



PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KLASIKAL MENGGUNAKAN COOPERATIVE GAMES (TEAM BUILDING) TERHADAP PENINGKATAN KOHESIVITAS KELOMPOK SISWA DI KELAS X SMA NEGERI 1 SELONG

M. Alpian Wahyudi^{1*}, Baiq Mahyatun², Maulidiana Zain³

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Hamzanwadi, Indonesia
Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Hamzanwadi, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

✉ **Email Korespondensi:** muhammadalpianwahyudi@gmail.com

ABSTRAK

Kohesivitas kelompok merupakan aspek penting dalam mendukung kerja sama, komunikasi, rasa kebersamaan, dan keterikatan antarsiswa dalam proses interaksi di kelas. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih rendahnya kohesivitas kelompok pada sebagian siswa kelas X.10 SMA Negeri 1 Selong yang ditunjukkan melalui kurangnya kerja sama, komunikasi, rasa kebersamaan, dan keterikatan antaranggota kelompok. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan klasikal menggunakan cooperative games (team building) terhadap peningkatan kohesivitas kelompok siswa. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen dan desain pre-experimental one group pretest-posttest. Subjek penelitian terdiri atas 32 siswa kelas X.10 SMA Negeri 1 Selong yang dipilih menggunakan teknik nonprobability sampling jenis sampling insidental. Data dikumpulkan menggunakan Angket Kohesivitas Kelompok yang disusun berdasarkan aspek-aspek kohesivitas menurut Forsyth dan dianalisis menggunakan SPSS versi 27 melalui uji normalitas Shapiro-Wilk dan Paired Sample t-Test. Hasil uji normalitas menunjukkan data pretest dan posttest berdistribusi normal dengan nilai signifikansi masing-masing 0,320 dan 0,504. Hasil Paired Sample t-Test menunjukkan nilai $t = -24,166$ dengan Sig. (2-tailed) = 0,000 < 0,05, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah pemberian layanan. Dengan demikian, layanan bimbingan klasikal menggunakan cooperative games (team building) berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kohesivitas kelompok siswa kelas X.10 SMA Negeri 1 Selong.

Kata Kunci: *Bimbingan Klasikal, Cooperative games, Team building, Kohesivitas Kelompok*

ABSTRACT

Group cohesiveness is an important aspect in supporting cooperation, communication, a sense of togetherness, and interpersonal bonds among students during classroom interactions. This study was motivated by the relatively low level of group cohesiveness among some students in class X.10 of SMA Negeri 1 Selong, as indicated by limited cooperation, communication, sense of togetherness, and attachment among group members. This study aimed to determine the effect of classical guidance services using cooperative games (team building) on improving students' group cohesiveness. The study employed a quantitative approach with an experimental method and a pre-experimental one-group pretest-posttest design. The participants were 32 students of class X.10 at SMA Negeri 1 Selong selected through nonprobability sampling using incidental sampling. Data were collected using a Group Cohesiveness Questionnaire developed based on the dimensions of cohesiveness proposed by Forsyth and analyzed using SPSS version 27 through the Shapiro-Wilk normality test and Paired Sample t-Test. The normality test results indicated that the pretest and posttest data were normally distributed, with significance values of 0.320 and 0.504, respectively. The Paired Sample t-Test showed a t-value of -24.166 with a Sig. (2-tailed) value of $0.000 < 0.05$, indicating a significant difference between the scores before and after the intervention. Therefore, classical guidance services using cooperative games (team building) had a significant effect on improving the group cohesiveness of students in class X.10 at SMA Negeri 1 Selong.

Keywords: Classical Guidance, Cooperative games, Team building, Group Cohesiveness

PENDAHULUAN

Kohesivitas kelompok merupakan salah satu aspek penting dalam dinamika kelompok karena berkaitan dengan kekuatan ikatan yang menghubungkan anggota satu sama lain dan dengan kelompoknya secara keseluruhan. Dalam konteks pendidikan, kohesivitas menjadi penting karena siswa tidak hanya menjalani proses pembelajaran secara individual, tetapi juga berinteraksi, bekerja sama, dan menyelesaikan berbagai tugas dalam lingkungan kelas. Forsyth (2010) menjelaskan bahwa kohesivitas kelompok berkaitan dengan kekuatan yang mempertahankan keterikatan anggota terhadap kelompok dan mencakup aspek sosial, tugas, persepsi atau perasaan terhadap kelompok, serta emosional. Keempat aspek tersebut menunjukkan bahwa kohesivitas tidak hanya berkaitan dengan kedekatan antarindividu, tetapi juga dengan kemampuan kelompok dalam membangun hubungan sosial, mencapai tujuan bersama, membentuk persepsi positif terhadap kelompok, dan mengembangkan keterikatan emosional antaranggotanya.

