

PENGEMBANGAN INSTRUMEN KETERBUKAAN DIRI BERBASIS MEDIA PERMAINAN DAM QUIZ PADA PESERTA TINGKAT DIDIK SMP

Icha Anindya Vania Salsabila¹, Risaniatin Ningsih², Khususiyah³, Laelatul Arofah⁴

Universitas Nusantara PGRI Kediri

Email: ichaavania26@gmail.com¹, risadyne@gmail.com², khususiyah@unpkediri.ac.id³, laelatularofah91@gmail.com⁴

ABSTRACT

Self-disclosure is needed to build interpersonal relationships with other individuals. In the process of adaptation to the social environment, a person must be willing to open up so that his presence can be accepted in his environment. This study aims to develop and validate self-disclosure instruments for junior high school students. This development research was carried out at Al Huda Lamongan Islamic Middle School. The method used in this research is R&D. The trial was carried out on 47 students using purposive sampling techniques. Aspects of self-disclosure that are measured in the instrument include: emotional state, interpersonal relationships, personal, taste, sex, thoughts, religion, problems, and education. The results of this data analysis mean that the self-disclosure instrument for junior high school students can be declared valid and reliable, so that it can be used by counseling teachers and counseling researchers to measure the level of self-disclosure of students.

Keywords: *Self-disclosure, Instrument Development, Dam Quiz*

ABSTRAK

Keterbukaan diri sangat diperlukan untuk membangun hubungan interpersonal dengan individu lainnya. Dalam proses adaptasi dengan lingkungan sosial, seseorang harus mau untuk membuka diri sehingga kehadirannya dapat diterima dalam lingkungannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan dan memvalidasi instrumen keterbukaan diri peserta didik tingkat SMP. Penelitian pengembangan ini dilaksanakan di SMP Islam Al Huda Lamongan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah R&D. Uji coba dilaksanakan terhadap 47 orang peserta didik dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Aspek keterbukaan diri yang diukur dalam instrumen antara lain: keadaan emosional, hubungan interpersonal, pribadi, rasa/selera, seks, pemikiran, agama, masalah, dan pendidikan. Hasil analisis data ini bermakna bahwa instrumen keterbukaan diri peserta didik tingkat SMP dapat dinyatakan valid dan reliabel, sehingga dapat digunakan oleh guru BK serta peneliti BK untuk mengukur tingkat keterbukaan diri peserta didik.

Kata kunci: Keterbukaan Diri, Pengembangan Instrumen, Dam Quiz

PENDAHULUAN

Virus covid 19 telah memberikan dampak perubahan yang besar terhadap kehidupan manusia, terutama dalam dunia pendidikan. Sebagian aktifitas yang biasanya dapat dilakukan secara langsung menjadi dilakukan secara tidak langsung, Anitasari dkk (2021). Semua aktifitas dialihkan menjadi online atau daring dengan mengakses aplikasi melalui *gadget*, baik itu untuk kegiatan bekerja, sekolah, dan kegiatan lainnya. Sistem pendidikan juga mulai mencari inovasi untuk proses belajar mengajar. Terlebih adanya Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 4 Tahun 2020, bahwa segala kegiatan di lembaga pendidikan harus jaga jarak dan semua penyampaian materi akan dilakukan secara daring.

Pembelajaran secara daring membuat peserta didik tidak dapat bertatap muka dengan orang lain dalam jangka waktu yang lama. Hal tersebut ternyata dapat mempengaruhi

keterbukaan diri peserta didik, khususnya peserta didik yang sedang dalam masa peralihan dari sekolah dasar ke sekolah menengah. Zaini dkk (2019), keterbukaan diri adalah suatu proses mengungkapkan informasi pribadi tentang diri seseorang kepada orang lain. Zulamri dan Juki (2019), keterbukaan diri merupakan suatu cara untuk melakukan interaksi dengan orang lain dengan cara memberikan informasi mengenai dirinya sendiri. Seseorang yang mampu untuk membuka diri akan dapat menyesuaikan diri, lebih percaya diri sendiri, dapat diandalkan, dan lebih mampu bersikap dan berpikir positif. Dalam kehidupan sehari-hari khususnya pada saat di lingkungan sekolah, umumnya peserta didik sering kali mempunyai rasa takut akan dikucilkan oleh teman-temannya. Untuk mengatasi hal tersebut, peserta didik harus membuka dirinya dan mencoba untuk melatih keterampilan-keterampilan sosial mereka sebagai cara untuk memperoleh keakraban dan menjaga hubungan pertemanan dengan baik.

Keterbukaan diri sangat diperlukan dalam membaaur dengan lingkungan. Seperti halnya dengan peserta didik baru tingkat SMP yang masuk pada fase remaja. Sebagai siswa dan warga sekolah baru, mereka diharapkan mampu membuka diri dengan baik agar dapat dengan cepat menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya di sekolah. Keterampilan sosial pada diri individu sangat perlu dilakukan agar individu mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Dapat disimpulkan bahwa keterbukaan diri merupakan aspek penting dalam komunikasi untuk mencapai kedekatan hubungan dengan orang lain. Keterbukaan diri dapat menjadikan peserta didik lebih adaptif, percaya diri, kompeten, dapat diandalkan, dan mampu bersikap positif. Sebaliknya, bagi peserta didik yang sulit untuk membuka diri, akan sulit menyesuaikan diri dengan lingkungannya, kurang percaya diri, timbul perasaan takut dan cemas saat akan melakukan sesuatu, merasa rendah diri, dan tertutup.

