



Permainan Tradisional Dam-Daman sebagai Media untuk Meningkatkan Efikasi Diri Siswa SMP

Icha Anindya Vania Salsabila¹, Risaniatin Ningsih²

Universitas Nusantara PGRI Kediri

ichaavania26@gmail.com , risadyne@gmail.com

ABSTRACT

Self-efficacy is something that must be possessed by students in order to achieve success in learning. If students do not have good self-efficacy, students tend to become insecure, resulting in non-optimal learning outcomes. Field phenomena that have been found in a school in Kediri include: students are afraid of expressing opinions in front of the class, students are unsure of their abilities, and students tend to get stressed if their exam scores are bad. Seeing this phenomenon, counseling teachers need to develop innovative counseling media. The media to be developed is the traditional game of checkers in which there are aspects of self-efficacy. Researchers chose traditional games to be developed so that students still recognize traditional games and can help preserve cultural wealth in Indonesia. The purpose of this research is to describe the product prototype of the checkers game in an effort to increase the self-efficacy of junior high school students. This product adopts the concept of a board game in which there are aspects of self-efficacy. This product development was developed using the Borg & Gall development method with the stages only up to the manufacture of product prototypes.

Keywords: *traditional game, dam-daman game, self efficacy*

ABSTRAK

Efikasi diri adalah suatu hal yang harus dimiliki oleh siswa agar dapat mencapai keberhasilan dalam belajar. Apabila siswa tidak memiliki efikasi diri yang baik, siswa cenderung menjadi tidak percaya diri sehingga mengakibatkan hasil belajar tidak optimal. Fenomena lapangan yang telah ditemukan di salah satu sekolah di Kediri meliputi : siswa takut mengungkapkan pendapat di depan kelas, siswa tidak yakin dengan kemampuannya, dan siswa cenderung stress jika nilai ujiannya jelek. Melihat fenomena ini, guru BK perlu mengembangkan media BK yang inovatif. Media yang akan dikembangkan yaitu permainan tradisional dam-daman yang didalamnya terdapat aspek-aspek efikasi diri. Peneliti memilih permainan tradisional untuk dikembangkan agar peserta didik tetap mengenali permainan tradisional dan bisa turut melestarikan kekayaan budaya di Indonesia. Tujuan dilaksanakannya penelitian ini yaitu mendeskripsikan prototipe produk permainan dam dalam upaya meningkatkan efikasi diri siswa SMP. Produk ini mengadopsi konsep permainan papan yang didalamnya terdapat aspek-aspek efikasi diri. Pengembangan produk ini dikembangkan dengan metode pengembangan Borg & Gall dengan tahapan hanya sampai pembuatan prototipe produk.

Kata Kunci: *permainan tradisional, dam-daman, efikasi diri*

PENDAHULUAN

Virus covid 19 telah membawa perubahan besar terhadap kehidupan manusia, terutama dalam dunia pendidikan. Hampir semua aktifitas yang biasanya dapat dilakukan secara langsung menjadi dilakukan secara tidak langsung, Anitasari dkk (2021). Semua aktifitas dialihkan menjadi daring dengan mengakses aplikasi melalui gadget baik itu untuk kegiatan sekolah,



bekerja, ataupun kegiatan lainnya. Sistem pendidikan pun mulai mencari suatu inovasi untuk proses kegiatan belajar mengajar.

Dengan pembelajaran secara daring tersebut ternyata dapat mempengaruhi rasa kepercayaan diri siswa, Khair dan Soleh (2021). Beberapa siswa merasa kurang percaya diri dikarenakan lama tidak melakukan komunikasi dengan orang lain. Jarang berkomunikasi ini dapat membuat individu menjadi seseorang yang kurang percaya diri, Lestari dkk (2019).

Efikasi diri seseorang akan berpengaruh terhadap rasa kepercayaan diri seseorang dalam bersikap dan bertindak dalam kehidupan sehari-hari. Pendapat Bandura dalam Widaryati (2013) menyatakan bahwa, efikasi diri merupakan keyakinan yang dipegang seseorang tentang kemampuannya dan juga hasil yang akan diperoleh dari kerja kerasnya yang akan mempengaruhi cara individu berperilaku. Tentama (2019), menyatakan bahwa efikasi diri begitu penting, tidak terkecuali bagi siswa SMP. Remaja yang mulai memasuki masa SMP juga akan berhadapan dengan berbagai tuntutan, baik tuntutan dalam bidang akademik maupun non akademik. Keberhasilan siswa dalam melakukan suatu hal salah satunya didukung oleh kondisi psikis yang baik, yaitu siswa memiliki efikasi diri yang tinggi.

