

---

# HUDAN LIN-NAAS

Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora

---

Volume: 3, no 1, Januari-Juni 2022

ISSN: 2775-1198 (p), (2775-2755 (e)

<http://ejournal.idia.ac.id/index.php/hudanlinnaas/index>

---

## **PENGGUNAAN METODE *PLAY THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN KEMANTAPAN PENGAMBILAN KEPUTUSAN STUDI LANJUT SISWA SMA KELAS XII**

**Wiwik Widati**

SMAN 1 Singosari

[wiwikfatma28@gmail.com](mailto:wiwikfatma28@gmail.com)

### **Abstrak:**

*Play therapy* adalah salah satu usaha yang dapat membantu anak yang memiliki masalah emosional, kecemasan karena stress serta keragu-raguan dalam pengambilan keputusan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode *play therapy* terhadap kemantapan pengambilan keputusan studi lanjut siswa kelas XII IPA 4 SMA Negeri 1 Singosari dengan menggunakan rancangan pre-eksperimen dengan bentuk One Group Pretest-Posttest Design. Subyek penelitian berjumlah 10 siswa dengan sampling purposive. Analisa data menggunakan uji t-Tes atau uji beda dengan mencari Mean dan standard Deviasi dengan menggunakan program *SPSS 16,0 for windows*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan metode *play therapy* dapat meningkatkan kemantapan pengambilan keputusan studi lanjut pada siswa. Hal ini berdasarkan pada hasil analisis data uji t-Tes, dimana harga t hitung = 10.983 dengan signifikansi 0,000. Oleh karena signifikansi  $0,000 < 0,05$ , maka hipotesis ( $H_1$ ) diterima, artinya terdapat pengaruh yang signifikan penggunaan *play therapy* terhadap kemantapan pengambilan keputusan studi lanjut siswa. Dengan demikian metode *play therapy* ini efektif diberikan kepada siswa yang mengalami ketidakmampuan dalam pengambilan keputusan studi lanjut.

**Kata kunci:** *Play therapy, pengambilan keputusan, studi lanjut*

**Abstract:**

*Play therapy is one of the efforts that can help children who have emotional problems, anxiety due to stress and indecision in decision making. The purpose of this study was to determine the effect of the play therapy method on the stability of decision-making for further studies of class XII IPA 4 SMA Negeri 1 Singosari by using a pre-experimental design in the form of One Group Pretest-Posttest Design. The research subjects were 10 students with purposive sampling. Analysis of the data using the t-test or a different test to find the mean and standard deviation using the SPSS 16.0 for windows program. The results showed that the use of the play therapy method could increase the stability of decision-making for further studies in students. This is based on the results of the t-test data analysis, where the value of t count = 10,983 with a significance of 0.000. Due to the significance of  $0.000 < 0.05$ , the hypothesis (H1) is accepted, meaning that there is a significant effect of using play therapy on the stability of students' decision-making for further studies. Thus, this play therapy method is effectively given to students who experience instability in making further study decisions.*

**Keyword:** *Play therapy, decision making, further study*

## **PENDAHULUAN**

Pengambilan keputusan karier bagi siswa SMA terutama kelas XII adalah merupakan pekerjaan yang sangat sulit, mereka dihadapkan pada pilihan yang nantinya sangat menentukan masa depannya, mereka akan sangat hati-hati dalam bertindak, inilah mengapa siswa menjadi bingung dan ragu dalam pengambilan keputusan karier. Menurut Rahmat, (2004:70) bahwa Keputusan tentang pilihan karier siswa bukan berdasarkan pertimbangan yang matang namun hanya mengikuti pilihan orang lain. Padahal setiap keputusan yang diambil akan disusul oleh keputusan-keputusan lainnya yang berkaitan. Dalam arti, keputusan yang salah dalam memilih jurusan akan diikuti keputusan-keputusan lain yang juga tidak sesuai dengan kemampuan dan kapasitas yang dimiliki, sehingga dalam mengeksplorasi kariernya sendiri remaja merasa tertekan dan stress dalam menjalaninya. Keputusan siswa memilih jurusan di Perguruan Tinggi dan merencanakan karier, bukan berdasarkan perencanaan yang rasional melainkan lebih karena ikut-ikutan teman sebaya, pilihan dari orang tua dan bukan berdasarkan kemampuan diri dan perencanaan yang matang. Hal ini disebabkan karena siswa tidak mendapatkan bimbingan yang cukup dalam menentukan jurusan di PT dan karier yang ingin mereka geluti atau kurangnya bimbingan yang diberikan oleh guru BK disekolah tentang perencanaan karier. Dengan demikian diperlukan layanan yang dapat mengakomodasi kepentingan sejumlah siswa tersebut dengan menggunakan strategi layanan bimbingan kelompok untuk memberikan kesempatan kepada siswa agar dapat memanfaatkan berbagai informasi, tanggapan dan reaksi timbal balik dalam menyelesaikan masalah kariernya. Seperti yang diungkapkan oleh Winkel dan Hastutik (2006:687) "suatu program bimbingan karier secara berkelompok yang direncanakan dan dikelola dengan baik akan membantu orang muda dalam mengatasi berbagai masalah yang timbul sehubungan dengan kelanjutan studi dan persiapan diri untuk memegang

