

**PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN
METODE BERMAIN TERHADAP PERILAKU RENDAH
HATI SISWA KELAS II
(Studi Eksperimen SD Negeri Pulogebang 25 Pagi Jakarta
Timur)**

Maureen Ariesty Ningrum¹

Dra. Wirda Hanim, M.Psi²

Herdi, M.Pd³

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mendapatkan data empiris tentang pengaruh bimbingan kelompok dengan metode bermain ular tangga terhadap peningkatan rendah hati siswa kelas 2 SDN Pulogebang 25 Pagi. Metode yang digunakan adalah true eksperimen dengan pretest-posttest control group design. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan probability sampling dengan teknik pengambilan simple random sampling. Pengujian perhitungan validitas instrumen diolah menggunakan Microsoft Excel dengan rumus Product Moment. Hasil perhitungan validitas menyatakan 21 butir item valid dan 9 butir item tidak valid, sedangkan reliabilitas instrumen dihitung menggunakan rumus Alpha menunjukkan 0.826 yang berarti instrumen termasuk dalam kategori reliabilitas yang tinggi. Teknik analisis data untuk hipotesis menggunakan Mann Whitney U-Test. Hasil uji hipotesis dilakukan dengan bantuan program SPSS 17.0 for windows yang menunjukkan bahwa nilai Asymp. sig sebesar 0,001, yang berarti lebih kecil dari nilai signifikansi α 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima. Skor rata-rata peningkatan rendah hati siswa kelompok eksperimen berupa bimbingan kelompok dengan metode bermain ular tangga lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata rendah hati siswa yang tidak mendapatkan perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan metode bermain ular tangga. Kesimpulan berdasarkan hasil penelitian ini, bimbingan kelompok dengan metode bermain ular tangga dapat meningkatkan rendah hati siswa kelas II SDN Pulogebang 25 Pagi.

Kata Kunci : rendah hati, bimbingan kelompok, metode bermain, ular tangga

Pendahuluan

Berawal dari latarbelakang UU No. 20 pasal 3 tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional, bahwa pendidikan berfungsi untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak peserta didik.

Pemerintah sedang menggalakkan pendidikan karakter untuk membangun akhlak peserta didik. Thomas Lickona berpendapat bahwa pendidikan karakter adalah sebuah pendidikan budi pekerti, yaitu melibatkan komponen pengetahuan moral (*Moral Know-*

¹ Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, maureenariesty@gmail.com

² Dosen Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, wurdahanim10@gmail.com

³ Dosen Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, herdiunj5@gmail.com

ing), perasaan moral (*Moral Feeling*) dan tindakan moral (*Moral Action*). Menurut Lickona ketiga aspek ini penting untuk membangun moral. Karakter yang baik dapat membantu anak menentukan mana yang baik, memiliki kepedulian yang dalam dan dapat menghadapi tantangan.

Rendah hati merupakan salah satu wujud dari kecerdasan interpersonal dan intrapersonal seseorang. seorang siswa yang mengejek teman sekelasnya karena temannya tersebut lama dalam memahami pelajaran. Hal ini juga merupakan kasus yang disebabkan kurangnya pengetahuan sikap rendah hati, karena siswa tersebut merasa sombong.

Gazda dalam Prayitno menjelaskan istilah bimbingan kelompok di sekolah sebagai kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial.

Permainan simulasi merupakan salah satu teknik yang terdapat dalam bimbingan kelompok. Menurut Romlah (2001), "*Permainan simulasi dapat dikatakan gabungan antara teknik bermain peran dan teknik diskusi*". Usia Sekolah Dasar didominasi oleh aktivitas permainan. Agar tercipta permainan simulasi yang lebih menyenangkan, maka media yang digunakan adalah ular tangga. Saat bermain, anak bisa mengekspresikan sesuatu yang dirasakan dan dipikirkan. Diharapkan teknik permainan simulasi dengan media ular tangga dapat memberikan rangsangan, mengembangkan kemampuan berpikir dan berimajinasi untuk mengolah informasi, serta memberikan kesempatan berkreasi pada peserta didik dalam meningkatkan sikap rendah hati siswa. Berdasarkan pembahasan diatas diharapkan layanan bimbingan kelompok dengan metode bermain ular tangga dapat meningkatkan rendah hati siswa kelas II SDN Pulogebang 25 Pagi.

