Efektivitas Penggunaan Media Permainan 'AKSARA *Spin Wheel*' dalam Meningkatkan *Self-Awareness* Siswa Kelas VII SMPN 1 Karangploso

Citra Fatimah Azzahra*, Faizah Nur Addini, Fardiany Noor Faizah, Irene Maya Simon

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5, Malang, Jawa Timur, Indonesia
*Corresponding author, email: citra.fatimah.2301116@students.um.ac.id

https://doi.org/10.17977/2549-7774.006723

Article history
Submitted: 05 Agustus 2026
Revised: 07 September 2026
Accepted: 10 September 2026
Published: 28 Oktober 2026

Keywords
AKSARA Spin Wheel
Self-Awareness
Bimbingan dan Konseling
Media Permainan
Siswa SMP

Abstract
Penelitian ini bertujuan mengetahui efektivitas media permainan AKSARA Spin Wheel dalam meningkatkan Self-Awareness dengan desain one group pretest-posttest. Subjek penelitian berjumlah 10 siswa yang dipilih menggunakan purposive sampling. Data dikumpulkan melalui angket Self-Awareness yang diberikan sebelum dan sesudah penerapan. Intervensi dilakukan melalui layanan Bimbingan dan Konseling bidang pribadi menggunakan AKSARA Spin Wheel yang dipadukan dengan kartu pertanyaan reflektif. Analisis data menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor Self-Awareness siswa setelah diberikan penerapan. Nilai rata-rata pretest sebesar 50,70 meningkat menjadi 66,00 pada posttest. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai Z sama dengan -2,807 dengan Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,005 (p kurang dari 0,05), yang berarti terdapat adanya perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest. Dengan demikian, media permainan AKSARA Spin Wheel efektif digunakan untuk meningkatkan Self-Awareness siswa kelas VII SMPN 1 Karangploso.

1.Introduction

Peserta didik pada jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) berada pada fase remaja awal yang ditandai dengan perubahan dalam aspek emosional, sosial, dan kognitif (Suryana, Armayanti et al., 2022). Pada fase ini, peserta didik mulai belajar memahami dirinya sendiri, mengenali emosi yang dirasakan, memahami kelebihan dan kekurangan diri, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial di sekitarnya. Kemampuan individu dalam mengenali dan memahami dirinya dikenal sebagai *Self-Awareness* atau kesadaran diri. *Self-Awareness* merupakan kemampuan dasar yang berperan penting dalam membantu individu memahami kondisi emosional, perilaku, dan potensi diri sehingga mampu mengambil keputusan serta menampilkan perilaku yang adaptif dalam kehidupan sehari-hari (Hidayati & Khoiryasdien, 2026). Kemampuan ini juga menjadi bagian penting dalam perkembangan pribadi remaja karena berkaitan dengan pengendalian emosi, pembentukan identitas diri, rasa percaya diri, serta kemampuan individu dalam menjalin hubungan sosial yang sehat (Ardana et al., 2026). Penelitian terbaru menunjukkan bahwa kemampuan *Self-Awareness* berpengaruh terhadap regulasi emosi, kemampuan refleksi diri, dan perkembangan perilaku positif peserta didik (Sunusi et al., 2025). Oleh karena itu, pengembangan *Self-Awareness* menjadi salah satu aspek penting dalam layanan pendidikan, khususnya layanan Bimbingan dan Konseling (BK).

Self awareness merupakan aspek penting perkembangan remaja, kemampuan tersebut masih belum berkembang secara optimal pada sebagian peserta didik SMP. Berdasarkan hasil observasi awal dan need assessment yang dilakukan selama kegiatan layanan BK di SMPN 1 Karangploso, ditemukan bahwa beberapa peserta didik masih mengalami kesulitan dalam mengenali emosi yang dirasakan, kurang memahami potensi diri, serta belum mampu melakukan refleksi terhadap perilaku yang dimiliki. Kondisi tersebut terlihat ketika peserta didik masih bingung mengungkapkan perasaan, kurang percaya diri saat menyampaikan pendapat, serta cenderung pasif selama layanan BK berlangsung. Selain itu, beberapa peserta didik juga menunjukkan kurangnya kemampuan dalam memahami respon diri terhadap lingkungan sosial di sekitarnya. Rendahnya *Self-Awareness* pada peserta didik dapat berdampak pada munculnya berbagai permasalahan perkembangan pribadi dan sosial, seperti kesulitan mengontrol emosi, rendahnya kepercayaan diri, kurangnya kemampuan mengambil keputusan, serta munculnya perilaku yang kurang adaptif dalam kehidupan sehari-hari (Kearns et al., 2025). Penelitian yang dilakukan oleh Hafizhah et al., (2023) menjelaskan bahwa *Self-Awareness* memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan regulasi emosi dan perilaku adaptif individu. Jika kondisi

© 2026 The Author(s)
This is an Open Access article under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License
ISSN: 2549-7774

tersebut tidak segera ditangani, maka peserta didik berpotensi mengalami hambatan dalam perkembangan pribadi maupun sosialnya.

