

## **BOARDGAME SEBAGAI MEDIA KONSELING UNTUK MELATIH SELF REFLECTION**

**Oleh: Irwanto Gani**

Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam  
Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Alauddin Makassar  
bangwawanku@gmail.com

### **Abstrak;**

*Fun is a fundamental principle of play. Through play we can inspire players to think about the situation they are in and what they can do about it, which will help in the process of self-reflection. To produce self-reflection, the characters in the game must have a relationship with the player so that the feelings experienced by the player can be reflected. This research uses a qualitative approach to find out facts in the field regarding the ability to self-reflect using board games.*

**Kata Kunci :** Board Game, Self Reflection, Counseling

### **PENDAHULUAN**

Board game adalah istilah umum untuk permainan yang dimainkan dengan menempatkan, memindahkan, atau menghapus potongan di papan dan yang menggunakan format permainan di mana potongan dipindahkan dengan cara tertentu di papan yang ditandai dengan pola. Contoh permainan papan termasuk catur, monopoli, dan ular tangga. Penelitian yang melibatkan catur, yang dimainkan oleh dua pemain di papan dengan 64 kotak hitam putih dan 16 buah untuk setiap pemain telah memberikan kontribusi pada pengembangan teori psikologi kognitif, (Charness N, 1992). Sebagaimana metaanalisis yang dilakukan oleh Burgoyne dkk (2016), menunjukkan bahwa keterampilan catur secara signifikan dan berkorelasi positif dengan empat kemampuan kognitif yakni: penalaran, pemahaman-pengetahuan, memori jangka pendek, dan kecepatan pemrosesan.

Di bidang kedokteran psikosomatik, permainan papan terkadang dianggap sebagai kegiatan santai, dan keterlibatan seseorang dalam aktivitas ini telah terbukti melindungi seseorang dalam penyakit demensia dan penurunan kognitif pada individu lanjut usia (Akbaraly TN, dkk, 2009).

Dalam hal pendidikan, permainan papan dapat membantu anak-anak belajar untuk mengikuti aturan dan tetap duduk untuk waktu tertentu, dan dapat meningkatkan tingkat konsentrasi anak-anak, (Riggs AE & Young AG, 2016). Untuk siswa dan peserta pelatihan,

penggunaan permainan papan bagi siswa dapat meningkatkan psikis dengan merangsang minat dan motivasi pemain.

Sulistyawati (dalam Eliasa EI, 2022) menyatakan bahwa masih banyak guru yang masih menggunakan metode ceramah dalam menyampaikan materi pengabdian, sehingga siswa menjadi kurang tanggap terhadap isi materi. Senada dengan itu, Sulistyawati menunjukkan bahwa guru BK di Yogyakarta masih memiliki kompetensi pedagogik yang kurang, terutama dalam penguasaan media pembelajaran dalam menyampaikan materinya di sekolah. Hal ini seharusnya tidak terjadi karena siswa akan kurang tertarik namun tidak mengetahui materi ketika guru tidak memiliki kemampuan mengajar yang baik dan tidak merancang dan memanfaatkan fasilitas di sekitarnya. Oleh karena itu, teknik yang mendorong untuk memberikan dukungan kepada siswa untuk mengarah pada konsentrasi yang lebih baik dalam belajar hampir tidak diperlukan. Dari beberapa metode pembelajaran yang dapat dilakukan, Permainan merupakan salah satu yang mengandung aspek kreativitas sehingga dapat meningkatkan minat dan motivasi siswa dalam belajar.

Para ahli menyatakan definisi yang berbeda tentang bermain game dan game itu sendiri dalam pandangan yang berbeda. Menurut Santrock (2006) bermain adalah suatu kegiatan yang menyenangkan yang dilakukan untuk kepentingan kegiatan itu sendiri. Erikson dan Freud (Santrock, 2006) berpendapat bahwa bermain merupakan salah satu bentuk adaptasi manusia yang berguna dalam membantu anak mengatasi kekhawatiran dan konflik. Senada dengan pendapat tersebut, Piaget (Santrock, 2006) menganggap bermain sebagai metode yang meningkatkan kognitif mental anak. Hurlock (1997) berpendapat bahwa bermain adalah suatu kegiatan yang dilakukan berdasarkan beberapa kesenangan dan tanpa mengandalkan hasil. Aktivitas bermain dilakukan secara sukarela, tanpa paksaan atau tekanan dari orang lain.

Prinsip dasar sebuah permainan yakni harus memiliki nilai hiburan, yaitu harus menyenangkan untuk dimainkan, dan tidak hanya fokus pada informasi. Oleh karena itu permainan harus memiliki pengalaman menghibur dengan basis informasi, selain itu terdapat aspek *self-help*. Kesenangan seseorang akan menjadi fokus dalam sebuah permainan dan idenya adalah untuk menginspirasi para pemain untuk berpikir tentang situasi mereka dan apa yang dapat mereka lakukan tentang situasi tersebut, hal ini akan membantu dalam proses merefleksikan diri. Untuk menghasilkan refleksi diri maka karakter dalam permainan harus memiliki hubungan dengan pemain sehingga perasaan yang dialami oleh pemain dapat direfleksikan, (Hansson Aneer, S. 2017). Pentingnya pemain terlibat/terhubung secara emosional dengan karakter yang dimainkan agar pemain dapat merenungkan mengapa hal itu terjadi, bagaimana mengatasinya dan mungkinkah mengatasinya.

Dalam menghadapi kurikulum merdeka belajar sudah semestinya Guru BK sebagai pendidik hendaknya selalu mencari ilmu dan wawasan yang lebih dalam rangka membantu peserta didik dalam mengembangkan dan mengaktualisasikan dirinya. Kenyataannya, masih belum banyak guru yang memanfaatkan sumber daya yang ada di sekitarnya untuk

memberikan pelayanan yang mengesankan. Mereka masih menggunakan metode kuliah di kelas, sedangkan metode ini, bagaimanapun, kurang disukai karena monoton dan kurang memberikan kesempatan kepada siswa untuk bergerak dan berekspresi. Mereka kemudian menjadi bosan dengan kegiatan bimbingan dan konseling. Kondisi ini harus segera diatasi agar dapat memberikan pelayanan yang lebih baik kepada mereka. Oleh karena itu, guru bimbingan dan konseling harus kreatif dalam mengatur dan mengelola kelasnya agar dapat menghasilkan materi yang dapat diterima oleh siswa. Salah satu metode yang dapat diterapkan adalah dengan permainan papan.

Vygotsky menjelaskan dalam Teori sosial bahwa bermain adalah alat untuk bersosialisasi. Dengan bermain dengan anak lain, kemampuan memahami perasaan, gagasan dan kebutuhan orang lain yang menjadi dasar kemampuan sosial akan tumbuh dan berkembang dengan baik. Saat bermain, mereka mengungguli kemampuan normal mereka. Piaget juga menemukan bahwa bermain dimulai dari bermain dengan diri sendiri sampai bermain dalam kerjasama menunjukkan adanya perkembangan sosial.

## **METODE**

Dalam proses pengumpulan data, metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif. Pendekatan ini digunakan untuk mengetahui fakta di lapangan secara mendalam mengenai kemampuan refleksi diri, manfaat dari boardgame, dimana data tersebut akan digunakan tidak hanya sebagai fakta lapangan, tetapi juga untuk membantu trik perancangan board game.

Data yang dianalisis berasal dari sumber tertulis dan tidak tertulis, dimana sumber tertulis berasal dari semua informasi dalam bentuk tertulis, dalam hal ini adalah pernyataan yang berisi penelitian dari seorang ahli yang diterbitkan dari berbagai sumber kepustakaan. Sedangkan sumber tidak tertulis berupa penelitian lebih lanjut mengenai hal tersebut dengan melakukan wawancara dan eksplorasi lebih lanjut terhadap sasaran dan pihak-pihak yang terkait, seperti guru dan orang tua.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Board Game Untuk Refleksi Diri**

#### *Permainan Catur*



Catur yang kelihatannya sederhana sebenarnya menyimpan makna simbolik yang tidak sepele. Makna itu tercermin dari aktor-aktor yang dimainkan dalam papan catur dan aturan permainan. Pengaturan aktor-aktor dalam catur merupakan refleksi atas kehidupan sosial masyarakat Eropa abad pertengahan. Dalam catur terdapat 6 aktor, yakni King (Raja), Queen (Patih/Ster), Bishop (Menteri), Knight (Kuda/Ksatria), Castle (Benteng), dan Pawn (Pion). Jumlah Pion paling banyak, yakni 8 untuk masing-masing pihak. Untuk Benteng, Kuda, dan Menteri, masing-masing berjumlah dua. Sedangkan Ratu dan Raja masing-masing satu. Setiap aktor itu mewakili suatu golongan atau kelas masyarakat yang berbeda dengan berbagai atribut dan konsekuensi sosial yang berbeda pula.

Masyarakat abad pertengahan Eropa memberikan nama untuk 6 aktor papan catur untuk mencerminkan kehidupan sosial mereka saat itu yang terdiri dari kelas-kelas sosial. Dimulai dari kelas paling bawah, pion adalah aktor pertama. Pion merupakan simbol untuk buruh dan budak. Jumlah pion jauh lebih banyak dari aktor yang lain. Ini menunjukkan jumlah orang di kelas bawah jauh lebih banyak dari kelas atas (piramida sosial). Pion tidak memiliki keleluasaan bergerak, hanya ada satu langkah maju dan tidak ada langkah mundur maupun ke samping. Ini mencerminkan bagaimana buruh dan budak tidak memiliki kebebasan.

Dalam formasi awal, pion selalu diletakkan berderet di depan aktor-aktor yang lain. Selain itu dalam strategi permainan, pion juga sering dikorbankan demi aktor lain dan demi mencapai kemenangan. Ini menggambarkan bagaimana buruh dan budak selalu dikorbankan untuk kepentingan kelas atas. Era Abad Pertengahan memang merupakan masa paling kelam bagi buruh dan budak itu. Di masa itu, kehidupan sangat tidak adil terhadap mereka. Dianggap tidak lebih dari sekedar hak milik (property), mereka bisa diperjualbelikan.

Aktor kedua adalah Benteng. Di sini benteng tidak mewakili golongan masyarakat, tapi lebih merupakan simbol untuk rumah atau tempat perlindungan. Aktor ketiga adalah Kuda atau Ksatria yang mewakili tentara profesional. Tugas utamanya adalah menjaga orang-orang dari kelas atas, terutama Raja dan Ratu. Jika dibutuhkan, Kuda ini setiap saat bisa dikorbankan untuk kepentingan Raja dan Ratu, bahkan Menteri.

Aktor keempat adalah Menteri (Bishop). Penerjemahan Bishop sebagai Menteri sebenarnya kurang tepat mengingat arti sebenarnya dari Bishop adalah uskup. Bishop ini mewakili otoritas agama atau dalam konteks Eropa Abad Pertengahan adalah gereja. Di masa itu, Bishop dianggap lebih tinggi ketimbang tentara. Gereja menggenggam dominasi atas kehidupan sosial masyarakat, dan mereka merupakan aktor sosial yang kaya dan powerful. Karena itu tak heran jika dalam catur Bishop memiliki jangkauan langkah yang jauh.

Aktor berikutnya adalah Ratu. Aktor ini merupakan perwakilan satu-satunya dari kalangan perempuan. Namun demikian, dia sangat powerful. Jangkauan langkahnya paling jauh dan peranannya paling menonjol. Ini menggambarkan bagaimana seorang ratu sebenarnya secara tersembunyi memiliki peran sangat besar atas percaturan sosial dan politik di masyarakat Abad Pertengahan. Dalam banyak hal, Raja banyak dipengaruhi oleh Ratu

dalam mengambil kebijakan-kebijakan publik. Bahkan acap kali Ratu juga turut berperan penting dalam konstelasi perpolitikan kerajaan.

Aktor terakhir dan terpenting adalah Raja. Actor inilah yang menentukan kalah menangnya pertandingan. Jika Raja mati, permainan selesai, dan pihak yang kehilangan Raja kalah. Demikian juga, di era Abad Pertengahan, jika seorang raja sudah menyerah terhadap serangan kerajaan lain, maka tamatlah riwayat kerajaannya. Karena itu merupakan kepentingan semua orang, mulai kalangan paling bawah hingga atas, untuk melindungi Sang Raja. Meski dia aktor paling penting, namun ternyata dia bukan aktor paling powerful. Langkah yang dimilikinya hanya satu langkah ke segala arah.

### *Refleksi Kehidupan dalam Game of Life*



Refleksi dari permainan ini menggambarkan tentang dinamika kehidupan manusia, diantaranya sebagai berikut:

a. Tentang pilihan kuliah atau langsung bekerja

Pada permainan ini mengajarkan bahwa kuliah memang butuh biaya dan waktu, tapi bisa membuka kesempatan karier yang lebih cerah. Tetapi jika tidak bisa melanjutkan kuliah juga bukan berarti masa depan pasti lebih suram. Kalau terampil dan beruntung, kita bisa dapat penghasilan yang tidak kalah besar. Dan di masa depan juga masih ada kesempatan untuk kuliah dan mengubah karier.

b. Tentang pilihan berkeluarga

Berkeluarga (dalam game ini berkeluarga = punya anak) juga adalah sebuah pilihan. Tapi walaupun memilih untuk punya anak, belum tentu juga kita memiliki anak. Semua tergantung rezeki yang Allah berikan. Punya anak juga jalannya jadi lebih panjang (dalam kehidupan, berarti ada tanggung jawab lebih), tetapi dipertandingan ini, anak memiliki value-nya sendiri. Dalam game ini memang anak dinilai dengan uang, tapi dalam kehidupan yang sebenarnya, value dari anak tentunya berbeda, lebih ke cinta dan kebahagiaan.

c. Tentang pilihan berisiko

Dalam permainan ini terdapat pilihan Safe Road/Risky Route, dalam hal ini bisa mengajarkan tentang konsep high risk high return.

d. Tentang pinjaman berbunga

Permainan ini juga mengajarkan tentang kesempatan pinjam uang ke bank, dari permainan ini kita dapat memperoleh penjelasan tentang hutang dan bunga pinjaman, tentang kenapa kalau bayar hutang jadi lebih mahal daripada uang yang kita terima.

e. Tentang kesuksesan

Point yang paling disukai oleh para pemain adalah menang/sukses. Melalui game ini, dapat mengajarkan bahwa kehidupan tidak harus seperti balapan. Yang menang di game ini bukan yang finish terlebih dahulu. Yang menang adalah yang memiliki uang paling banyak. Permainan ini mengajarkan bahwa pemenang bukanlah mereka yang lulus, nikah, kerja, punya anak, lalu pensiun duluan. Pemenang adalah mereka yang sepanjang perjalanan banyak mengambil 'action', banyak memilih opsi yang tepat buat hidupnya, dan tentu juga ada faktor keberuntungan (dalam hal ini kita mengajarkannya sebagai rezeki dari Allah).

*Board Game Karaeng Pattingaloang*



Setiap Murid memiliki karakteristik masing-masing terkait dengan gaya belajar, murid memiliki kecenderungan gaya belajar visual, audio, dan kinestetik. Ditambah kondisi sosial mereka dengan latar belakang pekerjaan orang tua yang dominan seperti petani, nelayan, pedagang, dan *driver*. Hal ini mempengaruhi peserta didik dalam menghadapi pembelajaran di sekolah. Dengan metode permainan ini peserta didik dapat diajarkan mengenal 4 jenis karakter/profesi yaitu pedagang, petani, pelaut dan panglima. Permainan ini dimainkan oleh 4 orang dan masing-masing wajib memilih masing-masing satu kartu karakter, dan masing-masing karakter harus mengumpulkan pengetahuan yang terkait dengan karakter yang dimiliki.

Tugas guru dalam permainan ini adalah memberikan pertanyaan reflektif seperti, "Pelaut, butuh apa?", "Kenapa pelaut butuh teropong?", "Bagaimana cara menggunakan teropong, kamu tahu langkah-langkah memakai teropong yang baik?". Jawaban dari peserta didik nantinya akan menjadi pertanyaan bersambung yang akan menstimulan pengetahuan

peserta didik yang bersifat reflektif. Pertanyaan yang dimunculkan oleh guru disebut sebagai *contextual learning* murid.

Dengan permainan *board game*, guru melakukan pendekatan *student centered learning* bukan lagi *teacher centered learning*. Selain itu dengan permainan tersebut, telah menghasilkan 2 model pembelajaran, yaitu *discovery learning*, siswa menemukan dan membangun sendiri pengetahuannya serta *contextual learning* karena berhubungan langsung dengan kehidupan murid sehari-hari.

Dari permainan tersebut secara tidak langsung murid sudah mengonstruksi pengetahuan tentang apa saja yang dibutuhkan oleh karakter tertentu, dan bagaimana langkah atau cara dalam melakukan atau menggunakan sesuatu. Pada akhir permainan guru meminta peserta didik untuk merefleksikan diri jika mereka menjadi salah satu dari keempat profesi tersebut, apa yang harus mereka ketahui dan pelajari.

### **Manfaat Bermain Board Game**

Bermain board game bukan hanya sekedar permainan yang menghibur tetapi lebih dari itu. Permainan papan, dan bagi banyak orang dapat menghubungkan mereka dengan orang-orang sekitar bahkan mengajarkan mereka menyusun kerangka-kerangka pengetahuan serta merefleksikan permainan tersebut kedalam kehidupan nyata. Berikut secara detail manfaat dari board game:

- *Bermain board game membuat orang lebih dekat, memperkuat hubungan, dan dapat membantu Anda bertemu orang baru.*  
Permainan papan bisa untuk dua atau lebih pemain. Dasar dari permainan papan adalah kerjasama. Hal ini membutuhkan pemain untuk terlibat dengan kerja tim. Ini adalah cara yang sempurna untuk menghabiskan waktu dan memperkuat ikatan dengan orang lain.
- *Bermain board game meningkatkan fungsi otak.*  
Bermain adalah latihan untuk otak Anda. Bermain merangsang area otak yang bertanggung jawab untuk pembentukan memori dan proses berpikir kompleks untuk segala usia. Terlibat dalam permainan membantu dalam melatih keterampilan kognitif penting, seperti pengambilan keputusan, pemikiran strategis tingkat tinggi, dan pemecahan masalah.
- *Bermain board game mengajarkan cara menetapkan tujuan dan bersabar.*  
Menang membutuhkan strategi dan kesabaran. Dalam lingkungan yang bahagia, hal-hal ini dipelajari dengan cara yang bebas stres dan menantang tetapi menyenangkan.
- *Bermain board game sangat bagus untuk mengurangi stres.*  
Efek samping dari permainan papan adalah tawa. Ini adalah salah satu bahan penting untuk pengalaman belajar yang menyenangkan dan meningkatkan kreativitas. Juga, tertawa dan bersenang-senang secara umum membantu mengurangi stres.
- *Bermain board game meningkatkan kreativitas dan kepercayaan diri.*

Bermain permainan papan adalah kesempatan sempurna untuk terhubung dan terbuka; itu juga membantu untuk menampilkan sisi kreatif kepribadian dengan cara yang tidak mengganggu, yang dapat bermanfaat bagi individu yang pendiam. Permainan papan adalah alat yang luar biasa untuk anak-anak pemalu dan orang dewasa yang pemalu. Bermain membantu mereka mengembangkan rasa individualitas dan kreativitas yang lebih kuat, (Pat. S, 2019).

### **Trik Membangun *Board Game* Edukasi**

Membangun sebuah permainan bukanlah hal yang sulit, cukup dengan membuat permainan menarik dan menyenangkan. Tetapi lain hal jika permainan tersebut digunakan sebagai media edukasi, dibutuhkan perencanaan yang baik sehingga permainan tersebut memberikan nilai edukasi. Berikut trik membangun boardgame yang baik:

- *Tentukan Brainstorming*

Hal pertama yang dilakukan dalam membangun boardgame yaitu tentukan ide pokok dari game tersebut, tentukan tujuan, permasalahan yang ingin diselesaikan, atau alur sebuah kondisi kehidupan nyata, kemudian tentukan jenis game yang akan dibangun.

- *Buat Sketsa*

Setelah menentukan ide dan jenis permainan Langkah selanjutnya adalah membuat sketsa papan dan mencoba mencari tahu aturannya. Mencari tahu tampilan dan aturan permainan papan akan memberi kemampuan untuk membuat permainan papan yang sempurna dengan hati-hati. Sketsa juga dapat bertindak sebagai panduan selama tahap menyatukan potongan-potongan ide.

- *Cetak Papan*

Tidak semua permainan papan membutuhkan papan seperti Catur, beberapa diantaranya dicetak pada kertas, papan, atau bahkan dibuat dalam bentuk digital

- *Buat alat yang mewakili pemain*

Dibutuhkan potongan-potongan benda seperti dadu, pion atau kartu sebagai alat yang mewakili pemain atau kartu sebagai penjelasan dalam setiap permainan. Kartu bias buatan tangan ataupun kartu yang dicetak semenarik mungkin.

- *Uji Coba Permainan*

Pengujian diperlukan untuk mengetahui error pada permainan atau miskomunikasi pada saat permainan berlangsung. Hal ini dilakukan agar alur permainan dan aturan-aturan yang ditetapkan berlaku adil kepada semua pemain, (Frank Caparo, 2022).

### **KESIMPULAN**

Permainan papan atau board game adalah sebuah permainan yang dimainkan diatas lembaran atau papan dengan merapkan alur permainan layaknya alur sebuah kejadian nyata. Boardgame dapat digunakan sebagai media pembelajaran untuk merefleksikan diri. Beberapa permainan yang dapat digunakan yakni permainan catur, *game of life*, boardgame Karaeng

Patingaloang. Boardgame memiliki manfaat untuk membangun hubungan social, membangun kreatifitas, mengurangi stress, dan mengajarkan cara merencanakan dan menetapkan tujuan. Terdapat 5 langkah sederhana dalam membangun boardgame yaitu, tentukan ide dasarnya, buat sketsa, cetak papannya, buat kartu atau pionnya, dan lakukan uji coba.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Hansson Aneer, S. 2017. Social Insecurity & Games: Games for self-reflection. BLH (Blekinge Tekniska Hogskola)
- Charness N. The impact of chess research on cognitive science. *Psycho Res.* 1992; 54: 4–9.
- Burgoyne AP, Sala G, Gobet F, Macnamara BN, Campitella G, Hambrick DZ. The relationship between cognitive ability and chess skill: a comprehensive meta-analysis. *Intelligence.* 2016; 59: 72–83.
- Akbaraly TN, Portet F, Fustinoni S, Dartigues JF, Artero S, Rouaud O, Touchon J, Ritchie K, Berr C. Leisure activities and the risk of dementia in the elderly: results from the three-city study. *Neurology.* 2009; 73: 854–61
- Riggs AE, Young AG. Developmental changes in children's normative reasoning across learning contexts and collaborative roles. *Dev Psychol.* 2016; 52: 1236–46.
- Eva Imania Eliasa. 2022. Games as A Method Of Creativity In Guidance And Counseling. Guidance and Counselling Department, Faculty of Education Sciences, Yogyakarta State University
- Santrock. (2006). Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup. Jakarta: PT Erlangga
- Frank caparo. <https://www.instructables.com/Build-your-Own-Board-Game/> diakses pada tanggal 9 Oktober 2022
- Pat S. 2019. Benefits of Playing Board Games. <https://buckslib.org/benefits-of-playing-board-games/> diakses pada tanggal 9 Oktober 2022