Kajian Teori

Rendah Hati

Menurut Lickona(1991), Rendah hati merupakan sisi afektif dari pengetahuan diri (*self-knowledge*) yang berupa terbuka pada kebenaran (kritik dan saran) dan keinginan untuk mengoreksi kesalahan

yang telah dilakukan. Rendah hati juga membantu seseorang menahan/meredam kesombongan Selanjutnya Alfred Lord Tennyson dalam jurnal karangan Chancellor dan Lyubormirsky (2013), mengemukakan bahwa rendah hati merupakan tingkatan tertinggi dalam kebajikan, serta asal mula kebaikan. Karakteristik rendah hati menurut Lickona (1991) adalah pengetahuan diri (*self-knowledge*) yang berupa terbuka pada kebenaran (kritik dan saran) dan keinginan untuk mengoreksi kesalahan yang telah dilakukan dan juga membantu seseorang menahan/meredam kesombongan.

Bimbingan Kelompok

Definisi layanan bimbingan kelompok menurut Gazda dalam Prayitno (1995) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan pemberian informasi kepada sekelompok peserta didik untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Adler mengatakan tujuan pembentukan kelompok adalah agar anak memiliki rasa saling memiliki, saling ketergantungan, pemeliharaan, persahabatan, dukungannya, saling menghormati, kerjasama serta loyalitas dan setiap anak membutuhkannya untuk tumbuh dan hidup.

Tahapan bimbingan kelompok menurut Gazda dan Prayitno (1991) adalah tahap pembentukan yaitu tahap memasukkan diri kedalam kehidupan suatu kelompok. Kemudian tahap peralihan yaitu tahap dimana pemimpin kelompok menjelaskan peranan anggota kelompok pada tahap kegiatan lebih lanjut. Tahap kegiatan merupakan tahap inti di mana masing-masing anggota kelompok saling berinteraksi dan memberikan tanggapan. Tahap pengakhiran dalam tahap ini terdapat kesepakatan kelompok untuk melanjutkan kegiatan dan bertemu kembali serta berapa kali kelompok akan bertemu. Terakhir adalah penutup yaitu pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk mengungkapkan perasaan saat mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir serta memberikan kesimpulan tentang kegiatan yang telah berlangsung. Selanjutnya penilaian kegiatan bimbingan kelompok dapat dilakukan secara tertulis, baik melalui esai, daftar cek, maupun daftar isian sederhana (Prayitno, 2004).

Metode Permainan Ular Tangga

Teknik permainan merupakan salah satu teknik dalam play therapy Menurut Santrock (2002), games (permainan) adalah kegiatan yang dilakukan untuk memperoleh kenikmatan yang melibatkan aturan dan seringkali kompetisi dengan satu orang atau lebih. Menurut Rusmana (2009), siswa-siswi yang bermain games harus memiliki toleransi untuk menerima batasan-batasan dalam berperilaku, bergiliran, mematuhi peraturan dan menerima kekalahan. Disamping itu dalam games diperlukan konsentrasi dan persistensi untuk mengikuti suatu permainan. bermain games juga melibatkan suatu tantangan pribadi untuk menerapkan keterampilan-keterampilan seseorang.

Tahapan perkembangan anak yang terdapat dalam buku *The Handbook of Play Therapy*, terbagi dalam kategori permainan kreatif (*sensory/creative play*), permainan fisik (*physical play*), permainan eksplorasi (*exploratory play*), permainan sosial (*social play*), dan permainan simbolik (*symbolic play*). Setiap usia tertentu memiliki kategori permainan yang sesuai dengan kemampuan tahap perkembangannya. Menurut Rusmana (2009), secara umum metode socratic mengacu pada empat langkah yang dikenal dengan akronim EIAG yaitu *Experience* (pengalaman), *Identify* (mengidentifikasi), *Analyze* (menganalisis), dan *Generalize* (menyimpulkan).