Untuk membantu peserta didik mengembangkan *Self-Awareness* secara optimal, layanan Bimbingan dan Konseling memiliki peran penting dalam membantu peserta didik mencapai tugas perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karier secara optimal. Pada bidang pribadi, layanan BK bertujuan membantu peserta didik memahami dirinya sendiri, mengenali potensi diri, serta mengembangkan kemampuan pengelolaan emosi dan perilaku secara positif. Namun demikian, pelaksanaan layanan BK di sekolah masih cenderung menggunakan metode konvensional yang bersifat satu arah dan kurang melibatkan partisipasi aktif peserta didik. Guru BK masih dominan menggunakan metode ceramah sehingga peserta didik cenderung pasif dan kurang tertarik mengikuti layanan. Kondisi tersebut menyebabkan layanan BK kurang optimal dalam membantu peserta didik memahami dirinya sendiri. Selain itu, penggunaan media BK interaktif di sekolah juga masih terbatas sehingga layanan yang diberikan kurang bervariasi dan belum sepenuhnya sesuai dengan karakteristik peserta didik SMP yang cenderung menyukai aktivitas bermain, diskusi, dan interaksi kelompok. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan peserta didik dengan media layanan BK yang digunakan di sekolah.

Perkembangan inovasi pendidikan mendorong penggunaan media pembelajaran dan layanan yang lebih kreatif, interaktif, dan partisipatif. Salah satu pendekatan yang mulai banyak digunakan adalah game-based learning atau pembelajaran berbasis permainan. Media berbasis permainan dinilai mampu meningkatkan motivasi, partisipasi, dan keterlibatan peserta didik selama proses pembelajaran maupun layanan berlangsung. Selain itu, penggunaan media permainan juga memberikan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan sehingga peserta didik lebih mudah memahami materi yang diberikan. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa media interaktif berbasis permainan mampu meningkatkan keterlibatan peserta didik, membantu proses refleksi diri, serta menciptakan suasana layanan yang lebih aktif dan menyenangkan. Oleh karena itu, penggunaan media BK berbasis permainan dapat menjadi salah satu alternatif inovasi layanan BK yang sesuai dengan karakteristik peserta didik SMP.

Sebagai bentuk inovasi layanan BK, media permainan edukatif berbentuk *Spin Wheel* dapat digunakan untuk meningkatkan partisipasi peserta didik selama layanan berlangsung. Media berbentuk *Spin Wheel* dipilih karena bersifat interaktif, menarik secara visual, mudah dimainkan secara kelompok, serta mampu meningkatkan partisipasi peserta didik dalam layanan BK (Kamelia dan Hendriana, 2024). Selain itu, media berbentuk kincir memungkinkan peserta didik terlibat langsung dalam proses permainan, diskusi, dan refleksi diri sehingga layanan BK tidak hanya berlangsung secara satu arah. Media permainan yang digunakan dalam penelitian ini dipadukan dengan kartu pertanyaan reflektif berbasis aspek *Self-Awareness* untuk membantu peserta didik mengenali emosi, memahami potensi diri, merefleksikan perilaku, serta memahami respon diri terhadap situasi yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan media permainan interaktif dalam layanan BK diharapkan mampu menciptakan suasana layanan yang lebih aktif, menyenangkan, dan partisipatif sesuai dengan karakteristik perkembangan peserta didik SMP.

Penelitian mengenai penggunaan media interaktif dalam layanan Bimbingan dan Konseling telah banyak dilakukan dalam beberapa tahun terakhir. Namun, sebagian besar penelitian masih berfokus pada penggunaan media permainan untuk meningkatkan motivasi belajar, keterampilan sosial, maupun pengelolaan emosi peserta didik. Penelitian yang dilakukan oleh Anzhani et al., (2024), menunjukkan bahwa penggunaan media puzzle games dalam layanan BK efektif meningkatkan keterampilan pengelolaan emosi siswa SMP. Selain itu, penelitian oleh Nasution et al., (2025) juga menjelaskan bahwa penggunaan spinner media dalam layanan bimbingan kelompok mampu meningkatkan self-esteem peserta didik melalui kegiatan yang interaktif dan partisipatif. Penelitian lain yang dilakukan oleh Fajarwati et al., (2025) menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok berbasis experiential learning efektif dalam meningkatkan *Self-Awareness* siswa SMP.

Sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada pengembangan media lain seperti motivasi belajar, self-esteem, atau keterampilan sosial, kajian yang memadukan *Spin Wheel* yang dengan kartu reflektif untuk meningkatkan *Self-Awareness* dalam layanan BK di bidang pribadi masih terbatas. Penelitian Rosemawati et al., (2022) misalnya, mengembangkan board game Reog Kendang untuk meningkatkan *Self-Awareness* siswa SMP melalui pendekatan *Research and Development (R&D)*. Namun, penggunaan media permainan berbentuk *Spin Wheel* yang secara khusus digunakan dalam layanan BK bidang pribadi untuk membantu peserta didik mengenali emosi, memahami potensi diri, dan melakukan refleksi diri masih belum banyak ditemukan. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan pada penggunaan media permainan berbasis *Spin Wheel* yang dipadukan dengan aktivitas reflektif *Self-Awareness* dalam layanan BK bidang pribadi bagi siswa SMP.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas penggunaan media permainan interaktif dalam layanan Bimbingan dan Konseling bidang pribadi terhadap peningkatan *Self-Awareness* siswa kelas VII SMPN 1 Karangploso. Penggunaan media berbasis permainan diharapkan mampu meningkatkan keterlibatan peserta didik selama layanan berlangsung serta membantu peserta didik memahami, mengenali, dan merefleksikan dirinya secara lebih optimal. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi secara teoritis dalam memperkaya kajian mengenai penggunaan media interaktif

© 2026 The Author(s)
This is an Open Access article under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License
ISSN: 2549-7774

berbasis permainan dalam layanan Bimbingan dan Konseling khususnya pada bidang pribadi. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis bagi guru BK sebagai alternatif media layanan yang lebih inovatif, partisipatif, dan sesuai dengan kebutuhan peserta didik dalam meningkatkan *Self-Awareness* .

2.Method

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental* dalam bentuk *one group pretest-posttest design*. Pendekatan kuantitatif digunakan karena penelitian bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan media permainan interaktif dalam meningkatkan *Self-Awareness* siswa melalui pengukuran skor sebelum dan sesudah perlakuan diberikan. Desain *one group pretest-posttest* dipilih karena penelitian dilakukan pada satu kelompok subjek tanpa kelompok kontrol sehingga peneliti dapat membandingkan kondisi *Self-Awareness* peserta didik sebelum dan sesudah mengikuti layanan Bimbingan dan Konseling menggunakan media permainan interaktif. Penggunaan desain pre-experimental dalam penelitian BK dinilai efektif untuk mengetahui perubahan perilaku maupun kemampuan peserta didik setelah diberikan intervensi tertentu. Penelitian oleh Pratiwi, (2023) juga menggunakan desain one group pretest-posttest dalam penelitian layanan BK dan menunjukkan adanya perubahan perilaku peserta didik setelah diberikan perlakuan. Selain itu, penelitian Christiana, (2023) menunjukkan bahwa desain pre-experimental efektif digunakan untuk mengukur perubahan perilaku peserta didik dalam layanan konseling individual di SMP.

Penelitian dilaksanakan di SMPN 1 Karangploso dengan subjek penelitian siswa kelas VII. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu sesuai tujuan penelitian. Sampel penelitian terdiri atas 10 siswa yang memiliki tingkat *Self-Awareness* rendah hingga sedang. Pemilihan sampel secara purposive dilakukan karena penelitian bertujuan menguji efektivitas layanan pada peserta didik yang membutuhkan pengembangan *Self-Awareness* sehingga perubahan yang terjadi setelah pemberian penerapan dapat diamati secara lebih optimal. Pemilihan peserta didik pada fase remaja awal dilakukan karena pada tahap perkembangan ini peserta didik mulai mengalami perubahan emosional dan sosial yang berkaitan erat dengan perkembangan *Self-Awareness* . Teknik purposive sampling banyak digunakan dalam penelitian dan layanan BK karena memungkinkan peneliti memilih subjek sesuai karakteristik masalah penelitian. Penelitian Winingsih, (2023) juga menggunakan purposive sampling dalam penelitian layanan BK eksperimen pada siswa SMA.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, angket, dan dokumentasi. Observasi dilakukan pada tahap awal untuk mengetahui kondisi *Self-Awareness* peserta didik selama layanan BK berlangsung. Angket digunakan untuk memperoleh data tingkat *Self-Awareness* siswa sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Instrumen angket disusun berdasarkan indikator *Self-Awareness* yang meliputi kemampuan mengenali emosi, memahami potensi diri, melakukan refleksi diri, serta kemampuan mengambil keputusan. Sementara itu, dokumentasi digunakan untuk mendukung data penelitian berupa hasil need assessment, foto kegiatan layanan BK, dan data pelaksanaan penelitian. Penggunaan instrumen angket dalam penelitian BK dinilai efektif untuk memperoleh data perkembangan perilaku dan pemahaman diri peserta didik secara sistematis. Penelitian Syafa, (2026) menggunakan teknik angket pretest-posttest untuk mengukur perubahan perilaku peserta didik dalam layanan konseling kelompok.

