, 9.3 (2022), 250–63 <<http://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/efektor>>.

konsep diri.<sup>19</sup> Persamaan ada pada penggunaan metode, yakni memakai metode eksperimental. Perbedaan yaitu pada subjek yang digunakan Liveana kelas IX SMP, sedangkan peneliti menggunakan sampel kelas XII SMA. Hasil dari penelitian ini adalah adanya peningkatan dalam memahami konsep diri pada siswa SMP melalui teori Johari window.

7. Jurnal penelitian oleh Novita Ariana dengan judul “Penggunaan Model Teknik Role Playing melalui Layanan Bimbingan Kelompok sebagai Upaya Meningkatkan Pemahaman Diri pada Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Tunjungan Semester 2 Tahun Pelajaran 2021/2022”. Pada penelitian yang dilakukan oleh Novita dalam jurnal tersebut berfokus pada layanan klasikal dalam 2 siklus melalui cara bermain peran agar siswa SMAN 1 Tunjungan khususnya kelas XI IPS 3 bisa lebih baik dalam memahami dirinya. Novita memanfaatkan deskriptif kualitatif untuk menjadi teknik menganalisis datanya.<sup>20</sup> Persamaan diantara keduanya adalah fokus penelitian yang diambil. Perbedaan ada pada sampel, Novita menggunakan sampel kelas XI, sedangkan peneliti menggunakan sampel kelas XII. Hasil yang didapatkan menunjukkan adanya perubahan perilaku siswa dari sebelum dan sesudah diberikan layanan.

Berdasarkan dari penelitian dahulu menunjukkan bahwa pemahaman diri siswa masih tergolong rendah dikarenakan beberapa hal salah satunya yaitu kurangnya penyampaian informasi tentang diri dan karir siswa. Selain itu, belum ada yang meneliti kelas XII di SMAN 4 Purwokerto mengenai pemahaman diri sebagai acuan dalam melakukan perencanaan karir setelah lulus sekolah oleh peneliti-peneliti sebelumnya sehingga membuat penelitian ini memiliki keunikan tersendiri untuk dikaji.

---

<sup>19</sup> Liveana Nur Anita, ‘PENERAPAN LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL DENGAN TEORI JOHARI WINDOW UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN KONSEP DIRI SISWA SMP’, 4.1 (2019), 1–23.

<sup>20</sup> Novita Ariana, ‘Penggunaan Model Teknik Role Playing Melalui Layanan Bimbingan Kelompok sebagai Upaya Meningkatkan Pemahaman Diri pada Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Tunjungan Semester 2 Tahun Pelajaran 2021/2022’, *Educatif Journal of Education Research*, 4.4 (2022), 100–107 <<https://doi.org/10.36654/educatif.v4i4.247>>.

## G. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan yang sudah tersusun dan terancang dengan baik terdiri atas 5 BAB mendasar, sebagai berikut :

- BAB I                   PENDAHULUAN**  
Berisi latar belakang, tujuan, rumusan masalah, definisi operasional, manfaat penelitian, kajian pustaka, dan sistem pembahasan.
- BAB II                   TINJAUAN PUSTAKA**  
Berisi kajian teori, landasan teologi, dan hipotesis serta kerangka penelitian.
- BAB III                  METODE PENELITIAN**  
Berisi waktu dan tempat pelaksanaan, jenis penelitian, sampel dan populasi, variabel dan indikator penelitian, desain dan prosedur eksperimen, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.
- BAB IV                  HASIL DAN PEMBAHASAN**  
Berisi hasil dan pembahasan dari penelitian eksperimen beserta analisis data penelitian tersebut.
- BAB V                   PENUTUP**  
Berisi kesimpulan terkait dengan hasil dari penelitian yang telah dilakukan dan saran dari peneliti.

## BAB II LANDASAN TEORI

### A. Kajian Teori

#### 1. Game Introspeksi

##### a. Definisi Game Introspeksi

Game introspeksi merupakan sebuah permainan yang berasal dari adaptasi permainan *Johari Window*. Penggunaan teori *self disclosure* dijadikan sebagai sebuah landasan mengenai permainan introspeksi merupakan teori dalam mengungkapkan sebuah respon pada kondisi yang dialami, dan memberikan informasi terkait masa lampau yang sangat sesuai. Hal ini yang menjadi dasar permainan introspeksi adaptasi dari *johari window* bahwa setiap individu perlu membuka diri kepada lingkungannya untuk menghasilkan respon atau *feedback* yang baik. Membuka diri tidak serta merta membuka secara detail mengenai dirinya sendiri melainkan mengungkapkan berbagai *feedback* dari berbagai macam kejadian yang telah atau sedang dialami bersama.<sup>21</sup>

Pelaksanaan game introspeksi ini sama dengan *permainan johari window*, yaitu menegaskan bahwa manusia dapat melihat atau tidak melihat diri dan atau manusia lain. Oleh karenanya, dibutuhkan adanya pemahaman diri dari sesamanya agar mereka saling mengenal satu sama lain. Pelaku dalam game ini adalah siswa kelas XII yang dianggap sudah sangat paham dengan teman-teman satu kelasnya. Setiap dari mereka diwajibkan untuk memberikan penilaian terhadap dirinya sendiri kemudian dilanjutkan dengan menilai diri teman-teman mereka sesuai dengan instruksi yang telah diberikan sehingga mereka tidak sembarangan dalam memberikan penilaian atau pemahaman kepada teman-teman mereka.

##### b. Aspek Game Introspeksi

---

<sup>21</sup> Agus Abdul Rahman, Psikologi Sosial, (Depok: Raja Grafindo Persada, 2017), Hal. 53

Setiap manusia di dalam dirinya memiliki ruang yang menunjukkan kepribadian orang tersebut, menurut Joseph Lutf dan Harrington Irham digambarkan melalui empat aspek di dalam ruang ini yang sama dengan *johari window* adalah sebagai berikut <sup>22</sup>:

- 1) *Open Self*, merupakan pemberian informasi mengenai diri kita sendiri, baik itu tentang kelebihan atau kekurangan yang diri sendiri dan individu lain ketahui. Indikatornya adalah individu dapat mengetahui sikap, perasaan, informasi, motivasi, keinginan, gagasan, ideologi, dan lainnya, yang hal tersebut diketahui bersama antara individu dengan individu lain.
- 2) *Blind Self*, merupakan suatu penilaian yang diri sendiri tidak tahu, tetapi manusia lain mengetahuinya sehingga menyebabkan terjadinya penyangkalan kepada orang lain terhadap dirinya sendiri. Indikatornya adalah individu dapat mengetahui perasaan, perilaku, dan motivasi yang dikenali oleh orang lain, tetapi tidak oleh orang lain.
- 3) *Hidden Self*, merupakan pemberian informasi mengenai diri kita, tetapi informasi yang kita berikan ini sifatnya adalah tertutup bagi manusia lain sehingga tidak diketahui oleh mereka. Indikatornya adalah individu dapat mengetahui tentang emosi, perilaku, dan motivasi yang dikenali oleh salah satu individu, tetapi tidak diketahui oleh individu lain.
- 4) *Unknown Self*, merupakan pemberian informasi yang sama sekali tidak diketahui oleh siapapun. Indikatornya adalah individu dapat mengidentifikasi informasi tentang diri pribadinya yang tidak diketahui oleh siapapun.

### c. Manfaat Game Introspeksi

Manfaat game pada umumnya adalah dapat mengubah suasana belajar mengajar lebih interaktif, menarik, serta membangun semangat

---

<sup>22</sup> Nurul Ramadhani Makarao. NLP (Neuro Linguistik Programming Komunikasi Konseling, (Bandung: Alfabeta, 2010), hal. 71.

belajar. Melakukan proses pembelajaran dapat dimana saja, tidak harus di dalam kelas. Teknik permainan dapat memberikan cara-cara yang inovatif sehingga dapat memunculkan sikap interaktif yang dapat merangsang pembelajaran siswa. Game dapat memberikan sesuatu yang baru, meningkatkan keingintahuan siswa dan tantangan yang dapat merangsang pembelajaran.<sup>23</sup>

Manfaat game introspeksi ini dapat menjadi jendela bagi seseorang dalam melihat atau membuka diri mereka sendiri, dari hal tersebut muncul sebuah kesadaran-kesadaran yang menyebabkan individu tersebut mengetahui lebih dalam tentang diri sendiri berdasarkan dari sudut pandang orang lain yang menilai diri mereka. Ketika seseorang semakin membuka diri dan menilai orang lain, maka mereka juga akan semakin memahami diri mereka. Memberi tahu tentang diri kepada orang lain membuat hubungan yang terjalin antara individu dengan individu lain dapat semakin erat dan intim.<sup>24</sup>

#### **d. Game Introspeksi Meningkatkan Pemahaman Diri**

Menurut Josep Luth & Harington Irham, game introspeksi diri adalah sebuah alat sederhana yang bertujuan untuk menggambarkan kesadaran diri yang termasuk dalam pemahaman diri, serta peningkatannya. Game ini adaptasi dari permainan Johari Window. Game introspeksi dilakukan melalui layanan klasikal di dalam kelas yang dimainkan oleh seluruh siswa. Game dapat digunakan oleh guru bk sebagai wadah dalam membantu siswa memahami dirinya sendiri agar jauh lebih baik dengan suasana yang menyenangkan. Game introspeksi ini dilakukan menggunakan kertas yang telah disiapkan sebelumnya oleh peneliti berisi beberapa bagian yang harus diisi oleh seluruh siswa. Bagian *open self* adalah bagian yang harus diisi oleh

---

<sup>23</sup> Benni Pane, Xaverius Najoan, and Sary Paturusi, 'Rancang Bangun Aplikasi Game Edukasi Ragam Budaya Indonesia', *Jurnal Teknik Informatika*, 12.1 (2017), 1-9 <<https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/informatika/article/view/17793/17317>>.

<sup>24</sup> Supratiknya. *Komunikasi Antarpribadi Tinjauan Psikologi*. (Yogyakarta: Kanisius, 1995), hal. 16.

setiap siswa dalam menilai diri, kemudian pada bagian *blind self* adalah bagian yang diisi oleh seluruh siswa dalam menilai teman-temannya, sedangkan *hidden self* adalah bagian yang harus diisi oleh masing-masing siswa, tetapi orang lain tidak boleh mengetahuinya. Hal pertama yang harus dilakukan oleh setiap siswa adalah mengisi *open self* dan *hidden self* yang diberi waktu kurang lebih 3-5 menit, setelah itu melipat kertas tersebut menjadi dua bagian sehingga bagian yang telah diisi tersebut dapat tertutup dan tidak terlihat oleh orang lain. Kemudian, siswa diminta untuk memberikan kertas tersebut kepada siswa disampingnya secara berurutan sehingga membentuk pola mengular dari depan hingga belakang. Pada waktu ini, seluruh siswa bergiliran untuk mengisi atau menuliskan pada bagian *blind self* yang bertujuan untuk menilai atau memberikan feedback kepada teman satu kelasnya. Setelah seluruh siswa mengisi penilaian terhadap teman satu kelasnya, kertas game tersebut akan kembali kepada pemiliknya seperti semula. Dalam kondisi ini, siswa akan menunjukkan berbagai macam reaksi serta respon dari hasil membaca dan menganalisis *feedback* tersebut. Untuk lebih meyakinkan pemahaman diri mereka, peneliti melakukan wawancara kepada beberapa siswa mengenai respon mereka dari penilaian tersebut. Setelah itu, peneliti menutup sesi layanan klasikal ini dengan memberikan *post test* tentang pemahaman diri yang telah dilakukan dengan menggunakan game introspeksi ini.

## 2. Pemahaman diri

### a. Pengertian Pemahaman diri

Sebuah tahapan dalam melihat dan memahami diri sendiri, tentang apapun yang dimiliki oleh individu merupakan definisi dari pemahaman diri. Menurut pendapat dari para ahli lain menyatakan bahwa pemahaman diri merupakan pemahaman tentang pengungkapan dan kesadaran diri secara baik, misalnya jika kita ingin mengeskpresikan



berbagai kualitas yang kita miliki, maka kesadaran dan pengungkapan diri ini sangat penting.<sup>25</sup>

**b. Faktor Pemahaman diri**

Faktor yang mempengaruhi dalam proses memahami diri, yakni faktor internal dan faktor eksternal. Dibawah ini pemaparan menurut Slameto<sup>26</sup> :

1) Faktor Dalam Diri

Tidak ditemukan hal lain yang mampu mempengaruhi kecuali individu itu sendiri. Hal ini meliputi, faktor jasmani (kesehatan, riwayat penyakit), dan faktor psikologis (kemampuan berpikir, potensi, emosi).

2) Faktor Luar

Beberapa hal dari luar yang bisa mempengaruhi pemahaman diri seseorang, misalnya faktor keluarga (cara didik orang tua, kedekatan antara keluarganya, kondisi finansial keluarganya, budaya yang dianut), faktor sekolah (cara mengajar, kurikulum, kedekatan siswa dan guru, siswa dan siswa), faktor masyarakat (kegiatan sosial yang dilakukan, sosial media, pergaulan, ciri hidupnya masyarakat).

**c. Aspek-aspek Pemahaman diri**

Dalam memahami diri diperlukan aspek tertentu yang dapat membantu seseorang agar lebih cepat dalam memahami diri. Berikut adalah beberapa aspek dalam pemahaman diri:<sup>27</sup>

<sup>25</sup> Wirawan, Rahmat Adi, and Muh Zainurrah Rahman. "Hubungan Antara Pemahaman diri Dengan Sikap Saling Menghargai Siswa Kelas Viii Smp." *GEOGRAPHY: Jurnal Kajian, Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan* 6.2 (2018): 7-13.

<sup>26</sup> Wirawan, Rahmat Adi, and Muh Zainurrah Rahman. "Hubungan Antara Pemahaman diri Dengan Sikap Saling Menghargai Siswa Kelas Viii Smp." *GEOGRAPHY: Jurnal Kajian, Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan* 6.2 (2018): 7-13.

<sup>27</sup> Rahmat Adi Wirawan, Muh Zainurrah Rahman, and Riwayat Artikel, 'Hubungan Antara Pemahaman Diri Dengan Sikap Saling Menghargai Siswa Kelas Viii Smp', *GEOGRAPHY : Jurnal Kajian, Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 6.2 (2018), 7-13 <<http://journal.ummat.ac.id/index.php/geography/article/view/1417>>.

### 1) Aspek Fisik

Fisik merupakan hal apa saja yang ada didalam anggota tubuh seseorang termasuk bagian-bagiannya. Dalam hal ini, setiap orang harus bisa memahami dan mengenali kondisi diri dengan segala macam potensi yang ada. Indikatornya, meliputi mengetahui penyakit yang ada dalam dirinya, golongan darah, tinggi badan, dan lain sebagainya.

### 2) Aspek Psikis

Psikis merupakan sebuah aspek yang berkaitan dengan suatu kondisi kejiwaan seseorang. Dalam hal ini, seseorang dapat dikatakan memahami aspek psikisnya ketika mereka telah mampu untuk menyikapi berbagai macam pilihan karir untuk masa depannya dan juga mampu dalam bersosialisasi dengan baik. Indikatornya, mengetahui tingkat kecerdasannya, beradaptasi dengan orang baru, mengetahui cara belajar, memecahkan masalah, dan lain sebagainya.

### 3) Aspek Minat

Minat merupakan sebuah rasa yang membuat seseorang memiliki ketertarikan yang kuat terhadap sebuah objek tertentu. Dalam hal ini, memahami minat sangat penting untuk mendapatkan keberhasilan terhadap suatu hal. Indikatornya, meliputi mengetahui bidang karir apa yang menarik bagi dirinya, dan lain sebagainya.

### 4) Aspek Bakat

Bakat merupakan suatu kemampuan bawaan sejak lahir dan bisa bersifat menurun atau genetik. Dalam hal ini, bakat sangat penting untuk dipahami agar dapat mengembangkan dirinya dengan baik. Indikatornya, meliputi mengetahui kelebihan menonjol yang ada sejak kecil, dan lain sebagainya.

### 5) Aspek Karir atau Cita-cita

Karir merupakan harapan dan penggambaran diri seseorang pada masa depan yang akan diraihinya. Cita-cita sangat penting ditentukan sejak awal agar dirinya dapat mempersiapkan dengan baik.

Indikatornya, meliputi gambaran masa depan, mengetahui apa saja yang dipersiapkan untuk mewujudkan cita-cita.