Kohesivitas kelompok yang baik diperlukan untuk menciptakan lingkungan kelas yang mendukung perkembangan sosial siswa. Kelompok yang kohesif ditandai oleh adanya daya tarik interpersonal, kebersamaan, komitmen terhadap tujuan bersama, serta perasaan memiliki terhadap kelompok (Forsyth, 2010). Kohesivitas juga berkaitan dengan kepuasan anggota, dukungan sosial, komitmen, dan efektivitas kelompok. Utami et al., (2019) menunjukkan bahwa kohesivitas dapat memperkuat komitmen anggota terhadap tujuan kelompok dan mendukung kinerja kelompok ketika norma yang berkembang dalam kelompok mengarah pada produktivitas. Dengan demikian, rendahnya kohesivitas dapat menjadi persoalan yang perlu mendapat perhatian dalam perkembangan sosial siswa karena lemahnya hubungan dan keterikatan antarsiswa dapat menghambat terciptanya kerja sama dan suasana kelas yang kondusif.

Permasalahan kohesivitas tersebut ditemukan pada siswa kelas X.10 SMA Negeri 1 Selong. Berdasarkan hasil identifikasi awal yang dilakukan peneliti, kondisi kelas menunjukkan adanya sekat sosial antarsiswa. Siswa cenderung berinteraksi dalam kelompok pertemanan tertentu dan terdapat kelompok-kelompok yang relatif eksklusif. Kondisi tersebut diperkuat oleh informasi dari ketua kelas yang menyatakan bahwa siswa cenderung hanya mau bekerja sama dengan teman dalam kelompok pertemanannya, sedangkan guru Bimbingan dan Konseling mengungkapkan bahwa siswa kelas X.10 cenderung terkotak-kotak dalam bergaul dan berinteraksi serta memiliki kepedulian sosial yang masih rendah. Kondisi tersebut menunjukkan adanya persoalan pada interaksi sosial, kerja sama, dan keterikatan antarsiswa yang merupakan bagian penting dari kohesivitas kelompok.

Permana et al., (2024) menjelaskan bahwa interaksi yang intensif, kepercayaan antaranggota, dan keselarasan tujuan bersama merupakan faktor yang berperan dalam pembentukan kohesivitas kelompok. Tanpa interaksi yang bermakna dan rasa saling percaya, anggota kelompok akan mengalami kesulitan dalam membangun solidaritas. Dalam konteks kelas X.10, kondisi berupa keterkotak-kotakan dalam pergaulan dan rendahnya kepedulian sosial menunjukkan bahwa proses pembentukan hubungan yang lebih menyatu antarsiswa masih perlu diperkuat. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tidak hanya memberikan pemahaman secara verbal, tetapi juga memberikan pengalaman langsung kepada siswa untuk berinteraksi dan bekerja sama.

Bimbingan dan Konseling memiliki posisi strategis dalam membantu siswa mencapai perkembangan yang optimal, termasuk perkembangan sosial. Salah satu layanan yang dapat digunakan untuk menjangkau siswa dalam lingkup kelas adalah bimbingan klasikal. Bimbingan klasikal merupakan layanan yang dirancang secara terencana untuk memberikan bantuan kepada siswa dalam lingkup kelas dan memungkinkan terjadinya interaksi langsung antara guru Bimbingan dan Konseling dengan siswa. Benardy et al., (2024) menjelaskan bahwa bimbingan klasikal dapat digunakan untuk mendorong interaksi langsung dalam lingkungan kelas. Fleksibilitas layanan tersebut juga memungkinkan guru Bimbingan dan Konseling menggunakan strategi dan metode yang bervariasi sesuai dengan kebutuhan siswa (Ningtyas et al., 2025; Nisa et al., 2024).

Penggunaan metode yang variatif dalam bimbingan klasikal menjadi penting ketika permasalahan yang dihadapi berkaitan dengan interaksi dan dinamika kelompok. Layanan yang hanya mengandalkan penyampaian materi secara verbal berpotensi membatasi kesempatan siswa untuk mengalami secara langsung proses komunikasi dan kerja sama. Oleh sebab itu, layanan bimbingan klasikal dapat dikembangkan melalui aktivitas yang bersifat partisipatif, interaktif, dan memberikan pengalaman langsung kepada siswa. Salah satu alternatif yang relevan dengan karakteristik tersebut adalah *cooperative games* (*team building*).

