

## **PENGEMBANGAN PERMAINAN SIMULASI KETERBUKAAN DIRI UNTUK SISWA SMP**

**Roichatul Jannah, Ella Faridati Zen, Muslihati**

Bimbingan dan Konseling-Fakultas Ilmu Pendidikan-Universitas Negeri Malang-Jl.Semarang No. 5 Malang  
E-mail: Roichatul.Jannah059910@gmail.com

**Abstrak:** Studi pengembangan ini menghasilkan panduan untuk konselor dan media permainan simulasi keterbukaan diri yang digunakan untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa SMP. Penelitian pengembangan ini menggunakan model Borg & Gall (1983): melakukan analisis kebutuhan, perencanaan, mengembangkan produk awal, uji ahli (ahli materi BK & ahli media), hasil uji ahli dan uji calon pengguna produk (konselor), revisi produk, uji lapangan awal dan revisi produk akhir panduan permainan simulasi dan media permainan simulasi, berdasarkan hasil analisis data penilaian para ahli dan calon pengguna, dapat disimpulkan bahwa panduan permainan simulasi untuk konselor dan media permainan simulasi ini sangat tepat, sangat berguna, sangat mudah, dan sangat menarik. Karena itu permainan simulasi keterbukaan diri untuk siswa SMP sangat layak digunakan sebagai layanan bimbingan oleh konselor kepada siswa.

**Kata kunci:** permainan simulasi; keterbukaan diri; siswa SMP

Peneliti menemukan masih banyaknya siswa yang kurang terbuka untuk memberikan informasi tentang dirinya kepada orang lain, hal ini mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dalam meningkatkan keterbukaan diri siswa SMP. Keterbukaan diri setiap siswa mempunyai tingkatan yang berbeda-beda, tingkatan keterbukaan diri terbagi menjadi empat tingkatan, yaitu tingkatan basa-basi, tingkatan mengemukakan fakta, tingkatan mengemukakan gagasan atau pendapat, dan tingkatan mengemukakan perasaan. Tingkatan-tingkatan tersebut dikemas dalam bentuk pesan yang berisi fakta yang terjadi di lingkungan siswa.

De Vito (dalam Budyatna, 2005) mendefinisikan keterbukaan diri (*self disclosure*) sebagai suatu bentuk komunikasi di mana informasi tentang diri yang biasanya disimpan atau disembunyikan, dikomunikasikan kepada orang lain. Dijelaskan bahwa keterbukaan diri adalah faktor penentu bagi kesehatan dan kepuasan pribadi, keberhasilan dalam usaha meyakinkan orang lain untuk mengerti dirinya, dan wujud dari adanya kemampuan untuk bekerja sama dengan pihak lain.

Jhonson (dalam Harapan, 2014) mendefinisikan keterbukaan diri (*self disclosure*) adalah pengungkapan reaksi dan tanggapan seseorang terhadap situasi yang sedang dihadapinya serta memberikan informasi yang relevan tentang peristiwa masa lalu untuk pemahaman dimasa kini. Tanggapan dari orang lain atau terhadap kejadian tertentu lebih banyak melibatkan perasaan. Membuka diri berarti membagikan kepada orang lain tentang perasaan terhadap sesuatu yang telah dikatakan atau dilakukannya, atau perasaan seseorang terhadap kejadian-kejadian yang baru saja disaksikannya.

Keterbukaan diri (*self disclosure*) merupakan faktor yang mempengaruhi hubungan interpersonal yaitu hubungan antar pribadi siswa SMP dengan dirinya dan hubungan dengan temannya. Keterbukaan diri dapat mempengaruhi hubungan interpersonal karena membuka diri akan meningkatkan jalur komunikasi dengan orang lain dan mendorong orang lain juga memberi informasi yang dia miliki sehingga akan terjadi saling memberi. Proses pengiriman dan penerimaan pesan (komunikasi) antara dua orang siswa SMP, antara sekelompok teman bermain baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan rumah dapat menghasilkan

berbagai respon dan umpan balik (*feed back*) bagi keduanya, misalnya hubungan yang bersifat hangat atau dingin, tegang atau tenang, bersahabat atau bermusuhan.