Pelaksanaan penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan intervensi, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, peneliti melakukan observasi awal, penyusunan instrumen penelitian, serta penyebaran pretest untuk mengetahui tingkat *Self-Awareness* awal peserta didik. Tahap pelaksanaan dilakukan melalui layanan Bimbingan dan Konseling bidang pribadi menggunakan media permainan interaktif berbasis *Spin Wheel* yang dipadukan dengan kartu pertanyaan reflektif *Self-Awareness* . Media permainan digunakan untuk membantu peserta didik mengenali emosi, memahami potensi diri, merefleksikan perilaku, serta memahami respon diri terhadap situasi yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari. Setelah intervensi selesai diberikan, peneliti melakukan post-test untuk mengetahui perubahan tingkat *Self-Awareness* peserta didik setelah mengikuti layanan BK menggunakan media permainan interaktif.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dan analisis inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan tingkat *Self-Awareness* peserta didik berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*. Sebelum dilakukan uji hipotesis, data terlebih dahulu diuji normalitasnya untuk mengetahui distribusi data penelitian. Apabila data berdistribusi normal, maka analisis. inferensial dilakukan menggunakan Paired Sample t-test untuk mengetahui perbedaan skor *Self-Awareness* peserta didik sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Namun, apabila data tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* sebagai alternatif analisis nonparametrik. Penggunaan uji Wilcoxon dalam penelitian layanan BK dengan desain one group pretest-posttest juga digunakan pada penelitian.

Keabsahan data dalam penelitian ini dilakukan melalui uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian sebelum digunakan dalam proses pengambilan data. Uji validitas dilakukan melalui expert judgment oleh dosen Bimbingan dan Konseling serta guru BK untuk mengetahui kesesuaian instrumen dengan indikator *Self-*

© 2026 The Author(s)
This is an Open Access article under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License
ISSN: 2549-7774

Awareness yang diukur. Sementara itu, uji reliabilitas dilakukan menggunakan *Cronbach Alpha* untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen penelitian. Penggunaan *expert judgment* dalam validasi instrumen dan media BK juga digunakan dalam penelitian Putri, (2025) mengenai validasi media BK berbasis *self-control*.

Dalam pelaksanaan penelitian, peneliti memperhatikan etika penelitian dengan meminta izin kepada pihak sekolah dan guru BK sebelum penelitian dilaksanakan. Peneliti juga menjaga kerahasiaan identitas peserta didik serta memastikan bahwa seluruh data penelitian hanya digunakan untuk kepentingan akademik. Peserta didik diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian sebelum kegiatan layanan dilaksanakan sehingga penelitian dapat berlangsung sesuai prinsip etika penelitian pendidikan.

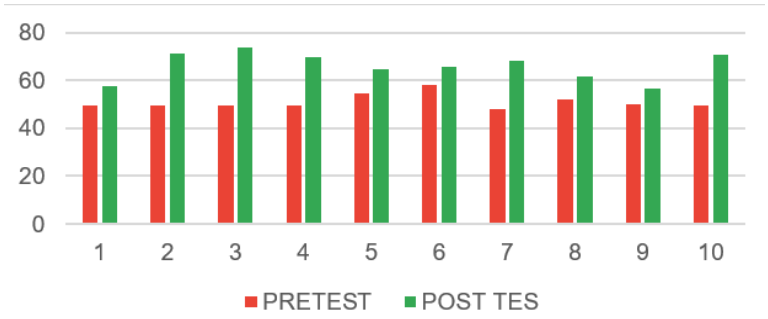
3.Result and Discussion

3.1.Result

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan media permainan AKSARA *Spin Wheel* dalam meningkatkan *Self-Awareness* siswa kelas VII. Data penelitian diperoleh melalui hasil pretest dan posttest terhadap 10 responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi menggunakan media permainan AKSARA *Spin Wheel*. Hasil *Self-Awareness* peserta didik sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Namun, apabila data tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* sebagai alternatif analisis nonparametrik. Penggunaan uji Wilcoxon dalam penelitian layanan BK dengan desain *one group pretest-posttest* juga digunakan pada penelitian

Keabsahan data dalam penelitian ini dilakukan melalui uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian sebelum digunakan dalam proses pengambilan data. Uji validitas dilakukan melalui *expert judgment* oleh dosen Bimbingan dan Konseling serta guru BK untuk mengetahui kesesuaian instrumen dengan indikator *Self-Awareness* yang diukur. Sementara itu, uji reliabilitas dilakukan menggunakan *Cronbach Alpha* untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen penelitian. Penggunaan *expert judgment* dalam validasi instrumen dan media BK juga digunakan dalam penelitian Putri (2025) mengenai validasi media BK berbasis *self-control*.