Cooperative games merupakan aktivitas permainan yang menekankan kerja sama dan interaksi timbal balik antarpeserta tanpa menempatkan persaingan sebagai tujuan utama. Nisrina et al., (2025) menjelaskan bahwa *cooperative games* dapat mendukung perkembangan komunikasi, empati, kerja sama, dan pengelolaan emosi. Sementara itu, *team building* merupakan aktivitas kelompok yang melibatkan kolaborasi antaranggota untuk mencapai target tertentu (Maulidia & Rahman, 2021). Budiyo dan Abbas (2024) memandang *team building* sebagai serangkaian kegiatan terencana yang diarahkan untuk

memahami fungsi kelompok dan melakukan perubahan guna meningkatkan kerja sama serta efektivitas tim. Dengan demikian, *cooperative games* dapat menjadi salah satu pendekatan yang digunakan dalam aktivitas *team building* untuk memperkuat hubungan sosial dan kerja sama antarsiswa.

Karakteristik *cooperative games (team building)* memiliki keterkaitan yang kuat dengan aspek-aspek kohesivitas kelompok. Aktivitas tersebut menekankan saling ketergantungan positif, tanggung jawab bersama, pencapaian tujuan bersama tanpa persaingan, serta terciptanya lingkungan sosial yang suportif dan aman secara psikologis (Oktaviana & Yani, 2026). Saling ketergantungan positif mendorong siswa memahami bahwa keberhasilan kelompok membutuhkan kontribusi setiap anggota, sedangkan tanggung jawab bersama mengarahkan siswa untuk terlibat secara aktif dalam pencapaian tujuan. Prinsip tersebut sejalan dengan kohesivitas tugas yang menekankan keterikatan anggota terhadap tujuan kelompok. Di sisi lain, komunikasi, dukungan, dan interaksi selama permainan dapat memperkuat kohesivitas sosial, sementara pengalaman bersama dalam suasana yang positif dapat mendukung terbentuknya persepsi dan keterikatan emosional terhadap kelompok.

Penggunaan permainan dalam layanan Bimbingan dan Konseling juga telah didukung oleh sejumlah penelitian terdahulu. Amalia et al., (2023) menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal menggunakan permainan simulasi dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa. Luthfiyanti et al., (2020) menemukan bahwa teknik *simulation games* dalam layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan manajemen waktu belajar siswa. Noperiyanti dan Hasibuan, (2025) menunjukkan bahwa *cooperative games* dalam layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan keterampilan sosial siswa. Paramesthi et al., (2022) menemukan bahwa teknik permainan dalam layanan bimbingan kelompok efektif meningkatkan keterampilan komunikasi antarpribadi siswa. Sementara itu, Oktaviana dan Yani, (2026) menunjukkan bahwa program *team building* berbasis *cooperative* dapat digunakan dalam pengembangan kognisi sosial siswa dan upaya mengatasi stres. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa permainan memiliki potensi sebagai media layanan yang mendorong keterlibatan aktif, komunikasi, kerja sama, dan perkembangan sosial siswa.

Meskipun penelitian mengenai permainan dalam layanan Bimbingan dan Konseling telah berkembang, masih terdapat celah penelitian yang relevan untuk dikaji. Berdasarkan telaah penelitian terdahulu dalam skripsi ini, sebagian penelitian menggunakan format bimbingan kelompok dan memusatkan perhatian pada variabel perkembangan yang berbeda, seperti kepercayaan diri, manajemen waktu belajar, keterampilan sosial, komunikasi interpersonal, dan kognisi sosial. Sementara itu, penerapan *cooperative games* tipe *team building* dalam layanan bimbingan klasikal yang secara khusus diarahkan pada peningkatan kohesivitas kelompok siswa masih terbatas. Skripsi ini secara eksplisit mengidentifikasi celah tersebut, terutama karena kohesivitas dalam satu kelas berperan dalam menciptakan rasa aman dan nyaman bagi keberlangsungan proses pembelajaran.

Celah tersebut menunjukkan pentingnya penelitian yang mengintegrasikan *cooperative games (team building)* ke dalam layanan bimbingan klasikal dengan sasaran peningkatan kohesivitas kelompok. Penggunaan permainan memberikan pengalaman langsung kepada siswa untuk berinteraksi, berkomunikasi, saling membantu, menyelesaikan tugas bersama, dan membangun kepercayaan. Proses tersebut secara konseptual sejalan dengan faktor-faktor pembentuk kohesivitas berupa interaksi,

kepercayaan, keselarasan tujuan, kerja sama, serta keterikatan antaranggotanya (Forsyth, 2010; Permana et al., 2024). Penelitian Risqi dan Arsila (2021) juga menjadi relevan karena menunjukkan pentingnya interaksi dan komunikasi dalam membangun hubungan sosial siswa, sedangkan temuan mengenai *cooperative games* memperlihatkan bahwa pengalaman kolaboratif dapat menciptakan lingkungan yang lebih suportif dan mendukung perkembangan sosial.