suatu jabatan dikemudian hari”.

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok sering terjadi peserta didik (konseli) kesulitan dalam mengungkapkan masalah. Hal ini dikarenakan kesulitan berbicara, tidak tahu bagaimana mengungkapkan masalah sehingga siswa perlu dibantu dengan menggunakan metode yang tepat. Selanjutnya dalam pelaksanaan bimbingan kelompok sering di jumpai suasana kaku, tegang, salah tingkah, grogi, atau terjadi kemacetan komunikasi. Hal ini menghambat pencapaian tujuan dalam bimbingan kelompok, sehingga perlu diciptakan suasana menyenangkan, hangat, nyaman dengan memberikan *play therapy* yang bisa menghidupkan dinamika kelompok dan membantu pencapaian tujuan bimbingan kelompok yakni pengentasan masalah.

Menurut Thompson dan Henderson (2007:415) “*play therapy* adalah penggunaan model-model teoritis secara sistematis untuk menjalin sebuah proses interpersonal dimana seorang guru BK menggunakan kekuatan-kekuatan terapeutic dari kegiatan bermain, untuk membantu siswa dalam mencegah atau mengatasi masalah-masalah psikososial dan mencapai taraf pertumbuhan dan perkembangan secara optimal”. *Play therapy* disusun untuk menunjang ketrampilan mengurus diri sendiri (*self help skills*), kemampuan untuk melakukan kegiatan tertentu (*psycho-motor performance*), penyesuaian diri terhadap lingkungannya (*social adaptation*), dan keterampilan diri bagi kesiapan kerja dimasyarakat.

Dengan demikian perlu kiranya membantu memecahkan masalah siswa yang berhubungan dengan kemandirian diri siswa dalam pengambilan keputusan karier dengan menggunakan metode *play therapy* dengan harapan dapat membantu anak yang memiliki masalah emosional, kecemasan karena stress serta keragu-raguan dalam pengambilan keputusan studi lanjut, karena pada *play therapy* siswa akan dihadapkan pada suatu kegiatan yang nyata dan seolah-olah siswa melakukan hal yang sebenarnya.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian ini menggunakan metode eksperimen, dimana ada perlakuan (*Treatment*) terhadap subyek Penelitian. Dengan menggunakan prosedur *Pre-Experimental Design* dengan bentuk *One Group Pretest-Posttest Design*. Dalam *One Group Pretest-Posttest Design* kelompok eksperimen terlebih dahulu diberi *pretest* sebelum diberi perlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. Penelitian dilakukan di SMAN 1 Singosari pada siswa kelas XII IPA 4 selama kurang lebih 3 bulan.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Untuk menganalisa tujuan dari penelitian tersebut peneliti membedakan nilai responden dari hasil *pretest* dan *postes*. Data hasil *pretest* dan *postes* diperoleh sebagai berikut:

**Tabel 1**  
**Hasil Pretest dan Posttest**

| NO | Nama<br>(Inisial) | Pretest |                      | Posttest |                     |
|----|-------------------|---------|----------------------|----------|---------------------|
|    |                   | Skor    | Kriteria             | Skor     | Kriteria            |
| 1  | AFZ               | 88      | Sedang/cukup mantap  | 120      | Tinggi/sudah mantap |
| 2  | AB                | 87      | Sedang/cukup mantap  | 121      | Tinggi/sudah mantap |
| 3  | ADPP              | 79      | Rendah/kurang mantap | 123      | Tinggi/sudah mantap |
| 4  | AF                | 73      | Rendah/kurang mantap | 121      | Tinggi/sudah mantap |
| 5  | IAS               | 97      | Sedang/cukup mantap  | 114      | Tinggi/sudah mantap |
| 6  | RR                | 93      | Sedang/cukup mantap  | 121      | Tinggi/sudah mantap |
| 7  | RCR               | 89      | Sedang/cukup mantap  | 115      | Tinggi/sudah mantap |
| 8  | RAM               | 70      | Rendah/kurang mantap | 115      | Tinggi/sudah mantap |
| 9  | SAW               | 71      | Rendah/kurang mantap | 118      | Tinggi/sudah mantap |
| 10 | VV                | 72      | Rendah/kurang mantap | 117      | Tinggi/sudah mantap |