Dapat disimpulkan ketika siswa memiliki efikasi diri yang tinggi maka siswa akan memiliki keyakinan bahwa dirinya akan mampu dalam melakukan suatu hal, begitu juga sebaliknya. Namun, kenyataan yang terjadi di lapangan banyak siswa yang memiliki efikasi diri rendah sehingga mengalami kesulitan ketika akan melakukan suatu hal, yakni siswa merasa cemas, tertekan, dan takut akan kegagalan. Kondisi tersebut dapat menghambat keberhasilan siswa dalam belajar, mencari passionnya, dan mengembangkan kemampuannya karena siswa dalam keadaan psikis yang tidak mendukung untuk melakukan hal-hal baru.

Fenomena lapangan yang telah ditemukan di salah satu SMP di Kediri pada tanggal 29 Juni 2022, meliputi : siswa takut mengungkapkan pendapat di depan kelas, siswa tidak yakin dengan kemampuannya, dan siswa cenderung stress jika nilai ujiannya jelek. Selain itu, siswa yang tidak yakin akan kemampuan yang dimilikinya juga akan mengalami hambatan dalam merencanakan dan menentukan pilihan karir atau menentukan pilihan studi lanjutnya. Melihat betapa pentingnya efikasi diri bagi siswa, maka diperlukan upaya penanganan untuk meningkatkan efikasi diri siswa.

Melihat fenomena ini, guru BK perlu mengembangkan media BK yang inovatif. Nursalim (2015) menyatakan bahwa, media bimbingan dan konseling adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan bimbingan dan konseling yang dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan siswa/konseli untuk memahami diri, mengambil keputusan, serta memecahkan masalah yang dihadapi. Media yang akan dikembangkan dalam penelitian ini adalah permainan tradisional dam-daman yang didalamnya terdapat aspek-aspek efikasi diri.



PEMBAHASAN

A. Efikasi Diri

1. Pengertian Efikasi Diri

Pendapat Zagoto (2019), seseorang dengan efikasi diri percaya bahwa mereka mampu melakukan sesuatu untuk mengubah kejadian-kejadian di sekitarnya, sedangkan seseorang dengan efikasi diri rendah menganggap dirinya pada dasarnya tidak mampu mengerjakan segala sesuatu yang ada disekitarnya. Dalam situasi yang sulit, orang dengan efikasi yang rendah cenderung mudah menyerah. Sementara orang dengan efikasi diri yang tinggi akan berusaha lebih keras untuk mengatasi tantangan yang ada. dapat disimpulkan bahwa efikasi adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam melakukan sesuatu yang bertujuan untuk mengubah keadaan disekitarnya.

2. Fungsi Efikasi Diri

Bandura (1997) menyebutkan bahwa terdapat 4 fungsi efikasi diri, antara lain :

a. Fungsi Kognitif

Fungsi kognitif merupakan proses berfikir dan mencerna informasi yang diterima oleh individu dalam mencapai tujuan. Umumnya, setiap tindakan yang dilakukan oleh manusia bermula dari sesuatu yang difikirkan oleh individu tersebut. Individu dengan efikasi diri yang kuat, mempunyai tujuan hidup yang jelas dan memiliki rencana untuk mewujudkan tujuan tersebut.

b. Fungsi Motivasi.

Motivasi merupakan sebuah dorongan untuk melakukan sesuatu dengan tujuan tertentu. Motivasi datang dari diri individu dalam mengarahkan tindakan yang bersumber dari pemikiran-pemikirannya. Kepercayaan akan kemampuan diri dapat mempengaruhi motivasi individu dalam mencapai tujuan dan menghadapi kesulitan yang dialami.

c. Fungsi Afeksi.

Fungsi ini berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengatasi stres yang terjadi pada individu tersebut. Afeksi bertujuan untuk mengendalikan kecemasan dan perasaan depresi yang menghalangi pola-pola pikir yang benar untuk mencapai tujuan.

d. Fungsi Seleksi.