Dengan demikian, *cooperative games (team building)* tidak ditempatkan sekadar sebagai permainan untuk menciptakan suasana layanan yang menyenangkan, tetapi sebagai aktivitas terstruktur yang dirancang untuk memberikan pengalaman sosial kepada siswa. Melalui aktivitas tersebut, siswa diarahkan untuk mengalami secara langsung proses saling ketergantungan, tanggung jawab bersama, komunikasi, kerja sama, dan pencapaian tujuan kelompok. Proses tersebut relevan dengan empat aspek kohesivitas menurut Forsyth (2010), sehingga penggunaan *cooperative games (team building)* dalam bimbingan klasikal memiliki landasan teoritis dan empiris untuk dikaji sebagai alternatif dalam meningkatkan kohesivitas kelompok siswa.

Berdasarkan permasalahan empiris di kelas X.10 SMA Negeri 1 Selong, landasan teoritis mengenai kohesivitas, serta celah penelitian mengenai penggunaan *cooperative games (team building)* dalam layanan bimbingan klasikal, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan klasikal menggunakan *cooperative games (team building)* terhadap peningkatan kohesivitas kelompok siswa di kelas X SMA Negeri 1 Selong.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *pre-experimental* dengan bentuk *one group pretest-posttest* design. Rancangan ini digunakan karena penelitian bertujuan membandingkan kondisi kohesivitas kelompok siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Pada desain ini, satu kelompok diberikan pengukuran awal (*pretest*), kemudian memperoleh perlakuan, dan selanjutnya diberikan pengukuran akhir (*posttest*) (Sugiyono, 2025). Desain penelitian dapat digambarkan sebagai O_1-X-O_2 , dengan O_1 sebagai *pretest*, X sebagai perlakuan berupa layanan bimbingan klasikal menggunakan *cooperative games (team building)*, dan O_2 sebagai *posttest*. Desain *pre-experimental* tidak menggunakan kelompok kontrol dan belum melakukan pengendalian variabel luar secara ketat, sehingga perubahan skor sebelum dan sesudah perlakuan digunakan untuk melihat perubahan pada variabel yang diteliti (Sugiyono, 2025).

Subjek/Partisipan: Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X SMA Negeri 1 Selong. Populasi merupakan keseluruhan subjek yang menjadi sasaran penelitian, sedangkan sampel merupakan bagian dari populasi yang digunakan sebagai sumber data penelitian (Amin et al., 2023). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah nonprobability sampling dengan jenis sampling insidental. Menurut Sugiyono (2025), sampling insidental merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu subjek yang ditemui secara insidental dapat dijadikan sampel apabila dipandang sesuai sebagai sumber data. Berdasarkan teknik tersebut, subjek penelitian terdiri atas 32 siswa kelas X.10 SMA

Negeri 1 Selong yang ditetapkan sebagai kelompok eksperimen dan memperoleh perlakuan berupa layanan bimbingan klasikal menggunakan *cooperative games (team building)*.

Instrumen Penelitian: Instrumen pengumpulan data berupa Angket Kohesivitas Kelompok yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori kohesivitas kelompok (Forsyth, 2010). Konstruk instrumen mencakup empat aspek, yaitu kohesivitas sosial, kohesivitas tugas, kohesivitas perasaan atau persepsi, dan kohesivitas emosional. Keempat aspek tersebut digunakan sebagai dasar penyusunan kisi-kisi yang memuat indikator dan item pernyataan sehingga setiap aspek kohesivitas dapat terwakili dalam instrumen penelitian. Pengukuran menggunakan skala Likert dengan empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Instrumen awal terdiri atas 36 pernyataan yang mencakup 18 item favorable dan 18 item unfavorable. Pada item favorable, skor diberikan dari 4 untuk SS sampai 1 untuk STS, sedangkan pada item unfavorable skor diberikan secara terbalik. Penggunaan skala Likert tersebut mengikuti prinsip pengukuran sikap, pendapat, dan persepsi responden terhadap suatu fenomena sosial (Sugiyono, 2025).

Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen: Sebelum digunakan pada subjek penelitian, instrumen diuji cobakan kepada 31 siswa kelas X.4 SMA Negeri 1 Selong menggunakan bantuan SPSS versi 27. Uji validitas item dilakukan dengan teknik Pearson Product Moment. Pengambilan keputusan dilakukan dengan membandingkan nilai r hitung dengan r tabel pada taraf signifikansi 5%. Dengan jumlah responden uji coba sebanyak 31 siswa, diperoleh $df = N - 2 = 29$ dan r tabel sebesar 0,367. Item dinyatakan valid apabila r hitung $> r$ tabel dan nilai Sig. (2-tailed) $< 0,05$. Hasil uji terhadap 36 item menunjukkan bahwa 34 item memenuhi kriteria validitas, sedangkan dua item, yaitu item nomor 8 dan 15, dinyatakan tidak valid sehingga tidak digunakan dalam penelitian.