Permainan ular tangga merupakan permainan tradisional dunia. Permainan ini dimainkan oleh dua orang atau lebih diatas sebuah papan permainan. Papan permainan yang digunakan adalah sebuah papan bergambar kotak-kotak. Tiap-tiap sudut kotak diberi nomor urut dari nomor 1 yang dimulai dari sudut kiri bawah sampai nomor 10 di sudut kanan bawah, lalu di baris kedua dimulai dari kotak kanan ke kotak kiri mulai nomor 11 kedua sampai nomor 20 dan seterusnya hingga berakhir di nomor 100 di sudut kiri atas. Giliran permainan dan jumlah langkah yang akan dimainkan ditentukan menggunakan lemparan dadu.

Ciri khas dari permainan ini adalah gambar ular dan tangga. Permainan ular tangga adalah permainan dimana pemain yang menempati ekor ular maka diharuskan turun hingga kotak yang ditempati oleh

kepala ular, sedangkan pemain yang menempati kotak anak tangga terbawah akan naik hingga kotak yang ditempati oleh anak tangga teratas.

Permainan ini dapat dimainkan oleh anak mulai usia tujuh tahun ke atas (7+) dengan jumlah anggota 4 orang atau lebih. Perbedaan permainan ular tangga yang diuji coba oleh peneliti adalah pemain berjumlah 8 orang atau lebih. Pemain dibagi menjadi beberapa kelompok yang beranggotakan 2 orang. Setiap kelompok memiliki seorang anggota yang bertugas sebagai bidak dan yang lain bertugas sebagai pelempar dadu.

Permainan ini tidak baku, sehingga dapat dikreasikan dengan inovasi lain sesuai dengan kebutuhan. Permainan ular tangga termasuk ke dalam tahapan permainan simbolik. Permainan ini memiliki aturan yang disepakati, dan hasil dari permainan ini dapat dielaborasi ke dalam dunia nyata.

Metode Penelitian

Penelitian dilakukan di SDN Pulogebang 25 Pagi dengan sampel sebanyak 16 orang dengan kategori rendah hati rendah. Sampel terbagi dalam kelompok eksperimen delapan siswa II B dan kelompok kontrol delapan siswa dari kelas II-A. Penelitian tersebut dilakukan pada bulan Oktober sampai dengan Desember 2014. Metode yang digunakan adalah true eksperimen dengan *pretest-posttest control group design*. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan *probability sampling* dengan teknik pengambilan simple random sampling. Pengujian perhitungan validitas instrumen diolah menggunakan Microsoft Excel dengan rumus *Product Moment*. Hasil perhitungan validitas menyatakan 21 butir item valid dan 9 butir item tidak valid, sedangkan reliabilitas instrumen dihitung menggunakan rumus Alpha menunjukkan 0.826 yang berarti instrumen termasuk dalam kategori reliabilitas yang tinggi. Instrumen yang digunakan berdasarkan teori rendah hati Lickona yang dipadukan dengan teori rendah hati June P. Tagney Teknik analisis data untuk hipotesis menggunakan Mann Whitney U-Test untuk menguji hipotesis komparatif dua sampel independen bila datanya berbentuk ordinal (Sugiyono, 2008: 275).

Hasil dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Hasil penelitian berupa gambaran skor rendah hati peserta didik disetiap kelompok lalu dibandingkan antara skor pretest-posttest. Pada hasil pretest, seluruh peserta didik berada pada kategori rendah. Kemudian pada hasil posttest, pada kelompok eksperimen terdapat 3 orang peserta didik pada kategori rendah hati sedang dan 5 orang peserta didik berada pada ketegori rendah hati tinggi. Pada kelompok kontrol, terdapat 1 orang peserta didik yang berada pada kategori rendah hati sedang dan 7 orang peserta didik yang berada pada kategori rendah hati rendah.