Dalam pelaksanaan penelitian, peneliti memperhatikan etika penelitian dengan meminta izin kepada pihak sekolah dan guru BK sebelum penelitian dilaksanakan. Peneliti juga menjaga kerahasiaan identitas peserta didik serta memastikan bahwa seluruh data penelitian hanya digunakan untuk kepentingan akademik. Peserta didik diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian sebelum kegiatan layanan dilaksanakan sehingga penelitian dapat berlangsung sesuai prinsip etika penelitian pendidikan. Penelitian disajikan dalam bentuk diagram perbandingan skor *pretest* dan *posttest* untuk melihat perubahan skor *Self-Awareness* peserta didik setelah mengikuti layanan. Hasil perbandingan skor pretest dan posttest *Self-Awareness* peserta didik dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Perbandingan Hasil *Pre-test* dan *Post-test Self-Awareness* Peserta Didik

Berdasarkan Gambar 1, terlihat adanya perbedaan skor antara hasil *pretest* dan *posttest* peserta didik. Pada hasil *pretest*, skor *Self-Awareness* peserta didik berada pada rentang 48–58 dengan rata-rata skor sebesar 50,70. Sementara itu, pada hasil *posttest* skor peserta didik berada pada rentang 57–74 dengan rata-rata skor sebesar 66,00 setelah diberikan intervensi menggunakan media permainan AKSARA *Spin Wheel*. Perbedaan skor tersebut menunjukkan adanya peningkatan nilai pada seluruh responden setelah pelaksanaan intervensi.

Perbedaan skor *pretest* dan *posttest* masing-masing responden menunjukkan adanya peningkatan nilai setelah melaksanakan layanan. Responden pertama mengalami peningkatan skor dari 49 menjadi 57, responden kedua dari 49 menjadi 71, responden ketiga dari 49 menjadi 74, responden keempat dari 49 menjadi 70, responden kelima dari 54 menjadi 65, responden keenam dari 58 menjadi 65, responden ketujuh dari 48

© 2026 The Author(s)
This is an Open Access article under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License
ISSN: 2549-7774

menjadi 68, responden kedelapan dari 52 menjadi 62, responden kesembilan dari 50 menjadi 57, dan responden kesepuluh dari 49 menjadi 71.

Selain analisis deskriptif, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbedaan skor *Self-Awareness* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Uji *Wilcoxon Signed Rank Test*

INDIKATOR	NILAI
Positive Ranks	10
Negative Ranks	0
Ties	0
Z	-2,807
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.005

Diperoleh nilai *positive* ranks sebanyak 10 responden, sedangkan *negative ranks* dan *ties* masing-masing bernilai 0. Temuan tersebut menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami peningkatan skor *Self-Awareness* pada saat posttest dibandingkan dengan *pretest*. Selanjutnya, hasil pengujian statistik menunjukkan nilai Z sebesar -2,807 dengan *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,005. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 (0,005 < 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest *Self-Awareness* peserta didik setelah diberikan intervensi menggunakan media permainan AKSARA *Spin Wheel*.

3.2.Discussion

Berdasarkan hasil penelitian, penggunaan media permainan AKSARA *Spin Wheel* terbukti efektif dalam meningkatkan *Self-Awareness* siswa kelas VII SMPN 1 Karangploso. Hal tersebut ditunjukkan oleh adanya peningkatan skor *Self-Awareness* pada seluruh responden setelah diberikan intervensi menggunakan media permainan AKSARA *Spin Wheel*. Rata-rata skor *Self-Awareness* peserta didik meningkat dari 50,70 6 pada saat pretest menjadi 66,00 pada saat posttest. Selain itu, hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai positive ranks sebanyak 10 responden, sedangkan negative Ranks dan ties bernilai 0. Temuan ini menunjukkan bahwa seluruh peserta didik mengalami peningkatan skor *Self-Awareness* setelah mengikuti layanan. Hasil pengujian statistik juga menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,005 yang lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest. Dengan demikian, media permainan AKSARA *Spin Wheel* dinyatakan efektif dalam meningkatkan *Self-Awareness* peserta didik.