Reliabilitas instrumen diuji menggunakan koefisien Cronbach's Alpha melalui SPSS versi 27. Hasil pengujian memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,957 pada 36 item, yang dalam hasil penelitian dikategorikan memiliki reliabilitas sangat tinggi. Setelah dua item tidak valid dikeluarkan, instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian terdiri atas 34 item.

Teknik Analisis Data: Analisis data dilakukan setelah seluruh data dari responden terkumpul. Tahap analisis meliputi pengelompokan data berdasarkan variabel, tabulasi skor, penyajian data, serta perhitungan statistik untuk menjawab tujuan penelitian dan menguji hipotesis (Sugiyono, 2025). Seluruh pengolahan data dilakukan menggunakan SPSS versi 27.

Uji Normalitas: Uji normalitas dilakukan sebelum pengujian hipotesis untuk mengetahui apakah data memiliki distribusi yang memenuhi asumsi analisis parametrik (Nuryadi et al., 2017). Karena jumlah subjek penelitian sebanyak 32 siswa, uji normalitas dilakukan menggunakan Shapiro-Wilk. Pengambilan keputusan didasarkan pada nilai signifikansi; apabila nilai Sig. $> 0,05$, data dinyatakan berdistribusi normal dan dapat dilanjutkan pada analisis parametrik (Setyawan, 2021).

Uji Hipotesis: Setelah asumsi normalitas terpenuhi, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan Paired Sample t-Test. Uji ini digunakan untuk membandingkan rata-rata dua hasil pengukuran yang berhubungan pada subjek yang sama, yaitu skor *pretest* dan *posttest* (Handayani et al., 2025). Dasar pengambilan keputusan menggunakan nilai Sig. (2-tailed). Apabila Sig. (2-tailed) $< 0,05$, H_0 ditolak dan H_1 diterima.

sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah perlakuan; sebaliknya, apabila Sig. (2-tailed) > 0,05, H_0 diterima dan H_1 ditolak (Indiarto & Pujosusanto, n.d.).

Tahapan Analisis: Tahapan analisis data meliputi (a) pengumpulan data *pretest* dan *posttest* menggunakan Google Form; (b) tabulasi skor kohesivitas kelompok; (c) pengujian normalitas menggunakan Shapiro-Wilk dengan bantuan SPSS versi 27; (d) pengujian hipotesis menggunakan Paired Sample t-Test; dan (e) interpretasi hasil berdasarkan nilai signifikansi untuk menjawab tujuan penelitian. Pemilihan tahapan tersebut disesuaikan dengan desain penelitian dan karakteristik data yang diperoleh dari pengukuran berpasangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan klasikal menggunakan *cooperative games (team building)* terhadap peningkatan kohesivitas kelompok siswa kelas X.10 SMA Negeri 1 Selong. Data penelitian diperoleh melalui pengukuran tingkat kohesivitas kelompok sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberikan perlakuan. Subjek penelitian berjumlah 32 siswa.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Persentase Skor Rata-Rata *Pretest* dan *Posttest* Kohesivitas Kelompok

Variabel / Indikator Utamanya	N	Persentase (%)
Kohesivitas Siswa (<i>Pretest</i>)	32	67,41%
Kohesivitas Siswa (<i>Posttest</i>)	32	93,13%

Berdasarkan Tabel 1, skor kohesivitas kelompok siswa sebelum diberikan layanan menunjukkan nilai persentase skor rata-rata *pretest* sebesar 67,41%. Setelah diberikan intervensi berupa layanan bimbingan klasikal menggunakan *cooperative games (team building)*, persentase naik menjadi 93,13%. Dengan demikian, secara deskriptif menunjukkan terdapat peningkatan yang signifikan kohesivitas kelompok setelah siswa memperoleh layanan.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas (*Shapiro-Wilk*)

Data	Statistik Shapiro-Wilk	Df	Sig.
<i>Pretest</i>	0,962	32	0,320
<i>Posttest</i>	0,970	32	0,504

Berdasarkan Tabel 2, nilai signifikansi Shapiro-Wilk pada data *pretest* sebesar 0,320 dan pada data *posttest* sebesar 0,504. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga data *pretest* dan *posttest* dinyatakan berdistribusi normal. Dengan terpenuhinya asumsi normalitas, data selanjutnya dianalisis menggunakan statistik parametrik melalui Paired Sample t-Test.