### 3. Siswa

Dalam lingkup pendidikan, siswa merupakan unsur atau elemen yang penting bagi proses berjalannya tatanan pendidikan. Sistem pendidikan yang baik akan membawa siswa-siswanya pada pintu gerbang kesuksesan, maka dari itu peran guru juga diharapkan dapat menjadi pembimbing siswa dalam menuju gerbang tersebut. Bicara tentang siswa, bukan merupakan sebuah definisi yang sulit untuk dicerna. Siswa merupakan seorang pelajar yang duduk di bangku kelas untuk mengikuti pembelajaran mulai dari SD, SMP, hingga SMA. Ketika seorang siswa sudah lepas dari jenjang SMA, maka mereka bukan lagi dijuluki sebagai siswa, tetapi sudah pada tahap seorang mahasiswa, yaitu pelajar yang dianggap posisinya paling tinggi dari siswa-siswa yang lain. Seorang siswa datang ke sekolah untuk menerima ilmu, serta untuk mencapai pemahaman ilmu yang sudah didapatkan di sekolah.<sup>28</sup>

Peran orang tua saja tidak cukup untuk bisa mencerdaskan anak-anak mereka, banyak dari mereka yang mempunyai keterbatasan untuk menyalurkan pengetahuan terhadap putra-putrinya, maka dari itu mereka mempercayakan dan menyerahkan anaknya ke sekolah dengan harapan tenaga pendidik dapat lebih kompeten dalam memberikan pembelajaran kepada siswanya, sehingga siswa tersebut memiliki ilmu pengetahuan, keterampilan, pengalaman, kepribadian, akhlak yang baik, dan kemandirian yang kuat. Seorang atau individu yang mempunyai kemampuan kognitif, afektif, psikomotor, yang dilakukan melalui tahap yang dimulai dari tahap sekolah dasar, sekolah menengah pertama, dan yang terakhir sekolah menengah atas merupakan definisi siswa pada penelitian ini.<sup>29</sup>

---

<sup>28</sup> Soviawati, Evi. "Pendekatan matematika realistik (pmr) untuk meningkatkan kemampuan berfikir siswa di tingkat sekolah dasar." *Jurnal Edisi Khusus* 2.2 (2011): 79-85.

<sup>29</sup> Merpati, Temiks, Apeles Lexi Lonto, and Julien Biringan. "Kreativitas guru dalam meningkatkan hasil belajar siswa Di smp katolik Santa Rosa siau Timur kabupaten sitaro." *Jurnal Civic Education: Media Kajian Pancasila Dan Kewarganegaraan* 2.2 (2018): 55-61.

## B. Landasan Teologis

Arti kata teologi banyak dapat kita jumpai dalam teori-teori tentang agama. Definisinya sama dengan ilmu tentang tauhid, ilmu tentang keyakinan, dan ilmu tentang akidah. Namun, ada beberapa beberapa kelompok yang menganggap teologi masuk ke dalam ilmu kalam<sup>30</sup>.

Dalam mengimplementasikan landasan teologis ini, dapat dilakukan dengan membuat metode atau strategi, yakni membuat perencanaan, menarik, dan responsif dalam layanan dasar ini. Dalam hal ini, dibutuhkan keterampilan yang lebih pada bidang IPTEK sehingga dapat mempermudah siswa dalam melakukan layanan klasikal secara religious. Pendekatan secara teologis dapat membantu siswa atau konseli dalam memahami bahwa Tuhanlah sebagai pemilik manusia dan semesta.<sup>31</sup>

### 1. Layanan Bimbingan dan Konseling

Secara Islami, sebuah proses pemberian pelayanan dan bantuan dengan cara yang lebih terstruktur kepada setiap klien supaya mereka dapat mengembangkan fitrah beragama yang ada di dalam dirinya secara lebih maksimal menggunakan kandungan nilai yang baik pada al-Quran serta hadist dari Rasulullah SAW sampai kepada konseli sehingga mereka mudah dalam menjalankan hidup yang selaras disebut bimbingan konseling Islam. Bimbingan dan konseling secara Islami dapat kita artikan sebagai kegiatan aktif dalam membantu klien untuk mencapai tingkat keberhasilan keagamaannya sehingga memiliki kehidupan yang sesuai dengan ketentuan Allah SWT.<sup>32</sup>

Teologi dalam hal ini akan digabungkan ke dalam program dan strategi dalam konseling, konsep yang berwujud tentang kekuasaan Tuhan serta beberapa sifat-Nya yang dapat dijadikan sebagai landasan praktik

---

<sup>30</sup> Ahmad Jaelani, Nurwadjah Ahmad EQ., and Andewi Suhartini, 'Landasan Teologis Manajemen Pendidikan Islam', *LEADERIA: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 1.2 (2020), 63–75 <<https://doi.org/10.35719/leaderia.v1i2.5>>.

<sup>31</sup> Muhammad Rafiul Muiz and Tisna Susanti, 'Ibadah Generasi Milenial : Pendekatan Teologi Dalam Program Dan Strategi Konseling Religius', *Al-Kaaffah: Jurnal Konseling Integratif-Interkonektif*, 1.2 (2022), 15–20.

<sup>32</sup> Jaelani, Ahmad EQ., and Suhartini.

konseling yang lebih berperikemanusiaan serta religious. Seorang konselor atau guru bk, mereka sudah ahli dan profesional dalam bidang layanan ini, sehingga mereka mampu memberdayakan klien-kliennya supaya dapat memecahkan permasalahannya sendiri<sup>33</sup>.

Adapun prinsip bimbingan dan konseling berdasarkan sumber dari firman Allah dan hadist dalam Q.S An-Nahl: 125<sup>34</sup> :

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Artinya : *Serulah (manusia) kepada jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pengajaran yang baik, dan berdebatlah dengan mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu, Dialah yang lebih mengetahui siapa yang sesat dari jalan-Nya dan Dialah yang lebih mengetahui siapa yang mendapat petunjuk.*

Penjelasannya bahwa dalam mentransfer pengajaran yang benar memerlukan metode yang benar. Dalam hal ini, peneliti menggunakan metode permainan dalam layanan klasikal, berupa game introspeksi diri.

Selain ayat tersebut, ada beberapa hadist dari Rasulullah yang menyatakan bahwa konseling adalah suatu kewajiban yang ada dalam agama. Menurut Farid, agama merupakan nasihat (sabda Rasulullah). Berdasarkan hal tersebut, dengan adanya layanan bimbingan dan konseling, agama Islam dapat mudah berkembang di dalam diri setiap manusia<sup>35</sup>.

## 2. Game

Dalam sebuah permainan, harus dilakukan berdasarkan syariat Islam, seperti untuk pendidikan, olahraga, permainan angka, dan lain sebagainya. Ketika siswa mempermainkan sebuah game tidak boleh sampai lalai dengan kewajibannya sebagai seorang muslim, seperti beribadah, belajar, bekerja, dan lainnya. Namun, game yang dimaksud adalah yang bersifat mengedukasi serta memiliki kebermanfaatn bagi sesame muslim.

<sup>33</sup> Muiz and Susanti.

<sup>34</sup> Warlan Sukandar and Yessi Rifmasari, 'Bimbingan Dan Konseling Islam : Analisis Metode Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Qur'an Surat An-Nahl Ayat 125', *Jurnal Kajian Dan Pengembangan Umat*, 5.1 (2022), 87–100 <<https://doi.org/10.31869/jkpu.v5i1.3302>>.

<sup>35</sup> Moh. Khoerul Anwar dan A. Said Hasan Basri, Zaen Musyrifin and Hayatul Khairul Rahmat, 'Kata Kunci', *Jurnal Al Isyraq*, 2.2 (2019), 50–57.

Dalam melakukan permainan yang bersifat edukasi juga memerlukan landasan dari dalam al-Quran agar tidak keluar dari ajaran Islam. Berikut hadist riwayat dari Baihaqi<sup>36</sup> :

عن ابن عمر قال: قال رسول ههلا صلى ههلا عليه وسلم "اعلموا ابناكم السباحة والرمى والمرأة المغزل  
(رواه البيهقي)

Artinya: dari Ibnu Umar berkata: *Rasulullah s.a.w bersabda ajarilah anak-anakmu permainan berenang, melempar dan bagi perempuan memintal (menenun).*

Penjelasannya bahwa permainan yang ditunjukkan oleh Rasulullah SAW, merupakan hal yang bermanfaat bagi seseorang dalam rangka melatih dan menjadi metode untuk mengembangkan sesuatu yang bermanfaat dan positif.

### 3. Pemahaman diri

Pemahaman diri atau individu dibantu oleh konselor atau guru BK dengan meningkatkan lagi kepercayaan diri mereka sehingga dirinya dapat dengan baik menyelesaikan permasalahannya sendiri. Kepercayaan dan kemandirian pada diri siswa merupakan sebuah aktivitas pemahaman tentang dirinya sendiri dan merupakan suatu keberhasilan yang akan dicapai dari sebuah layanan bimbingan klasikal.

Bagi setiap manusia, mereka diharuskan untuk dapat hidup tanpa menyulitkan orang sehingga dipertegas juga, yakni sikap mandiri mendatangkan kesuksesan. Allah SWT menjanjikannya pada Q.S Ar-Ra'du: 11<sup>37</sup> :

لَهُ مَعْقَبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِّنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوهُ مَا  
بِأَنفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ مِّنْ وَالٍ

Artinya : *“Baginya (manusia) ada malaikat-malaikat yang selalu menjaganya bergiliran, dari depan dan belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan*

<sup>36</sup> M. Abdillah Subhin, ‘Membentuk Akhlaqul Karimah Pada Anak Dalam Perspektif Pendidikan Islam’.

<sup>37</sup> Dedi Sahputra Napitupulu, ‘Dasar-Dasar Konseling Dalam Al-Qur’an’, *Al-Irsyad*, 7.2 (2017), 36–50 <<http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad/article/view/6701>>.

*apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia”*

Penjelasannya bahwa dalam kehidupan ini, setiap manusia harus memiliki kemandirian atasnya agar dapat mengubah nasib dirinya sendiri. Kemandirian dapat dibentuk melalui pemahaman diri yang baik mengingat bahwa setiap orang ketika di akhirat nanti akan mempertanggungjawabkan segala sesuatunya dihadapan Allah SWT secara mandiri dan tidak dibantu oleh siapapun. Dalam dunia konseling, seorang klien diharapkan dapat menyelesaikan permasalahannya sendiri. Guru BK atau konselor hanya bertugas untuk memberi solusi, memberikan pandangan, dan memberikan beberapa pertimbangan kepada klien, selebihnya klien sendiri yang menyelesaikannya. Begitu juga dalam mencapai pemahaman diri siswa, guru BK hanya berperan memberikan layanan dan metode yang cocok agar siswa tersebut dapat memahami dirinya sendiri dengan baik.<sup>38</sup>

#### 4. Siswa

Arti siswa secara bahasa Arab didefinisikan dengan adanya beberapa term. Term murabbi artinya adalah seorang siswa yang dijadikan sebagai objek didikan. Term muta'allim artinya adalah seseorang yang dengan ikhlhas dalam mendapatkan ilmu dalam pelajaran. Term muta'addib artinya adalah seseorang yang secara sadar meniru dan mencontoh sikap baik serta santun dari guru sehingga menciptakan adab yang baik. Term daris adalah seseorang yang berusaha untuk mengasah kemampuan kecerdasannya melalui sebuah proses belajar yang baik. Dalam hakikatnya, siswa adalah sosok manusia yang sedang berada pada masa perkembangan dan pencarian jati diri sehingga membutuhkan peran dari guru untuk memberikan layanan bimbingan yang sesuai dengan kaidah agama. Firman Allah dalam Q.S. At Taubah Ayat 122, sebagai berikut<sup>39</sup>:

وَمَا كَانَ الْمُؤْمِنُونَ لِيَنفِرُوا كَآفَّةً ۚ فَلَوْلَا نَفَرَ مِن كُلِّ فِرْقَةٍ مِّنْهُمْ طَائِفَةٌ لِّيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَ  
لِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ لَعَلَّهُمْ يَحْذَرُونَ

<sup>38</sup> Ali Akbar, 'Tawaran Hermeneutika Untuk Menafsirkan Alquran', 7.1 (2005) <<https://doi.org/10.17510/wjhi.v7i1.290>>.

<sup>39</sup> Fakhurrazi Fakhurrazi, 'Peserta Didik Dalam Wawasan Al-Qur'an', *At-Ta'dib: Jurnal Ilmiah Prodi Pendidikan Agama Islam*, 2020, 40 <<https://doi.org/10.47498/tadib.v12i01.329>>.

Artinya: *“Tidak sepatutnya bagi mukminin itu pergi semuanya (ke medan perang) mengapa tidak pergi dari tiap-tiap golongan di antara mereka beberapa orang untuk memperdalam pengetahuan mereka tentang agama dan untuk memberi peringatan kepada kaumnya apabila mereka telah kembali kepadanya, supaya mereka itu dapat menjaga dirinya”*

Ayat ini menekankan betapa pentingnya bagi semua orang untuk mencari dan memperdalam pengetahuan mereka serta menyebarkan informasi yang benar. Upaya untuk mempertahankan wilayah juga penting. Bahkan pertahanan wilayah sangat bergantung pada kemampuan informasi dan konsistensi ilmu pengetahuan atau sumber daya manusia. Demikian juga ayat ini, yang menekankan pentingnya mempelajari lebih banyak dan belajar lebih banyak. Jika tidak ada pendidikan, anak-anak cenderung berkembang ke arah yang buruk atau buruk, seperti tidak mengakui Tuhan, bodoh, bodoh, dan malas bekerja.

### C. Kerangka Penelitian

Untuk mempermudah dalam memahami sebuah kajian, maka penulis memberikan kerangka untuk menjadi acuan berpikir :

#### Skema 1. Kerangka Berpikir



### D. Hipotesis

Hipotesis sebuah bentuk pernyataan yang memberikan dugaan pada sesuatu itu adalah kebenaran. Uji hipotesis ini juga merupakan suatu proses untuk mengambil sebuah keputusan dari dua hipotesis yang dibuat secara berlawanan. Keduanya dibuat dengan beberapa pertimbangan sehingga masing-masing merupakan negasi dari hipotesis lainnya yang menyebabkan ada satu hipotesis yang nilainya benar dan ada juga yang nilainya salah. Dua jenis



hipotesis tersebut adalah *hipotesis nol* dan *hipotesis alternatif*.<sup>40</sup> Berikut adalah hipotesisnya :

Ha : Game Introspeksi Berpengaruh Terhadap Peningkatan Pemahaman Diri Pada Siswa SMA Negeri 4 Purwokerto

Ho : Game Introspeksi Tidak Berpengaruh Terhadap Peningkatan Pemahaman Diri Pada Siswa SMA Negeri 4 Purwokerto



---

<sup>40</sup> Lolang, Enos. "Hipotesis Nol dan Hipotesis Alternatif." *Jurnal Keguruan Dan Ilmu Pendidikan* 3.3 (2014): 685-695.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Pada proses penelitian pengaruh game introspeksi terhadap peningkatan pemahaman diri siswa SMA Negeri 4 Purwokerto akan lebih tepat dan terbukti jika menggunakan pendekatan mixed method, yaitu kuantitatif dan kualitatif berbasis eksperimen. Penelitian kuantitatif berbasis eksperimen karena jenis pendekatan tersebut merupakan alat peninjauan dan percobaan yang digunakan untuk menetapkan variabel dan bentuk dari hubungan antar keduanya sehingga dapat hasil yang akurat berdasarkan eksperimen yang dilakukan oleh peneliti, meskipun memerlukan banyak perhitungan dan angka dalam meneliti kasusnya.

41

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

##### **1. Tempat Penelitian**

Tempat untuk melakukan eksperimen ini, yaitu di SMA Negeri 4 Purwokerto.

##### **2. Waktu Penelitian**

Peneliti melakukan pengamatan situasi dan kondisi lokasi tersebut pada Januari 2023 sampai selesai.

---

<sup>41</sup> Jaedun, Amat. "Metodologi penelitian eksperimen." *Fakultas Teknik UNY 12* (2011).