Peningkatan *Self-Awareness* peserta didik menunjukkan bahwa penggunaan media permainan mampu membantu siswa memahami dirinya secara lebih baik, baik dari aspek perasaan, pikiran, maupun perilaku. Menurut Goleman dalam Ernawati, (2010), *Self-Awareness* merupakan kemampuan individu untuk mengenali emosi, memahami kondisi diri, serta menyadari pengaruh perilaku terhadap diri sendiri maupun orang lain. Individu yang memiliki *Self-Awareness* yang baik akan lebih mampu mengontrol perilaku, memahami kelebihan dan kekurangan dirinya, serta mengambil keputusan secara tepat. Dalam penelitian ini, peningkatan skor posttest menunjukkan bahwa peserta didik mulai mampu mengenali dan memahami kondisi dirinya setelah mengikuti layanan menggunakan media AKSARA *Spin Wheel*.

Media permainan AKSARA *Spin Wheel* dirancang dengan memuat pertanyaan reflektif mengenai perasaan, pikiran, dan tindakan peserta didik. Melalui aktivitas permainan, peserta didik diajak untuk menceritakan mengungkapkan pengalaman pendapat, pribadi, serta merefleksikan perilaku yang dimiliki dalam kehidupan sehari-hari. Proses tersebut membantu peserta didik untuk lebih terbuka dalam memahami dirinya. Hal ini sejalan dengan pendapat Corey, (2011) yang menyatakan bahwa penggunaan teknik permainan dalam layanan konseling dapat membantu individu mengekspresikan perasaan dan pengalaman dirinya secara lebih terbuka karena suasana yang tercipta lebih santai dan menyenangkan.

Selain itu, efektivitas media permainan dalam penelitian ini juga dapat dijelaskan melalui teori konstruktivistik yang dikemukakan oleh Piaget (1973). Teori konstruktivistik menjelaskan bahwa individu membangun pemahaman melalui pengalaman dan keterlibatan langsung dalam proses belajar (Husen et al., 2026). Dalam penelitian ini, peserta didik tidak hanya menerima materi secara pasif, tetapi terlibat aktif melalui diskusi, menjawab pertanyaan, dan melakukan refleksi diri selama permainan berlangsung. Keterlibatan aktif tersebut membuat peserta didik lebih mudah memahami konsep *Self-Awareness* secara nyata dan bermakna.

© 2026 The Author(s)
This is an Open Access article under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License
ISSN: 2549-7774

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan pendapat Prayitno et al., (2004) yang menyatakan bahwa penggunaan media dalam layanan bimbingan dan konseling dapat membantu menciptakan suasana layanan yang menarik, interaktif, dan efektif sehingga peserta didik lebih mudah memahami materi layanan. Selama pelaksanaan intervensi, peserta didik terlihat lebih antusias, aktif, dan berani menyampaikan pendapat dibandingkan ketika layanan dilakukan dengan metode ceramah biasa. Suasana layanan yang menyenangkan membuat peserta didik lebih nyaman dalam mengikuti kegiatan dan lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan maupun pengalaman pribadi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agniarahmah et al., (2023) tentang keefektifan media ular tangga dalam meningkatkan *Self-Awareness* siswa. Hasil penelitian tersebut peningkatan menunjukkan *Self-Awareness* diberikan layanan siswa menggunakan adanya setelah media permainan, yaitu rata-rata skor *pretest* sebesar 58 meningkat menjadi 73 pada *posttest*. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa media permainan efektif membantu siswa mengenali dan memahami dirinya melalui aktivitas yang interaktif dan menyenangkan. Kesamaan hasil penelitian tersebut memperkuat bahwa media permainan memiliki pengaruh positif terhadap perkembangan *Self-Awareness* peserta didik.

Selain itu, penelitian oleh Rosemawati et al., (2022) mengenai pengembangan *board game* Reog Kendang 7 untuk meningkatkan *Self-Awareness* siswa SMP juga menunjukkan bahwa media permainan layak dan efektif digunakan dalam layanan bimbingan dan konseling. Media permainan dinilai mampu meningkatkan partisipasi siswa, membantu proses refleksi diri, serta menciptakan suasana layanan yang tidak monoton. Hasil penelitian tersebut mendukung temuan dalam penelitian ini bahwa penggunaan media permainan AKSARA *Spin Wheel* mampu meningkatkan keterlibatan peserta didik selama layanan berlangsung sehingga membantu perkembangan *Self-Awareness* siswa.

Peningkatan skor pada seluruh responden menunjukkan bahwa media AKSARA *Spin Wheel* memberikan pengaruh yang cukup merata terhadap peserta didik. Beberapa peserta didik mengalami peningkatan skor yang cukup tinggi, seperti responden ketiga yang meningkat dari skor 49 menjadi 74 dan responden kedua serta kesepuluh yang meningkat dari skor 49 menjadi 71. Hal tersebut menunjukkan bahwa media permainan mampu memberikan stimulus yang efektif dalam membantu peserta didik memahami dirinya. Peserta didik yang sebelumnya kurang mampu mengenali emosi, pendapat, maupun perilakunya menjadi lebih sadar terhadap kondisi dirinya setelah mengikuti layanan.

Selain meningkatkan *Self-Awareness*, penggunaan media permainan juga membantu mengurangi rasa bosan dan pasif selama layanan berlangsung. Peserta didik SMP berada pada fase remaja awal yang cenderung lebih tertarik pada aktivitas yang melibatkan permainan dan interaksi langsung dibandingkan metode ceramah. Oleh karena itu, penggunaan media AKSARA *Spin Wheel* sesuai dengan karakteristik perkembangan peserta didik karena mampu menciptakan suasana layanan yang menyenangkan, interaktif, dan tidak monoton. Kondisi tersebut membuat peserta didik lebih mudah menerima materi layanan dan lebih nyaman dalam mengungkapkan pikiran maupun perasaannya.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tersebut, dapat dipahami bahwa efektivitas media permainan AKSARA *Spin Wheel* tidak hanya terlihat dari peningkatan skor *Self-Awareness* secara statistik, tetapi juga terlihat dari meningkatnya keterlibatan, keterbukaan, dan kemampuan refleksi diri peserta didik selama layanan berlangsung. Dengan demikian, media permainan AKSARA *Spin Wheel* dapat dijadikan sebagai alternatif media layanan bimbingan dan konseling yang inovatif, interaktif, dan efektif untuk membantu meningkatkan *Self-Awareness* peserta didik di sekolah.

4.Conclusion

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa media permainan AKSARA *Spin Wheel* efektif dalam meningkatkan *Self-Awareness* siswa kelas VII SMPN 1 Karangploso. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan skor *Self-Awareness* pada seluruh responden setelah mengikuti layanan Bimbingan dan Konseling bidang pribadi menggunakan media tersebut. Rata-rata skor *Self-Awareness* meningkat dari 50,70 pada saat *pretest* menjadi 66,00 pada saat *posttest*. Hasil analisis menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai Z = -2,807 dengan *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,005 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor *pretest* dan *posttest*. Temuan ini mengindikasikan bahwa penggunaan media permainan AKSARA *Spin Wheel* yang dipadukan dengan kartu pertanyaan reflektif mampu membantu peserta didik dalam mengenali emosi, memahami potensi diri, melakukan refleksi diri, serta meningkatkan kesadaran terhadap perilaku dan respons dirinya. Dengan demikian, media permainan AKSARA *Spin Wheel* dapat dijadikan sebagai alternatif media layanan Bimbingan dan Konseling yang inovatif, interaktif, dan efektif untuk mendukung pengembangan *Self-Awareness* peserta didik. Penelitian ini juga memberikan implikasi praktis bagi guru BK untuk memanfaatkan media permainan sebagai sarana menciptakan layanan yang lebih menarik, partisipatif, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan siswa SMP. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah subjek yang lebih besar serta menggunakan kelompok kontrol agar efektivitas media dapat diuji secara lebih mendalam.

© 2026 The Author(s)
This is an Open Access article under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License
ISSN: 2549-7774

Author Contributions

Semua penulis memberikan kontribusi yang sama untuk jurnal ini. Semua penulis telah membaca dan menyetujui manuskrip akhir.

Funding

Tidak ada dukungan pendanaan yang diterima.

Declaration of Conflicting Interests

Para penulis menyatakan tidak ada potensi konflik kepentingan terkait penelitian, kepenulisan, dan/atau publikasi artikel ini.

Data Availability

Kumpulan data yang dihasilkan selama dan/atau dianalisis selama penelitian ini tersedia dari penulis korespondensi atas permintaan yang wajar

Deklarasi Penggunaan AI

Para penulis menyatakan bahwa tidak ada kecerdasan buatan (AI) atau alat bantu berbasis AI yang digunakan dalam penyusunan manuskrip ini.

References

Agniarahmah, A., Yulia, C., & Stevani, H. (2023). Keefektifan Media Ular Tangga dalam Meningkatkan Self Awareness. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, *8*(1), 8–13.

Anzhani, V. A., Meiningsih, S., Christiana, E., Guru, P. P., Surabaya, U. N., Konseling, B., & Surabaya, U. N. (2024). *Penerapan Problem Based Learning dengan Media Puzzle Games untuk Meningkatkan Keterampilan Mengelola Emosi Siswa SMP*. *8*, 26186–26193.