Sumber: Data hasil angket

Sebagai data penguat adanya pengaruh yang kuat dalam penggunaan *play therapy* terhadap kemantapan pengambilan keputusan karier tersebut dilakukan uji standar deviasi dengan memakai *SPSS 16.0 for windows*. Adapun hasil perhitungannya dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 2**  
**Hasil Analisis Data Statistik kelompok pretest dan posttest Group Statistics**

|                   | Kelompok | N  | Mean   | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|-------------------|----------|----|--------|----------------|-----------------|
| Kemantapan_Karier | Pretest  | 10 | 81.90  | 10.060         | 3.181           |
|                   | Posttest | 10 | 118.50 | 3.136          | .992            |

**Tabel 3**  
**Kategori Skor Kemantapan Pengambilan Keputusan Studi Lanjut**

| No | Skor Kemantapan | Kategori                    |
|----|-----------------|-----------------------------|
| 1. | 112 – 136       | Tinggi/sudah mantap         |
| 2  | 86 - 111        | Sedang/cukup mantap         |
| 3  | 60 - 85         | Rendah/ Kurang mantap       |
| 4  | 34 - 59         | Sangat Rendah/ belum mantap |

Berdasarkan perhitungan di atas hasil dari mean posttest adalah 118,50 berada diantara skor 112–136 berarti kategori kemantapan pengambilan keputusan karier atau studi lanjut siswa tinggi/ sudah mantap. Dengan kata lain bahwa setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan *play therapy* dalam bimbingan maka siswa kelas XII IPA-4 SMA Negeri 1 Singosari sudah mantap dalam pengambilan keputusan karier/ studi lanjut.

Tabel 4  
Hasil Analisis Data Statistis Uji T Pengaruh Kemantapan Pengambilan Keputusan Karier/Studi Lanjut

|                   |                             | Independent Samples Test                |      |                              |        |                 |                 |                       |   |         |
|-------------------|-----------------------------|---|------|------------------------------|--------|-----------------|-----------------|-----------------------|---|---------|
|                   |                             | Levene's Test for Equality of Variances |      | t-test for Equality of Means |        |                 |                 |                       |   |         |
|                   |                             | F                                       | Sig. | t                            | df     | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | Std. Error Difference | 95% Confidence Interval of the Difference |         |
|                   |                             |   |      |                              |        |                 |                 |                       | Lower                                     | Upper   |
| Kemantapan_Karier | Equal variances assumed     | 25.741                                  | .000 | -10.983                      | 18     | .000            | -36.600         | 3.332                 | -43.601                                   | -29.599 |
|                   | Equal variances not assumed |   |      | -10.983                      | 10.732 | .000            | -36.600         | 3.332                 | -43.957                                   | -29.243 |

Tabel 4 memperlihatkan bahwa nilai F untuk kelompok perlakuan dengan *equal variance assumed* adalah 25,741 dengan signifikansi 0,000 karena *probabilitas* < 0,05 sehingga menunjukkan bahwa kedua varians dari populasi adalah identik. Oleh karena itu, nilai t-test yang akan dipakai berdasar kepada nilai *Equal variances not assumed*. Berdasarkan nilai t-test yang diperoleh terlihat bahwa t hitung adalah -10.983 dengan signifikansi 0,000 Oleh karena signifikansi 0,000 < 0,05 maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara tingkat kemantapan pengambilan keputusan siswa yang diberi perlakuan *play therapy* pada bimbingan dengan siswa yang tidak diberi perlakuan *play therapy*. Dengan kata lain ada pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kemantapan siswa kelas XII IPA-4 dalam pengambilan keputusan karier/studi lanjut melalui penggunaan *Play Therapy*.

## KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil analisa data dapat disimpulkan, bahwa *play therapy* berpengaruh signifikan dalam kemantapan pengambilan keputusan siswa kelas XII IPA 4 SMA Negeri 1 Singosari.

Penelitian ini memperoleh hasil bahwa terdapat perbedaan antara tingkat kemantapan pengambilan keputusan siswa sebelum dan setelah mengikuti *play therapy*.