## C. Populasi dan Sampel Penelitian

### 1. Populasi Penelitian

Populasi yakni semua aspek pada subyek, semua aspek dalam objek yang akan diteliti. Populasi adalah hal umum yang dapat berupa objek atau subjek yang menjadi karakteristik kemudian ditarik kesimpulan setelahnya.<sup>42</sup>

Populasi pada penelitian adalah semua siswa kelas XII SMAN 4 Purwokerto. Mulai dari kelas XII MIPA 1-6 dan XII IPS 1-4 dengan total keseluruhan 350 siswa. Populasi tersebut diambil karena dianggap memiliki satu kesatuan populasi yang sama, yaitu mempunyai latar belakang pengetahuan dan usia yang setara dan sepadan, kemudian memiliki jam belajar, fasilitas kelas, dan materi yang diajarkan sama oleh guru.

### 2. Sampel Penelitian

Bagian populasi yang diteliti terdiri dari sampel. Mengambil dari populasi yang sudah ditentukan adalah syarat untuk sampel. Anggota sample tersebut dapat diambil secara acak, bukan urut yang berarti bahwa semuanya memiliki kesempatan yang sama. Agar sampel tidak menyebar dan menyimpang dari diskusi, batasnya harus ditetapkan dengan tepat dan jelas.<sup>43</sup> Berdasarkan hal tersebut, sampel probabilitas dipilih yang masuk ke dalam jenis sampel kelompok. Setiap elemen memiliki peluang yang sama untuk dijadikan sampel yang disebut probabilitas sampel. Setiap elemen atau titik populasi memiliki peluang yang sama untuk dijadikan sampel. Probabilitas atau pengambilan sampel acak mempunyai hak kebebasan yang paling besar dari bias, tetapi pengambilan sampel ini dapat mewakili sampel yang paling dominan dalam rentang waktu dan energi untuk tingkat kesalahan dalam pengambilan sampel tertentu. Sedangkan sampel

---

<sup>42</sup> Danuri, Prosa PGSD, Siti Maisaroh, and P. G. S. D. Prosa. "Metodologi Penelitian Pendidikan." (2019).w

<sup>43</sup> Ibid.

kelompok (*Cluster Sampling*) merupakan suatu hal yang mana semua populasi dibagi secara merata menjadi beberapa cluster<sup>44</sup>.

Dalam penelitian ini, pada proses penentuan sampel menggunakan metode *One-Stage Cluster Sampling* yang berarti membagi secara merata populasi yang akan menjadi kelompok atau cluster tersebut. Setelah itu, kelompok tersebut diambil secara acak sebagai perwakilan dari populasi yang sudah ditentukan, kemudian semua komponen atau elemen yang ada di dalam kelompok tersebut dijadikan sebagai sampel.

Dalam menentukan banyaknya sampel, dapat menggunakan *slovin*, sebagai berikut :

$$n \geq \frac{N}{1 + Na^2}$$

Keterangan :

n = jumlah sampel yang akan diambil

N = jumlah populasi

e = tingkat ketelitian yang digunakan (0,05 atau 0,01)

Peneliti memilih untuk mengambil 10% nilai e sebagai tingkat ketelitian menggunakan rumus slovin :

$$n \geq \frac{350}{1 + 350(0,1)^2}$$

$$n \geq \frac{350}{1 + 3,5}$$

$$n \geq 77,77 \quad (\text{dibulatkan menjadi } 78)$$

Jadi, sampel kelompok ini merupakan sistem pengambilan sampel dalam lingkup kelompok, bukan secara individu atau perorangan, contohnya dalam lingkup kelas. Sebuah layanan bimbingan klasikal akan melibatkan seluruh kelas XII SMAN 4 Purwokerto. Akan ada 10 kelas yang akan dibagi menjadi 10 cluster. Dalam penelitian ini akan mengambil sebanyak 2 cluster, maka dipilih dengan random 2 kelas dari 10 kelas XII. Semua siswa

<sup>44</sup> Deri Firmansyah and Dede, 'Teknik Pengambilan Sampel Umum Dalam Metodologi Penelitian: Literature Review', *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1.2 (2022), 85–114 <<https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>>.

yang ada di 2 kelas XII merupakan sampel yang berjumlah 78. Kelompok yang menjadi kelas eksperimen akan mendapatkan *treatment* atau perlakuan, sedangkan kelompok yang menjadi kelas control tidak mendapatkan *treatment* atau perlakuan.

#### D. Variabel dan Indikator Penelitian

##### 1. Variabel Penelitian

Menurut Kerlinger, variabel yakni sifat yang diambil dari bermacam nilai dan dianggap menarik oleh peneliti sehingga mereka dapat mengumpulkan banyak informasi tentangnya sebelum sampai pada kesimpulan.<sup>45</sup>

##### Skema 2. Variabel Penelitian



##### a. Variabel Bebas (X)

Merupakan variabel yang membuat variabel dependen berubah. Variabel bebasnya adalah Pengaruh Game Introspeksi.

##### b. Variabel Terikat (Y)

Merupakan variabel yang mengalami perubahan. Variabel terikatnya adalah pemahaman diri siswa.

##### 2. Indikator Variabel Penelitian

Tabel 2 Indikator Variabel Penelitian

Variabel	Definisi Operasional	Aspek	Indikator
Pemahaman diri Siswa (Y)	Menurut walgito, menyatakan bahwa	1. Aspek Fisik	Memahami segala kondisi jasmani yang ada di dalam diri siswa. Penting dalam

<sup>45</sup> Ulfa, Rafika. "Variabel Penelitian Dalam Penelitian Pendidikan." *AL-Fathonah* 1.1 (2021): 342-351.

<p>pemahaman diri ditujukan untuk memberikan bantuan kepada siswa dalam melihat dan memahami tentang dirinya.</p>		memahami fisik agar siswa tersebut dapat lebih mudah dalam menikmati hidup.
	2. Aspek Psikis	Memahami segala hal yang berkaitan dengan psikis atau kejiwaan seseorang, seperti kecerdasan, emosi, mental, dan lain sebagainya. Hal ini agar siswa dapat menyikapi pilihan karir dan masa depannya
	3. Aspek Minat	Mengetahui ketertarikan pada salah satu objek atau bidang tertentu. Penting bagi siswa untuk memahami hal ini, dengan adanya ketertarikan terhadap sesuatu maka keberhasilan, prestasi, dan cita-cita dapat mudah dicapai.
	4. Aspek Bakat	Memahami kemampuan atau kelebihan yang sudah ada sejak lahir yang bersifat genetic.

		5. Aspek Cita-cita	Mengetahui rancangan atau gambaran diri yang terjadi atau dilakukan oleh diri seseorang.
--	--	--------------------	--

### E. Desain Eksperimen

*True Experimental Design* dipilih peneliti sebagai desain eksperimen. Desain ini merupakan salah satu jenis eksperimen yang lebih baik jika disandingkan dengan desain eksperimen lainnya. Desain eksperimen ini adalah eksperimen yang dilakukan sesungguhnya karena telah memenuhi kriteria dalam melakukan eksperimen, yang berarti ada kelompok lain yang tidak diberikan eksperimen, tetapi kelompok tersebut tetap memperoleh observasi. Kelompok kontrol digunakan sebagai pembanding (kelompok kontrol), maka akibat dari adanya perlakuan terhadap kelompok eksperimen dapat kita ketahui secara pasti. Hal tersebut terjadi karena kelas kontrol yang tidak mendapatkan *treatment*, tetapi tetap diamati. Jenis dari *True Experimental Design* yang dipakai dalam penelitian ini adalah *Pretest-Posttest Control Group Design*<sup>46</sup>.

**Tabel 3 Desain Eksperimen**

Kelompok	Pretest	Perlakuan	Posttest
Eksperimen	R O1	X	O2
Kontrol	R O3	C	O4

(Sugiyono, 2019 : 134)

Keterangan :

- R : Sampel random
- X : Treatment/perlakuan (eksperimen)
- O1 : Pre test di kelompok eksperimen
- O2 : Post test di kelompok eksperimen
- O3 : Pre test di kelompok kontrol
- O4 : Post test di kelompok control

<sup>46</sup> S Sutrisno, Yatim Riyanto, and Waspodo Tjipto, 'Naturalistic: Jurnal Kajian Penelitian Dan Pendidikan Dan Pembelajaran', *Jurnal Kajian Penelitian Dan Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5.1 (2020), 718–29.

C : Control (tidak diberi perlakuan)

Dalam melakukan treatment ini, dua kelompok sampel akan diambil dengan acak dari pengambilan sampel sebelumnya. Kelas eksperimen akan menerima perlakuan, sedangkan kelas kontrol tidak akan menerima perlakuan. Pre-test dan post-test akan diberikan kepada masing-masing kelompok di awal dan di akhir penelitian. Selanjutnya, pengaruh pengobatan akan dievaluasi dengan menggunakan statistik t-test. Rancangan awal dalam penelitian ini adalah pemberian *pre test* kepada kedua kelompok untuk melihat kondisi yang berkaitan dengan variabel yang diteliti, sedangkan hasil dari *post test* bertujuan untuk mengontrol apakah ada perbedaan dari awal sampai akhir antara kelompok control dan kelompok eksperimen. Apabila dalam perlakuan (*treatment*) tersebut diperoleh suatu perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok tersebut, maka *treatment* yang diberikan memberikan pengaruh yang baik dan signifikan<sup>47</sup>.

Bentuk eksperimen yang akan dilakukan adalah peneliti akan memberikan treatment berupa permainan, yaitu game introspeksi diri. Model game introspeksi diri merupakan adaptasi dari permainan *Johari Window* yang fungsinya adalah untuk memberikan gambaran akan kesadaran diri siswa yang mana hal tersebut merupakan suatu aspek dalam memahami diri. Apabila rasa sadar dalam diri sudah ada, maka pemahaman dalam diri kita akan semakin terlihat. Pernyataan ini juga diperkuat oleh Santrock, yakni pemahaman diri siswa mengaitkan pengenalan-pengenalan suatu hal yang tidak mereka sadari sampai dengan hal yang disadari. Permainan ini memberikan fasilitas kepada siswa dalam mengetahui kekurangan, kelebihan, karir, dan sebagainya. Melalui permainan introspeksi diri, siswa akan mendapatkan *feedback* dari orang lain sehingga hal tersebut dapat digunakan untuk meningkatkan pemahaman akan dirinya. Pernyataan ini diperjelas oleh Johnson bahwa *feedback* dari orang terdekat atau lainnya, dipercaya dapat membuat pemahaman diri seseorang

---

<sup>47</sup> Herman Wijaya and Zul Fikri, 'Pengaruh Problem Based Learning (PBL) Terhadap Kemampuan Menulis Puisi Siswa Kelas VII MTS. Hizbul Wathan Semaya', *Bahasa: Jurnal Keilmuan Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 1.3 (2019), 149–58 <<https://doi.org/10.26499/bahasa.v1i3.7>>.



meningkat sehingga individu tersebut mengetahui akan aspek dalam diri beserta dengan konsekuensi dari perilaku atau hal yang tidak mereka sadari. Dalam melakukan permainan ini, setiap siswa bebas menilai tanpa rasa takut akan identitasnya diketahui oleh temannya<sup>48</sup>.

Pernyataan diatas sejalan dengan Teori *Johari Window* yang diciptakan tahun 1955 oleh dua orang psikolog dari Amerika bernama Joseph Lutf dan Harrington Ingham. Mereka menyatakan bahwa teori ini berkaitan dengan kesadaran diri mengenai tingkah laku ataupun pikiran pada diri dan orang lain. Teori ini juga memberikan pemahaman bahwa untuk dapat memahami diri sendiri tidak hanya dari perspektif individunya saja, tetapi dari perspektif orang lain juga.<sup>49</sup> Teori Johari Window yang bertujuan untuk melihat seberapa terbukanya diri dari individu. Teknik ini digunakan untuk melihat seberapa tinggi atau rendah tingkat keterbukaan dari diri seorang individu.<sup>50</sup>

Peneliti akan memberikan instruksi kepada siswa agar mereka menyiapkan peralatan yang akan digunakan untuk bermain game ini. Setelah semua siap, maka game introspeksi diri dapat dimulai sampai selesai. Tidak hanya game introspeksi saja, tetapi akan ada sebuah angket dalam bentuk *google form* yang akan diisi oleh siswa dengan tujuan agar lebih memperkuat pemahaman diri mereka. Hasil dari permainan tersebut akan dianalisis oleh peneliti melalui berbagai cara dan rumus yang mendukung. Hasil tersebut akan dapat memberikan jawaban apakah layanan bimbingan klasikal melalui game introspeksi ini dapat meningkatkan pemahaman diri pada siswa atau tidak.

## F. Teknik Pengumpulan Data

Kualitas sarana penelitian dan pengumpulan data adalah dua faktor penting yang sangat mempengaruhi kadar data dari hasil penelitian. Kualitas sarana

---

<sup>48</sup> Dahlia Novarianing Asri Puput Tri Anjanisari and Abstrak, 'PENINGKATAN PEMAHAMAN DIRI MELALUI MODEL PERMAINAN JOHARI WINDOW SISWA KELAS X AK 3 SMK SORE KOTA MADIUN TAHUN PELAJARAN 2012/2013', 2013.

<sup>49</sup> Dwi Indrawati, 'Penerapan Metode Permainan Johari Window Untuk Meningkatkan Pemahaman Tentang Konsep Diri Dalam Layanan Klasikal', *Jurnal Ilmiah Pro Guru*, 3.1 (2016), 1–23.

<sup>50</sup> Kata Kunci, 'PENINGKATAN KETERAMPILAN MENJAGA PERTEMANAN', 7.1 (2023), 43–50.

penelitian berkaitan dengan validitas dan reliabilitas instrumen, dan kualitas pengumpulan data berkaitan dengan keakuratan metode pengumpulan data. Dengan demikian, sarana penelitian yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya belum tentu dapat menghasilkan data yang diinginkan.

#### 1. Observasi (Pengamatan)

Observasi adalah proses mengamati, melihat secara langsung pada sebuah objek penelitian untuk dianalisis secara detail kegiatan apa saja yang dilakukan oleh subjek. Observasi ini dilakukan terhadap suatu aktivitas belajar dari siswa.<sup>51</sup>

Observasi dalam penelitian ini adalah mengamati siswa dalam hal pemahaman diri dan perencanaan karirnya. Disamping mengamati siswa, peneliti memberikan tugas kecil berupa pengisian kelebihan dan kekurangan, mata pelajaran yang disukai, jurusan yang akan diambil ketika kuliah, dan cita-cita kedepannya. Setelah diselidiki, ternyata ada beberapa siswa yang masih kurang mampu dalam melakukannya, sehingga layanan tambahan diperlukan untuk meningkatkan kualitas. Beberapa dari mereka yang datang ke ruang bk hanya untuk sekedar meminta saran dan pendapat tentang karir mereka.

#### 2. Wawancara

Wawancara adalah proses tanya jawab yang digunakan untuk mengumpulkan berbagai informasi antara orang yang diwawancarai dan orang yang diwawancarai. Wawancara biasanya dilakukan secara tatap muka atau secara langsung. Tahap pertama dari wawancara bertujuan untuk menciptakan hubungan kepercayaan antara orang yang diwawancarai dan orang yang diwawancarai. Tahap kedua mencakup pengumpulan data penting yang akan digunakan oleh peneliti pada akhirnya.<sup>52</sup>

Dalam penelitian ini, wawancara dilakukan kepada salah satu guru BK SMA Negeri 4 Purwokerto yang memberikan informasi terkait dengan

---

<sup>51</sup> Ridwan, Ahmad. "Etika dan Perilaku Koruptif dalam Praktek Manajemen Laba: Kajian Hermeneutik." *Jurnal Akuntansi dan Audit Indonesia* 14.2 (2010).

<sup>52</sup> Imami Nur Rachmawati, 'Pengumpulan Data Dalam Penelitian Kualitatif: Wawancara', *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 11.1 (2007), 35–40 <<https://doi.org/10.7454/jki.v11i1.184>>.

data siswa yang lolos di ptn pada tahun 2022 dan informasi pendukung lainnya, serta kepada salah satu siswa kelas XII yang menjadi sampel penelitian.