Ardana, C., Setyowati, A., Wahyudi, A., & Naini, R. (2026). *Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving untuk Meningkatkan Self-Awareness pada Siswa MTs Muhammadiyah Karangkajen*. *10*(1), 94–102. https://doi.org/10.30653/001.2026101.650

Christiana, E. (2023). *Konseling Individu Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Perilaku Disiplin Belajar Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama Khairani Afdiyah*. 257–266.

Corey, G. (2011). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*.

Dzurriah Aninda Syafa, A. W. T. A. (n.d.). *Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Intensitas Penggunaan Media Sosial Peserta Didik Di Sekolah Menengah Pertama Dzurriah Aninda Syafa Asieline Wahyu Tri Ardyanti*. *018*.

Ermis Suryana, Amrina Ika Hasdikurniati , Ayu Alawiya Harmayanti, K. H. (2022). *Magister Pendidikan Agama Islam, Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri (UIN)*. *8*(3), 1917–1928.

Ernawati. (2010). Pengaruh Kompetensi, Kecerdasan Emosional dan Efikasi Diri terhadap Kenyamanan Pimpinan dalam Melakukan Penilaian Kinerja Karyawan. *Jurnal Ekonomi Dan Kewirausahaan*, *10*(1), 74–82.

Fajarwati, P., Laila, F. N., Nugraha, A., & Tasikmalaya, U. M. (2025). *Efektifitas Bimbingan Kelompok Pendekatan Experiental Learning untuk*. *9*, 26902–26907.

Hafizhah, N., Faridah, S., & Fadhila, M. (2023). *Regulasi Emosi dengan Self Awareness Siswa di SMAN 7 Banjarmasin*. *4*(3), 224–238. https://doi.org/10.18592/jah.v4i3.6648

Hidayati, F. N., & Khoiryasdien, A. D. (2026). *Peran Kecerdasan Emosional Sebagai Mediator Hubungan Antara*. *5*(2), 3882–3890.

Husen, A., Rahmat, G., Chadidjah, S., Bandung, U. M., Kidul, C., & Bandung, K. (2026). Analisis Teori Konstruktivisme terhadap Pengembangan Pemikiran Kritis pada Kurikulum Deep Learning. *JURNAL MEDIA AKADEMIK*, *4*(2).

Kearns, Á., Jagoe, C., Stockdale, R., Clarke, D., Manning, M., Menamin, R. M., Fitzmaurice, Y., Green, J., Duffy, O., & Kelly, H. (2025). Supporting Communication Access of People With Communication Disabilities and Communication Differences in UNCRPD-Ratified Countries: An Integrative Review. *International Journal of Language and Communication Disorders*, *60*(5), 1–20. https://doi.org/10.1111/1460-6984.70098

Nasution, S. W., Hasibuan, M. F., & Sari, M. (2025). *Indonesian Counseling and Psychology Implementation of Group Guidance Using Spinner Media (Interactive Spinning Wheel) To Improve Students ' Self-Esteem Penerapan Bimbingan Kelompok Menggunakan Media Spinner (Interactive Spinning Wheel) untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa*. *5*(2), 381–387.

Pratiwi, T. I., & Pd, M. (2023). *Penerapan Konseling Individu Teknik Self- Control Untuk Mereduksi Perilaku Off- Task Pada Siswa Kelas X Sman 20 Surabaya Erry Nur Sahriyah Abstrak*.

Prayitno, Zamzami, A., Sarjun, A., Isfaniatun, & Widajati, R. (2004). *Bimbingan Konseling Bimbingan dan Konseling*.

Putri, A. M., & Wiyo Nuryono S. (n.d.). *Validasi Media Bimbingan dan Konseling Modul Self-Control Sebagai Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba*.

© 2026 The Author(s)
This is an Open Access article under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License
ISSN: 2549-7774

Rosemawati, S., Ariyanto, R. D., & Andrianie, S. (2022). *Pengembangan Board Game Reog Kendang Untuk*. *39*(2), 66–80.

Siti Kamelia, Heris Hendriana, T. R. (2024). *Pengembangan Media Spinning Wheel Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Komunikasi Asertif Pada Siswa Sma Negeri 1 Cibuaya*. *7*(4), 396–408. https://doi.org/10.22460/fokus.v7i4.11391

Winingsih, E. (2023). *Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling Untuk Meningkatkan Self Efficacy Karier Siswa Kelas Xi Sman 1 Menganti Masitha Prischa Rahmadani Abstrak*. *2012*.

Zulfianah Sunusi, Ghina Raodhatul Jannah, Putri Nurul Annisa, Luthfia Adilah, Helmaliah, A. A. T. (2025). *Efektivitas Media Bola Emosi Dalam Meningkatkan Self-Awareness* . *728*.

© 2026 The Author(s)
This is an Open Access article under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License
ISSN: 2549-7774