Penggunaan *play therapy* berpengaruh yang signifikan terhadap kemantapan pengambilan keputusan karier siswa. Dengan demikian hipotesis ( $H_1$ ) diterima, artinya metode *play therapy* ini efektif diberikan kepada siswa yang mengalami ketidakmampuan dalam pengambilan keputusan studi lanjut. Dimana hal ini ditunjukkan pada setiap pertemuan pelaksanaan *play therapy* ada peningkatan komitmen dan tanggungjawab terhadap apa yang telah direncanakan. Dalam pengambilan keputusan siswa telah mempertimbangkan tujuan yang akan mereka capai, siswa sudah dapat memilih beberapa alternatif yang ada sesuai dengan bakat dan minatnya, lebih percaya diri dengan rencananya, dan mempunyai keyakinan bahwa keputusannya dapat dipertanggungjawabkan dan optimis akan tercapai cita-citanya.

## **SARAN**

Di bawah ini diberikan beberapa saran untuk orang tua, guru atau pendidik, sekolah dan kepada pihak yang akan melakukan penelitian dengan topik yang sama, yaitu: Kepada Orang tua; Mengingat pentingnya menentukan jurusan yang akan dipilih pada perguruan tinggi nanti yang menentukan masa depan siswa maka diharapkan orang tua dapat membimbing anak dengan baik dalam mengembangkan seluruh aspek pada dirinya secara seimbang. Para orang tua juga hendaknya tidak melepaskan begitu saja putra putrinya dengan tetap memperhatikan perkembangan dan perubahan putra-putrinya terutama potensi dan keinginannya dalam menentukan jurusan. Kepada guru bimbingan konseling; Guru BK agar memberikan layanan informasi yang lebih mendalam mengenai jurusan dan pekerjaan yang akan dipilih siswa kelak. Juga membantu siswa mengenal potensi yang dimiliki agar siswa lebih yakin dan matap dalam mengambil keputusan ketika memilih jurusan di PT. Selain itu bimbingan karier diberikan sebelum siswa mengambil jurusan bukan sebelum memilih fakultas. Guru BK juga disarankan dapat memilih metode yang tepat dalam memberikan bimbingan kepada siswa agar mendapatkan hasil yang maksimal. Kepada sekolah; Hendaknya penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan kepada pihak sekolah dengan harapan sekolah dapat melayani kebutuhan para siswanya dalam memaksimalkan potensi yang dimiliki. Oleh karena itu penyelenggaraan layanan bimbingan, khususnya bimbingan karier secara insentif harus dilakukan agar para siswa dapat memantapkan masa depannya. Kepada Siswa; Sebelum memilih jurusan hendaknya diharapkan siswa aktif mencari informasi tentang berbagai macam pekerjaan yang ada dan yang akan digeluti kelak. Kepada Peneliti; Kepada peneliti yang ingin melakukan penelitian dengan topik yang sama khususnya pada metode penelitian, diharapkan untuk mempersiapkan segala sesuatu terutama waktu, mengingat penelitian dengan metode eksperimen memerlukan waktu yang cukup lama. dan diharapkan pula bagi peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode pengambilan sampel dengan menggunakan *matching* berdasarkan latar belakang kehidupan sosial siswa.

## REFERENSI ATAU DAFTAR PUSTAKA

- Basori, Muh. 2004. *Paket Bimbingan Perencanaan dan Pengambilan Keputusan Karier bagi Siswa SMU*. Malang: Universitas Negeri Malang
- Dillard, J. M. (1985). *Life Long Career Planning*. Ohio: A Bell & Howell Company. Dody
- Eliasa, Eva Imania. 2011. *Permainan Dalam Bimbingan dan Konseling*. Makalah. Yogyakarta. MGBK
- Gunawan, yusuf. 2001. *Pengantar Bimbingan dan Konseling Buku Panduan Mahasiswa*. Jakarta: Prenhallindo.
- Hadi, Sutrisno, 2004. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset
- Kansil, C.S.T dan Kansil, Christine. S.T. 1997. *Melangkah Keperguruan Tinggi*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling kelompok ( Dasar dan Profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Santrock, John W. 2002. *Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga
- Siagian, Sondang P. 1990. *Teori dan Praktek Pengambilan keputusan*. Jakarta: Haji Masagung.
- SPSS, 16,00 for windows. Program
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sukardi, Dewa Ketut. 1994. *Tes Dalam Konseling Karier*. Jakarta: Bali Aksara
- Toharin. 2007. *Bimbingan dan Konseling Di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Thompson, C. L. & Henderson, D. A. (2007). *Counseling children, seventh edition*. Thompson Brooks/Cole. Amerika Serikat.
- Winkel, WS dan MM. Sri Hastuti. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institutsi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.

Winkel, WS dan MM. Sri Hastuti. 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institutsi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.