

Peningkatan Sikap Terhadap *Purpose In Life* Menggunakan Bimbingan Kelompok Teknik Simulasi *Games*

Improvement Attitudes Towards Purpose In Life Through Group Guidance Games Simulation Techniques

Jelita Eka Seprida^{1*}, Shinta Maya Sari², Moch Johan Pratama³

¹ Mahasiswa FKIP Universitas Lampung, Jl. Prof. Dr. Soemantri Brojonegoro No. 1 Bandar Lampung
* e-mail: jelitaekaseprida@gmail.com, Telp: +6282182155466

² Dosen FKIP Universitas Lampung, Jl. Prof. Dr. Soemantri Brojonegoro No. 1 Bandar Lampung

Received: October, 2018

Accepted: October 2018

Online: Published: November, 2018

Abstract: *Improvement Attitudes Towards Purpose in Life Through Group Guidance Games Simulation Techniques.* The problem of this research is attitude towards purpose in life. The problem is “whether the group guidance for game simulation techniques can improve students positive attitude towards purpose in life. The objective of the research is to improve students positive attitudes towards psychological well-being, especially the dimension of purpose in life in class XI students of SMA Negeri 9 Bandar Lampung . The *quasi eksperimen* design *untreated control group design with dependent pre-test and posttest* was used in this method. The subject of the research were 10 experimental group and 10 control group. Data collection techniques use a purpose in life scale. The results showed that attitudes towards the purpose in life of students in schools could be improved through group guidance techniques for games simulation techniques, this was shown by the Mann Whitney test results. The results obtained showed value (Sig.) $0,000 < 0,05$ the H_0 was rejected by H_a accepted. The conclusion is that the attitude of students of students towards purpose in life can be increased using group simulation techniques for game simulation techniques in class XI of SMA Negeri 9 Bandar Lampung Academic Year 2017/2018.

Keywords: *guidance and counseling, games simulation techniques, purpose in life*

Abstrak: Peningkatan Sikap Terhadap *Purpose in Life* Menggunakan Bimbingan Kelompok Teknik Simulasi *Games*. Masalah penelitian ini adalah sikap terhadap *purpose in life*. Permasalahannya adalah “apakah layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* dapat meningkatkan sikap positif terhadap *purpose in life* pada siswa. Tujuan penelitian untuk meningkatkan sikap terhadap kesejahteraan psikologis khususnya pada dimensi *purpose in life* pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018. Metode penelitian ini adalah *quasi eksperimen* desain *untreated control group design with dependent pre-test and posttest*. Subjek penelitian yaitu kelompok eksperimen 10 orang dan kelompok kontrol sebanyak 10 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan skala sikap tujuan hidup. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap terhadap tujuan hidup siswa di sekolah dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games*, hal ini ditunjukkan hasil uji *Mann Whitney*. Hasil yang diperoleh menunjukkan nilai (Sig.) $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak H_a diterima. Kesimpulannya adalah sikap positif terhadap *purpose in life* dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* pada siswa kelas XI di SMAN 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.

Kata kunci: bimbingan dan konseling, bimbingan kelompok teknik simulasi *games*, tujuan hidup

PENDAHULUAN/ INTRODUCTION

Mencapai kebahagiaan adalah suatu impian setiap individu, berbagai upaya dilakukan untuk mencapainya. Disiplin ilmu psikologi sendiri mengindentikkan kebahagiaan dengan kondisi dimana seseorang individu sejahtera psikologisnya (Ryff, 2014). Berbeda dengan kesejahteraan fisik yang dapat dengan mudah diketahui indikasinya, aspek psikologis memiliki sifat *covert*, dimana kualitasnya tidak terlihat secara kasat mata.

Hal ini menyebabkan indikasi *Psychological Well Being* (Kesejahteraan Psikologis) memiliki banyak versi. Kesejahteraan psikologis memiliki versi indikasi yang beragam, namun para ahli sependapat bahwa kesejahteraan psikologis merupakan sebuah variabel yang penting untuk dimiliki oleh seorang individu.

Hal ini dibuktikan oleh bukti empiris, bahwa kualitas kesejahteraan psikologis yang dimiliki seseorang individu, akan mempengaruhi kualitas variabel positif lainnya, seperti penelitian (Tanujaya, 2014) tentang hubungan kepuasan kerja dengan kesejahteraan psikologis pada karyawan *clener*, (Triwahyuningsih, 2017) tentang hubungan antara *self esteem* dengan kesejahteraan psikologis dapat meningkatkan *self esteem*, serta terdapat pada penelitian (Anggraini T P & Jannah M, 2014) hubungan antara kesejahteraan psikologi dan kepribadian *hardiness* dengan stress pada petugas *port security*, dari hasil penelitian tersebut terbukti bahwa kesejahteraan psikologi dan kepribadian *hardiness* dapat mengurangi tingkat stress yang terjadi pada petugas *port security*.

Kesejahteraan psikologis bukan sebuah kondisi statis (tujuan) yang jika kita sudah mencapainya maka perjalanan selesai, lebih kepada sebuah arah untuk

kita terus berproses. Sikap positif terhadap kesejahteraan psikologis idealnya terinternalisasi sebagai bagian dari konsep diri individu, sehingga konsep diri individu terbentuk pada masa remaja, dimana pada tahap perkembangan ini remaja memiliki tugas perkembangan untuk mengkonstruksi identitas diri.

Masa remaja menjadi masa yang paling tepat untuk mulai memberikan informasi terkait pentingnya kesejahteraan psikologis, dimana menurut informasi adalah determinan terbaik untuk menentukan kualitas sebuah sikap, secara lebih lanjut dijelaskan bahwa ketika seorang individu memiliki informasi yang cukup atas sebuah objek sikap, maka ia akan dengan mudah menentukan derajat arah sikapnya terhadap objek sikap tersebut.

Perkembangan individu amat dipengaruhi oleh lingkungannya (ekosistem). Berdasarkan teori tersebut, maka idealnya sekolah adalah lingkungan yang informatif, sehingga remaja memiliki informasi cukup terkait pentingnya kesejahteraan psikologis.

Kondisi ideal tersebut berbanding terbalik dengan hasil studi lapangan, dimana 18 dari 55 siswa di SMA Negeri 9 Bandar Lampung menyatakan bahwa mereka belum mengetahui apa itu kesejahteraan psikologis dan siswa belum bisa dengan tepat menyebutkan ciri-ciri tentang kesejahteraan psikologis. Data tersebut menunjukkan bahwa informasi yang dimiliki siswa akan pentingnya kesejahteraan psikologis masih amat minim.

Hasil wawancara lanjutan menunjukkan bahwa masih minimnya program yang secara spesifik bertujuan untuk memberikan informasi terkait kesejahteraan psikologis. Hasil survey dalam bentuk kualitatif berupa *Focus*

Group Discussion yang berisi tentang indikator bahwa masih terdapat tujuan hidup (*purpose in life*) yang kurang baik, dari 15 siswa yang mengikuti FGD diantaranya menunjukkan hasil yang negative terkait tujuan hidupnya.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa guru bimbingan dan konseling tidak memiliki dasar pengetahuan teoritis terkait kesejahteraan psikologis, lalu belum adanya program spesifik yang bertujuan untuk mengedukasi siswa terkait kesejahteraan psikologis dan kesulitan komunikasi dengan siswa. Secara spesifik terlihat bahwa pihak sekolah perlu memberikan perhatian khusus pada upaya untuk meningkatkan pemahaman siswa terkait dengan kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan studi pendahuluan, dapat disoroti dua permasalahan yang dihadapi oleh peneliti, yaitu : 1) minimnya informasi yang dimiliki siswa terkait kesejahteraan psikologis, 2) kesulitan guru untuk berkomunikasi dengan siswa. Secara spesifik penelitian ini mendalami kualitas kemampuan untuk menentukan *tujuan hidup* sebagai salah satu aspek penunjang kesejahteraan psikologis. (Ryff, 2014) menjelaskan lebih lanjut bahwa kemampuan tersebut berkaitan dengan kemampuan seorang individu memiliki rasa keterarahan dalam hidup, mampu merasakan arti dari masa lalu dan masa kini, memiliki keyakinan yang memberikan tujuan hidup, serta memiliki tujuan dan target yang ingin dicapai dalam hidup.

Berdasarkan dua poin permasalahan yang ditemukan oleh peneliti pada studi pendahuluan, maka diajukanlah sebuah solusi yaitu dengan merancang modul layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* dengan menentukan serta memaknai arti hidup. Bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada

sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Serta pada penelitian (Erwin, 2017) terbukti bahwa bimbingan kelompok dapat meningkatkan keterampilan siswa dari 46,52% meningkat menjadi 85,12% Dikaitkan dengan penelitian ini bimbingan kelompok yang diberikan berdampak pada bidang bimbingan pribadi yang dirancang untuk membantu peserta didik memahami, menilai, dan mengembangkan potensi.

Teknik simulasi *games* memiliki kelebihan dibandingkan dengan teknik lain terutama jika digunakan pada klien remaja : siswa dapat melakukan interaksi sosial dan komunikasi dalam kelompoknya, dapat membina hubungan personal yang positif, dapat membangkitkan imajinasi, dapat mengembangkan kreativitas siswa, dapat memupuk keberanian dan percaya diri siswa, dapat meningkatkan gairah siswa dalam proses pembelajaran, Memperkaya pengetahuan, sikap, dan keterampilan, bekal bagi siswa dalam menghadapi situasi di kehidupan di masa depan baik dalam kehidupan, masyarakat maupun dunia kerja, dapat memupuk daya cipta peserta didik.

Alasan selanjutnya adalah teknik simulasi *games* terbukti efektif jika digunakan untuk meningkatkan kualitas sebuah perilaku. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian (Melianasari, 2015) menggunakan teknik simulasi *games* untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa dengan menggunakan populasi siswa kelas XI SMA 24 Bandung dari 66,77% meningkat menjadi 71,99%.

Berdasarkan alur pikir diatas maka diharapkan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* menjadi metode yang paling tepat untuk menyampaikan informasi terkait kesejahteraan psikologis pada siswa, dan pada

akhirnya sikap negatif terhadap tujuan hidup dapat berubah menjadi sikap yang positif.

Berdasarkan uraian masalah tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian kali ini adalah apakah layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* dapat meningkatkan sikap positif siswa terhadap *purpose in life* pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan sikap positif siswa terhadap kesejahteraan psikologis khususnya dimensi *purpose in life* setelah penggunaan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* pada siswa kelas XI SMA Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018.

METODE PENELITIAN/ METHOD RESEARCH

Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 9 Bandar Lampung. Waktu Penelitian ini adalah Tahun Pelajaran 2017/2018. Pada Tanggal 16 Juli 2018 sampai Tanggal 27 Juli 2018.

Penelitian ini menggunakan desain Quasi eksperimen dengan model *untreated control group design with dependent pre-test and posttest*. Dengan melibatkan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dengan pengukuran sebelum pelatihan dan setelah pelatihan.

Subjek dalam penelitian ini adalah 10 orang kelompok eksperimen dan 10 orang kelompok kontrol kelas XI. Subjek penelitian diperoleh melalui *voluntary sampling*. *Voluntary Sampling* adalah pengambilan sampling berdasarkan kerelaan atau kemauan siswa untuk berpartisipasi dalam penelitian.

Memberikan tes awal atau *pre-test* yaitu tes pertama kali untuk mengumpulkan data awal yang nantinya

akan dijadikan acuan data atau perbandingan data tes akhir atau memberikan *post-test* setelah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen. Tes akhir atau *post-test* berperan penting untuk mengetahui hasil dari penelitian yang sudah dilakukan untuk mendapatkan nilai tentang sikap terhadap konsep *purpose in life*.

Metode pengumpulan data ialah cara memperoleh data atau informasi guna mencapai objektivitas yang tinggi. Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan 1 (satu) metode pokok untuk memperoleh data yang dibutuhkan dalam penelitian ini. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan skala sikap tujuan hidup untuk melihat peningkatan sikap siswa terhadap tujuan hidup.

Tabel 1. Kategori jawaban skala motivasi belajar siswa.

Pernyataan	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Sumber : Sugiyono, 2006.

Validitas instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu valid. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang hendak diukur”(Sugiyono, 2010 : 267). Uji validitas digunakan untuk mengetahui apakah instrumen yang dibuat dapat mengukur apa yang hendak diukur.

Berdasarkan hasil uji ahli (*judgement expert*) yang dilakukan tiga dosen dari perhitungan dengan rumus Aiken's V pernyataan dengan kriteria besarnya 0,75 maka pernyataan tersebut dikatakan valid dan dapat digunakan. Berdasarkan hasil uji ahli dari 24 pernyataan setelah dihitung koefisien validitas isi terdapat 24 item yang dinyatakan valid. Koefisien validitas isi Aiken's V dari 24 item adalah pada rentang rata-rata 0,75 berkaidah keputusan tinggi.

Uji reliabilitas adalah suatu instrument yang dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data. Untuk mengetahui reabilitas instrument penelitian, peneliti melakukan uji coba di SMA Negeri 1 Bandar Lampung. Skala motivasi belajar dibagikan kepada 60 siswa, kemudian dianalisis dan dihitung dengan menggunakan rumus *alpha cronbach* lewat SPSS (*Statistical Package for Sosial Science*). Skala yang digunakan peneliti memiliki tingkat reabilitas sebesar 0,792. Berdasarkan kriteria reliabilitas menurut Sugiyono (2010:184). Tingkat reliabilitas sebesar merupakan kriteria reliabilitas tinggi.

Analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul (Sugiyono, 2010:46). Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian, dengan analisis data maka akan dapat membuktikan hipotesis. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Mann Whitney Test* untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan rata-rata dua sampel yang tidak berpasangan.

Alasan peneliti menggunakan uji *Mann Whitney* karena subjek penelitian kurang dari 25, maka distribusi datanya dianggap tidak normal dan data yang diperoleh merupakan data ordinal, maka

statistik yang digunakan adalah *nonparametrik* (Sugiyono, 2010:210) dengan menggunakan Uji *mann Whitney Test*. Penelitian ini akan menguji *pretest* dan *posttest*. Dengan demikian peneliti dapat melihat perbedaan nilai antara *pretest* dan *posttest* melalui uji *mann whitney test* ini menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package for Social Science*).

HASIL DAN PEMBAHASAN/ RESULT AND DISCUSSION

Penelitian ini dilaksanakan pada semester genap Tahun pelajaran 2017/2018 di SMA Negeri 9 Bandar Lampung. Penelitian ini dilakukan dalam waktu 1 minggu terhitung pada tanggal 16 Juli 2018 sampai 27 Juli 2018, sebelum pelaksanaan layanan bimbingan kelompok terlebih dahulu peneliti melakukan wawancara kepada guru bimbingan konseling terkait kesejahteraan psikologis setelah itu peneliti memberikan survey siswa pada kelas XI untuk mendapatkan informasi tentang pengetahuan siswa terkait kesejahteraan psikologis dan setelah itu peneliti melakukan FGD (*Focus Group Discussion*) untuk mengetahui bentuk perilaku negatif terhadap tujuan hidup pada siswa kelas XI IPS 1 yang menjadi subjek kelompok eksperimen yang berjumlah 10 orang. Hasil yang didapat dari FGD adalah bahwa siswa cenderung memiliki sikap yang negatif terhadap tujuan hidup.

Dilakukan FGD seperti ini agar peneliti dapat menyimpulkan seperti apa bentuk perilaku secara keseluruhan dari para siswa kelompok eksperimen untuk memudahkan peneliti membuat rancangan simulasi *games* yang akan diberikan kepada siswa pada saat bimbingan kelompok. Sedangkan subjek kelompok kontrol akan dilakukan pada siswa kelas XI IPS 4 dengan jumlah 10 orang yang tidak akan diberi perlakuan

Berikut ini adalah tabel data hasil *pretest* siswa kelompok eksperimen sebelum diberi perlakuan dan kelompok kontrol:

Tabel 2. Data hasil *pretest* siswa kelompok eksperimen

No	Nama	Skor	Kriteria
1.	VY	47	Rendah
2.	SW	51	Rendah
3.	YH	68	Sedang
4.	AC	53	Rendah
5.	GF	57	Sedang
6.	ZS	47	Rendah
7.	TS	59	Sedang
8.	RN	48	Rendah
9.	DD	75	Sedang
10.	AM	43	Rendah

Tabel 3. Data hasil *pretest* siswa kelompok kontrol

No	Nama	Skor	Kriteria
1.	AZ	86	Sedang
2.	AF	92	Tinggi
3.	NA	89	Tinggi
4.	AS	87	Sedang
5.	SA	97	Tinggi
6.	CC	88	Sedang
7.	MF	94	Tinggi
8.	FP	91	Tinggi
9.	LS	89	Tinggi
10.	MA	65	Sedang

Kriteria ini diperoleh berdasarkan penyebaran skala sikap terhadap tujuan hidup dan digunakan untuk menentukan subjek penelitian dan mengukur sikap terhadap tujuan hidup dengan subyek sebelum dan sesudah perlakuan bimbingan kelompok. Data yang diperoleh untuk mengetahui hasil *pretest* dan *posttest* diperoleh dari pengisian skala sikap tujuan hidup.

Pretest merupakan penelitian yang dilakukan peneliti sebelum peneliti menyelenggarakan kegiatan bimbingan kelompok. Setelah dilaksanakan *pretest*, peneliti mengkategorikan siswa yang memiliki sikap terhadap tujuan hidup dengan skor rendah, sedang dan tinggi untuk diberikan perlakuan bimbingan kelompok. Setelah hasil *pretest* diketahui, kemudian hasil *pretest* direkapitulasi dengan kriteria tingkat sikap terhadap tujuan hidup yang ditentukan dengan interval yang telah ditentukan menggunakan rumus.

Berdasarkan keterangan diatas maka diperoleh kriteria skala sikap tujuan hidup yang tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 4. kriteria sikap terhadap tujuan hidup

Interval	Kriteria
89 – 120	Tinggi
57 – 88	Sedang
24 – 56	Rendah

Berdasarkan data yang telah diperoleh setelah itu pemimpin kelompok dan anggota kelompok membuat kesepakatan untuk melaksanakan bimbingan kelompok.

Pertemuan pertama bimbingan kelompok dilaksanakan pada tanggal 9 Agustus 2018 di SMA Negeri 9 Bandar Lampung. Pada pertemuan pertama, anggota kelompok masih terlihat pasif dan malu-malu, karena anggota masih belum memahami kegiatan bimbingan kelompok teknik simulasi *games*. Kegiatan dimulai dengan perkenalan pemimpin kelompok. Setelah itu pemimpin kelompok memberikan pengantar mengenai bimbingan kelompok, secara umum kegiatan dapat berjalan dengan lancar, meskipun

anggota kelompok masih pasif dalam diskusi. Pada pertemuan pertama ini, awalnya tidak semua anggota ada yang berani mengemukakan pendapat, namun setelah diarahkan oleh pemimpin kelompok akhirnya semua anggota kelompok mampu untuk menceritakan gambaran diri dan berdiskusi mengenai permasalahan yang dibahas pada pertemuan pertama yaitu mengenai cara menumbuhkan sikap positif terhadap tujuan hidup.

Selanjutnya pertemuan kedua bimbingan kelompok yang kedua ini dilaksanakan di SMA Negeri 9 Bandar Lampung, pada tanggal 10 Agustus 2018. Pertemuan kedua, suasana kelompok sudah terlihat lebih baik. Anggota kelompok mulai mau membuka diri, seperti pada pertemuan pertama, di pertemuan kedua adalah inti dimana siswa merasakan langsung dalam permainan simulasi *games* yang telah dibuat dan dijelaskan cara permainannya oleh pemimpin kelompok. Yang bertujuan agar siswa mendapatkan gambaran situasi seperti apa keadaan seseorang yang memiliki dan yang tidak memiliki tujuan hidup.

Sesuai dengan kesepakatan yang telah dibuat pada pertemuan sebelumnya, bimbingan kelompok yang ketiga ini dilaksanakan pada tanggal 12 Agustus 2018 di SMA Negeri 9 Bandar Lampung. Pertemuan ketiga suasana kelompok sudah terlihat lebih baik, anggota kelompok mulai mau membuka diri. pemimpin kelompok kembali mengajak anggota kelompok untuk dapat mengaitkan kegiatan permainan yang sudah dilaksanakan oleh siswa dengan objek sikap yang terkait dengan tujuan hidup.

Setelah permasalahan tentang meningkatkan sikap siswa terhadap tujuan hidup pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok apakah kegiatan ini akan berlanjut untuk

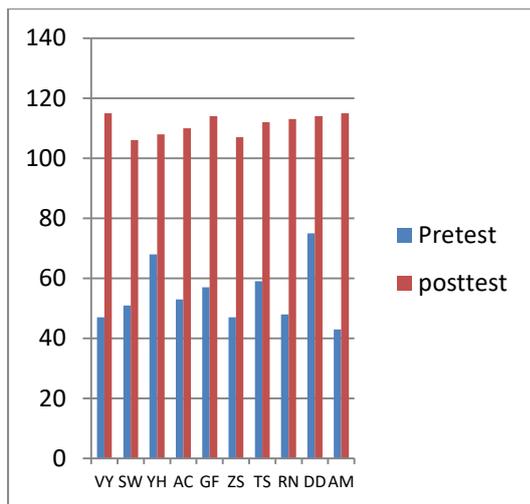
menyelesaikan permasalahan atau melakukan kegiatan bimbingan kelompok di hari berikutnya mereka.

Sesuai dengan kesepakatan yang telah dibuat pada pertemuan sebelumnya, bimbingan kelompok yang keempat ini dilaksanakan pada tanggal, 13 Agustus 2018 di SMA Negeri 9 Bandar Lampung. Pemimpin kelompok kembali mengajak anggota kelompok untuk membahas permasalahan yang akan dibahas pada pertemuan keempat yaitu permasalahan mengenai bagaimana cara meningkatkan sikap terhadap tujuan hidup.

Hasil pelaksanaan tahap ini adalah anggota kelompok dapat mengungkapkan diri, menanggapi dan memberikan komentar mengenai bagaimana cara meningkatkan sikap yang berkaitan dengan tujuan hidup. Pada akhir kegiatan anggota kelompok diminta untuk menyimpulkan dari hasil bahasan atau topik yang telah didiskusikan dan menyampaikan hal-hal apa saja yang mereka peroleh.

Hasil *pretest* kelompok eksperimen atau sebelum diberikan perlakuan bimbingan kelompok diperoleh nilai rata-rata skor sebesar 54,8 masuk dalam kategori rendah dan setelah dilakukan perlakuan bimbingan kelompok hasil *posttest* meningkat menjadi 111,4 masuk dalam kategori tinggi. Maka ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan sikap siswa terhadap tujuan hidup setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games*.

Berikut ini adalah grafik peningkatan sikap siswa terhadap tujuan hidup pada kelompok eksperimen :

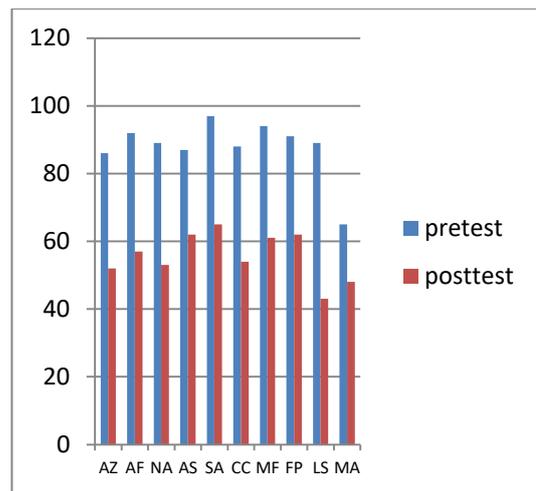


Gambar 1. perbandingan *pre-test* dan *posttest* kelompok eksperimen

Dari pertemuan pertama sampai keempat dapat dianalisis bahwa para anggota sudah memperoleh pengertian dan pemahaman terhadap topik yang telah dibahas dalam tiap pertemuan. Sehingga rata-rata siswa sudah menunjukkan perubahan perilaku secara bertahap yang muncul setelah layanan bimbingan kelompok simulasi *games*. Diharapkan perubahan perilaku yang positif tersebut dapat selalu diterapkan serta dapat meningkatkan sikap siswa terhadap tujuan hidup.

Hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol. Hasil *pretest* diperoleh nilai rata-rata skor tujuan hidup sebesar 87,8 masuk dalam kategori sedang dan tanpa diberikan layanan bimbingan kelompok hasil *posttest* 55,7 masuk dalam kategori rendah. Maka ini menunjukkan bahwa tidak adanya peningkatan sikap terhadap tujuan hidup yang tidak berarti tanpa diberikan bimbingan kelompok teknik simulasi *games*.

Berikut ini adalah grafik peningkatan sikap siswa terhadap tujuan hidup pada kelompok kontrol :



Gambar 2. perbandingan *pre-test* dan *posttest* kelompok kontrol

Setiap subjek dalam penelitian ini memiliki perubahan peningkatan yang berbeda-beda. Berikut ini merupakan pembahasan peningkatan sikap siswa terhadap tujuan hidup per-subjek :

Permasalahan VY sebelum pemberian bimbingan kelompok teknik simulasi *games* adalah sebesar 47, sikap yang nampak dari VY adalah cenderung lebih bingung untuk pilihannya yang bertentangan dengan orangtua VY sehingga ia tidak memiliki tujuan hidup yang jelas sehingga ia hanya mengikuti alur kehidupannya saja. Setelah mengikuti empat kali proses bimbingan kelompok teknik simulasi *games* perkembangan sikap VY terhadap tujuan hidup meningkat sebesar 115. Peningkatan terlihat salah satunya pada pertemuan keempat VY terlihat tidak bingung akan tujuan hidupnya karena ia akan berani untuk mendiskusikan dan bicara dengan orangtuanya untuk menentukan tujuan hidupnya dengan cara mengambil keputusan bersama.

Permasalahan SW sebelum pemberian bimbingan kelompok teknik simulasi *games* adalah sebesar 51, sikap yang nampak sebelum pemberian perlakuan adalah SW tidak mempunyai tujuan hidup sama sekali dalam dirinya karena SW lebih memikirkan saat ini

dibanding masa depan. Setelah diberikan perlakuan perkembangan sikap SW terhadap tujuan hidup adalah sebesar 106, sikap yang nampak setelah pemberian perlakuan adalah SW sudah mulai menyadari bahwa tujuan hidup adalah hal yang penting dalam hidup ini untuk memiliki arah tujuan kelangsungan hidup ini.

Permasalahan YH sebelum pemberian bimbingan kelompok teknik simulasi *games* adalah sebesar 68, sikap yang nampak sebelum pemberian perlakuan adalah YH terlalu banyak memiliki tujuan hidup sehingga hal itu membuat YH tidak memiliki kemantapan untuk menentukan tujuan hidupnya. Setelah diberikan perlakuan perkembangan sikap YH terhadap tujuan hidup adalah sebesar 106, sikap yang nampak setelah pemberian perlakuan adalah YH sudah bisa menentukan satu tujuan hidup yang sesuai dengan dirinya sehingga ia bisa lebih fokus dan tidak bingung lagi untuk menentukan tujuan hidupnya.

Permasalahan AC sebelum pemberian bimbingan kelompok teknik simulasi *games* adalah sebesar 53, sikap yang nampak sebelum pemberian perlakuan adalah AC tidak tahu apa yang menjadi potensi dalam dirinya sehingga ia tidak bisa menentukan apa yang menjadi tujuan hidupnya. Setelah diberikan perlakuan perkembangan sikap AC terhadap tujuan hidup adalah sebesar 110, sikap yang nampak setelah pemberian perlakuan adalah AC sudah mulai memikirkan untuk sering konsultasi kepada Guru BK apa yang menjadi potensi dalam dirinya sehingga AC dapat menentukan tujuan hidup yang sesuai dengan potensi yang ada dalam dirinya.

Permasalahan GF sebelum pemberian bimbingan kelompok teknik simulasi *games* adalah sebesar 57, sikap yang nampak sebelum pemberian

perlakuan adalah GF merasa tidak ada yang mendukung tujuan hidup yang telah ia buat sehingga ia sekarang malas untuk membuat tujuan hidupnya. Ia pun merasa bahwa tujuan hidup tidak terlalu penting dalam hidupnya. Setelah diberikan perlakuan perkembangan sikap GF terhadap tujuan hidup adalah sebesar 114, sikap yang nampak setelah pemberian perlakuan adalah GF sekarang sudah mengetahui bahwa tujuan hidup sangat bermanfaat untuk kelangsungan hidupnya di masa depan jadi sekarang GF sudah mau memulai kembali untuk membuat tujuan hidup. GF menyadari semua ini karena sudah diberikan permainan yang dirasakan langsung oleh dirinya.

Permasalahan ZS sebelum pemberian bimbingan kelompok teknik simulasi *games* adalah sebesar 47, sikap yang nampak sebelum pemberian perlakuan adalah ZS merasa dengan ia tidak mempunyai tujuan hidup maka hidupnya akan lancar-lancar saja karena pengetahuan ZS mengenai tujuan hidup sangat minim. Setelah diberikan perlakuan perkembangan sikap ZS terhadap tujuan hidup sebesar 107, sikap yang nampak setelah pemberian perlakuan adalah ZS sudah menyadari dan mengerti arti pentingnya tujuan hidup untuk dimiliki dalam dirinya. Pola pikir ZS sudah berubah untuk membuat target untuk menentukan tujuan hidupnya.

Permasalahan TS sebelum pemberian bimbingan kelompok teknik simulasi *games* adalah sebesar 59, sikap yang nampak sebelum pemberian perlakuan adalah pada saat TS duduk di bangku SMP ia pernah mengalami kegagalan dalam menentukan tujuan hidupnya sehingga ia sekarang menyerah dan tidak ingin membuat target tujuan hidupnya kembali karena ia tidak mau merasakan kegagalan yang sama pada saat SMP. Setelah diberikan perlakuan perkembangan sikap TS

terhadap tujuan hidup sebesar 112, sikap yang nampak setelah pemberian perlakuan adalah TS sudah mulai menyadari arti penting dari tujuan hidup untuk dirinya di masa depan. Ia akan mencoba membuat target kembali dan ia akan percaya ia akan berhasil karena ia akan lebih berusaha dan bersungguh-sungguh untuk menggapai tujuan dalam hidupnya.

Permasalahan RN sebelum pemberian bimbingan kelompok teknik simulasi *games* adalah sebesar 48, sikap yang nampak sebelum pemberian perlakuan adalah RN tidak ada pendirian dalam menentukan tujuan dalam hidupnya seringkali ia mengikuti pilihan teman-temannya dalam menentukan tujuan hidupnya. Setelah diberikan perlakuan perkembangan sikap RN terhadap tujuan hidup sebesar 113, sikap yang nampak setelah pemberian perlakuan adalah RN sudah mulai percaya diri dan dapat memutuskan keputusannya sendiri dalam menentukan tujuan dalam hidupnya.

Permasalahan DD sebelum pemberian bimbingan kelompok teknik simulasi *games* adalah sebesar 75, sikap yang nampak sebelum pemberian perlakuan adalah DD sudah mempunyai tujuan hidup tetapi disini yang jadi permasalahannya adalah DD tidak yakin dengan tujuan hidup yang telah ia buat tersebut. Setelah diberikan perlakuan perkembangan sikap DD terhadap tujuan hidup sebesar 114, sikap yang nampak setelah pemberian perlakuan adalah DD sudah dapat menyadari arti pentingnya mempunyai tujuan hidup serta memiliki keyakinan dalam dirinya sendiri untuk dapat mencapai tujuan hidupnya.

Permasalahan AM sebelum pemberian bimbingan kelompok teknik simulasi *games* adalah sebesar 43, sikap yang nampak sebelum pemberian perlakuan adalah AM tidak ingin membuat target yang menjadikan tujuan

hidupnya karena ia takut gagal dan ia tidak yakin akan bisa mencapainya. Setelah diberikan perlakuan perkembangan sikap AM terhadap tujuan hidup sebesar 115, sikap yang nampak setelah pemberian perlakuan adalah AM sudah mengubah pola pikirnya untuk mempunyai tujuan hidup agar hidupnya lebih terarah dan ia akan berusaha semaksimal mungkin untuk menggapai apa yang menjadi tujuan dalam hidupnya.

Analisis data menunjukkan terdapat peningkatan sikap positif terhadap tujuan hidup setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* pada kelompok eksperimen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat sikap positif terhadap tujuan hidup di SMA Negeri 9 Bandar Lampung setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* meningkat dibandingkan sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games*. Sebaliknya tidak terdapat peningkatan yang berarti pada kelompok kontrol yang tidak diberikan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games*.

Penelitian ini menggunakan pendekatan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen untuk meningkatkan sikap positif terhadap tujuan hidup. Bimbingan kelompok merupakan upaya membantu seseorang dalam suasana kelompok agar seseorang dapat memahami dirinya, mencegah masalah, dan mampu memperbaiki diri dengan cara memanfaatkan dinamika kelompok sehingga seseorang dapat menjalani perkembangan secara optimal.

Bimbingan kelompok merupakan upaya membantu seseorang dalam suasana kelompok agar seseorang dapat memahami dirinya, mencegah masalah, dan mampu memperbaiki diri dengan

cara memanfaatkan dinamika kelompok sehingga seseorang dapat menjalani perkembangan secara optimal. Bimbingan kelompok teknik simulasi games efektif sebagai teknik untuk berkomunikasi dengan siswa.

Dilakukannya teknik simulasi *games* dalam bimbingan kelompok ini serta setelah melakukan permainan *games*, dinamika kelompok yang terjadi semakin intensif yang penting untuk kelompok dapat mengembangkan kreativitas, karena melalui simulasi *games* kelompok diberikan kesempatan untuk memainkan *games* sesuai dengan topik yang disimulasikan yang dapat membangkitkan imajinasi serta dapat membina hubungan komunikatif dan bekerja sama dalam kelompok.