Fungsi seleksi mempengaruhi pemilihan aktivitas dan tujuan hidup individu. Proses seleksi berkaitan dengan kemampuan individu untuk menyeleksi tingkah laku dan lingkungan yang tepat, sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan.



3. Aspek-aspek Efikasi Diri

Bandura (1997) menyebutkan bahwa terdapat 3 aspek efikasi diri, yaitu :

 - a. Tingkatan (*Level*)

Tingkat kesulitan masalah yang dihadapi oleh seseorang. Individu yang memiliki level yang tinggi merasa bahwa dirinya memiliki kemampuan menguasai permasalahan yang sulit, sedangkan individu yang memiliki level yang rendah meyakini bahwa mereka hanya mampu menyelesaikan tugas-tugas yang sederhana.
 - b. Kekuatan (*Strength*)

Tingkat kekuatan dari kepercayaan diri atau motivasi diri mengenai kemampuan yang dimiliki individu itu sendiri. Individu dengan kekuatan efikasi diri yang tinggi sangat yakin akan kemampuan dirinya, mereka akan bertahan dalam usaha menghadapi masalah yang sulit dan mampu menyelesaikan masalah yang penuh rintangan dalam melakukan tugasnya.
 - c. Generalisasi (*Generality*)

Tindakan individu yang merasa yakin akan kemampuannya. Hal ini juga terbatas pada suatu situasi dan aktivitas tertentu yang dialami individu itu sendiri. Individu dengan efikasi diri tinggi merasa bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk dapat bertindak dalam situasi apapun, sedangkan individu dengan efikasi diri rendah merasa bahwa dirinya hanya memiliki kemampuan untuk bertindak pada situasi yang terbatas.

B. Media Bimbingan dan Konseling

1. Pengertian Media Bimbingan dan Konseling

Pendapat Rahmawati (2017), media bimbingan dan konseling adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan bimbingan dan konseling yang dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian dan kemauan konseli untuk memahami diri, mengarahkan diri, mengambil keputusan serta memecahkan masalah yang dihadapi. Dapat disimpulkan bahwa media bimbingan dan konseling adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyampaikan pesan dari konselor kepada konseli yang dapat merangsang pikiran, perasaan dan perhatian, sehingga individu dapat mengalami perubahan sikap dan perilaku kearah yang lebih baik.

2. Media Pengembangan *Board Game* Dam
 - 2.1 Deskripsi Media

Permainan Dam Efikasi Diri merupakan jenis permainan yang terbuat dari papan kayu. Permainan dam-daman dapat dimainkan oleh dua orang atau lebih. Terdapat banyak komponen di dalam permainan dam-daman ini, seperti papan yang berbentuk kotak terbuat dari kayu, kartu tantangan & pertanyaan, dan pion. Selain itu



terdapat buku panduan yang berisi panduan untuk pemain dalam memainkan permainan dam-daman.

2.2 Tahapan Permainan Dam

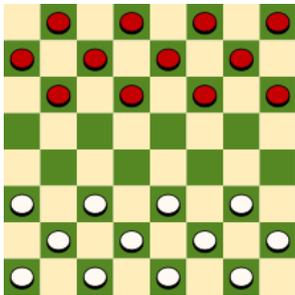
Permainan dam-daman dimainkan dengan menggunakan teknik simulasi. Rahayu (2017) mengemukakan bahwa simulasi adalah suatu situasi pembelajaran dimana siswa akan menjalankan aktivitas pembelajaran dengan cara memerankan suatu situasi secara berpura-pura dalam suatu keadaan yang teratur dengan tujuan menyelesaikan masalah tertentu. Pelaksanaan teknik simulasi dapat mengikuti langkah-langkah seperti :

- a. Menentukan peserta permainan dam-daman. Peserta permainan adalah orang-orang yang terlibat dalam permainan simulasi yang terdiri dari fasilitator dan pemain.
- b. Fasilitator menjelaskan tujuan dan aturan permainan. Dalam kegiatan bimbingan kelompok, yang menjadi fasilitator adalah konselor.
- c. Pemain memulai permainan dengan memilih pion yang sesuai dengan gendernya.
- d. Fasilitator menentukan urutan pemain untuk menjalankan pionnya.
- e. Pemain meletakkan pion di garis start atau go, lalu dapat menjalankan pion.
- f. Pemain harus melaksanakan perintah sesuai dengan kotak berhentinya pion setelah mengocok dadu.
- g. Fasilitator memberikan evaluasi setelah pemain menyelesaikan permainan.
- h. Pemain mengisi lembar refleksi setelah selesai bermain dam-daman.

