

**PENGEMBANGAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MEDIA
KARAMBOL UNTUK MENINGKATKAN *SELF MANAJEMENT***

Maulana Nur Reza Putra, Ariadi Nugraha, S.Pd., M.Pd.
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Universitas Ahmad Dahlan
maulana1800001160@webmail.uad.ac.id / ariadi.nugraha@bk.uad.ac.id

Abstrak

Pendidikan merupakan salah satu cara manusia bisa bertahan menghadapi perkembangan yang semakin canggih dan serba internet. Pendidikan adalah pengajaran yang diselenggarakan di sekolah sebagai lembaga pendidikan formal. Pendidikan memiliki peranan penting dalam kehidupan manusia baik pendidikan secara formal dan non-formal. Dalam proses pembelajaran manajemen diri merupakan faktor penting dalam menunjang siswa memperoleh prestasi yang optimal pada mata pelajaran dan ditentukan oleh faktor pribadi, perilaku dan faktor lingkungan. Permainan karambol dirasa sangat tepat dalam mengembangkan self manajemen individu. Permainan karambol menumbuhkan perilaku pada setiap pemain, dengan bermain karambol siswa akan meningkatkan nilai kesabaran dan rasa hormat terhadap pemain lain

Kata kunci: Pendidikan, manajemen diri, karambol

1. Pendahuluan

Di era industri 4.0 manusia dituntut untuk berlomba lomba untuk mencari kehidupan yang layak dan serba tantangan. Pendidikan merupakan salah satu cara manusia bisa bertahan menghadapi perkembangan yang semakin canggih dan serba internet. Pendidikan adalah pengajaran yang diselenggarakan di sekolah sebagai lembaga pendidikan formal. Pendidikan memiliki peranan penting dalam kehidupan manusia baik pendidikan secara formal dan non-formal. Pendidikan bisa di dapatkan di mana saja, kapan saja dan oleh siapa saja. Bahkan dari manusia lahir sudah mendapatkan pendidikan dari keluarga dan masyarakat. Yang mana keluarga merupakan pendidikan utama yang didapatkan manusia sejak lahir. Itulah yang menjadi alasan mengapa pendidikan satu hal yang penting dalam kehidupan manusia. Pendidikan sendiri memuat tentang nilai-nilai tanggung jawab yang besar dalam mengembangkan potensi yang dimiliki peserta didik baik aspek kognitif, afektif, maupun psikomotoriknya. Dengan kata lain sekolah dan madrasah didirikan bukan hanya untuk menghasilkan manusia memiliki pengetahuan akademik saja, tetapi juga mengupayakan menghasilkan manusia yang dapat memiliki kemampuan untuk mengembangkan kepribadiannya secara optimal.

Seorang siswa harus mampu untuk mengatur hidup sendiri, mengatur tujuan, dan menyediakan penguat untuk diri sendiri, sehingga dapat berpikir dan mengatur tingkah lakunya pencapaian dan aksi, menentukan target, mengevaluasi kesuksesan saat mencapai target, dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut (Friedman & Schustack, 2008) dalam rangka mencapai suatu tujuan tanpa mengandalkan orang lain dan dipahami sebagai penggunaan suatu proses yang mengaktivasi pemikiran, perilaku dan perasaan yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Dalam proses pembelajaran manajemen diri merupakan faktor penting dalam menunjang siswa memperoleh prestasi yang optimal pada mata pelajaran dan ditentukan oleh faktor pribadi, perilaku dan faktor lingkungan eksternal, yang berhubungan secara timbal balik serta melibatkan berbagai proses, strategi dan keterampilan untuk mengaktifkan metakognitif, motivasi dan tingkah laku dalam proses belajar mereka sendiri.

Pelaksanaan layanan bimbingan dapat menggunakan berbagai strategi untuk memperkuat partisipasi dan motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan tersebut. Strategi bimbingan kelompok memungkinkan siswa untuk memahami pemikiran satu sama lain dan memaknai kebersamaan dalam dinamika kelompok. Manfaat dari kelompok bimbingan adalah membangun kepositifan terhadap keadaan siswa dan lingkungannya terkait dengan hal-hal yang mereka bicarakan di antara anggota kelompok.