### 3. Angket (Kuesioner)

Angket adalah metode penelitian yang menggunakan beberapa point pertanyaan atau pernyataan untuk meminta tanggapan responden. Metode ini dapat efektif dan efisien jika peneliti memahami variabel yang akan diteliti dan mengetahui tanggapan responden. Kuesioner ini juga sangat cocok digunakan untuk penelitian yang subjeknya dalam jumlah banyak lebih dari 5 atau 10 orang, yang dapat diberikan pertanyaan terbuka maupun tertutup. Bentuk kuesioner ini bisa berupa cetakan kertas biasa atau menggunakan *platform internet*, seperti *google form*.<sup>53</sup>

Dalam penelitian ini, peneliti akan menyebarkan angket melalui *google form* karena dinilai lebih efektif dan efisien. Mengingat generasi sekarang sudah melek akan teknologi, maka hal ini perlu dimanfaatkan dengan cara menggunakan berbagai platform digital untuk mendukung proses pembelajaran sehingga siswa tidak akan tertinggal jauh dengan siswa lain di luar sana. Meskipun penggunaan angket berbasis *paper* atau kertas ini juga lebih mudah, tetapi dalam proses penginputan hasil akhirnya nanti yang sedikit lebih sulit jika dibandingkan dengan *google form*. Dalam hal ini, akan dilakukan pemberian angket sebanyak 2 kali, yaitu *pre test* dan *post test*.

Dalam penelitian ini, skala likert digunakan untuk mengukur perilaku atau kondisi seseorang dengan menggunakan 1 hingga 5 titik pilihan jawaban, yang dapat berupa sangat tidak setuju, tidak setuju, netral, setuju, dan sangat setuju. Jawaban paling positif terletak di bagian kanan garis, sedangkan jawaban yang tidak setuju terletak di bagian kiri garis.<sup>54</sup>

---

<sup>53</sup> Sugiyono, Prof. "Metodologi penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D." *Alfabeta, Bandung* (2011): 62-70.

<sup>54</sup> Weksi Budiaji and others, 'SKALA PENGUKURAN DAN JUMLAH RESPON SKALA LIKERT (The Measurement Scale and The Number of Responses in Likert Scale)', *Jurnal Ilmu Pertanian Dan Perikanan Desember*, 2.2 (2013), 127-33 <<http://umbidharma.org/jipp>>.

**Tabel 4 Skala Likert**

Sangat Tidak Setuju	1	2	3	4	5	Sangat Setuju
---------------------	---	---	---	---	---	---------------

**Tabel 5 Skor Alternatif Jawaban**

No.	Pertanyaan	Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
1.	Favorabel Pertanyaan Positif	5	4	3	2	1
2.	Unfavorabel Pertanyaan Negatif	1	2	3	4	5

Keterangan :

1. SS = Sangat Setuju
2. S = Setuju
3. N = Netral
4. TS = Tidak Setuju
5. STS = Sangat Tidak Setuju

Dalam membuat angket atau kuisioner ini, ada beberapa tolak ukur untuk melihat hasil pemahaman diri siswa setelah diberikan eksperimen berupa game introspeksi diri. Berikut adalah tolak ukur angket pemahaman diri siswa :

**Tabel 6 Tolak Ukur Pemahaman Diri Siswa**

Rentang Nilai	Kategori
0%-36%	Sangat Rendah
37%-51%	Rendah
52%-67%	Sedang
68%-83%	Tinggi
84%-100%	Sangat Tinggi

Kemudian, hasil dari angket tersebut akan dihitung menggunakan rumus :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Presentase yang dicapai

F = Frekuensi (jawaban siswa terhadap salah satu alternatif jawaban)

N = Jumlah Siswa

Angket ini akan diberikan kepada siswa setelah mereka menyelesaikan permainan tersebut. Setelah itu, siswa diperintahkan untuk mengisi angket yang ada di *google form* untuk lebih memperkuat pemahaman diri mereka. Angket tersebut harus diisi sesuai dengan kondisi yang sebenar-benarnya dialami oleh siswa. Setelah semua siswa mengisi *google form* yang sudah diberikan, peneliti akan menganalisis lebih lanjut terkait dengan seberapa jauh mereka dalam memahami diri sendiri.

#### 4. Dokumentasi

Dokumentasi adalah data yang dikumpulkan melalui berbagai sumber, seperti arsip, foto-foto kegiatan, dan buku-buku terkait.<sup>55</sup> Berbeda dengan dokumentasi, dokumen yaitu catatan kejadian yang sudah terjadi. Dokumen ini biasanya berisi tulisan, gambar, atau karya-karya yang memorable dari seseorang.<sup>56</sup> Dokumentasi yang digunakan adalah berupa daftar nama siswa dan foto-foto kegiatan penelitian di SMAN 4 Purwokerto.

### G. Prosedur Eksperimen

#### 1. Persiapan

Sebelum melakukan eksperimen, supaya penelitian ini berhasil sesuai dengan harapan dan tidak terjadi kendala yang berarti, maka diperlukan adanya persiapan dari peneliti. Tidak hanya persiapan dalam hal materi, tetapi perlengkapan juga dibutuhkan untuk mendukung penelitian. Persiapan yang dilakukan oleh peneliti sebagai berikut :

- a. Mempersiapkan angket pre test dan post test, serta peralatan game yang akan digunakan untuk melakukan penelitian nantinya.
- b. Melakukan wawancara dan observasi kepada guru BK di SMAN 4 Purwokerto terkait dengan berbagai jenis metode pembelajaran yang dipakai, kemudian berkonsultasi tentang metode game introspeksi yang akan dipakai untuk penelitian.
- c. Menentukan jadwal penelitian dan sampel yang akan digunakan.

---

<sup>55</sup> Ridwan, Ahmad. "Etika dan Perilaku Koruptif dalam Praktek Manajemen Laba: Kajian Hermeneutik." *Jurnal Akuntansi dan Audit Indonesia* 14.2 (2010).

<sup>56</sup> Ibid

d. Meminta daftar nama atau absen siswa yang akan menjadi sampel penelitian.

## 2. Pelaksanaan

Pelaksanaan penelitian ini akan dilakukan di kelas XII MIPA 6 SMAN 4 Purwokerto. Game ini dilakukan ketika mata pelajaran BK selama 45 menit atau 1 jam pelajaran. Game ini dirancang menggunakan satu kertas yang dilipat menjadi dua bagian sehingga menghasilkan empat kotak. Bagian awal atau bagian dalam ini berisi kekurangan, kelebihan, bakat, universitas dan program studi impian, serta minat dari pemilik kertas tersebut. Dimainkan oleh semua siswa yang ada di kelas.

Pertama, peneliti memberikan angket pre test terlebih dahulu kepada siswa untuk memperoleh hasil pemahaman diri siswa sebelum diberikan perlakuan, kemudian peneliti menjelaskan materi tentang pemahaman diri dan karir kepada siswa, supaya siswa tidak bingung ketika nanti memainkan game. Kedua, peneliti memberitahukan tata cara permainan ini sembari memberikan selembar kertas yang dilipat menjadi dua sisi, pada sisi depan luar diberikan identitas masing-masing pemilik kertas tersebut dan diberikan nomer urut sesuai banyaknya siswa yang ada di kelas, pada halaman tersebut nantinya akan diisi oleh setiap siswa tidak termasuk pemilik kertas. Ketiga, mereka diperintahkan untuk menilai dirinya sendiri terlebih dahulu kemudian barulah mereka memulai untuk menilai teman-temannya. Penilaian yang diberikan kepada masing-masing siswa adalah kelebihan/bakat/mata pelajaran yang paling menonjol, dan program studi relevan yang menurut mereka cocok untuk teman-temannya. Game tersebut akan dilakukan secara bergilir secara berurutan, tetapi mereka dapat mengisi secara acak pada setiap nomer yang sudah ditulis sebelumnya sehingga pemilik kertas tersebut tidak akan tahu siapa yang menulis nomer sekian. Seluruh siswa wajib mengisi satu nomer kecuali pemilik kertas. Ketika kertas tersebut sudah penuh dengan jawaban siswa, maka akan dikembalikan kembali kepada nama yang tertera di halaman depan tadi. Setelah itu, mereka diminta untuk melihat dan memadupadankan

penilaian sendiri dengan penilaian teman-temannya, setelah didapatkan berbagai respon dan reaksi barulah peneliti membuka sesi tanya jawab atau wawancara kepada siswa mengenai penilaian pemahaman diri tersebut. Tahap akhir adalah mereka diminta untuk mengisi angket post test yang telah disediakan guna memperdalam pemahaman diri mereka lagi.

### 3. Pengambilan Data (Tahap Akhir)

Siswa diminta untuk membaca dan memahami apa yang sudah ditulis oleh siswa lain. Setelah itu, peneliti akan memantau setiap siswa apakah mereka sebenarnya sudah paham dengan diri mereka atau justru membutuhkan bimbingan agar mereka mampu memahami diri sendiri. Selain memantau, peneliti akan melakukan wawancara kepada beberapa siswa kelas untuk lebih meyakinkan jawaban mereka tentang pemahaman dirinya. Game tersebut digunakan untuk mengetahui seberapa besar pemahaman mereka tentang diri sendiri. Jika mereka sudah paham maka game tersebut berhasil dijalankan, tetapi jika tidak maka perlu evaluasi lebih lanjut.

## H. Instrumen Pengumpulan Data

### 1. Skala Pemahaman diri

Walgito mengatakan bahwa tujuan pemahaman diri adalah untuk membantu siswa mengetahui dan memahami siapa diri mereka sendiri. Dalam proses ini, diharapkan siswa dapat memahami berbagai aspek diri mereka, seperti bakat, potensi, kemampuan, minat, dan cita-cita. Indikator dari aspek ini yang akan digunakan dalam penggunaan instrument atau alat ukur penelitian. Aspek dalam pemahaman diri, yaitu aspek fisik, aspek psikis, aspek minat, aspek bakat, dan aspek cita-cita. Angket pemahaman diri dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari Buku Pemahaman Individu karya Ahmad Sutoyo, serta dari penelitian terdahulu. Berdasarkan aspek tersebut, dibuat blueprint skala pemahaman diri siswa sebagai berikut<sup>57</sup> :

---

<sup>57</sup> Muzdallifah, Suarti, and Rayani.

**Tabel 7 Blue Print Variabel Pemahaman Diri**

No.	Aspek	Indikator	Item		Total
			Favo	Unfavo	
1.	Aspek Fisik	Memahami segala kondisi jasmani yang ada di dalam diri siswa.	2,4,16,18	1,3,15,17	8
2.	Aspek Psikis	Memahami segala hal yang berkaitan dengan psikis atau kejiwaan seseorang, seperti kecerdasan, emosi, mental, dan lain sebagainya.	6,8,20,22,24	5,7,19,21,23	10
3.	Aspek Minat	Mengetahui ketertarikan pada salah satu objek atau bidang tertentu.	10,12,26	9,11,25	6
4.	Aspek Bakat	Memahami kemampuan atau kelebihan yang sudah ada sejak lahir yang bersifat genetic.	14,28	13,27	4
5.	Aspek Cita-cita	Mengetahui rancangan atau	30	29	2



		gambaran diri yang terjadi atau dilakukan oleh diri seseorang.			
Total			30		

## I. Analisis Data Penelitian

Untuk menguji hipotesis penelitian, statistik inferensial digunakan. Anda dapat menggunakan statistik inferensial atau induktif untuk menganalisis sampel dan mengambil kesimpulan untuk populasi dari data sampel. Teknik ini memberikan cara yang lebih objektif untuk mengolah, mengumpulkan, menginterpretasi, serta menganalisis data-data kuantitatif. Data tersebut didapatkan dari hasil pengukuran yang dilakukan secara statistik yang sifatnya kuantitatif.<sup>58</sup>

Statistik inferensial dibagi menjadi dua kategori, yaitu statistika parametrik dan statistika nonparametrik. Statistika parametrik dapat digunakan untuk mengetes sebuah ukuran populasi melalui sebuah uji statistik atau dapat menguji ukuran populasi melalui data sampel. Statistika nonparametrik digunakan untuk menganalisis sebuah data berupa angka atau nominal. Statistika ini tidak menguji parameter populasi, melainkan menguji distribusinya.<sup>59</sup>

### 1. Uji Instrumen Penelitian

Dalam menganalisis suatu data terutama dalam lingkup kuantitatif, penggunaan uji validitas dan reliabilitas dapat menjadi salah satu pilihan. Keduanya memiliki point penting tersendiri untuk membantu menghasilkan suatu data yang dibutuhkan oleh peneliti.<sup>60</sup> Berikut penjabaran dari uji validitas dan reliabilitas.

#### a. Validitas

<sup>58</sup> Sutopo, Eng Yeri, and Achmad Slamet. *Statistik Inferensial*. Penerbit Andi, 2017.

<sup>59</sup> Ibid.

<sup>60</sup> Yusup, Febrinawati. "Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif." *Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan* 7.1 (2018).

Untuk menganalisis data menggunakan uji validitas memerlukan adanya pembuktian. Sebelum instrument penelitian digunakan, maka perlu dilakukan pengujian dengan membandingkan  $r$  hitung dan  $r$  tabel dengan derajat kebebasan sebesar ( $df = n-2$ ) dan nilai signifikansi 0,05. Kriteria dalam pengujian validitas yang digunakan adalah sebagai berikut<sup>61</sup> :

- i.  $H_0$  diterima apabila  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel menandakan bahwa alat ukur atau item di dalam instrumen yang digunakan valid.
  - ii.  $H_0$  ditolak apabila  $r$  statistik  $=$   $r$  tabel menandakan bahwa alat ukur atau item di dalam instrumen yang digunakan tidak valid)
  - iii. Signifikansi apabila  $<$  0,05 maka alat ukur tersebut dinyatakan valid.
  - iv. Signifikansi apabila  $>$  0,05 maka alat ukur tersebut tidak valid.
- b. Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan sebuah cara untuk menunjukkan seberapa jauh hasil dari suatu pengukuran yang konsisten jika alat ukur tersebut digunakan berkali-kali, karena setiap langkah tidak sama panjangnya, maka langkah lain sebaiknya tidak digunakan sebagai alat untuk mengukur panjang. Berbeda dengan alat ukur meteran, alat ini sangat konsisten dalam mengukur sehingga bisa digunakan berkali-kali.<sup>62</sup>

Pertanyaan atau pernyataan yang ada pada angket atau kuesioner harus dibuat dengan sebaik mungkin sehingga ketika angket tersebut dijawab oleh responden berkali-kali maka hasilnya pun akan relatif konsisten juga, biasanya untuk data penelitian dan kuesioner digunakan metode Cronbach's Alpha yang dihitung menggunakan *software* aplikasi SPSS versi 23.

---

<sup>61</sup> Novalia Hery Susanto, Achi Rinaldi, 'Analisis Validitas Reabilitas Tingkat Kesukaran Dan Daya Beda Pada Butir Soal Ujian Akhir Semester Ganjil Mata Pelajaran Matematika', 6.2 (2015), 1-6.

<sup>62</sup>Abdullah, Ma'ruf. "Metode penelitian kuantitatif." (2015).

## 2. Uji Prasyarat Analisis

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas, juga dikenal sebagai uji distribusi normalitas, digunakan untuk menentukan apakah data yang dikumpulkan sebelumnya normal atau tidak, sehingga dapat digunakan dalam statistik parametris atau inferensial. Selain itu, uji normalitas dapat didefinisikan sebagai pemeriksaan apakah data empiris yang diperoleh dari penelitian sesuai dengan distribusi teoritik tertentu. Uji normalitas ini dibangun dari distribusi normal. Dalam hal ini, mengacu pada uji normalitas, yang memungkinkan peneliti untuk menganggap bahwa sampel yang mereka kumpulkan benar-benar representasi populasi saat ini, sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan ke populasi.<sup>63</sup> Uji normalitas merupakan pengujian yang dilakukan dengan adanya tujuan untuk memberikan nilai dari persebaran data dari suatu kelompok data atau variabel penelitian yang dapat dilihat apakah persebaran data tersebut bersifat distribusi normal atau tidak.

Dalam penelitian ini menggunakan uji kolmogorov smirnov dalam SPSS versi 23 *for windows*. Hal yang mendasari pengambilan keputusan untuk menguji penelitian ini adalah jika  $\alpha = 0,05 > (\text{sig})$ , maka  $H_0$  ditolak. Kemudian jika  $\alpha = 0,05 < (\text{sig})$ , maka  $H_a$  diterima. Model regresi yang baik memiliki nilai residual yang berdistribusi normal.

### b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas merupakan sebuah pengujian yang bertujuan untuk memberikan kepercayaan kepada pembaca bahwa beberapa data yang dimanipulasikan ke dalam beberapa ragam analisis itu berasal dari populasi yang tidak jauh berbeda<sup>64</sup>.

---

<sup>63</sup> Nisrina Haniah, 'Uji Normalitas Dengan Metode Liliefors', *Statistika Pendidikan*, 1, 2013, 1–17 <<http://statistikapendidikan.com>>.

<sup>64</sup> Zulkifli Matondang, 'Pengujian Homogenitas Varians Data', *Taburlaasa PPS UNIMED*, 22.1 (2009), 1–12.

Uji homogenitas menguji variabilitas dua distribusi. Jika variasi dalam dua kelompok data atau lebih sama, uji homogenitas tidak perlu dilakukan karena data yang dicari sudah dianggap homogen. Jika dua kelompok data berada dalam distribusi normal, uji ini digunakan. Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah ada perbedaan pada uji statistic parametik. Misalnya, uji t, anova, dan anacova benar, menunjukkan bahwa perbedaan ini berasal dari perbedaan antar kelompok, bukan hanya dari perbedaan di dalam kelompok.<sup>65</sup>

Dalam penelitian ini, pengujian homogenitasnya dilakukan menggunakan Uji F Varians. Adapun rumus Uji F Varians sebagai berikut<sup>66</sup> :

$$F = \frac{S_1^2}{S_2^2}$$

Keterangan :

$S_1^2$  = Variasi kelompok 1

$S_2^2$  = Variasi kelompok 2

Dengan hipotesis pengujian :

Ho :  $\sigma_1^2 = \sigma_2^2$  (varians data homogen)

Ha :  $\sigma_1^2 \neq \sigma_2^2$  (varians data tidak homogen)

### 3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui pengaruh perlakuan saat ini atau untuk menunjukkan bahwa hipotesis ditolak atau diterima. Data yang akan digunakan untuk menghitung uji hipotesis ini antara lain data dari post-test yang dilakukan oleh kedua kelompok sampel dan data dari hasil kuisioner pemahaman diri siswa. Adanya uji normalitas dan homogenitas menunjukkan bahwa data yang dikumpulkan memenuhi asumsi bahwa mereka terdistribusi normal dan homogen. Dengan demikian, pengujian

<sup>65</sup> Rektor Sianturi, 'Uji Homogenitas Sebagai Syarat Pengujian Analisis', *Jurnal Pendidikan, Sains Sosial, Dan Agama*, 8.1 (2022), 386-97 <<https://doi.org/10.53565/pssa.v8i1.507>>.

<sup>66</sup> Matondang.

hipotesis menggunakan uji t. Selanjutnya, data dari post-test akan diproses menggunakan rumus uji t dengan taraf signifikansi 5% untuk menentukan perbedaan antara kedua kelompok sampel.<sup>67</sup>

Adapun rumus uji t yang digunakan dalam penelitian ini adalah Polled Varians. Berikut rumus uji t, Polled Varians<sup>68</sup> :

$$t_{hitung} = \frac{X_1 - X_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}\right)}}$$

(Sugiyono, 2014)

Keterangan :

$X_1$  : Nilai rata-rata post test dari kelas eksperimen

$X_2$  : Nilai rata-rata post test dari kelas kontrol

$n_1$  : Jumlah sampel dari kelas eksperimen

$n_2$  : Jumlah sampel kelas kontrol

$S_1$  : Varians dari kelas eksperimen

$S_2$  : Varians dari kelas kontrol

Kriteria Pengujian Hipotesis :

Pengujian hipotesis ini melihat perbandingan antara  $t_{hitung}$  dan  $t_{tabel}$  yang mana bahwa  $t_{tabel} = t_{(n_1+n_2-1)}$  dengan taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ . Jadi dapat disimpulkan bahwa :

- Jika nilai signifikansi (2-tailed)  $< 0.05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.
- Jika nilai signifikansi (2-tailed)  $> 0.05$ , maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.

<sup>67</sup> Zelisa Nudia Fitri, Yunita Arian Sani Anwar, and Agus Abhi Purwoko, 'Pengaruh Metode Praktikum Sederhana Pada Materi Kepolaran Senyawa Terhadap Minat Belajar Siswa Kelas X SMA', *Chemistry Education Practice*, 4.1 (2021), 90 <<https://doi.org/10.29303/cep.v4i1.2287>>.

<sup>68</sup> Melta Zahra, Widya Wati, and Deden Makbuloh, 'Pembelajaran SETS (Science, Environment, Technology, Society): Pengaruhnya Pada Keterampilan Proses Sains', *Indonesian Journal of Science and Mathematics Education*, 2.3 (2019), 320–27 <<https://doi.org/10.24042/ijmsme.v2i3.4357>>.

- c. Jika  $t$  hitung positif
- $t$  hitung  $\geq t$  tabel, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima (Berpengaruh).
  - $t$  hitung  $\leq t$  tabel, maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak (Tidak Berpengaruh).
- d. Jika  $t$  hitung negative
- $-t$  hitung  $\leq -t$  tabel, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima (Berpengaruh).
  - $-t$  hitung  $\geq -t$  tabel, maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak (Tidak Berpengaruh).



## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum SMA Negeri 4 Purwokerto**

Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 4 Purwokerto berada di Kabupaten Banyumas, Provinsi Jawa Tengah, Indonesia. Di SMA N 4 Purwokerto, siswa dari Kelas X hingga XII menerima pendidikan selama tiga tahun pelajaran dengan enam semester, sama seperti SMA umumnya. Situs sekolah SMA Negeri 4 Purwokerto berada di Jalan Letkol Isdiman No. 9 di Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah, Indonesia.<sup>69</sup>

#### **B. Gambaran Umum Layanan Bimbingan Konseling di SMA Negeri 4 Purwokerto**

Bimbingan dan konseling merupakan sebuah layanan yang dilakukan untuk memberikan bantuan dan pertolongan secara ilmiah menggunakan ilmu-ilmu konseling, pendekatan, dan teknik serta strategi dalam bidang layanan ini untuk membantu program sekolah, seperti karir dan atau keterampilan belajar siswa. Dalam hal ini, layanan bimbingan klasikal menjadi salah satu jenis dari bimbingan dan konseling yang memiliki peran paling besar daripada layanan bimbingan yang lain, serta bimbingan klasikal ini merupakan sebuah layanan yang bersifat efisien, khususnya untuk menangani permasalahan dari rasio jumlah konseli atau siswa dan konselor<sup>70</sup>.

BK yang ada di SMA Negeri 4 Purwokerto ini termasuk cukup baik dari seluruh SMA di Banyumas. Guru bk di sana berjumlah 3 orang yang terbagi untuk masing-masing jenjang kelas, yaitu Kelas X diampu oleh Pak Rangga Permana, S.Pd, Kelas XI diampu oleh Pak Lutfhi Randi, S,Pd, dan untuk Kelas XII diampu oleh Bu Dra. Dyah Mujiarti. Beliau-beliau yang mengampu pada layanan bimbingan dan konseling merupakan orang yang sudah ahli dalam bidangnya. Tidak jarang para siswa datang ke ruang bk untuk melakukan

---

<sup>69</sup> Website SMA Negeri 4 Purwokerto <http://www.sma4purwokerto.sch.id>

<sup>70</sup> Muh Farozin, 'PENGEMBANGAN MODEL BIMBINGAN KLASIKAL UNTUK MENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR SISWA SMP Muh', *Kinabalu*, 11.2 (2015), 50–57.

konsultasi tentang apapun, serta ada yang ingin menyelesaikan permasalahannya. SMA N 4 Purwokerto memiliki ruangan khusus yang dapat digunakan untuk melakukan layanan konsultasi dan layanan konseling sehingga ruangannya tidak akan tercampur dengan ruang guru yang lainnya. Hal ini semakin membuat citra bimbingan dan konseling menjadi lebih baik mengingat dasarnya adalah menjunjung tinggi kerahasiaan sehingga diharapkan dengan terpisahnya ruangan layanan bimbingan dan konseling ini membuat siapa saja yang datang untuk melakukan layanan akan lebih percaya dan nyaman<sup>71</sup>.

Jenis layanan yang ada di SMA N 4 Purwokerto ini, antara lain bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling individu, dan konseling sebaya. Bimbingan klasikal merupakan bimbingan yang sering dilakukan oleh guru bk dari masing-masing jenjang kelas. Bimbingan kelompok cenderung lebih jarang untuk digunakan, tetapi guru bk tetap akan memfasilitasi bimbingan kelompok apabila dibutuhkan. Konseling individu merupakan layanan yang sering juga dilakukan oleh guru bk dalam mengatasi permasalahan individu siswanya, sedangkan konseling sebaya atau yang masuk ke dalam Pusat Informasi dan Konseling Remaja merupakan program atau layanan bimbingan yang dilakukan oleh teman sebayanya, atau dilakukan oleh siswa dengan siswa, bukan lagi antara guru bk dengan siswa. Konseling sebaya ini sebenarnya merupakan sebuah organisasi yang bertujuan untuk mewujudkan program Penyiapan Kehidupan Berkeluarga bagi Remaja (PKBK). Program PIK R ini sebuah organisasi yang ditujukam dari, oleh, dan untuk siswa SMA N 4 Purwokerto<sup>72</sup>.

Bimbingan klasikal yang dilakukan oleh guru bk masih menggunakan metode ceramah, pemberian tugas, serta konsultasi. Meskipun tidak semuanya dilakukan, tetapi ada beberapa dari guru bk tersebut telah menerapkan beberapa metode baru dalam proses layanan bimbingan klasikal. Dari setiap guru bk memiliki karakteristik dalam melakukan pembelajaran masing-masing, tidak

---

<sup>71</sup> Website SMA Negeri 4 Purwokerto <http://www.sma4purwokerto.sch.id>

<sup>72</sup> Lutfi Faishol and Alief Budiyo, 'Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Coution Journal PERAN PUSAT INFORMASI KONSELING REMAJA (PIK-R) DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN KONTROL DIRI PERILAKU MENYIMPANG REMAJA', *Coution Journal: Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 1.02 (2020), 49–58.



bisa disamakan karena jenjang kelas yang diampu juga sudah berbeda, tetapi alangkah lebih baiknya jika metode pengajarannya diimprove atau ditambahkan lagi.

### C. Gambaran Umum Responden

Berdasarkan dari hasil angket kuesioner *pre test* dan *post test* yang telah dibagikan kepada responden, yaitu siswa kelas XII, yang dilaksanakan pada tanggal 22 Januari – 26 Februari 2024 selama 6 kali pertemuan, maka diperoleh gambaran tentang karakteristik responden yang diteliti dalam dua kelas. Berikut adalah karakteristik dari responden sebagai berikut:

#### 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

**Tabel 8 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

JENIS KELAMIN				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Laki-laki	28	35.9	35.9	35.9
Perempuan	50	64.1	64.1	100.0
Total	78	100.0	100.0	

*Sumber data diolah SPSS 23 (2024)*

Tabel 8 diatas menggambarkan data responden berdasarkan jenis kelamin yang menyatakan bahwa responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 28 orang dengan presentase 35,9%, sedangkan responden yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 50 orang dengan presentase 64,1% sehingga dalam hal ini responden yang mendominasi dalam penelitian ini adalah responden dengan jenis kelamin perempuan.

#### 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karir Setelah Lulus

**Tabel 9 Karakteristik Responden Berdasarkan Karir Setelah Lulus**

KARIR				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Universitas	64	82.1	82.1	82.1
Kedinasan	12	15.4	15.4	97.4
Politeknik	1	1.3	1.3	98.7
Bekerja	1	1.3	1.3	100.0
Total	78	100.0	100.0	

*Sumber data diolah SPSS 23 (2024)*

Tabel 9 menyajikan data responden berdasarkan karir yang menyatakan bahwa yang memilih karir masa depannya di Universitas sebanyak 64 orang dengan presentase 82,1%, yang memilih di Kedinasan sebanyak 12 orang dengan presentase 15,4%, yang memilih karir di Politeknik hanya ada 1 orang dengan presentase 1,3%, sedangkan yang memilih karirnya untuk bekerja hanya 1 orang dengan presentase 1,3%. Disimpulkan bahwa dalam penelitian ini mayoritas dari responden memilih jenjang karirnya ke Universitas, tetapi tidak sedikit pula yang memilih jenjang karirnya ke Kedinasan. Namun, hanya sedikit dari responden yang memilih Politeknik dan Bekerja.w

### 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Domisili

**Tabel 10 Karakteristik Responden Berdasarkan Domisili**  
**DOMISILI**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Purwokerto Utara	20	25.6	25.6	25.6
Purwokerto Timur	14	17.9	17.9	43.6
Purwokerto Selatan	15	19.2	19.2	62.8
Purwokerto Barat	3	3.8	3.8	66.7
Baturaden	6	7.7	7.7	74.4
Karanglewas	1	1.3	1.3	75.6
Kedungbanteng	2	2.6	2.6	78.2
Kembaran	9	11.5	11.5	89.7
Lumbir	1	1.3	1.3	91.0
Sokaraja	4	5.1	5.1	96.2
Sumbang	3	3.8	3.8	100.0
Total	78	100.0	100.0	

*Sumber data diolah SPSS 23 (2024)*

Tabel 10 menyajikan data responden berdasarkan domisili atau tempat tinggal mereka dalam lingkup kecamatan, yaitu dari Purwokerto Utara sebanyak 20 siswa dengan presentase 25,6%, dari Purwokerto Timur

sebanyak 14 siswa dengan presentase 17,9%, dari Purwokerto Selatan sebanyak 15 siswa dengan presentase 19,2%, dari Purwokerto Barat sebanyak 3 siswa dengan presentase 3,8%, dari Baturaden sebanyak 6 siswa dengan presentase 7,7%, dari Karanglewas sebanyak 1 siswa dengan presentase 1,3%, Kedungbanteng sebanyak 2 siswa dengan presentase 2,6%, Kembaran sebanyak 9 siswa dengan presentase 11,5%, Lumbir sebanyak 1 siswa dengan presentase 1,3%, Sokaraja sebanyak 4 siswa dengan presentase 5,1%, dan Sumbang sebanyak 3 siswa dengan presentase 3,8%. Data tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas domisili para responden menempati Kecamatan Purwokerto Utara.

#### **D. Proses Pengambilan Data**

Dalam proses pengambilan data mulai dilakukan pada Oktober 2023 sampai Februari 2024 di SMA Negeri 4 Purwokerto. Pada awalnya tanggal 04 Oktober 2023 peneliti melakukan observasi untuk memenuhi data di bagian bab pendahuluan. Dalam melakukan observasi pendahuluan, peneliti juga melakukan wawancara dengan guru BK di SMA Negeri 4 Purwokerto untuk menggali informasi lanjutan terkait dengan pemahaman diri pada siswa kelas XII yang berkaitan dengan karir mereka setelah lulus dari SMA. Setelah melewati serangkaian prosedur perizinan penelitian dari Fakultas Dakwah, kemudian ke MAL Pelayanan Publik Kabupaten Banyumas, dilanjutkan ke Kantor Cabang Dinas Pendidikan Wilayah X sampai kepada Kepala Sekolah SMA Negeri 4 Purwokerto yang memakan waktu kurang lebih satu bulan terhitung dari Bulan Desember 2023 sampai awal Januari 2024. Hasil dari perizinan tersebut dinyatakan bahwa peneliti diberikan izin untuk melakukan penelitian mulai dari Januari sampai Februari 2024.

Hasil dari penelitian ini dapat diketahui melalui penyebaran angket *pre test* dan *post test* yang sudah disiapkan sebelumnya. Rangkaian penelitian ini adalah penyebaran angket kepada siswa kelas XII SMA Negeri yang bukan berasal dari SMA Negeri 4 Purwokerto yang bertujuan untuk melihat apakah item-item dalam angket tersebut layak untuk diberikan kepada subyek penelitian atau tidak. Sekolah yang menjadi subjek untuk menguji validitas adalah SMA Negeri

1 Purwareja Klampok, yang dianggap memiliki kriteria sama dengan SMA Negeri 4 Purwokerto. Setelah didapatkan hasil bahwa item angket tersebut layak untuk disebar, maka selanjutnya adalah menyebarkan kepada sampel penelitian. Angket *pre test* terlebih dahulu, kemudian pemberian *treatment* atau perlakuan, dan terakhir adalah penyebaran angket *post test* sebagai penutup penelitian. Tujuan dari penyebaran angket dan pemberian *treatment* adalah untuk memperoleh data pemahaman diri pada siswa.

Sampel yang diambil sebanyak 78 siswa yang dikelompokkan menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan masing-masing kelas berjumlah 39 siswa. Mengingat setiap kelas asli hanya berisi 35 siswa, maka pengambilan sampel ini menggunakan teknik random sampling yang berarti tidak ada kriteria khusus untuk sampelnya sehingga tambahan 4 siswa lagi untuk masing-masing kelas mengambil dari kelas lain. Kelas eksperimen merupakan kelas yang akan diberikan perlakuan berupa pemberian game introspeksi diri, sedangkan kelas kontrol adalah kelas yang tidak diberikan perlakuan hanya diberikan angket *pre test* dan *post test* saja. Penelitian eksperimen ini berlangsung selama 6 kali pertemuan menggunakan jam mata pelajaran BK dengan durasi setiap pertemuan selama 45 menit. Berikut rincian proses pengambilan data :

### **1. Pertemuan Pertama**

Pertemuan pertama dilaksanakan pada 22 Januari 2024. Pada pertemuan pertama ini, peneliti menyampaikan maksud dan tujuan kepada kelas yang menjadi sampel penelitian, yaitu kepada kelas XII MIPA 6 dan XII IPS 1. Pada awal pertemuan ini, peneliti didampingi oleh guru bk untuk diperkenalkan kepada siswa sebelum peneliti memperkenalkan diri sendiri. Dalam pertemuan ini, peneliti melakukan pendekatan kepada para siswa dan sharing tentang karir dan pemahaman diri secara umum, kemudian memberikan beberapa gambaran kegiatan yang akan dilaksanakan pada pertemuan-pertemuan berikutnya agar mereka dapat mempersiapkan diri. Dalam pertemuan ini, peneliti belum menentukan kelas mana yang akan dijadikan kelas kontrol maupun kelas eksperimen mengingat belum

mengetahui hasil dari pre test yang akan dibagikan pada pertemuan selanjutnya.

## **2. Pertemuan Kedua**

Pertemuan kedua dilaksanakan pada 29 Januari 2024. Pada pertemuan ini peneliti mulai menyebarkan angket *pre test* pemahaman diri kepada kedua kelas tersebut. Pre test tersebut diberikan dengan tujuan untuk mengetahui hasil awal pemahaman diri siswa sebelum diberikan perlakuan. Disamping itu, siswa diminta untuk mengisi absen yang menandakan bahwa mereka telah selesai mengisi angket *pre test* tersebut. Kemudian peneliti memberikan informasi terkait dengan pelaksanaan *treatment* atau eksperimen tersebut pada pertemuan selanjutnya sehingga siswa dapat menyiapkan dirinya. Setelah dihitung dari hasil angket, didapatkan bahwa kelas XII MIPA 6 memiliki jumlah rata-rata yang lebih rendah dibandingkan dengan kelas XII IPS 1 sehingga kelas XII MIPA 6 yang akan dijadikan sebagai kelas eksperimen untuk diberikan materi dan *treatment* game introspeksi diri pada pertemuan selanjutnya.

## **3. Pertemuan Ketiga**

Pertemuan ini dilaksanakan pada 19 Februari 2024. Pada pertemuan ini dilakukan pemberian *treatment* lain berupa game introspeksi diri. Dalam hal ini, peneliti memberikan pengarahan terlebih dahulu dalam melakukan game introspeksi diri. Sebelum itu, peneliti memberikan materi pengantar secara singkat mengenai pemahaman diri dan karir agar siswa dapat memahami secara umum dahulu. Kemudian siswa diberikan kertas game yang sudah disiapkan oleh peneliti untuk diisi sesuai dengan perintah yang diarahkan. Setelah itu, siswa akan diberikan waktu selama kurang lebih 3 menit untuk menuliskan penilaian terhadap dirinya sendiri, baru kemudian siswa menuliskan penilaian terhadap teman-temannya yang diberi waktu selama 15 detik. Siswa hanya diperintahkan untuk menilai bakat dan program studi yang cocok untuk teman-temannya. Penilaian terhadap teman-temannya dilakukan secara bergilir atau mengular sesuai urutan tempat duduk, tetapi ketika mengisi penilaian siswa dibebaskan untuk

mengisi dinomer manapun sesuka hati mereka, agar si pemilik kertas tersebut tidak mengetahui siapa yang menilai dirinya di nomor-nomor tertentu. Setelah selesai, siswa diminta untuk melihat hasil dari game introspeksi diri tersebut dan memahami isinya. Kemudian peneliti melakukan wawancara kepada beberapa siswa apakah pemahaman diri mereka lebih meningkat atau bahkan tidak meningkat sama sekali yang artinya masih sama seperti awal.

#### 4. Pertemuan Keempat

Pertemuan keempat dilaksanakan pada 26 Februari 2024. Pada pertemuan ini peneliti menyebarkan angket *post test* kepada dua kelas tersebut untuk dilihat hasilnya. Post test diberikan untuk melihat hasil akhir dari pemahaman diri mereka baik yang setelah diberi perlakuan maupun yang tidak. Disamping itu mereka juga diminta untuk mengisi absen terakhir sebagai penutup bahwa mereka telah selesai mengisi angket *post test* tersebut. Pada pertemuan ini, peneliti juga pamit undur diri dengan memberikan kenang-kenangan dan hadiah kepada para sampel karena mereka telah bersedia untuk membantu peneliti sehingga penelitian ini dapat berjalan sesuai dengan rencana. Tidak lupa juga untuk mengambil dokumentasi sebagai tanda bahwa serangkaian penelitian telah dilaksanakan.

### E. Hasil Analisis Data

#### 1. Uji Instrumen Pengumpulan Data

##### a. Uji Validitas

Fungsi dari uji validitas untuk mengetahui item di dalam alat ukur yang digunakan bersifat valid atau tidak. Pengujian validitas pada perangkat lunak berupa *Statistical Package for Science (SPSS)* versi 23 dengan analisis korelasi *bivariate*. Dalam item kuesioner memiliki nilai  $r$  hitung yang dibandingkan dengan  $r$  table untuk mendapatkan hasil valid atau tidak. Nilai  $r$  table dapat diperoleh menggunakan rumus  $df = n - 2$  dengan taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$  uji dari dua arah. Adapun kriteria dalam pengambilan keputusan uji validitas ini apabila nilai  $r$

hitung  $>$  r table, maka item kuesioner tersebut dikatakan valid, sedangkan apabila nilai r hitung  $<$  r table maka item kuesioner tersebut tidak valid. Dalam penelitian ini, apabila nilai n sebanyak 78 sampel, maka :

$$df = n - 2$$

$$df = 78 - 2$$

$$df = 76$$

Dengan signifikansi 0,05 maka didapatkan nilai r table yaitu 0,220.

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan uji validitas kepada siswa kelas XII SMA Negeri 1 Purwareja Klampok sebanyak 78 siswa yang terbagi dalam 2 kelas. Angket pemahaman diri siswa ini berjumlah 30 butir soal/item yang akan diujikan. Responden tersebut dipilih karena dianggap memiliki kesamaan dengan sampel penelitian yang asli.

**Tabel 11 Hasil Uji Validitas Pemahaman Diri Siswa**

No. Item	R Hitung	R Tabel	Keterangan
1	0,51822	0.220	Valid
2	0,503672	0.220	Valid
3	0,609573	0.220	Valid
4	0,356126	0.220	Valid
5	0,430718	0.220	Valid
6	0,356185	0.220	Valid
7	0,176415	0.220	Tidak Valid
8	0,102425	0.220	Tidak Valid
9	0,586419	0.220	Valid
10	0,457553	0.220	Valid
11	0,624977	0.220	Valid
12	0,552526	0.220	Valid

13	0,533187	0.220	Valid
14	0,592304	0.220	Valid
15	0,574754	0.220	Valid
16	0,4611	0.220	Valid
17	0,527915	0.220	Valid
18	0,320757	0.220	Valid
19	0,540636	0.220	Valid
20	0,432039	0.220	Valid
21	0,44509	0.220	Valid
22	0,464816	0.220	Valid
23	0,53043	0.220	Valid
24	0,565577	0.220	Valid
25	0,512792	0.220	Valid
26	0,539281	0.220	Valid
26	0,727513	0.220	Valid
28	0,707134	0.220	Valid
29	0,673782	0.220	Valid
30	0,552942	0.220	Valid

*Sumber data diolah SPSS 23 (2024)*

Berdasarkan tabel 11 di atas menunjukkan bahwa dari 30 item, ada sebanyak 28 item yang berada pada  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel, maka item-item tersebut dinyatakan **Valid**. Namun, terdapat 2 buah item yang berada pada  $r$  Hitung  $<$   $r$  Tabel, yaitu item nomor 7 ( $0,17641 < 0,220$ ) dan item nomor 8 ( $0,102425 < 0,220$ ), maka 2 item ini dinyatakan **Tidak Valid**, sehingga 2 item tersebut harus dibuang atau dihapus dan tidak dapat dijadikan sebagai instrumen dalam penelitian. Dengan demikian, hanya



ada sejumlah 28 butir item pernyataan mengenai pemahaman diri siswa yang akan digunakan sebagai instrument penelitian lebih lanjut.

#### b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah suatu uji yang dilakukan setelah semua uji validitas dikatakan valid. Uji reliabilitas ini berfungsi untuk mengukur tingkat kepercayaan atau ketetapan instrument dalam penelitian. Dalam penelitian ini menggunakan rumus *Cronbach's alpha* yang dibantu dengan aplikasi dari SPSS versi 23 sebagai rumus untuk menguji reliabilitas. Dasar pengambilan keputusan kuesioner ini dikatakan reliabel jika nilai dari Cronbach's alpha  $> 0,60$ . Berikut adalah hasil uji reliabilitas terhadap kuesioner dari variabel pemahaman diri :

**Tabel 12 Hasil Uji Reliabilitas Pemahaman Diri Siswa**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.904	28

*Sumber data diolah SPSS 23 (2024)*

Berdasarkan tabel 12 diatas menunjukkan bahwa nilai dari Cronbach's alpha terhadap angket pemahaman diri siswa adalah  $0.904 > (0,60)$ . Maka kesimpulan yang dapat diambil adalah variabel tersebut

**Reliabel.**

**Tabel 13 Hasil Data Statistik Deskriptif**

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre Test Eksperimen	39	76	133	107.21	13.526
Post Test Eksperimen	39	90	134	110.08	10.233
Pre Test Kontrol	39	83	134	107.41	10.901
Post Test Kontrol	39	71	136	107.72	12.526
Valid N (listwise)	39				

*Sumber : Data diolah SPSS 23 (2024)*

Berdasarkan tabel 13 disajikan data nilai minimum pre test kelas eksperimen adalah 76, sedangkan pada kelas kontrol adalah 83. Nilai minimum post test kelas eksperimen adalah 90, sedangkan kelas kontrol adalah 71. Nilai maksimum pre test kelas eksperimen adalah 133,

sedangkan kelas kontrol adalah 134. Nilai maksimum post test kelas eksperimen adalah 134, sedangkan kelas kontrol adalah 136. Nilai rata-rata pre test eksperimen adalah 107.21, sedangkan kelas kontrol adalah 107.41. Nilai rata-rata post test kelas eksperimen adalah 110.08, sedangkan kelas kontrol adalah 107.72. Nilai standar deviasi pre test eksperimen adalah 13.526, sedangkan kelas kontrol adalah 10.901. Nilai standar deviasi post test eksperimen adalah 10.233, sedangkan kelas kontrol adalah 12.526.

## 2. Uji Asumsi Klasik

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan dalam sebuah penelitian untuk melihat dan mengukur apakah data yang telah didapatkan berdistribusi normal atau tidak sehingga data tersebut dapat digunakan dalam statistic parametris. Normalitas merupakan sebuah uji untuk mengukur apakah data yang didapatkan setelah melakukan penelitian eksperimen di lapangan dapat sesuai dengan distribusi teoritis tertentu dilihat dari pengambilan kesimpulan apabila nilai dari signifikansinya lebih dari nilai probabilitasnya, yaitu sebesar 0.05.<sup>73</sup>

**Tabel 14 Hasil Uji Normalitas**

		Tests of Normality					
	Kelas	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil Pemahaman Diri Siswa	PreTest Eksperimen	.109	39	.200*	.976	39	.565
	PostTest Eksperimen	.105	39	.200*	.984	39	.852
	PreTest kontrol	.068	39	.200*	.991	39	.986
	PostTest Kontrol	.098	39	.200*	.975	39	.536

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Sumber data diolah SPSS 23 (2024)

Berdasarkan tabel 14 hasil uji normalitas dari angket pre test dan post test terhadap dua kelas, yaitu kelas eksperimen dan kelas control, dinyatakan bahwa nilai sig *Kolmogorov-Smirnov* dari keempat data

<sup>73</sup> Haniah.

tersebut adalah 0.20 yang berarti lebih besar dari nilai probabilitasnya sebesar 0.05, maka hasil uji normalitas dengan *Kolmogorov-Smirnov* dinyatakan berdistribusi **normal**. Sedangkan nilai sig *Shapiro-Wilk* dari pre test 0.565 dan post test 0.852 kelas eksperimen, serta dari pre test 0.986 dan post test 0.536 kelas kontrol, lebih besar dari nilai probabilitas sebesar 0.05, maka hasil uji normalitas dengan *Shapiro-Wilk* dinyatakan berdistribusi **normal**. Dengan demikian, penelitian ini dapat dilanjutkan ke tahap selanjutnya oleh peneliti untuk diteliti dan dianalisis hasilnya.

#### b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dalam penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui suatu variasi (keberagaman) data dari dua atau lebih kelompok yang bersifat homogen (sama) atau heterogen (tidak sama). Data yang bersifat homogen tersebut yang nantinya akan dijadikan sebagai syarat (secara tidak mutlak) dalam melakukan uji independent sample t-test. Nilai suatu data dapat dikatakan homogen apabila nilai dari signifikansinya lebih besar dari nilai probabilitasnya, yaitu sebesar 0.05.

**Tabel 15 Hasil Uji Homogenitas**

Test of Homogeneity of Variance					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil	Based on Mean	.690	1	76	.409
Pemahaman Diri Siswa	Based on Median	.705	1	76	.404
	Based on Median and with adjusted df	.705	1	71.923	.404
	Based on trimmed mean	.694	1	76	.407

Sumber data diolah SPSS 23 (2024)

Berdasarkan tabel 15 hasil uji homogenitas menunjukkan bahwa nilai sig 0.409 lebih besar dari (0.05), maka dapat dikatakan bahwa data sampel tersebut berasal dari populasi yang memiliki variasi atau varians yang sama atau **homogen**. Dengan demikian, disimpulkan bahwa hasil uji homogenitas yang sudah didapatkan dalam penelitian ini adalah homogen sehingga dapat digunakan dalam penelitian selanjutnya.

### 3. Hasil *Pre-test* Pemahaman diri Siswa Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

**a. Hasil *Pre-test* Pemahaman diri Siswa Kelas Eksperimen**

**Tabel 16 Hasil Pre Test Kelas Eksperimen**

No.	Kriteria	Responden	Presentase
1.	Sangat Rendah	0	0%
2.	Rendah	0	0%
3.	Sedang	6	15%
4.	Tinggi	22	57%
5.	Sangat Tinggi	11	28%
<b>Jumlah</b>		39	100%

*Sumber data diolah Microsoft Excel 2021 (2024)*

Berdasarkan tabel 16, data diatas menyatakan bahwa pemahaman diri di kelas eksperimen sebanyak 28% siswa memiliki pemahaman diri yang sangat tinggi, sedangkan 57% siswa memiliki pemahaman yang tinggi. Namun, sebanyak 15% siswa memiliki pemahaman yang sedang.

**b. Hasil *Pre-test* Pemahaman diri Siswa Kelas Kontrol**

**Tabel 17 Hasil Pre Test Kelas Kontrol**

No.	Kriteria	Responden	Presentase
1.	Sangat Rendah	0	0%
2.	Rendah	0	0%
3.	Sedang	4	10%
4.	Tinggi	29	75%
5.	Sangat Tinggi	6	15%
<b>Jumlah</b>		39	100%

*Sumber data diolah Microsoft Excel 2021 (2024)*

Berdasarkan tabel 17, data diatas menyatakan bahwa pemahaman diri di kelas eksperimen sebanyak 15% siswa memiliki pemahaman diri yang sangat tinggi, sedangkan 75% siswa memiliki pemahaman yang tinggi. Namun, sebanyak 10% siswa memiliki pemahaman yang sedang.

#### 4. Hasil *Post-test* Pemahaman diri Siswa Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

##### a. Hasil *Post-test* Pemahaman diri Siswa Kelas Eksperimen

**Tabel 18 Hasil Post Test Kelas Eksperimen**

No.	Kriteria	Responden	Presentase
1.	Sangat Rendah	0	0%
2.	Rendah	0	0%
3.	Sedang	3	8%
4.	Tinggi	25	64%
5.	Sangat Tinggi	11	28%
<b>Jumlah</b>		39	100%

*Sumber data diolah Microsoft Excel 2021 (2024)*

Berdasarkan tabel 18, data diatas menyatakan bahwa pemahaman diri di kelas eksperimen sebanyak 28% siswa memiliki pemahaman diri yang sangat tinggi, sedangkan 64% siswa memiliki pemahaman yang tinggi. Namun, sebanyak 8% siswa memiliki pemahaman yang sedang.

##### b. Hasil *Post-test* Pemahaman diri Siswa Kelas Kontrol

**Tabel 19 Hasil Post Test Kelas Kontrol**

No.	Kriteria	Responden	Presentase
1.	Sangat Rendah	0	0%
2.	Rendah	1	3%
3.	Sedang	2	5%
4.	Tinggi	27	69%
5.	Sangat Tinggi	9	23%
<b>Jumlah</b>		39	100%

*Sumber data diolah Microsoft Excel 2021 (2024)*

Berdasarkan tabel 19, data diatas menyatakan bahwa pemahaman diri di kelas eksperimen sebanyak 23% siswa memiliki pemahaman diri yang sangat tinggi, sedangkan 69% siswa memiliki pemahaman yang tinggi. Kemudian, sebanyak 5% siswa memiliki

pemahaman yang sedang. Namun, ada 3% siswa yang memiliki pemahaman rendah.

## 5. Uji Hipotesis

### a. Uji Sampel *Paired T-Test* Kelas Eksperimen

**Tabel 20 Hasil Uji *Sampel Paired T-Test* Kelas Eksperimen**

		Paired Samples Test							
		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	PRE TEST - POST TEST	-2.87179	14.64345	2.34483	-7.61865	1.87506	1.225	38	.228

*Sumber data diolah SPSS 23 (2024)*

Berdasarkan tabel 20 hasil uji *sampel paired t-tes*, nilai *mean paired differences* adalah sebesar -2.87179. Nilai ini menunjukkan selisih antara pre test dan post test pada kelas eksperimen (107.2051 – 110.0769), dan selisih perbedaan tersebut antara -7.61865 sampai dengan 1.87506 (*95% Confidence Interval of the Difference Lower and Upper*), sehingga diketahui nilai Sig. (2-tailed) adalah sebesar **0.2228 > 0.05**. Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa **tidak terdapat perbedaan atau pengaruh** yang signifikan antara hasil pemahaman diri siswa pada data pre test dan post test setelah diberikan game introspeksi diri.

### b. Uji Sampel *Paired T-Test* Kelas Kontrol

**Tabel 21 Hasil Uji *Sampel Paired T-Test* Kelas Kontrol**

		Paired Samples Test							
		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper

Pair 1	PRE TEST - POST TEST	-.30769	11.49177	1.84016	-4.03289	3.41751	.167	38	.868
-----------	-------------------------------	---------	----------	---------	----------	---------	------	----	------

Sumber data diolah SPSS 23 (2024)

Berdasarkan tabel 21, nilai mean paired differences  $-.30769$ . Nilai ini menunjukkan selisih antara pre test dan post test pada kelas kontrol, atau  $(107.4103 - 107.7179)$ , dan selisih perbedaan tersebut antara  $-4.03289$  sampai dengan  $3.41751$  (*95% Confidence Interval of the Difference Lower and Upper*), sehingga diketahui nilai Sig. (2-tailed) adalah sebesar  $0.868 > 0.05$ . Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa **tidak terdapat perbedaan atau pengaruh** yang signifikan antara hasil pemahaman diri siswa pada data pre test dan post test.

#### 6. Analisis Perbandingan Pemahaman diri Siswa Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

Tabel 22 Perbandingan Total Skor Responden

No	Kelas Eksperimen		Kelas Kontrol	
	Pre Test	Post Test	Pre Test	Post Test
1	118	118	126	104
2	96	95	98	107
3	97	104	101	96
4	133	108	92	89
5	124	126	104	124
6	103	113	134	136
7	84	108	108	104
8	113	119	116	98
9	119	110	119	124
10	92	90	113	112
11	131	128	101	98
12	123	108	111	122
13	92	93	113	117
14	101	103	105	98
15	122	107	97	102
16	103	107	103	99
17	76	134	91	99
18	112	115	100	85
19	109	111	112	116
20	115	111	83	96

21	119	100	111	106
22	98	100	107	115
23	101	125	105	71
24	118	120	114	111
25	123	109	116	105
26	103	108	98	111
27	102	113	120	102
28	100	98	86	107
29	91	93	114	108
30	79	100	113	132
31	108	111	103	108
32	114	110	108	113
33	100	119	106	112
34	109	108	105	112
35	101	105	99	99
36	115	118	122	121
37	115	121	99	108
38	100	124	109	111
39	122	103	127	123

*Sumber data diolah Microsoft Excel 2021 (2024)*

Berdasarkan tabel diatas dinyatakan bahwa rata-rata pre test dan post test pada kelas eksperimen (107.2051 – 110.0769), sedangkan pada kelas kontrol (107.4103 – 107.7179). Dari perhitungan tersebut kelas yang mendapatkan treatment atau perlakuan dan yang tidak mendapatkan perlakuan mengalami sedikit peningkatan.

**Tabel 23 Perbandingan Rata-rata Skor Item**

No	Kelas Eksperimen		Kelas Kontrol	
	Pre Test	Post Test	Pre Test	Post Test
1	4,153846	3,589744	4,153846	4
2	4,128205	3,692308	4,230769	4
3	4,153846	3,974359	3,974359	4,282051
4	4,230769	4,461538	4,025641	4,358974
5	3,25641	3,564103	3,923077	3,410256
6	3,589744	4,025641	3,923077	3,410256
7	3,333333	3,897436	3,487179	3,846154
8	3,358974	4,410256	3,641026	4,025641
9	3,820513	4,051282	3,692308	3,717949
10	3,871795	3,923077	3,589744	3,769231
11	3,717949	3,717949	3,564103	3,564103



12	3,846154	3,461538	4,153846	3,769231
13	3,615385	4,102564	3,641026	3,974359
14	3,615385	4,025641	3,769231	3,820513
15	3,948718	3,641026	4,153846	4,307692
16	4,153846	4,128205	4,307692	4,358974
17	3,512821	3,74359	3,384615	3,692308
18	3,589744	3,564103	3,692308	3,538462
19	3,74359	4,615385	3,410256	3,512821
20	3,589744	4,051282	3,487179	3,564103
21	3,461538	3,666667	3,358974	3,435897
22	3,358974	4,512821	3,717949	3,512821
23	4,051282	4,333333	4,051282	4,051282
24	4,102564	4,358974	4,230769	4,025641
25	3,871795	3,384615	3,564103	3,461538
26	3,948718	3,923077	3,615385	3,74359
27	4,564103	3,461538	4,25641	4,282051
28	4,615385	3,794872	4,410256	4,282051

*Sumber data diolah Microsoft Excel 2021 (2024)*

Berdasarkan tabel 23 menyajikan secara detail mengenai beberapa item yang menyatakan pemahaman diri sesuai yang ada di dalam game introspeksi diri, yaitu item nomor 11 dan 12 tentang bakat, 23 dan 24 tentang minat, 25 dan 26 tentang kelebihan kekurangan, serta 27 dan 28 tentang karir atau cita-cita. Item-item tersebut mengalami penurunan, baik dari segi total maupun rata-ratanya. Pada kelas eksperimen, item nomor 11 (3,71-3,71), nomor 12 (3,84-3,46), nomor 25 (3,87-3,38), nomor 26 (3,94-3,92), nomor 27 (4,56-3,46), dan nomor 28 (4,61-3,79). Pada kelas kontrol item nomor 11 (3,56-3,56), nomor 12 (4,15-3,76), nomor 23 (4,05-4,05), nomor 24 (4,23-4,02), nomor 25 (3,56-3,46), dan nomor 28 (4,41-4,28).

## **7. Hasil dan Pembahasan Penelitian**

### **a. Hasil Analisis Data**

Berdasarkan perhitungan telah dihasilkan dari dua kelas tersebut, dijelaskan bahwa tidak adanya peningkatan pemahaman diri pada siswa kelas XII yang berarti. Melihat hasil dari pre test pada kelas eksperimen sebanyak 28% siswa memiliki pemahaman diri sangat tinggi, 57% siswa

memiliki pemahaman diri tinggi, sedangkan 15%nya memiliki pemahaman diri yang sedang atau cukup.

Dari hasil pre test tersebut masih terdapat beberapa siswa yang memiliki pemahaman diri yang cukup dibandingkan dengan kelas kontrol yang cenderung lebih sedikit. Peneliti memberikan treatment atau perlakuan kepada kelas eksperimen melalui game introspeksi secara klasikal agar mereka mampu mengelola pemahaman dirinya. Namun kesimpulannya, kelas eksperimen yang diberikan perlakuan tidak mengalami peningkatan dalam pemahaman dirinya. Berdasarkan dari hasil uji *sampel paired t-test* mengenai “Pengaruh Game Introspeksi Terhadap Peningkatan Pemahaman Diri Pada Siswa SMA Negeri 4 Purwokerto”, diperoleh hasil yang menunjukkan perbedaan antara pre test dan post test pada kelas eksperimen (107.2051–110.0769), sehingga diketahui nilai Sig. (2-tailed) adalah  $0.2228 > 0.05$ . Maka dari itu, perlakuan game introspeksi diri yang diberikan kepada kelas eksperimen **tidak berpengaruh terhadap** peningkatan pemahaman diri pada siswa kelas XII.

#### **b. Pembahasan**

Eksperimen ini dijadwalkan pada bulan Januari 2023 hingga Februari 2024, terhitung dari pengamatan atau observasi, pembuatan rancangan proposal, menyebar angket, post test, sampai dengan penelitian eksperimen kepada siswa. Dalam hal ini, pre test yang diberikan kepada siswa seberapa paham mereka tentang diri sendiri serta karir yang akan ditempuh setelah lulus SMA nantinya.

Penelitian dilakukan sebanyak 6 pertemuan dengan estimasi 45 menit setiap pertemuan karena peneliti menggunakan waktu mata pelajaran bimbingan dan konseling. Pertemuan awal, peneliti didampingi oleh guru bk untuk datang ke kelas sampel dengan mengamalkan 5S (senyum, salam, sapa, sopan, santun) agar mampu menciptakan kedekatan yang baik. Sebelum peneliti memperkenalkan diri, terlebih dahulu guru bk yang memperkenalkan peneliti kepada siswa. Setelah itu,

barulah peneliti memperkenalkan diri serta menanyakan kabar kepada mereka dilanjutkan dengan pemaparan maksud serta tujuan peneliti datang kedua kelas tersebut. Setelah itu, peneliti membuka pertanyaan atau diskusi kepada siswa apabila ada yang ingin ditanyakan dari peneliti. Setelah semua selesai, peneliti pamit undur diri dan memberikan informasi terkait kegiatan pertemuan kedepan. Pertemuan kedua, seperti pertemuan sebelumnya, peneliti melakukan awal kegiatan yang sama kemudian mulai untuk menyebarkan angket pre test tentang pemahaman diri dan karir kepada dua kelas sampel pada hari yang sama. Disela-sela pengerjaan pre test, siswa diminta untuk menandatangani absen yang telah disediakan oleh peneliti, serta untuk laporan kepada guru bk. Waktu pengerjaan pre test dilakukan selama kurang lebih 10-20 menit, dilanjut dengan pembukaan sesi diskusi kepada siswa tentang pemahaman diri siswa. Setelah waktu pelajaran selesai, peneliti izin pamit dan memberikan informasi kembali terkait kegiatan dengan selanjutnya. Peneliti menginstruksikan seluruh siswa untuk berdoa sesuai dengan keyakinan sebelum melakukan proses pemberian treatment. Selain itu, peneliti juga melakukan diskusi dan tanya jawab terlebih dahulu kepada siswa apakah mereka sudah mengetahui definisi pemahaman diri, apakah mereka sudah mengenal dirinya dengan baik, apakah mereka sudah mengenal jauh teman satu kelas dengan baik, dan sebagainya. Siswa diminta untuk bersiap-siap pada pertemuan selanjutnya. Pertemuan ketiga, percobaan game introspeksi kepada kelas eksperimen apakah dapat meningkatkan pemahaman diri atau tidak. Dalam penelitian ini, pemberian treatment atau perlakuan game introspeksi diri dilakukan selama 45 menit sesuai jam mata pelajaran bimbingan dan konseling dengan anggota sampel berjumlah 39 yang masuk ke dalam kelas eksperimen. Awal dari pelaksanaan ini adalah persiapan, peneliti yang diperlukan untuk memainkan game tersebut berupa kertas game. Kertas game tersebut mencakup beberapa hal yang harus diisi oleh masing-masing siswa, meliputi kelebihan dan kekurangan, bakat dan

minat, program studi dan universitas, serta penilaian dari orang lain, meliputi kelebihan/bakat dan program studi yang cocok untuk temannya. Setelah itu, peneliti memberikan penjelasan tentang permainan ini dilanjutkan dengan memberikan instruksi dan tata cara dalam permainan sembari membagikan satu per satu lembar kertas permainan tersebut. Langkah kedua, siswa diminta untuk memosisikan diri dan berdoa dengan benar agar pelaksanaan treatment dapat berjalan lancar. Kemudian mereka mengisi identitas pada halaman depan dan tengah dari kertas tersebut selama kurang lebih 5 menit, hal yang harus diisi adalah kelebihan, kekurangan, minat, bakat, program studi, dan universitas impian, lalu melipatnya agar siswa lain yang menilai tidak dapat melihat isi dari tulisan tersebut. Setelah itu, game introspeksi dimainkan dengan jalan mengular sesuai dengan urutan tempat duduk sampai isi dari penilaian tersebut terisi semua. Siswa dapat mengisi kertas milik temannya ke dalam nomor yang random, dengan artian bahwa tidak akan ada yang tahu masing-masing siswa menilai apa kepada temannya. Tahap akhir, kertas game tersebut dikembalikan ke pemilik semula untuk dilihat dan dianalisis hasilnya. Sembari siswa melakukan penganalisisan, peneliti melakukan wawancara kepada beberapa siswa terkait dengan hasil permainan tersebut. Pertemuan terakhir adalah pemberian post test yang bertujuan untuk melihat hasil dari pemaparan materi dan perlakuan game introspeksi diri yang telah dilakukan apakah memberikan hasil dengan nilai yang rendah, sedang, atau tinggi.

Game introspeksi ini merupakan game adaptasi dari *johari window* sehingga sejatinya memiliki kesamaan, hanya saja game ini mengadaptasi dan memberikan sentuhan sedikit di dalamnya. Game ini dapat disebut sebagai *ice breaking* yang pernah dilakukan berikan oleh salah satu dosen UIN Saifuddin Zuhri Purwokerto pengampu mata kuliah Pemahaman Individu kepada mahasiswanya. Pada permainan game introspeksi diri merupakan salah satu terobosan dalam melihat pemahaman diri siswa sudah sejauh apa, mengingat sampel yang diteliti

adalah para siswa kelas XII yang mana sebentar lagi akan melaksanakan ujian masuk perguruan tinggi atau bahkan bekerja sehingga peneliti ini membantu siswa dalam melihat dirinya sendiri serta menentukan karir kedepannya agar dapat tertata dengan rapi. Game introspeksi diri ini juga menekankan pada siswa untuk tidak menilai hal-hal yang buruk kepada siswa lain, karena yang diminta adalah menilai bakat dan kelebihan dari teman-temannya, untuk kekurangan itu sendiri siswa yang menilainya. Dalam permainan ini, siswa dituntut untuk jujur dalam melakukan penilaian sehingga tidak boleh melihat dan berdiskusi antara teman sebangku dalam menilai teman. Semua penilaian itu berdasarkan dengan keputusan dan pemahaman dari setiap siswa.

Uji pemahaman diri melalui game introspeksi diri dilakukan dengan cara membandingkan pemahaman diri siswa sebelum diberikan game introspeksi diri dan pemahaman diri siswa setelah diberikan game introspeksi diri. Hasil dari uji akhir yang menghasilkan hipotesis **tidak terdapat peningkatan** pemahaman diri siswa pada kelas eksperimen. Perhitungan dari uji sampel *paired t-test*, yaitu nilai Sig. (2-tailed) adalah **0.2228 > 0.05** sehingga **tidak terdapat perbedaan atau pengaruh** yang signifikan dari data pretest dan posttest setelah diberikan game introspeksi diri.

Sesuai dengan perhitungan dan setelah diberikan perlakuan kepada kelas eksperimen menunjukkan **bahwa tidak terdapat pengaruh** terhadap peningkatan pemahaman diri pada siswa. Penelitian tersebut sesuai dengan hasil jawaban yang dipilih oleh siswa mengenai beberapa item yang menyatakan pada aspek pemahaman diri, yaitu item nomor 11 dan 12 tentang bakat, 23 dan 24 tentang minat, 25 dan 26 tentang kelebihan kekurangan, serta 27 dan 28 tentang karir atau cita-cita. Item-item tersebut mengalami penurunan pada kedua jenis test terhadap kedua kelas penelitian, baik dari segi total maupun rata-ratanya. Pada kelas eksperimen, item nomor 11 (3,71-3,71), nomor 12 (3,84-3,46), nomor 25 (3,87-3,38), nomor 26 (3,94-3,92), nomor 27 (4,56-3,46), dan nomor 28

(4,61-3,79). Pada kelas kontrol item nomor 11 (3,56-3,56), nomor 12 (4,15-3,76), nomor 23 (4,05-4,05), nomor 24 (4,23-4,02), nomor 25 (3,56-3,46), dan nomor 28 (4,41-4,28). Hal ini juga menjadi temuan baru bagi penelitian bahwa game tersebut tidak dapat meningkatkan pemahaman diri pada siswa.

Hipotesis alternatif tidak dapat diterima karena hasil dari perhitungan nilai sig (2-tailed) > dari nilai probabilitasnya. Alasan lainnya yang menunjukkan hipotesis alternatif tidak diterima yang menyebabkan game introspeksi tidak berpengaruh terhadap pemahaman diri siswa adalah banyaknya dari siswa kedua kelas tersebut yang memiliki presentase pretest dan posttest pemahaman diri yang tinggi, yaitu sebanyak 57%-64% kelas eksperimen, sementara sebanyak 69%-75% kelas kontrol. Selain itu, di SMA Negeri 4 Purwokerto dalam tahap untuk mencapai pemahaman karir siswa, pihak kurikulum sekolah telah rutin mengadakan sebuah program yang bekerja sama dengan pihak luar. Program yang menjadi agenda rutin bagi kelas XII adalah tes pemahaman diri pada siswa yang diprogramkan oleh pihak kurikulum sekolah melalui bantuan dari pihak ketiga, sehingga pihak sekolah hanya memberikan fasilitas pendukung, kemudian mereka akan menerima hasilnya. Program tersebut berperan sebagai tolak ukur bagi siswa dalam penentuan jurusan yang akan dimasuki oleh siswa. Namun, beberapa siswa kelas XII yang mengambil lintas jurusannya. Berdasarkan program yang telah dilakukan oleh pihak sekolah, didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa ada sebanyak 52 siswa yang diterima di Universitas Jenderal Soedirman, dan ada beberapa siswa yang diterima di luar Universitas Jenderal Soedirman. Dari beberapa siswa tersebut mereka lolos dalam seleksi menggunakan nilai raport.<sup>74</sup>

---

<sup>74</sup> Wawancara dengan Pak Lutfi Randi, S.Pd selaku guru BK SMA Negeri 4 Purwokerto

## BAB V PENUTUP

### A. Kesimpulan

Sesuai dengan apa yang telah diselesaikan oleh peneliti terkait pengaruh game introspeksi terhadap peningkatan pemahaman diri pada siswa, diuraikan beberapa kesimpulan :

1. Sesuai dengan perhitungan yang dilakukan mengenai pengaruh game introspeksi terhadap peningkatan pemahaman diri pada siswa SMA Negeri 4 Purwokerto dinyatakan tidak dapat berpengaruh dibuktikan dengan hasil dari pengujian melalui uji *sampel* menggunakan taraf 0.05, kemudian nilai Sig. (2-tailed) adalah **0.2228 > 0.05** sehingga dinyatakan **tidak ada peningkatan** yang signifikan pada pemahaman diri siswa. Hal tersebut diperjelas melalui hasil jawaban siswa mengenai beberapa item yang menyatakan pada aspek pemahaman diri, yaitu item nomor 11 dan 12 tentang bakat, 23 dan 24 tentang minat, 25 dan 26 tentang kelebihan kekurangan, serta 27 dan 28 tentang karir atau cita-cita. Item-item tersebut mengalami penurunan pada kedua jenis tes dan kedua kelas, baik dari segi total maupun rata-ratanya.
2. Alasan lainnya yang menunjukkan hipotesis alternatif tidak diterima yang menyebabkan game introspeksi tidak berpengaruh terhadap pemahaman diri siswa adalah banyaknya dari kedua kelas yang memiliki presentase pretest dan posttest pemahaman diri yang tinggi, yaitu sebanyak 57%-64% kelas eksperimen, sementara itu sebanyak 69%-75% kelas kontrol. Selain itu, di SMA Negeri 4 Purwokerto dalam tahap untuk mencapai pemahaman karir siswa, pihak kurikulum sekolah telah rutin mengadakan sebuah program yang bekerja sama dengan pihak luar.

### B. Saran

Setelah melihat pemaparan kesimpulan diatas, terdapat beberapa saran yang ditujukan kepada pembaca mengenai pemahaman diri pada siswa, diantaranya :

- a. Peneliti tidak memberikan rekomendasi kepada peneliti selanjutnya untuk menggunakan game introspeksi sebagai teknik dalam meningkatkan pemahaman diri bagi siswa karena hasil yang didapatkan tidak menunjukkan adanya pengaruh dari game tersebut terhadap pemahaman diri siswa yang dibuktikan dengan perhitungan uji *sampel* dengan nilai Sig. (2-tailed) adalah  $0.2228 > 0.05$ .
- b. Apabila ingin menggunakan teknik permainan ini, diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk memberikan modifikasi secara lebih lengkap mengenai pola dalam game introspeksi, serta item-item pernyataan dalam kuesioner yang ada pada aspek dan indikator tentang pemahaman diri.





## DAFTAR PUSTAKA

- A. Said Hasan Basri, Zaen Musyrifin, Moh. Khoerul Anwar dan, and Hayatul Khairul Rahmat, 'Kata Kunci 3', *Jurnal Al Isyraq*, 2.2 (2019), 50–57
- Akbar, Ali, 'Tawaran Hermeneutika Untuk Menafsirkan Alquran', 7.1 (2005) <<https://doi.org/10.17510/wjhi.v7i1.290>>
- Andriati, Novi, 'Pengembangan Model Bimbingan Klasikal Dengan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri', *Jurnal Bimbingan Konseling*, 4.1 (2015), 36–42 <<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/6873/4939>>
- Anita, Liveana Nur, 'PENERAPAN LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL DENGAN TEORI JOHARI WINDOW UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN KONSEP DIRI SISWA SMP', 4.1 (2019), 1–23
- Ariana, Novita, 'Penggunaan Model Teknik Role Playing Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Sebagai Upaya Meningkatkan Pemahaman Diri Pada Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Negeri 1 Tunjungan Semester 2 Tahun Pelajaran 2021/2022', *Educatif Journal of Education Research*, 4.4 (2022), 100–107 <<https://doi.org/10.36654/edukatif.v4i4.247>>
- Aulia, Fitri, Kamaria Kamaria, and Musifuddin Musifuddin, 'Layanan Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Konsep Diri Dalam Pengambilan Keputusan Karir Siswa', *JKP (Jurnal Konseling Pendidikan)*, 5.2 (2022), 78–89 <<https://doi.org/10.29408/jkp.v5i2.4965>>
- Budijaji, Weksi, Dosen Fakultas, Pertanian Universitas, Ageng Tirtayasa, Jl Raya, Jakarta Km, and others, 'SKALA PENGUKURAN DAN JUMLAH RESPON SKALA LIKERT (The Measurement Scale and The Number of Responses in Likert Scale)', *Jurnal Ilmu Pertanian Dan Perikanan Desember*, 2.2 (2013), 127–33 <<http://umbidharma.org/jipp>>
- Faishol, Lutfi, and Alief Budiyo, 'Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Couston Journal PERAN PUSAT INFORMASI KONSELING REMAJA (PIK-R) DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN KONTROL DIRI PERILAKU MENYIMPANG REMAJA', *Couston Journal: Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, 1.02 (2020), 49–58
- Fakhrurrazi, Fakhrurrazi, 'Peserta Didik Dalam Wawasan Al-Qur'an', *At-Ta'dib: Jurnal Ilmiah Prodi Pendidikan Agama Islam*, 2020, 40 <<https://doi.org/10.47498/tadib.v12i01.329>>
- Farozin, Muh, 'PENGEMBANGAN MODEL BIMBINGAN KLASIKAL UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA SMP Muh', *Kinabalu*, 11.2 (2015), 50–57

- Firmansyah, Deri, and Dede, 'Teknik Pengambilan Sampel Umum Dalam Metodologi Penelitian: Literature Review', *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1.2 (2022), 85–114 <<https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>>
- Fitri, Zelisa Nudia, Yunita Arian Sani Anwar, and Agus Abhi Purwoko, 'Pengaruh Metode Praktikum Sederhana Pada Materi Kepolaran Senyawa Terhadap Minat Belajar Siswa Kelas X SMA', *Chemistry Education Practice*, 4.1 (2021), 90 <<https://doi.org/10.29303/cep.v4i1.2287>>
- Fuad, Anik Hermawati, Moch Nur Salim, Retno Tri Hariastuti, and Universitas Negeri Surabaya, 'Experiential Learning Sebagai Teknik Bimbingan Klasikal Untuk Meningkatkan Pemahaman Karier Siswa', *Jurnal Nusantara Of Research*, 9.3 (2022), 250–63 <<http://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/efektor>>
- Haniah, Nisrina, 'Uji Normalitas Dengan Metode Liliefors', *Statistika Pendidikan*, 1, 2013, 1–17 <<http://statistikapendidikan.com>>
- Herman Wijaya, and Zul Fikri, 'Pengaruh Problem Based Learning (PBL) Terhadap Kemampuan Menulis Puisi Siswa Kelas VII MTS. Hizbul Wathan Semaya', *Bahasa: Jurnal Keilmuan Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 1.3 (2019), 149–58 <<https://doi.org/10.26499/bahasa.v1i3.7>>
- Hery Susanto, Achi Rinaldi, Novalia, 'Analisis Validitas Reabilitas Tingkat Kesukaran Dan Daya Beda Pada Butir Soal Ujian Akhir Semester Ganjil Mata Pelajaran Matematika', 6.2 (2015), 1–6
- Indrawati, Dwi, 'Penerapan Metode Permainan Johari Window Untuk Meningkatkan Pemahaman Tentang Konsep Diri Dalam Layanan Klasikal', *Jurnal Ilmiah Pro Guru*, 3.1 (2016), 1–23
- Jaelani, Ahmad, Nurwadjah Ahmad EQ., and Andewi Suhartini, 'Landasan Teologis Manajemen Pendidikan Islam', *LEADERIA: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 1.2 (2020), 63–75 <<https://doi.org/10.35719/leaderia.v1i2.5>>
- Karpika, I Putu, and Riana Mawar Mentari, 'Tri Hita Karana Dalam Meningkatkan Karakter Siswa Tahun Pelajaran 2019/2020', 1.November (2020), 464–70 <<https://doi.org/10.5281/zenodo.4286693>>
- Khoiriyah, Elvia, Zulfatul Azizah, and Abdul Muhid, 'Layanan Bimbingan Klasikal Media Audio Visual Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Ditengah Pandemi Covid-19 : Literatur Review', *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 4.1 (2021), 11–19 <<http://ejournal.ujj.ac.id/index.php/CONS/article/view/945/891>>
- Kunci, Kata, 'PENINGKATAN KETERAMPILAN MENJAGA PERTEMANAN', 7.1 (2023), 43–50

- Mahara, Bengi, 'Penggunaan Modul Pemahaman Diri Tentang Karir Dalam Layanan Klasikal Untuk Meningkatkan Kemampuan Perencanaan Karir', *Jurnal Bimbingan Konseling Universitas Syiah Kuala*, 5.1 (2020), 17–23 <<http://jurnal.unsyiah.ac.id/suloh>>
- Matondang, Zulkifli, 'Pengujian Homogenitas Varians Data', *Taburlaasa PPS UNIMED*, 22.1 (2009), 1–12
- Muiz, Muhammad Rafiul, and Tisna Susanti, 'Ibadah Generasi Milenial: Pendekatan Teologi Dalam Program Dan Strategi Konseling Religius', *Al-Kaaffah: Jurnal Konseling Integratif-Interkoneksi*, 1.2 (2022), 15–20
- Muzdallifah, Putri Ilvia, Ni Ketut Alit Suarti, and Dewi Rayani, 'Pengaruh Layanan Informasi Karir Terhadap Self Efficacy Pada Siswa Kelas Xi Smkn 3 Mataram', *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7.2 (2022), 1759 <<https://doi.org/10.33394/realita.v7i2.6222>>
- Napitupulu, Dedi Sahputra, 'Dasar-Dasar Konseling Dalam Al-Qur'an', *Al-Irsyad*, 7.2 (2017), 36–50 <<http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad/article/view/6701>>
- Pane, Benni, Xaverius Najoan, and Sary Paturusi, 'Rancang Bangun Aplikasi Game Edukasi Ragam Budaya Indonesia', *Jurnal Teknik Informatika*, 12.1 (2017), 1–9 <<https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/informatika/article/view/17793/17317>>
- Puput Tri Anjanisari, Dahlia Novarianing Asri, and Abstrak, 'PENINGKATAN PEMAHAMAN DIRI MELALUI MODEL PERMAINAN JOHARI WINDOW SISWA KELAS X AK 3 SMK SORE KOTA MADIUN TAHUN PELAJARAN 2012/2013', 2013
- Rachmawati, Imami Nur, 'Pengumpulan Data Dalam Penelitian Kualitatif: Wawancara', *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 11.1 (2007), 35–40 <<https://doi.org/10.7454/jki.v11i1.184>>
- Sahnun, Sahnun, 'Meningkatkan Keaktifan Siswa Dengan Teknik Diskusi Dalam Bimbingan Klasikal Di Kelas IX-2 SMP Negeri 1 Praya Tahun Pelajaran 2017/2018', *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala*, 7.1 (2022), 147–61 <<https://doi.org/10.58258/jupe.v7i1.2999>>
- Setyawan, Bambang, 'Pengembangan Media Google Site Dalam Bimbingan Klasikal Di SMAN 1 Sampung', *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 6.2 (2019), 78–87 <<https://doi.org/10.29407/nor.v6i2.13797>>
- Sianturi, Rektor, 'Uji Homogenitas Sebagai Syarat Pengujian Analisis', *Jurnal*

*Pendidikan, Sains Sosial, Dan Agama*, 8.1 (2022), 386–97  
<<https://doi.org/10.53565/pssa.v8i1.507>>

Subhin, M. Abdillah, ‘Membentuk Akhlaqul Karimah Pada Anak Dalam Perspektif Pendidikan Islam’

Sukandar, Warlan, and Yessi Rifmasari, ‘Bimbingan Dan Konseling Islam : Analisis Metode Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Qur`an Surat An-Nahl Ayat 125’, *Jurnal Kajian Dan Pengembangan Umat*, 5.1 (2022), 87–100  
<<https://doi.org/10.31869/jkpu.v5i1.3302>>

Suttriso, S, Yatim Riyanto, and Waspodo Tjipto, ‘Naturalistic: Jurnal Kajian Penelitian Dan Pendidikan Dan Pembelajaran’, *Jurnal Kajian Penelitian Dan Pendidikan Dan Pembelajaran*, , 5.1 (2020), 718–29

Wirawan, Rahmat Adi, Muh Zainurrah Rahman, and Riwayat Artikel, ‘Hubungan Antara Pemahaman Diri Dengan Sikap Saling Menghargai Siswa Kelas Viii Smp’, *GEOGRAPHY: Jurnal Kajian, Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 6.2 (2018), 7–13  
<<http://journal.ummat.ac.id/index.php/geography/article/view/1417>>

Zahra, Melta, Widya Wati, and Deden Makbuloh, ‘Pembelajaran SETS (Science, Environment, Technology, Society): Pengaruhnya Pada Keterampilan Proses Sains’, *Indonesian Journal of Science and Mathematics Education*, 2.3 (2019), 320–27 <<https://doi.org/10.24042/ij sme.v2i3.4357>>