2.3 Prototipe Produk

No.	Gambar	Deskripsi
1.		<p>Buku panduan berfungsi sebagai panduan-panduan dalam memainkan permainan dam-daman.</p> <p>Buku panduan berisi :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cover, kata pengantar, daftar isi - Pengenalan permainan papan monopoli - Cara bermain permainan dam-daman - Penjelasan mengenai masing-masing media pendukung permainan dam-daman - Materi Efikasi Diri : <ol style="list-style-type: none"> 1. Kenali masalah yang kamu hadapi



		2. Kenali kekuatan dalam dirimu 3. Yakinkan dirimu mampu melakukan hal baru - Lembar refleksi
2.		Papan dam berukuran persegi dengan diameter 35x35 cm, terbuat dari kayu dengan petak-petak didalamnya. Papan inilah yang digunakan sebagai tempat bermain dan berisi banyak kotak-kotak dengan berbagai macam perintah yang harus dilakukan oleh para pemain.
3.		Pion dalam permainan dam-daman ini berupa miniatur orang-orangan. Pion harus dimiliki oleh masing-masing pemain. Pemain akan mendapatkan pion sesuai dengan gender masing-masing. Fungsi pion adalah sebagai alat untuk mewakili pemain saat bermain.
4.	<p style="text-align: center;"> <i>Hal apa yang paling suka kamu lakukan?</i> </p> <div style="text-align: center; background-color: #f08080; padding: 10px; margin-top: 20px;"> <p style="font-size: 2em; color: white; opacity: 0.5;">MQ</p> <p style="color: white;">Perkenalkan dirimu dengan menggunakan Bahasa Inggris!</p> </div>	Kartu Question dan Challenge. Kartu Q dengan warna putih dan kartu C dengan warna merah. Fungsi kartu Question dan Challenge adalah sebagai kartu tantangan bagi pemain yang pionnya berhenti pada kotak yang mempunyai inisial huruf Q atau C didalamnya.



KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Efikasi diri pada siswa dapat membantu mereka dalam menentukan pilihan mengenai kehidupannya dan juga karirnya dalam usaha untuk maju, memperoleh kegigihan dan ketekunan yang ditunjukkan melalui usahanya mencapai target, serta mampu mengelola tingkat kecemasan yang lebih baik pada saat menghadapi kesulitan. Untuk dapat memiliki rasa percaya diri, siswa harus memiliki efikasi diri atau keyakinan diri yang tinggi. Ketika siswa memiliki efikasi diri yang tinggi, maka siswa akan memiliki keyakinan bahwa dirinya akan mampu dalam melakukan suatu hal.

SARAN

Siswa diharapkan memiliki keyakinan yang tinggi terhadap kemampuan dirinya. Hal tersebut dapat membuat siswa bisa lebih termotivasi dalam melakukan suatu kegiatan dan dapat terus bersemangat dalam mengembangkan potensi diri tanpa harus merasa cemas secara berlebihan. Selain itu, untuk guru atau konselor sekolah agar lebih memperhatikan siswa-siswinya di sekolah. Peran dari guru sangat dibutuhkan dalam meningkatkan efikasi diri siswa. Guru dapat memberikan dukungan, motivasi, dan perhatian kepada siswa. serta menciptakan suasana kegiatan pembelajaran yang menyenangkan sehingga dapat membuat siswa menjadi nyaman dan termotivasi untuk menyelesaikan tugas-tugasnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Maula, A., Nazarullail, F., Adhani, D. N., Studi, P., Anak, P., Dini, U., & Madura, U. T. (2021). Peran Guru Terkait Tentang Permainan Tradisional. *2*(2), 67–72.
- Mukti, B., & Tentama, F. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi efikasi diri akademik. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, *0*(0), 341–347.
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2017). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Ujian Pada Siswa Kelas Ix Di Mts Al Hikmah Brebes. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, *13*(2), 51–68.
- Sutini, A., & Pendahuluan, A. (1978). Meningkatkan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional. 67–77.
- Wulandari, D. P., & Pravesti, C. A. (2021). Pengembangan Permainan Ular Tangga Keyakinan dalam Peningkatan Efikasi Diri Siswa SMP. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *11*(1), 95.