Tabel 3. Hasil Paired Sample t-Test

Perbandingan	Mean Difference	T	df	Sig. (2-tailed)
<i>Pretest</i> (91,69)- <i>Posttest</i> (126,66)	34,97	-24,166	31	0,000

Berdasarkan Tabel 3, rata-rata skor meningkat dari 91,69 pada *pretest* menjadi 126,66 pada *posttest* dan diperoleh nilai mean difference sebesar 34,97. Hasil pengujian juga menunjukkan nilai t sebesar -24,166 tanda negatif menunjukkan bahwa rata-rata skor *posttest* lebih tinggi daripada rata-rata skor *pretest*, dengan derajat kebebasan (df) 31 dan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Karena nilai Sig. (2-tailed) $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian, terdapat perbedaan yang signifikan antara skor kohesivitas kelompok siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan klasikal menggunakan *cooperative games (team building)*.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa skor kohesivitas kelompok siswa mengalami peningkatan setelah pemberian layanan. Rata-rata skor meningkat dari 91,69 pada *pretest* menjadi 126,66 pada *posttest*, sedangkan hasil Paired Sample t-Test menunjukkan perbedaan yang signifikan dengan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Hasil tersebut menjadi dasar untuk pembahasan mengenai pengaruh layanan bimbingan klasikal menggunakan *cooperative*

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kohesivitas kelompok siswa setelah memperoleh layanan bimbingan klasikal menggunakan *cooperative games (team building)*. Secara deskriptif, persentase rata-rata skor kohesivitas meningkat dari 67,41% pada *pretest* menjadi 93,12% pada *posttest*. Hasil tersebut diperkuat oleh Paired Sample t-Test yang menghasilkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara skor kohesivitas kelompok sebelum dan sesudah pemberian layanan. Temuan ini menunjukkan bahwa perubahan kondisi kohesivitas pada kelompok penelitian tidak hanya terlihat dari peningkatan skor secara deskriptif, tetapi juga didukung oleh hasil pengujian statistik.

Secara teoritis, temuan tersebut dapat dijelaskan melalui konsep kohesivitas kelompok (Forsyth, 2010). Kohesivitas merupakan kekuatan yang mengikat anggota kelompok dan mempertahankan keterlibatan mereka dalam kelompok. Dalam konteks penelitian ini, kohesivitas tercermin melalui empat aspek, yaitu sosial, tugas, persepsi atau perasaan, dan emosional. Keempat aspek tersebut berkaitan dengan bagaimana siswa membangun hubungan interpersonal, bekerja sama dalam menyelesaikan tujuan kelompok, membentuk pandangan positif terhadap kelompok, serta mengembangkan keterikatan emosional dengan anggota kelompok. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa aktivitas *cooperative games (team building)* menyediakan pengalaman langsung yang relevan dengan proses pembentukan keempat aspek tersebut.

Pada aspek sosial, *cooperative games (team building)* memberikan ruang kepada siswa untuk berinteraksi secara langsung dengan anggota kelas. Permainan yang dilakukan secara berkelompok menuntut siswa untuk berkomunikasi, merespons anggota lain, dan terlibat dalam aktivitas bersama. Kondisi tersebut penting terutama karena permasalahan awal pada kelas X.10 menunjukkan adanya kecenderungan siswa berinteraksi dalam kelompok pertemanan tertentu dan adanya sekat sosial antarsiswa. Melalui permainan kooperatif, siswa memperoleh pengalaman berinteraksi dengan anggota yang berbeda sehingga kesempatan untuk membangun hubungan sosial menjadi lebih luas. Dengan demikian, aktivitas permainan dapat menjadi sarana untuk mengurangi keterbatasan interaksi dan memperkuat hubungan sosial antarsiswa.

Pada aspek tugas, peningkatan kohesivitas dapat dipahami melalui karakteristik permainan yang mengharuskan siswa mencapai tujuan secara bersama-sama. Setiap anggota memiliki kontribusi dalam menyelesaikan tantangan permainan sehingga keberhasilan tidak hanya ditentukan oleh kemampuan individu. Situasi tersebut mendorong siswa untuk melakukan koordinasi, membagi peran, saling membantu, dan bertanggung jawab terhadap pencapaian tujuan kelompok. Pengalaman tersebut sesuai dengan konsep kohesivitas tugas karena siswa tidak hanya berada dalam kelompok yang sama, tetapi juga mengalami secara langsung ketergantungan terhadap kontribusi anggota lain dalam mencapai tujuan bersama. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian bahwa *cooperative games (team building)* memberikan pengalaman kepada siswa untuk bekerja sama dan menyelesaikan tugas bersama.

Pada aspek persepsi atau perasaan terhadap kelompok, pengalaman positif selama permainan dapat membantu siswa membentuk penilaian yang lebih positif terhadap anggota dan kelompoknya. Ketika siswa berhasil menyelesaikan suatu tantangan melalui kerja sama, pengalaman tersebut dapat memperkuat keyakinan bahwa anggota lain mampu memberikan kontribusi dan bahwa kelompok dapat menjadi tempat untuk mencapai tujuan bersama. Proses tersebut penting bagi kelas yang sebelumnya menunjukkan kecenderungan terbentuknya kelompok-kelompok kecil. Interaksi lintas kelompok selama permainan memberikan pengalaman yang memungkinkan siswa melihat anggota kelas tidak hanya berdasarkan kedekatan pertemanan, tetapi juga berdasarkan kemampuan mereka untuk bekerja sama dan memberikan dukungan dalam kelompok.

Pada aspek emosional, permainan kooperatif menciptakan pengalaman bersama yang melibatkan keterlibatan dan respons emosional siswa. Aktivitas yang dilakukan dalam suasana yang menyenangkan memberikan kesempatan kepada siswa untuk berbagi pengalaman, menghadapi tantangan bersama, dan merasakan keberhasilan kelompok secara kolektif. Pengalaman tersebut dapat memperkuat rasa kebersamaan dan keterikatan antarsiswa. Dengan demikian, peningkatan kohesivitas tidak semata-mata terbentuk melalui frekuensi interaksi, tetapi juga melalui pengalaman emosional yang positif dan dirasakan bersama oleh anggota kelompok. Skripsi ini juga menempatkan rasa kebersamaan dan keterikatan sebagai salah satu hasil penting dari pelaksanaan *cooperative games (team building)*.

Temuan penelitian ini selanjutnya dapat dijelaskan melalui karakteristik layanan bimbingan klasikal. Bimbingan klasikal diberikan kepada siswa dalam satu kelas secara sistematis dan memungkinkan guru Bimbingan dan Konseling mengembangkan berbagai aktivitas yang melibatkan partisipasi siswa. Dalam penelitian ini, layanan tidak hanya digunakan sebagai media penyampaian materi, tetapi dipadukan dengan aktivitas permainan yang menuntut keterlibatan aktif siswa. Hal tersebut membuat siswa memperoleh pengalaman sosial secara langsung selama layanan berlangsung. Dengan demikian, bimbingan klasikal menjadi wadah pelaksanaan intervensi, sedangkan *cooperative games (team building)* menjadi aktivitas yang memfasilitasi proses interaksi dan kerja sama yang relevan dengan pembentukan kohesivitas.

Temuan penelitian ini memiliki kesesuaian dengan penelitian Amalia et al., (2023) mengenai layanan bimbingan klasikal menggunakan permainan simulasi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Kesamaan kedua penelitian terletak pada penggunaan permainan dalam layanan bimbingan klasikal sebagai sarana untuk meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses layanan. Meskipun variabel yang

diteliti berbeda, hasil penelitian tersebut memberikan dukungan bahwa aktivitas permainan dapat digunakan dalam layanan klasikal untuk mendorong perubahan pada aspek perkembangan siswa. Dalam penelitian ini, aktivitas permainan diarahkan secara lebih spesifik pada interaksi dan kerja sama antarsiswa sehingga perubahan yang diamati berfokus pada kohesivitas kelompok.

Hasil penelitian juga sejalan dengan penelitian Luthfiyanti et al., (2020) yang menggunakan teknik *simulation games* dalam layanan bimbingan kelompok. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa teknik permainan dapat digunakan sebagai bagian dari intervensi Bimbingan dan Konseling untuk membantu perkembangan siswa. Kesamaan tersebut memperlihatkan bahwa permainan dapat berfungsi sebagai pengalaman belajar yang aktif, bukan hanya sebagai kegiatan rekreatif. Perbedaannya terletak pada bentuk layanan dan variabel sasaran; penelitian ini menggunakan layanan bimbingan klasikal dan mengarahkan aktivitas permainan pada peningkatan kohesivitas kelompok siswa.

Kesesuaian yang lebih langsung terlihat pada penelitian Noperiyanti dan Hasibuan (2025) mengenai penggunaan *cooperative games* untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa. Keterampilan sosial dan kohesivitas memiliki hubungan konseptual karena keduanya melibatkan proses interaksi, komunikasi, kerja sama, dan kemampuan menyesuaikan diri dalam hubungan kelompok. Penggunaan *cooperative games* memberikan kesempatan kepada siswa untuk mempraktikkan kemampuan tersebut secara langsung. Temuan penelitian ini memperluas konteks tersebut dengan menunjukkan bahwa aktivitas kooperatif tidak hanya relevan terhadap keterampilan sosial, tetapi juga dapat dikaitkan dengan peningkatan kohesivitas kelompok ketika diterapkan dalam layanan bimbingan klasikal.

Penelitian Paramesthi et al., (2022) mengenai efektivitas teknik permainan terhadap keterampilan komunikasi antarpribadi juga mendukung temuan penelitian ini. Komunikasi merupakan salah satu proses yang memungkinkan anggota kelompok bertukar informasi, memahami kebutuhan anggota lain, melakukan koordinasi, dan menyelesaikan tugas bersama. Dalam *cooperative games*, siswa memperoleh kesempatan untuk melakukan komunikasi secara langsung dalam situasi yang menuntut kerja sama. Oleh karena itu, peningkatan kohesivitas yang ditemukan dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai hasil dari pengalaman interaksi yang tidak hanya melibatkan keberadaan siswa dalam kelompok, tetapi juga keterlibatan aktif mereka dalam proses komunikasi dan koordinasi.

Temuan penelitian Oktaviana dan Yani (2026) mengenai program *team building* berbasis *cooperative* juga memberikan dukungan terhadap hasil penelitian ini. Penggunaan pendekatan *team building* menempatkan kerja sama sebagai bagian utama dari aktivitas kelompok. Dalam penelitian ini, prinsip yang sama diterapkan melalui *cooperative games*, yaitu siswa diarahkan untuk menghadapi tantangan secara bersama dan mencapai tujuan kelompok. Kesamaan tersebut memperlihatkan bahwa aktivitas *team building* memiliki relevansi dengan pengembangan proses sosial dalam kelompok. Perbedaannya, penelitian ini secara khusus mengukur perubahan pada kohesivitas kelompok siswa melalui layanan bimbingan klasikal.

Jika kelima penelitian tersebut dibandingkan, dapat dilihat bahwa penelitian terdahulu telah menunjukkan manfaat permainan dalam berbagai aspek perkembangan siswa, seperti kepercayaan diri, manajemen waktu belajar, keterampilan sosial, komunikasi antarpribadi, dan kognisi sosial. Penelitian ini memiliki posisi yang lebih spesifik karena mengintegrasikan *cooperative games (team building)* ke dalam

layanan bimbingan klasikal dan menggunakan kohesivitas kelompok sebagai variabel sasaran. Dengan demikian, penelitian ini melengkapi penelitian terdahulu dengan memberikan bukti empiris mengenai penggunaan aktivitas kooperatif untuk menangani persoalan kohesivitas dalam satu kelas.

Temuan penelitian juga memiliki relevansi dengan kondisi empiris kelas X.10 SMA Negeri 1 Selong. Permasalahan awal berupa keterbatasan interaksi, kecenderungan terbentuknya kelompok-kelompok kecil, serta rendahnya kepedulian sosial membutuhkan strategi yang memungkinkan siswa mengalami interaksi lintas kelompok secara langsung. *Cooperative games (team building)* menyediakan kondisi tersebut karena keberhasilan permainan menuntut siswa untuk bekerja bersama, berkomunikasi, dan memberikan kontribusi. Dengan demikian, perlakuan yang diberikan memiliki keterkaitan langsung dengan permasalahan yang menjadi dasar penelitian, bukan sekadar memberikan materi mengenai pentingnya kerja sama.

Secara keseluruhan, hasil penelitian memperlihatkan bahwa peningkatan kohesivitas kelompok dapat dipahami melalui keterkaitan antara karakteristik *cooperative games (team building)* dan aspek-aspek kohesivitas menurut (Forsyth, 2010). Interaksi dan komunikasi mendukung aspek sosial; kerja sama dan tujuan bersama mendukung aspek tugas; pengalaman bekerja dengan anggota yang beragam dapat membangun persepsi positif terhadap kelompok; sedangkan pengalaman bersama dalam suasana yang positif dapat memperkuat aspek emosional. Hubungan tersebut menunjukkan bahwa permainan dalam penelitian ini memiliki fungsi sebagai pengalaman kelompok yang memungkinkan siswa mempraktikkan secara langsung perilaku yang menjadi dasar terbentuknya kohesivitas.

Dengan demikian, hasil penelitian memberikan dukungan empiris bahwa layanan bimbingan klasikal yang dipadukan dengan *cooperative games (team building)* dapat digunakan sebagai salah satu alternatif strategi dalam membantu meningkatkan kohesivitas kelompok siswa. Temuan ini sekaligus memperkuat pemanfaatan aktivitas permainan dalam layanan Bimbingan dan Konseling sebagai media yang mendorong partisipasi aktif, kerja sama, komunikasi, dan keterikatan sosial. Namun, interpretasi hasil tetap perlu ditempatkan sesuai dengan desain penelitian *one group pretest-posttest*, sehingga peningkatan yang ditemukan menunjukkan perubahan signifikan setelah perlakuan pada kelompok penelitian, tetapi belum dapat dipisahkan sepenuhnya dari kemungkinan pengaruh faktor luar karena penelitian tidak menggunakan kelompok kontrol.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan klasikal menggunakan *cooperative games (team building)* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kohesivitas kelompok siswa kelas X.10 SMA Negeri 1 Selong. