

berbicara, tukar-menukar informasi, berbagi pengalaman, berkeluh kesah, dan hal lainnya. Menurut Rudiyarso dan Hera Heru Sri Suryanti (2018), komunikasi berhubungan dengan segala aspek kehidupan manusia. Maka dari itu untuk memenuhi kebutuhannya, manusia membutuhkan komunikasi dengan sesama manusia di lingkungan masyarakat.

Seorang pelajar akan banyak menghabiskan waktunya di sekolah. Itu berarti mereka banyak berhubungan dan berkomunikasi dengan teman-teman di sekolahnya. Akan tetapi selama pembelajaran jarak jauh, peserta didik menjadi tidak pernah bertemu secara tatap muka dengan teman-teman maupun guru di sekolahnya. Hal ini dapat mempengaruhi kemampuan peserta didik dalam berkomunikasi dengan orang-orang di lingkungan sekolahnya. Padahal belajar bersosialisasi dan berkomunikasi merupakan proses perkembangan psikomotorik, afektif, dan kognitif individu (Erwin Erlangga, 2018). Apabila proses komunikasi antar pribadinya kurang efektif, tentu juga akan mempengaruhi proses belajarnya di sekolah.

Berdasarkan observasi pada tanggal 08 Februari 2022 yang dilakukan di SMA Negeri Colomadu, menunjukkan adanya 12 orang siswa kelas X MIPA 1 SMA Negeri Colomadu yang memiliki keterampilan komunikasi yang masih rendah. Hal tersebut ditandai dengan perilaku : tidak mau menerima kritik dan saran, sungkan untuk memulai pembicaraan dengan teman lawan jenis, lebih memilih memendam daripada mengkomunikasikan dengan temannya apabila ada sesuatu yang membuat kurang nyaman, berbicara tanpa memikirkan perasaan orang yang diajak berbicara, kurang memiliki keberanian dalam mengemukakan pendapat, sering memotong pembicaraan, dan belum mengenal lebih jauh tentang sifat dan karakter teman satu kelasnya. Dilihat dari perilaku tersebut, maka rasa keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, dan rasa kesetaraan peserta didik masih rendah. Padahal hal-hal tersebut adalah hal yang dapat mempengaruhi keefektifan sebuah proses komunikasi antar pribadi.

Salah satu tindakan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan komunikasi antar pribadi siswa adalah dengan layanan bimbingan kelompok (Tsamara Revinda I., Dini R & Farikha W. L : 2019). Adapun teknik yang digunakan adalah teknik permainan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Ardiatma Rio Respati (2015) dalam skripsinya yang berjudul "Meningkatkan Komunikasi Antar Pribadi Siswa Melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan Kerjasama pada Siswa Kelas XI Matematika dan Sains 2 di SMA Negeri 1 Muntilan. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik permainan kerjasama dapat meningkatkan komunikasi antar pribadi siswa dengan persentase peningkatan sebesar 19%.

Adanya interaksi dalam proses permainan ini, akan membuat siswa lebih dekat dengan teman-temannya sekaligus meningkatkan beberapa hal yang dapat mempengaruhi komunikasi yang efektif, seperti sikap positif, kesetaraan, dukungan, keterbukaan, dan empati. Sehingga

melalui hal-hal tersebut diharapkan dapat membantu meningkatkan komunikasi antar pribadi siswa. Teknik ini digunakan untuk mengembangkan komunikasi antar pribadi siswa melalui metode yang menyenangkan dan tidak membuat mereka merasa jenuh. Permainan yang digunakan diantaranya adalah *take what you need*, *siapakah aku*, *problem solving*, *buat barisan*, dan *pesan berantai*.

Berdasarkan uraian di atas, maka perlu diteliti tentang “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan untuk Meningkatkan Komunikasi Antar Pribadi Siswa Kelas X MIPA 1 SMA Negeri Colomadu Tahun Ajaran 2021/2022”.

METODE

Bentuk dari penelitian ini adalah penelitian kuantitatif eksperimen. Sugiyono (2015 : 72) berpendapat bahwa penelitian eksperimen adalah penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh dari suatu perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali. Adapun bentuk penelitian eksperimen yang digunakan adalah *pre-eksperimental design* dengan *one group pretest-posttest design*. Dimana observasi akan dilakukan dua kali yaitu sebelum dilakukan eksperimen (*pre-test*) dan sesudah eksperimen (*post-test*). Dengan demikian hasil dari perlakuan dapat diketahui secara lebih akurat (Sugiyono, 2015 : 74).

Penelitian ini akan menggunakan angket untuk mengukur sejauh mana komunikasi antar pribadi siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan. Sedangkan untuk menganalisis datanya menggunakan rumus *t-test*.

HASIL

Hasil dari penelitian tentang kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan adalah sebagai berikut :

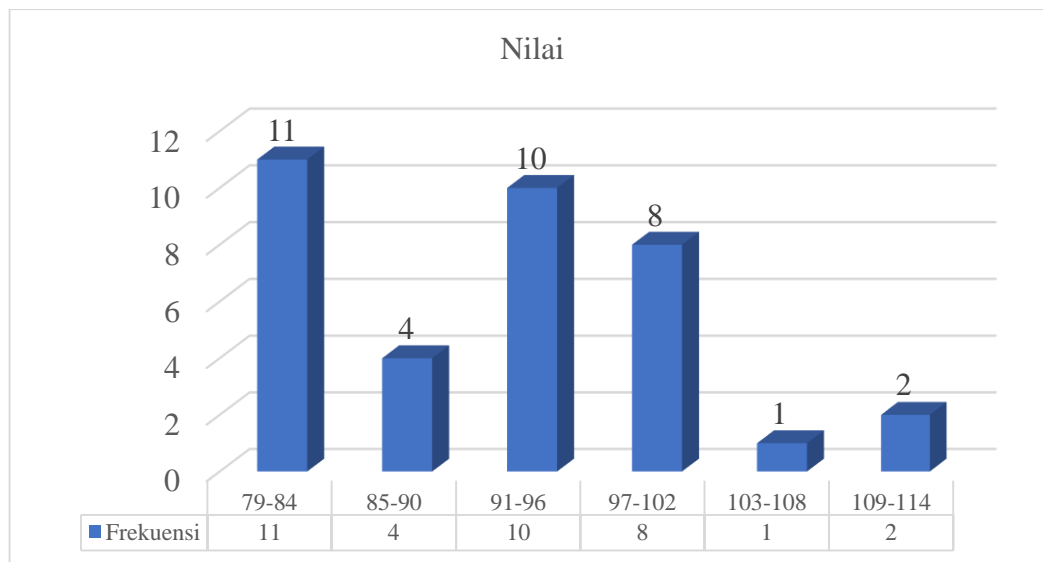
1. Sebelum diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan, diperoleh skor tertinggi sebesar 114 dan skor terendahnya sebesar 79. Sedangkan nilai rata-rata (*Mean*) sebesar 91,83 nilai Median sebesar 92,3 nilai Modus 82,2 dan nilai Standar Deviasi sebesar 8,7. Lebih jelasnya dapat dilihat dalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Angket Komunikasi Antar Pribadi Siswa Sebelum Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan

Nilai	f_1	x_1	x^2	$f_1 \cdot x_1$	$f \cdot x^2$
79-84	11	81,5	6642,25	896,5	73064,75

85-90	4	87,5	7656,25	350	30625
91-96	10	93,5	8742,25	935	87422,5
97-102	8	99,5	9900,25	796	79202
103-108	1	105,5	11130,25	105,5	11130,25
109-114	2	111,5	12432,25	223	24864,5
Jumlah	36		56503,5	3306	306309

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi diatas, maka dapat digambarkan dalam grafik histogram sebagai berikut :



Gambar 2. Grafik Histogram Komunikasi Antar Pribadi Siswa Sebelum Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan

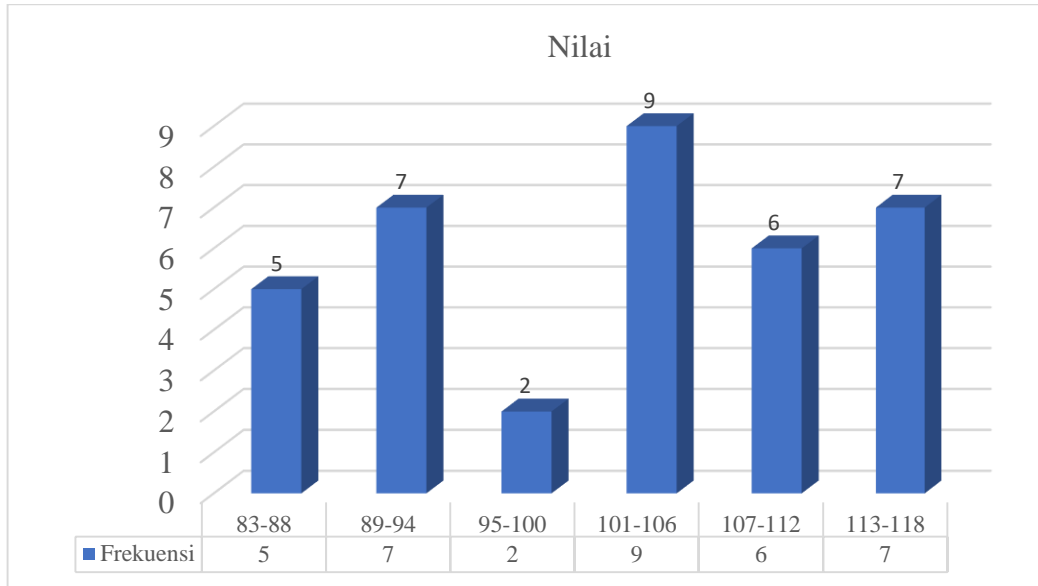
2. Sesudah diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan, diperoleh skor tertinggi komunikasi antar pribadi siswa adalah 117 dan skor terendahnya adalah 83. Sedangkan nilai rata-rata (*Mean*) sebesar 101,7 nilai Median sebesar 103,2 nilai Modus 104,7 dan nilai Standar Deviasi sebesar 10,27. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Angket Komunikasi Antar Pribadi Siswa Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan

Nilai	f_i	x_i	x^2	$f_i \cdot x_i$	$(f_i \cdot x_i)^2$
83-88	5	85,5	7310,25	427,5	36551,25
89-94	7	91,5	8372,25	640,5	58605,75
95-100	2	97,5	9506,25	195	19012,5
101-106	9	103,5	10712,25	931,5	96410,25
107-112	6	109,5	11990,25	657	96410,25
113-118	7	115,5	13340,25	808,5	93381,75

Jumlah	36		61231,5	3660	375903
--------	----	--	---------	------	--------

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi diatas, maka dapat digambarkan dalam grafik histogram sebagai berikut :



Gambar 2. Grafik Histogram Komunikasi Antar Pribadi Siswa Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Permainan

- Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh nilai $t_{hitung} = 7,194$. Kemudian dibandingkan dengan t_{tabel} pada d.b = $N - 1$ ($36 - 1$) = 35, yang menunjukkan t_{tabel} pada taraf signifikansi 1% = 2,724 dan 5% = 2,030. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa t_{hitung} lebih besar daripada t_{tabel} pada taraf signifikansi 1% maupun 5% yaitu $2,724 < 7,194 > 2,030$.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan efektif untuk meningkatkan komunikasi antar pribadi siswa kelas X MIPA 1 SMA Negeri Colomadu Tahun Pelajaran 2021/2022, yang terbukti dengan didapatinya nilai $t_{hitung} = 7,194$ lebih besar dari pada nilai t_{tabel} pada d.b = $N - 1$ ($36 - 1$) = 35, pada taraf signifikansi 1% = 2,724 dan 5% = 2,030.

Meningkatnya komunikasi antar pribadi siswa kelas X MIPA 1 SMA Negeri Colomadu Tahun Pelajaran 2021/2022 setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan dapat dilihat dari hasil perhitungan statistika dimana komunikasi antar pribadi siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan memiliki skor tertinggi sebesar 114 dan skor terendahnya sebesar 79. Sedangkan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan menunjukkan skor tertinggi sebesar 117 dan skor terendahnya adalah 83. Hal tersebut juga mempengaruhi hasil perhitungan dari nilai rata-

ratanya, dimana sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan sebesar 91,83. Sedangkan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan meningkat menjadi 101,7.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa dengan diberikannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap komunikasi antar pribadi siswa, yang artinya layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan ini efektif untuk meningkatkan komunikasi antar pribadi siswa. Keterampilan komunikasi antar pribadi siswa yang sebelumnya rendah dan tidak efektif, setelah peserta didik mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan mulai menunjukkan perubahan sedikit demi sedikit dan sesuai dengan ciri-ciri komunikasi antar pribadi yang efektif.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data tentang efektivitas layanan bimbingan kelompok terhadap keterampilan komunikasi antar pribadi siswa kelas X MIPA 1 SMA Negeri Colomadu Tahun Pelajaran 2021/2022, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Hasil analisis data menunjukkan bahwa nilai rata-rata *pre-test* terhadap komunikasi antar pribadi siswa adalah 91,83. Sedangkan rata-rata nilai *post-test* sebesar 101,7. Diperoleh nilai $t_{hitung} = 7,194$ kemudian dibandingkan dengan t_{tabel} pada d.b = $N - 1$ ($36 - 1$) = 35, yang menunjukkan t_{tabel} pada taraf signifikansi 1% = 2,724 dan 5% = 2,030. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa t_{hitung} lebih besar daripada t_{tabel} pada taraf signifikansi 1% maupun 5% yaitu $2,724 < 7,194 > 2,030$.
2. Sehubungan dengan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa H_0 yang berbunyi “Layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan tidak efektif untuk meningkatkan komunikasi antar pribadi siswa kelas X MIPA 1 SMA Negeri Colomadu Tahun Pelajaran 2021/2022” tidak terbukti kebenarannya dan H_a diterima yang berbunyi “Layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan efektif untuk meningkatkan komunikasi antar pribadi siswa kelas X MIPA 1 SMA Negeri Colomadu Tahun Pelajaran 2021/2022” terbukti kebenarannya.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh diatas, maka saran yang dapat diberikan mengenai penelitian ini adalah :

1. Untuk Peserta Didik

Hendaknya peserta didik menyadari pentingnya komunikasi antar pribadi yang efektif dalam kehidupan sehari-hari terutama di sekolah. Sehingga dalam melakukan kegiatan sekolah dapat lebih efektif dan berjalan lancar. Entah itu dalam hubungan antar teman maupun dalam hal akademik dikarenakan manusia adalah makhluk yang saling membutuhkan jadi tidak akan pernah bisa terlepas dari sebuah komunikasi. Maka dari itu jangan pernah melupakan etika dan sopan santun dalam berkomunikasi.

2. Untuk Guru Bimbingan dan Konseling

Diharapkan Guru Bimbingan dan Konseling lebih variatif dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling agar peserta didik lebih tertarik dalam mengikuti layanan-layanan bimbingan dan konseling. Peserta didik pasti akan lebih menyukai kegiatan yang ceria dan menyenangkan.

3. Untuk Sekolah

Hendaknya sekolah mempertimbangkan kembali untuk memberikan jam pelajaran untuk layanan bimbingan dan konseling untuk masuk kelas. Karena bimbingan dan konseling merupakan sarana untuk membantu siswa mengembangkan dirinya dan sebagai pencegahan agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan.

4. Untuk Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti yang akan meneliti topik yang serupa, hendaknya menggunakan permainan yang lebih seru dan menyenangkan serta dengan materi yang lebih fokus untuk mengembangkan keterampilan komunikasi antar pribadi siswa. Selain itu, pertimbangkan juga tentang kemajuan teknologi yang dapat mempengaruhi keterampilan komunikasi antar pribadi siswa kapan saja.

DAFTAR RUJUKAN

- Christine Masada H. T., Fenti. N. (2020). *Layanan Bimbingan Kelompok dapat Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa di SMA Budhi Warman II Jakarta*. Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol. 04 No. 01 Tahun 2020 pp. 28-34.
- Erlangga, Erwin. (2018). *Bimbingan Kelompok Meningkatkan Keterampilan Berkomunikasi Siswa*. Jurnal Ilmiah Psikologi, Vol. 04 No. 01 Tahun 2018 : 149-156.
- Revinda, Tsamara, dkk. (2019). *Bimbingan Kelompok dengan Teknik Simulation Games terhadap Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas XI IPS*. Jurnal Universitas PGRI Semarang, Vol. 6 No. 2 Tahun 2019.

Rudiyarso, Hera Heru Sri S. (2017). *Pengaruh Bimbingan Kelompok terhadap Masalah Etika Berkomunikasi Pada Siswa Kelas X IPS SMA Negeri 6 Surakarta Tahun Pelajaran 2017/2018*. Tahun 2018 pp. 1-11.

Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.