Permainan karambol dirasa sangat tepat dalam mengembangkan self manajemen individu. Permainan karambol menumbuhkan perilaku pada setiap pemain, dengan bermain karambol siswa akan meningkatkan nilai kesabaran dan rasa hormat terhadap pemain lain yang dibuktikan dengan permainan rolling sistem Karambol juga dipertimbangkan memiliki pengaruh besar dalam membantu siswa mengembangkan kemampuan berpikir dan mengatur tingkah lakunya pencapaian dan aksi, menentukan target, mengevaluasi kesuksesan saat mencapai target, dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut. Berdasarkan teknik permainan simulasi, terdapat beberapa modifikasi pada Permainan karambol ini dibandingkan dengan karambol biasa. Modifikasi yang dilakukan bertujuan untuk membuat pemberian layanan bimbingan menjadi menarik.

Tujuan dari pembuatan media karambol ini untuk mengembangkan self manajemen individu supaya siswa dapat mengukur ataupun mengontrol kemampuan yang dimiliki. Karambol juga memiliki pengaruh besar dalam membantu siswa mengembangkan kemampuan berpikir dan mengatur tingkah lakunya pencapaian dan

aksi, menentukan target, mengevaluasi kesuksesan saat mencapai target, dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut.

2. Kajian Literatur

a. Manajemen diri

Manajemen diri secara sederhana merupakan Penggunaan sumber daya secara efektif untuk mencapai sasaran dan pimpinan yang bertanggung jawab atas jalannya organisasi. Diri adalah totalitas dari pemikiran, keinginan, dan gerakan kita dalam ruang dan waktu. Dengan kata lain perpaduan antara emosional, intelektual, fisik, dan spiritual. Jadi, manajemen diri yang dimaksud adalah sebuah proses merubah “totalitas diri” yaitu intelektual, emosional, spiritual, dan fisik kita agar apa yang kita inginkan tercapai

Gie (1995: 187), manajemen diri berarti segenap langkah dan tindakan mengatur, mengelola diri. Selain itu, manajemen diri juga bisa berarti mengatur semua unsur potensi pribadi, mengendalikan kemauan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna

Istilah manajemen diri merupakan istilah yang umum dipakai untuk menggambarkan kemampuan individu dalam mengorganisir kapasitas-kapasitas mental dalam mencapai tujuan (*goal*). Dalam kajian psikologi, istilah yang lebih tepat menggambarkan manajemen diri adalah self-regulation atau pengaturan diri adalah konsep yang dikemukakan oleh Albert Bandura untuk mendeskripsikan, regulasi diri adalah suatu strategi yang digunakan oleh individu dalam mencapai *goal* atau tujuan tertentu. Bandura percaya, bahwa seorang individu akan menggunakan strategi tertentu di dalam regulasi dirinya. Lebih lanjut menurut Ormrod (2008: 125), kemampuan regulasi diri merupakan kemampuan yang dimiliki oleh setiap manusia, yang perlu dikembangkan dan diarahkan, karena perilaku yang dihasilkan oleh regulasi diri ini tidak bisa terjadi secara alamiah

Dari pendapat tokoh diatas dapat disimpulkan bahwa self manajemen merupakan tindakan untuk mengatur, mengelola, mengendalikan diri sehingga dapat mencapai tujuan yang telah diharapkan.

b. Game Karambol

Game karambol ini hampir mirip dengan billiard, hanya saja mejanya berbentuk persegi dengan empat lubang di setiap pojok nya, dengan alat permainannya berupa koin karambol, tidak memakai stik untuk menggerakkan koin karambol. Permainan ini menggunakan cakram kecil sebagai pengganti bola. Penggerakannya adalah jari tangan yang disentilkan pada cakram sehingga mengenai cakram sasaran. Pemainnya harus memasukan semua koin karambol ke dalam lubang yang terdapat di pojok papan. Pemain dinyatakan menang jika memasukan semua koin kecuali koin gacoan dengan lebih cepat dari pemain lainnya (Win, 2011: 1-2)