Fenomena lapangan yang telah ditemukan di SMP Islam Al Huda Lamongan dari hasil observasi dan wawancara guru BK pada Juni 2022, meliputi: peserta didik sulit untuk terbuka, malu untuk bergaul, sibuk dengan dunianya sendiri, dan tidak percaya diri terhadap dirinya sendiri. Selain itu, peserta didik yang sulit membuka dirinya juga akan mengalami hambatan dalam mencapai prestasi atau mengembangkan kemampuannya. Menyadari pentingnya membuka diri dan interaksi dengan lingkungan bagi peserta didik, perlu diupayakan penanganan untuk meningkatkan keterbukaan diri peserta didik di lingkungan sekolah.

Melihat fenomena tersebut, diperlukan suatu alat untuk mengukur dan mengetahui tingkat keterbukaan diri peserta didik. Instrumen diperlukan untuk membantu guru BK dalam melakukan layanan bimbingan dan konseling. Keterbatasan alat ukur yang valid dan reliabel menjadi kendala bagi guru BK dalam mengembangkan program yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Instrumen keterbukaan diri yang akan dikembangkan memiliki 9 aspek yang dikutip dari Magno, Cuason & Figueroa (2008), antara lain: keadaan emosional, hubungan interpersonal, pribadi, rasa/selera, seks, pemikiran, agama, masalah, dan pendidikan.

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan instrumen keterbukaan diri yang valid dan reliabel sehingga dapat mengukur tingkat keterbukaan diri peserta didik sebelum memainkan permainan Dam Quiz. Dam Quiz merupakan media yang dikembangkan dari permainan tradisional dam-daman. Puspitasari dkk (2021), dam-daman merupakan permainan tradisional yang terbuat dari papan kayu, kertas, atau bahkan langsung dimainkan di tanah yang digambar dengan bentuk kotak atau persegi menggunakan kapur tulis untuk dua orang pemain. Melalui

permainan dam-daman tersebut, peneliti akan mengembangkan instrumen keterbukaan diri untuk mengukur keterbukaan diri pada peserta didik tingkat SMP. Permainan dam-daman bermanfaat untuk melatih keterbukaan diri peserta didik karena dapat membuat peserta didik melakukan banyak interaksi dengan peserta didik lainnya saat memainkan permainan tersebut, sehingga hal tersebut dapat membuat peserta didik lebih membuka diri dan mempunyai kedekatan dengan teman-temannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anitasari dkk . (2021). Pengaruh Efikasi Diri terhadap Perilaku Menyontek Siswa Sekolah Dasar selama Pembelajaran Daring. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 14 (1), 2021 – 83.
- Gregory, R. J. (2013). *Psychological testing: History, principles and applications* (7th edition). Wheaton College: Pearson.
- Hadaina, N., & Astawan, I. G. (2021). Instrumen Kemampuan Kerjasama Anak Kelompok B Taman. 4(1), 8–12.
- Magno, Carlo., Cuason, Sherwin., Figueroa, Christine. (2008) *The Development of the Self-disclosure - De La Salle University-Manila*
- Muljono, P. Penyusunan dan Pengembangan Instrumen Penelitian. P. D. A. N. (2002). *Instrumen penelitian*.
- Pohan, R. A. (2023). Pengembangan dan Validasi Instrumen Kepercayaan Diri Siswa dalam Merespon. 6(1), 47–54.
- Puspitasari, H., Husna, M. A., & Ulummudin, I. K. (2021). Pengembangan Media Dam-daman dalam Mata Pelajaran Fiqih Materi Haji Kelas V MI Al Muslimiyah Randublatung Blora. *At-Tuhfah: Jurnal Studi Keislaman*, 10(1), 45-59.
- Rasmawan, R. (2021). Pengembangan Instrumen Microteaching Berdasarkan Pembelajaran Abad Ke-21. 19(1), 31–45. <https://doi.org/10.31571/edukasi.v19i1.2348>
- Sari, D. Y., & R, D. S. (2016). Gambaran Keterbukaan Diri (Studi Deskriptif pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 48 Jakarta) Abstrak. 5(1).
- Syamsuryadin, S., & Wahyuniati, C. F. S. (2017). Tingkat Pengetahuan Pelatih Bola Voli Tentang Program Latihan Mental Di Kabupaten Sleman Yogyakarta. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 13(1), 53–59.
- Widi, Ristya. (2011). Uji Validitas dan Reliabilitas dalam Penelitian Epidemiologi Kedokteran Gigi. *Stomatognathic (J.K.G. Unej)* Vol. 8 No. 1 2011 : 27-34. Universitas Jember.

Zulamri, Z. (2019). Pengaruh Layanan Konseling Individual Terhadap Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Klas II B Pekanbaru. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 19.