Simulasi *games* ini dapat dijadikan sebagai bekal bagi siswa dalam menghadapi situasi di kehidupan di masa depan baik dalam kehidupan, masyarakat maupun dunia kerja. Salah satu cara yang dipandang tepat untuk meningkatkan sikap positif terhadap tujuan hidup adalah melalui teknik simulasi *games*. Simulasi *games* sesuai dengan gaya belajar remaja, sehingga siswa remaja akan belajar dengan lebih efektif melalui observasi dan pengalaman langsung seperti melalui permainan

Siswa yang memiliki sikap negatif terhadap tujuan hidup perlu diberikan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* agar mereka dapat mempunyai sasaran dan tujuan dalam hidup mereka agar hidup mereka lebih terarah dan dapat mengubah perilakunya ke arah yang lebih positif terhadap tujuan hidup. Karena dampak dari sikap negatif siswa terhadap tujuan hidup dapat menyebabkan kehilangan arah dalam hidup siswa serta tidak dapat melihat makna dari kehidupan di masa lalu sehingga kehidupannya akan

terombang ambing kesana kemari tidak tentu arah.

Berdasarkan hasil perbandingan menunjukkan terdapat perbedaan skor yang signifikan sebelum dilaksanakannya layanan bimbingan kelompok dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen. Ini berarti adanya peningkatan sikap siswa terhadap tujuan hidup setelah dilakukannya layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games*.

Setelah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* pada kelompok eksperimen terdapat perubahan pada diri subjek pada kelompok seperti perubahan pada konsep berpikir, kesepuluh subjek sudah menyadari bahwa tujuan hidup sangat penting untuk dimiliki oleh mereka karena dengan memiliki tujuan hidup maka kehidupan mereka akan lebih terarah dan mereka dapat mencapai apa yang mereka inginkan sesuai dengan apa yang diharapkan. Ryff (2014) mengemukakan bila seseorang memiliki sikap positif terhadap tujuan hidup yang rendah maka ia tidak dapat melihat makna dari kehidupan di masa lalu serta tidak memiliki prinsip/keyakinan yang memberikan makna dalam hidup.

Perubahan konsep serta pola berpikir yang terjadi pada kelompok eksperimen tersebut efektif ketika berada pada teknik simulasi *games* pada tahapan *experiential learning* pengalaman nyata karena siswa merasakan langsung pengalaman dan ikut terlibat dalam aktifitas permainan yang dapat dirasakan langsung oleh siswa karena di dalam teknik simulasi *games* racing balon ini terdapat strategi yang dapat siswa rasakan langsung bagaimana efek atau dampak yang akan siswa terima ketika siswa mempunyai

tujuan hidup begitupun dengan ketika siswa tidak mempunyai tujuan hidup sehingga pada tahapan ini menjadi paling efektif dalam merubah pola berpikir siswa terkait sikap positif terhadap tujuan hidup dan juga efektif pada tahapan konseptualisasi saat siswa mengaitkan hasil pengamatan saat melakukan permainan dengan materi objek sikap yaitu materi sikap positif terhadap tujuan hidup.

Perubahan pada konsep berpikir kesepuluh subjek pada kelompok eksperimen ini bahwa mereka sudah menyadari bahwa tanpa adanya tujuan hidup yang baik dalam diri mereka maka mereka akan banyak mengalami hambatan dan kesulitan jika tidak mempunyai tujuan hidup seperti hidup mereka tidak mempunyai sasaran dan tujuan yang jelas akan kemana serta mereka kehilangan makna hidupnya sehingga mereka lebih memilih untuk mengikuti alur situasi yang ada yang tidak sesuai dengan keinginan mereka, dan hidup mereka akan terombang ambing karena tidak adanya target yang dibuat oleh mereka untuk mencapainya.

Peningkatan sikap positif terhadap tujuan hidup pada kesepuluh subjek kelompok eksperimen diatas memperoleh hasil analisis data yang berbeda-beda. Siswa yang bernama AM mendapatkan nilai tertinggi karena AM dapat mengamati dengan cepat apa makna dari permainan tersebut dan dapat mengaitkannya dengan objek sikap serta ia sangat antusias sekali untuk bisa menghilangkan rasa traumanya dan memulai kembali untuk memiliki tujuan serta target hidupnya yang baru.

Siswa yang bernama DD mendapatkan nilai terendah karena

karena DD ini tidak mempunyai keyakinan terhadap dirinya sendiri ia selalu ragu-ragu dalam mengambil keputusannya untuk membuat target serta tujuan dalam hidupnya. Setelah mengikuti proses kegiatan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* lambat laun DD dapat menyakinkan dirinya kembali untuk menetapkan apa yang menjadi tujuan dalam hidupnya hanya saja yang menghambat DD untuk membuat target dan tujuan dalam hidupnya adalah rasa ragu-ragu dalam dirinya.

Terdapat peningkatan sikap positif siswa terhadap tujuan hidup setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* pada kelompok eksperimen pada penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat sikap positif terhadap tujuan hidup di SMA Negeri 9 Bandar Lampung setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* meningkat dibandingkan sebelum mendapatkan bimbingan kelompok teknik simulasi *games*.

Penelitian ini juga dibuktikan dalam penelitian (Sari, 2015) tentang tingkat kesejahteraan psikologi pada remaja panti sosial, dari hasil penelitian tersebut terbukti bahwa kesejahteraan psikologi dapat berpengaruh pada tingkat kebahagiaan, dan semangat dalam menjalani keseharian untuk mencapai tujuan hidupnya serta dibuktikan juga dalam penelitian (Safitri, 2016) bahwa kesejahteraan psikologis dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa sesuai dengan lingkungan tempat siswa berada. Penelitian ini meningkat mencapai 50,70%.

Setelah dilakukan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* ini, maka terjadi peningkatan sikap positif siswa terhadap tujuan hidup pada subjek kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan atau pemberian bimbingan

kelompok teknik simulasi *games*. Penelitian ini terbukti pada penelitian (Amaliah & Yaqin, 2012) menggunakan teknik simulasi *games* untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa.

Perlu adanya upaya untuk meningkatkan sikap positif terhadap tujuan hidup bagi para siswa yang memiliki sikap negatif terhadap tujuan hidup di sekolah. Karena dampak dari sikap negatif terhadap tujuan hidup dapat menyebabkan kehilangan arah dalam hidup siswa yang akan membuat siswa tidak dapat melihat makna dari kehidupan di masa lalu serta tidak memiliki prinsip/keyakinan yang memberikan makna dalam hidup sehingga kehidupannya akan terombang ambing kesana kemari tidak tentu arah yang akan merugikan dirinya sendiri. Salah satu cara yang dipandang tepat untuk meningkatkan sikap positif terhadap tujuan hidup adalah melalui layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games*

Setelah semua prosedur kegiatan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* dilaksanakan, maka terjadi peningkatan sikap positif siswa terhadap tujuan hidup pada subjek kelompok eksperimen. Hal ini terlihat dari skor rata-rata *pretest* dengan skor 54,8 lalu setelah diberikan perlakuan atau pemberian bimbingan kelompok teknik simulasi *games* nilai rata-rata skor *posttest* siswa meningkat menjadi 111,4. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan sikap positif terhadap tujuan hidup setelah diberikan perlakuan atau pemberian bimbingan kelompok teknik simulasi *games*.

KESIMPULAN / CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian di SMA Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018, maka dapat diambil kesimpulan, yaitu: Kesimpulan statistik

berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan sikap terhadap tujuan hidup dapat ditingkatkan dengan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018. Hal ini terbukti dari hasil analisis data dengan menggunakan uji-*mann whitney*, nilai (Sig.) $0,000 < 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat diartikan bahwa terdapat peningkatan sikap siswa terhadap tujuan hidup setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games*. Hal ini menunjukkan sikap terhadap tujuan hidup dapat ditingkatkan dengan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* pada siswa kelas XI di SMA Negeri 9 Bandar Lampung.

Saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan adalah : Kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya menjadikan kegiatan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* dapat meningkatkan sikap siswa terhadap tujuan hidup, dan untuk memecahkan berbagai permasalahan lain pada umumnya. Kepada siswa SMA Negeri 9 Bandar Lampung, diharapkan dapat memiliki serta membuat perencanaan target serta tujuan yang telah direncanakan agar kedepannya siswa dapat mempunyai arah dalam tujuan hidupnya. Bagi peneliti lain yang akan melaksanakan penelitian tentang penggunaan layanan bimbingan kelompok teknik simulasi *games* untuk meningkatkan sikap positif terhadap tujuan hidup hendaknya dapat memperluas subjek pada remaja lain di luar daerah Lampung serta dapat mengambil subjek pada siswa di semua tingkatan kelas di SMA.

DAFTAR RUJUKAN / REFERENCES

- Amaliah, Nur & Yaqin Ainul. 2012. *Penerapan teknik permainan simulasi pada materi kearsipan untuk meningkatkan hasil belajar dan motivasi belajar siswa*. *Jurnal Unikama* (Online). (<http://ejournal.unesa.ac.id/article/8388/99/article.pdf>). Diakses tanggal 5 Januari 2018 pukul 22.03 WIB.
- Angraini, Tania Puspa. 2014. *Hubungan antara psikologikal will being dan kepribadian hardiness dengan stress pada petugas port security*. *Jurnal UNESA* (Online). (<http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/article/14329/17/article.pdf>). Diakses pada tahun 2014.
- Erlangga, Erwin. 2017. *Bimbingan Kelompok Meningkatkan Keterampilan Berkomunikasi Siswa*. *Journal UNES JI*. Soekarno Hatta, Tlogosari Kulon Semarang (Online). (<https://jurnal.uinsgd.ac.id/index.php/psy/article/download/1332/950>). Diakses pada bulan Juni 2017.
- Melianasari, Dewi. 2015. *Penerapan bimbingan kelompok melalui teknik permainan simulasi dan untuk meningkatkan kecerdasan emosi siswa*. *Jurnal UPI* (Online). (<http://ejournal.upi.edu/index.php/pedagogia/article/download/3880/2755>). Diakses tanggal 5 Januari 2018 pukul 22.03 WIB.
- Ryff, C.D. 2014. *Psychological Well-Being Revisited : Advances in the Science and Practice of Eudaimonia*. *Journal of Psychotherapy and Psychosomatics*, 83: 10-28.
- Sari, Brilianta Rahmawati. 2015. *Tingkat psikologis will being pada remaja pantisosial bina remaja yogyakarta*. *Jurnal UNY* (Online). (<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/download/3/285>). Diakses tanggal 17 Januari 2018 pukul 19.30 WIB.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Tanujaya, Winda. 2014. *Hubungan kepuasan kerja dengan kesejahteraan psikologis (Psychological Well Being) pada karyawan cleaner*. *Jurnal Universitas Esa Unggul* (Online). (<https://media.neliti.com/media/publications/126322-ID-hubungan-kepuasan-kerja-dengan-kesejahtera.pdf>). Diakses Desember 2014.
- Triwahyuningsih, Yeni. 2017. *Kajian Meta-Analisis Hubungan antara Self Esteem dan Kesejahteraan Psikologis*. *Jurnal UGM* (Online). (<https://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/download/9382/17450>). Diakses pada tahun 2017.
- Wulandari, Safitri. 2016. *Hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan penyesuaian diri siswa kelas X SMK Santa Maria Jakarta*. *Jurnal Psiko-Edukasi* (Online). (<http://ojs.atmajaya.ac.id/index.php/fkip/article/view/505/404>). Diakses pada tahun 2016.