Game karambol merupakan salah satu game yang sudah populer di kalangan masyarakat Indonesia, game karambol bukan game rumit yang menggunakan strategi atau taktik tinggi akan tetapi disini ketangkasan sangat berperan selain kejelian untuk menentukan sudut dan arah. Permainan *carrom* atau yang biasa disebut karambol ini telah dimainkan kira-kira 2000 tahun yang lalu di zaman Makam Tua Abyssinian. Game ini menyebar luas ke berbagai negara lainnya sekitar tahun 1970-an. *Carrom* biasanya dimainkan orang-orang India bersama keluarga di rumah atau di tanah lapang (Sahid, 2011: 1-2). Game karambol tidak hanya ada di Indonesia tetapi juga di beberapa negara lain. (Iriyanto, 2007: 18)

Permainan karambol yang dikembangkan dalam penelitian ini dirasa sangat tepat dalam mengembangkan diri individu. Permainan karambol menumbuhkan perilaku pada setiap pemain, dengan bermain karambol siswa akan tingkatan nilai kesabaran dan rasa hormat terhadap pemain lain yang dibuktikan dengan permainan rolling sistem (Asisingtyas, 2017; Márkus et al., 2018; Zhao et al., 2017). Karambol juga dipertimbangkan memiliki pengaruh besar dalam membantu siswa mengembangkan keterampilan emosional dan sosialnya (Saputra, N. E dan Ekawati, 2017).

Permainan karambol dirasa sangat tepat dalam mengembangkan self manajemen individu. Permainan karambol menumbuhkan perilaku pada setiap pemain, dengan bermain karambol siswa akan meningkatkan nilai kesabaran dan rasa hormat terhadap pemain lain yang dibuktikan dengan permainan rolling sistem Karambol juga dipertimbangkan memiliki pengaruh besar dalam membantu siswa mengembangkan kemampuan berpikir dan mengatur tingkah lakunya pencapaian dan aksi, menentukan target, mengevaluasi kesuksesan saat mencapai target, dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut.

3. Kesimpulan

Pendidikan merupakan salah satu cara manusia bisa bertahan menghadapi perkembangan yang semakin canggih dan serba internet. Pendidikan adalah pengajaran yang diselenggarakan di sekolah sebagai lembaga pendidikan formal. Pendidikan memiliki peranan penting dalam kehidupan manusia baik pendidikan secara formal dan non-formal. Pendidikan bisa di dapatkan di mana saja, kapan saja dan oleh siapa saja. Sekolah dan madrasah didirikan bukan hanya untuk menghasilkan manusia memiliki pengetahuan akademik saja, tetapi juga mengupayakan menghasilkan manusia yang dapat memiliki kemampuan untuk mengembangkan kepribadiannya secara optimal. Seorang siswa harus mampu untuk mengatur hidup sendiri, mengatur tujuan, dan menyediakan penguat untuk diri sendiri, sehingga dapat berpikir dan mengatur tingkah lakunya pencapaian dan aksi, menentukan target, mengevaluasi kesuksesan saat mencapai target, dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut) dalam rangka mencapai suatu tujuan tanpa mengandalkan orang lain dan dipahami sebagai penggunaan suatu proses yang mengaktivasi pemikiran, perilaku dan perasaan yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan

Daftar Pustaka

- Khotimah, F. K., Rakhmawati, D., & Widiharto, C. A. (2019). Indonesian Journal of Guidance and Counseling. Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application, 5(1), 39–44.
- Jazimah, H. (2015). Implementasi Manajemen Diri Mahasiswa dalam Pendidikan Islam. MUDARRISA: Journal of Islamic Education, 6(2), 221. <https://doi.org/10.18326/mdr.v6i2.765>
- Habibah, R., Salsabila, U. H., Lestari, W. M., Andaresta, O., & Yulianingsih, D. (2020). Pemanfaatan Teknologi Media Pembelajaran di Masa Pandemi Covid-19. Trapsila: Jurnal Pendidikan Dasar, 2(02), 1. <https://doi.org/10.30742/tpd.v2i2.1070>
- Miftachul’Ilmi, A., Santoso, D. B., & Muslihati, M. (2021). Traditional games: improving manners through carom. KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal), 8(1), 47–54.
- Pendidikan, J., Pengetahuan, I., & Tersedia, S. (2019). JPIPS : JURNAL PENDIDIKAN ILMU PENGETAHUAN SOSIAL Tersedia secara online: <http://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/jpips>. 50–55.