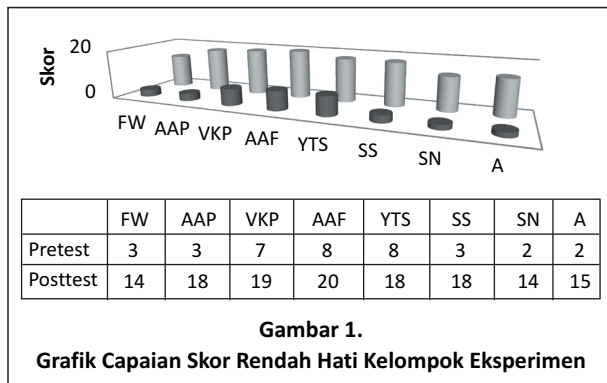
Tabel 1. Data Capaian Skor Rendah Hati

No.	Responden	Kelompok Eksperimen		Responden	Kelompok Kontrol	
		Pretest	Posttest		Pretest	Posttest
1	FW	3	14	NN	3	4
2	AAP	3	18	HSF	7	7
3	VKP	7	19	RDR	9	9
4	AAF	8	20	AS	8	9
5	YTS	8	18	RN	9	9
6	SS	3	18	RAR	9	11
7	SN	2	14	MSG	3	3
8	A	2	15	DS	5	5
	Rata-rata	4,5	17	Rata-rata	6,875	7,125

Berdasarkan pada tabel 1, kelompok eksperimen memiliki peningkatan skor rendah hati sedangkan pada kelompok kontrol hanya ada satu orang peserta didik yang mengalami peningkatan yang lainnya berada pada skor tetap. Rata-rata peningkatan skor pada kelompok eksperimen mencapai 13,5 % dan pada kelompok kontrol hanya 0,25%. Hal ini berarti peningkatan skor peserta didik pada kelompok eksperimen lebih tinggi daripada peningkatan skor peserta didik pada kelompok kontrol. Berikut grafik capaian dari masing-masing responden pada dua kelompok tersebut

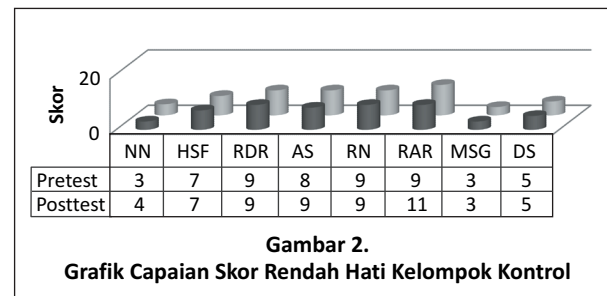
Selanjutnya hasil pengujian hipotesis menggunakan Mann Whitney U-Test dengan bantuan aplikasi SPSS 16.0 for Windows, diperoleh nilai Asymp. Sig = 0,001. Penelitian ini menggunakan taraf signifikansi alpha sebesar 0,05. Hal ini berarti pada skor harga diri Sig < 0,05, dengan demikian peningkatan skor rendah hati peserta didik kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan peserta didik ke-

lompok kontrol.



Gambar 1.

Grafik Capaian Skor Rendah Hati Kelompok Eksperimen



Gambar 2.

Grafik Capaian Skor Rendah Hati Kelompok Kontrol

Pembahasan

Layanan bimbingan kelompok dengan metode permainan ular tangga ini dilakukan sebanyak enam sesi yang bertujuan untuk memberi pengaruh terhadap rendah hati yang dimiliki siswa. Uji hipotesis menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan menggunakan metode permainan ular tangga dapat meningkatkan rendah hati siswa. Hasil pretest menyebutkan terdapat enambelas siswa dengan rendah hati rendah yang delapan diantaranya diberikan layanan bimbingan kelompok dengan permainan ular tangga. Hasil menunjukkan terdapat tiga siswa yang berada pada kategori sedang dan lima orang beranjak pada kategori tinggi serta tidak ada lagi siswa yang berada pada kategorisasi rendah. Sedangkan pada kelompok kontrol, satu orang siswa yang berada pada kategori sedang, dan tujuh orang tetap dalam kategori rendah. Hal ini berarti bahwa siswa yang menerima perlakuan sudah lebih memiliki rendah hati untuk dikembangkan dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan deskripsi data sebelum dan sesudah pelaksanaan bimbingan kelompok dengan

metode permainan ular tangga didapatkan hasil bahwa secara keseluruhan ular tangga siswa meningkat dibanding ketika peserta didik belum mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan metode permainan ular tangga. Hal ini tampak dari sebaran data rendah hati setelah pelaksanaan treatment pada peserta didik yang berpusat pada kategori tinggi dan sedang. Hal ini menunjukkan bahwa peserta didik sudah mulai mengembangkan perilaku terbuka pada kebenaran, keinginan untuk mengoreksi kesalahan yang telah dilakukan, serta meredam kesombongan diri melalui perilaku dalam kehidupan sehari-hari.

Pengujian hipotesis komparatif lalu dilakukan dengan perhitungan menggunakan Mann Whitney U Test pada data gain kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis diperoleh hasil yaitu nilai signifikansi pada kompetensi moral adalah 0,001. Melalui hasil perhitungan tersebut maka diperoleh kesimpulan bahwa pada kompetensi moral Sig < 0,05, artinya peningkatan rendah hati kelompok treatment lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.

Oleh sebab itu, secara keseluruhan dapat diambil kesimpulan bahwa kelompok treatment mengalami pengaruh yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan eksperimen memberikan efek yang signifikan untuk mempengaruhi rendah hati kelompok eksperimen yang lebih tinggi dibandingkan mempengaruhi kelompok kontrol yang tidak mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan metode permainan ular tangga.

Berdasarkan pembahasan tersebut, bimbingan kelompok dengan metode permainan ular tangga dapat diterapkan untuk meningkatkan rendah hati siswa kelas II SD.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut pengujian hipotesis komparatif pada penelitian ini, diperoleh hasil bahwa layanan bimbingan kelompok dengan metode permainan ular tangga berpengaruh secara signifikan terhadap aspek rendah hati siswa kelas II SD. Hasil tersebut tampak dari perhitungan meng-

gunakan Mann Whitney U Test pada kelompok peserta didik yang mendapatkan layanan bimbingan kelompok menggunakan metode permainan ular tangga dengan kelompok peserta didik yang tidak mendapatkan layanan bimbingan kelompok dengan metode permainan ular tangga. Melalui hasil perhitungan diperoleh kesimpulan bahwa nilai Sig < 0,001 pada aspek rendah hati siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol merupakan pengaruh dari penggunaan metode permainan ular tangga yang efektif digunakan dalam bimbingan kelompok pada siswa kelas II SDN Pulogebang 25 Pagi.

Memperdalam kajian teoritis mengenai peningkatan rendah hati dan metode lain yang dapat digunakan untuk mengembangkan rendah hati peserta didik. Meneliti faktor lain yang mempengaruhi perkembangan rendah hati peserta didik, seperti: pola asuh orang tua, pola interaksi dengan guru dan teman sebaya serta keadaan sosial ekonomi keluarga. Memodifikasi metode permainan ular tangga untuk meningkatkan rendah hati peserta didik, yang disesuaikan dengan tahap perkembangan peserta didik.

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- Azwar, Syaifuddin. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007.
- Cattanach, Anna. *Introduction Play Therapy*. New York: Brunner-Routledge, 2003.
- Chancellor, Joseph & Sonja Lyubomirsky. *Humble Beginnings : Current Trends State Perspectives and Hallmark of Humility*. California: University of California, 2013.
- Lickona, Thomas. *Educating for Character How Our School Can Teach Respect and Responsibility*. USA: Bantam Books, 1991.
- Lickona, Thomas. *Mendidik Untuk Membentuk Karakter*. Jakarta: Bumi Aksara, 2013.
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 13 Ayat 1
- Prayitno & Erman. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Rineka Cipta, 2004.