Keterbukaan diri mempunyai peran penting dalam kehidupan siswa SMP, akan tetapi tidak semua siswa SMP mampu bersikap terbuka tentang dirinya kepada orang lain baik dilingkungan yang dekat dengannya sekalipun seperti keluarga. Pentingnya keterbukaan diri dalam hubungan interpersonal karena dapat mengakrabkan siswa dan membuat hubungan menjadi hangat. Apabila siswa tidak dapat terbuka maka hubungan dengan orang lain menjadi kurang akrab sehingga kurang dimengerti orang lain. Kondisi ini dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internalnya yaitu sifat pribadi seseorang, apabila seseorang tersebut pemalu maka akan cenderung tertutup dan apabila seseorang dapat percaya diri maka akan cenderung terbuka. Selanjutnya, faktor eksternal yaitu berasal dari keluarga, apabila seorang individu punya kebiasaan yang kurang terbuka dengan sesama anggota keluarga lainnya menjadikan siswa cenderung bersikap tertutup, namun sebaliknya apabila didalam keluarga yang anggotanya bisa di ajak berbicara dan berdiskusi maka akan menjadikan siswa bersikap terbuka.

Untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa, peneliti mengembangkan produk sebagai layanan bimbingan yang menggunakan teknik permainan simulasi. Menurut Adams (dalam Romlah, 2013) permainan simulasi adalah permainan yang dimaksudkan untuk merefleksikan situasi-situasi yang terdapat dalam kehidupan yang sebenarnya. Permainan simulasi dibuat untuk tujuan-tujuan tertentu, misalnya membantu siswa untuk mempelajari pengalaman-pengalaman yang berkaitan dengan aturan-aturan sosial. Permainan simulasi dipilih oleh peneliti karena dapat mengajak siswa merefleksikan situasi yang terjadi dilingkungan sekitarnya.

Tujuan pengembangan ini adalah menghasilkan permainan simulasi yang diberi nama permainan simulasi keterbukaan diri untuk siswa SMP. Permainan simulasi keterbukaan ini untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa SMP. Adapun permainan simulasi ini ditujukan untuk konselor dalam memberikan layanan bimbingan dengan menggunakan teknik permainan simulasi.

## METODE

Penelitian pengembangan ini menggunakan rancangan penelitian model pengembangan prosedural. Model pengembangan prosedural adalah model yang bersifat deskriptif, yaitu menggunakan langkah-langkah yang harus diikuti untuk menghasilkan produk (PPKI, 2010: 47) dengan mengadaptasi langkah-langkah dari Borg & Gall (1983) melakukan analisis kebutuhan siswa, perencanaan, mengembangkan produk awal, uji ahli (ahli materi BK dan ahli media), uji calon pengguna produk (konselor), revisi produk, uji lapangan awal dan revisi produk akhir.

Metode pengembangan ini dipilih peneliti untuk mengembangkan produk dengan menggunakan teknik permainan simulasi, produk pengembangan ditujukan untuk konselor dalam memberikan layanan bimbingan kepada siswa SMP. Produk pengembangan menghasilkan panduan dan media permainan simulasi keterbukaan diri untuk siswa SMP.

Teknik analisis data pada penelitian pengembangan ini yaitu analisis kuantitatif dan analisis kualitatif. Teknik analisis kuantitatif digunakan untuk memperoleh data penilaian panduan permainan simulasi dan media permainan simulasi keterbukaan diri, untuk menghitung data hasil penilaian digunakan rerata. Sedangkan analisis kualitatif diperoleh dari penilaian secara tertulis yaitu saran dan masukan saat penilaian produk. Data hasil uji ahli materi, uji ahli media, dan uji calon pengguna produk (konselor) diperoleh dari instrumen penilaian yang telah dikembangkan sesuai dengan spesifikasi produk. Adapun aspek didalam instrumen penilaian yaitu ketepatan, kegunaan, kemudahan dan kemenarikan. Rumus yang dipakai untuk mencari total rentangan adalah:

$$\sum x = \frac{\sum n}{N}$$

Keterangan :

$\sum x$  = total rata-rata atau rentangan

$\sum n$  = total nilai

N = jumlah yang dinilai

**Tabel 1 Skala Interpretasi Hasil Uji Ahli Materi, Uji Ahli Media, Uji Calon Pengguna Produk**

Rentang Skor	Kriteria
1	Tidak tepat, tidak mudah, tidak menarik, tidak berguna
2	Kurang tepat, kurang mudah, kurang menarik, kurang berguna
3	Tepat, mudah, menarik, berguna
4	Sangat tepat, sangat mudah, sangat menarik, sangat berguna

Total rentangan yang tinggi akan mengindikasikan bahwa produk itu layak untuk digunakan. Nilai rentangan dari masing-masing aspek diinterpretasikan dengan masing-masing tabel konversi yang disajikan pada tabel 1.

## HASIL

Produk permainan simulasi keterbukaan diri untuk siswa SMP terdiri dari dua komponen yaitu panduan permainan simulasi “keterbukaan diri untuk siswa SMP dan media permainan simulasi keterbukaan diri.

### **Panduan Permainan Simulasi Keterbukaan Diri Untuk Siswa SMP yang Digunakan Konselor**

Panduan permainan simulasi keterbukaan diri ini berisi 6 bab. Bab I berisi tentang pendahuluan yang terdiri dari latar belakang pengembangan produk permainan simulasi keterbukaan diri sebagai salah satu alternatif layanan bimbingan yang digunakan konselor dalam peningkatan keterbukaan diri, kompetensi dasar yang terdiri dari indikator-indikator untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa dan sasaran pengguna panduan permainan simulasi yang dijadikan acuan bagi konselor dalam pemberian layanan bimbingan dengan teknik permainan simulasi, serta sasaran layanan permainan simulasi ditujukan kepada konseli.

Bab II berisi landasan teori yang terdiri dari teori permainan simulasi dan teori keterbukaan diri beserta tingkatan-tingkatan keterbukaan diri. Kemudian bab III berisi permainan simulasi keterbukaan diri yang terdiri dari definisi permainan simulasi keterbukaan diri yang memiliki tujuan dan aturan tertentu, media permainan simulasi keterbukaan diri yang terdiri dari seperangkat media bebaran permainan simulasi, matriks pesan yang berisi pesan-pesan yang digunakan dalam permainan simulasi keterbukaan diri, aturan permainan yang dibuat oleh peneliti yang mutlak harus diikuti konselor dalam melaksanakan permainan simulasi, serta peran konselor dan konseli dalam permainan simulasi keterbukaan diri untuk meningkatkan keterbukaan diri.

Selanjutnya, bab IV terdiri atas petunjuk permainan simulasi keterbukaan diri yang berisi petunjuk umum dan petunjuk khusus tentang pelaksanaan permainan simulasi yang dilaksanakan konselor. Bab V berisi prosedur layanan topik keterbukaan diri dengan teknik permainan simulasi keterbukaan diri yang berisi tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap penutup/terminasi.

Terakhir pada bab VI berisi evaluasi yang terdiri dari evaluasi proses pelaksanaan permainan simulasi keterbukaan diri dan evaluasi hasil dari pelaksanaan permainan simulasi keterbukaan diri. Dengan adanya evaluasi, diharapkan dapat mempermudah konselor dalam melaksanakan evaluasi baik evaluasi proses maupun evaluasi hasil untuk melihat keberhasilan pemberian layanan bimbingan dengan topik keterbukaan diri.

### **Seperangkat Media Dengan Bebaran Keterbukaan Diri**

#### ***Bebaran Bernomor***

Bebaran bernomor ini berupa bebaran permainan dua dimensi berbentuk persegi panjang dengan ukuran 130 cm x 110 cm. Bebaran permainan ini terbagi menjadi 6 bagian kotak yang berukuran 18 cm x 12cm, enam bagian kotak tersebut diberi kantong sebagai tempat dari beberapa pertanyaan/pernyataan yang telah

disiapkan dan bagian depan kantong diberi label angka 1 sampai 6 agar mempermudah pemain dalam mengambil nomor pilihan yang sudah ditentukan.

### ***Kantong Bernomor***

Kantong bernomor merupakan kantong yang digunakan untuk menyimpan 12 kartu pesan. yang berisi pertanyaan tentang keterbukaan diri. Ukuran dari kantong bernomor yaitu berukuran 18 cm x 12 cm. Kantong bernomor ini memiliki angka mulai 1 sampai dengan angka 6, setiap kantongnya berisi 2 pesan yang berbeda yang harus dijawab dan didiskusikan pemain.

### ***Kartu Bernomor***

Kartu bernomor merupakan kartu dengan desain yang berbeda pada bagian luar dan berukuran 15 cm x 10 cm yang berisi pesan. Pesan yang dimaksud adalah pertanyaan atau pernyataan yang merupakan masalah dan bahan diskusi singkat untuk kelompok. Kartu bernomor memiliki jumlah 12 kartu yang berisi pesan pernyataan atau pertanyaan terkait dengan tingkatan keterbukaan diri siswa SMP dan setiap kartu memiliki poin-poin bintang (selain Kartu Hiburan) dalam jumlah 1 sampai 4 bintang yang ada di belakang kartu. Setiap kotak bernomor berisi 2 kartu. Kartu yang sudah didapatkan pemain tidak dikembalikan ke tumpukan kartu karena kartu akan digunakan pada tahap evaluasi.

### ***Dadu Penentu***

Dadu langkah adalah alat yang digunakan pemain untuk menentukan kantong bernomor. Dadu berbentuk kubus yang setiap sisinya terdapat gambaran titik yang berbeda berjumlah 1 sampai dengan 6. Warna pada dadu dibuat semenarik mungkin agar siswa lebih tertarik dalam mengikuti permainan simulasi keterbukaan diri.

Penyajian data hasil uji coba merupakan paparan data dari kegiatan uji coba produk yang dilaksanakan dalam dua tahap yaitu: (1) uji ahli (ahli bimbingan konseling dan ahli media bimbingan) dan (2) uji lapangan terbatas (calon pengguna produk serta uji kelompok terbatas). Penyajian data uji coba dipaparkan dalam data kuantitatif dan kualitatif. Penilaian permainan simulasi keterbukaan diri untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa SMP menurut ahli dikatakan sangat tepat (3,59), sangat berguna (3,90), sangat mudah (3,75) dan sangat menarik (3,12), sehingga memiliki nilai rerata 3,59 yang berarti permainan simulasi keterbukaan diri sangat layak untuk dijadikan layanan bimbingan. Kemudian penilaian dari calon pengguna produk dikatakan sangat tepat (3,19), sangat berguna (3,68), sangat mudah (3,75) dan sangat menarik (3,83), sehingga memiliki nilai rerata 3,61 yang berarti permainan simulasi keterbukaan diri sangat layak untuk dijadikan layanan bimbingan. Selanjutnya, penilaian dari kelompok terbatas dikatakan sangat tepat (3,69), sangat berguna (3,81), sangat mudah (3,85) dan sangat menarik (3,81), sehingga memiliki nilai rerata 3,81 yang berarti permainan simulasi keterbukaan diri sangat layak untuk dijadikan layanan bimbingan. Berdasarkan penilaian rerata tersebut diatas, permainan simulasi keterbukaan diri untuk meningkatkan keterbukaan diri dikatakan sangat layak sebagai layanan bimbingan yang menggunakan teknik permainan simulasi untuk siswa.

## **BAHASAN**

Keterbukaan diri (*self disclosure*) merupakan faktor yang memengaruhi hubungan interpersonal yaitu hubungan antar pribadi siswa SMP dengan dirinya dan hubungan dengan temannya. Keterbukaan diri dapat memengaruhi hubungan interpersonal karena membuka diri akan meningkatkan jalur komunikasi dengan orang lain dan mendorong orang lain juga memberi informasi yang dia miliki sehingga akan terjadi saling memberi. Proses pengiriman dan penerimaan pesan (komunikasi) antara dua orang siswa SMP, antara sekelompok teman bermain baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan rumah dapat menghasilkan berbagai respon dan umpan balik (*feed back*) bagi keduanya, misalnya hubungan yang bersifat hangat atau dingin, tegang atau tenang, antagonistik atau kohesif, bersahabat atau bermusuhan.

Dikemukakan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hidayati (2011), Menjelaskan bahwa pada kelompok eksperimen menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata *pretest* ke *posttest* dari 62,10 menjadi 66,33. Rata-rata hasil pos inventori keterbukaan diri kelas eksperimen lebih tinggi dari pada rata-rata hasil *posttest*

kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen memiliki skor rata-rata *posttest* 66,33, sedangkan pada kelompok kontrol memiliki skor rata-rata *posttest* 61,96. T-test menunjukkan nilai  $t=3,615$  dengan nilai sig 0,001. Angka sig 0,001 berarti lebih kecil dari 0,05. Hal ini dapat disimpulkan bahwa keterbukaan diri pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ada perbedaan setelah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen, maka teknik *homeroom* yang digunakan dalam penelitian tersebut efektif dalam meningkatkan keterbukaan diri siswa.

Hasil penelitian dari Kusuma (2012), menunjukkan skor *mean posttest* sebesar 15,96 lebih besar dari skor *mean pretest* yang sebesar 9,54. Hasil ini sekilas menunjukkan bahwa *posttest* memiliki rata-rata lebih tinggi dari rata-rata *pretest* dengan selisih sebesar 6,42. Hasil analisis menunjukkan bahwa dari hasil *Asymp. Sig. (2-tailed)* pada *pretest* dan *posttest* ada perbedaan yang signifikan dalam keterbukaan diri siswa. Dengan demikian disarankan agar konselor diharapkan dapat mengaplikasikan hasil dari penelitian ini berupa teknik permainan simulasi untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa.

Dua hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa keterbukaan diri siswa dapat ditingkatkan dengan bimbingan kelompok. Untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa, peneliti mengembangkan produk sebagai layanan bimbingan yang menggunakan teknik permainan simulasi. Menurut Adams (dalam Romlah, 2013) permainan simulasi adalah permainan yang dimaksudkan untuk merefleksikan situasi-situasi yang terdapat dalam kehidupan yang sebenarnya. Permainan simulasi dibuat untuk tujuan-tujuan tertentu, misalnya membantu siswa untuk mempelajari pengalaman-pengalaman yang berkaitan dengan aturan-aturan sosial.

Teknik permainan simulasi dipilih oleh peneliti karena siswa SMP lebih antusias dalam mengikuti permainan, serta di dalam permainan simulasi ini juga terdapat diskusi kelompok yang dapat menjadikan hubungan sosial siswa lebih terjalin dengan baik sehingga dapat membuka diri. Produk permainan simulasi keterbukaan diri merupakan produk yang sangat layak digunakan untuk konselor dalam segi ketepatan, kegunaan, kemudahan dan kemenarikan.

## SIMPULAN DAN SARAN

Produk dari pengembangan ini terdiri dari panduan permainan simulasi dan media permainan simulasi yang telah diuji oleh ahli bimbingan dan konseling (BK), ahli media, calon pengguna produk (konselor) dan kelompok terbatas yang menghasilkan rerata penilaian permainan simulasi.

Hasil uji ahli, uji calon pengguna produk dan siswa menunjukkan bahwa produk layak digunakan dan antusias diikuti oleh siswa. Namun produk ini juga memiliki kelemahan, yaitu penelitian dilakukan hanya sampai pada tahap uji kelompok terbatas dan tidak sampai pada tahap akhir.

Ada beberapa saran yang berhubungan dengan produk yang dikembangkan, yaitu saran yang diberikan kepada konselor dan peneliti selanjutnya. (1) bagi konselor, disarankan mempelajari panduan permainan simulasi dahulu agar permainan simulasi sesuai dengan prosedur dalam panduan permainan simulasi. (2) bagi peneliti selanjutnya disarankan menguji efektifitas melalui riset eksperimen, mengingat penelitian ini hanya dilakukan hingga uji kelompok terbatas.

## DAFTAR RUJUKAN

- Borg, W.R. & Gall, M.D. 1983. *Educational Research Third Edition*. New York: Longman Inc.
- Budyatna, M, dkk. 2005. *Komunikasi Antar Pribadi*. Jakarta: Pusat Penerbitan Universitas Terbuka.
- Harapan, Edi, dkk. 2014. *Komunikasi Antar Pribadi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Hidayati, Nurul Lia. 2011. *Keefektifan Teknik Homeroom untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Karangrejo*. Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.
- Kusuma, Lutfi Randi. 2012. *Efektifitas Teknik Permainan Simulasi dalam Meningkatkan Keterbukaan Diri Siswa Kelas X E SMK PGRI Salatiga Tahun Ajaran 2011/2012*. Salatiga: Universitas Kristen Satya Wacana
- Romlah, Tatiek. 2013. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Tim UM. 2010. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Edisi kelima*. 2010. Malang: Universitas Negeri Malang.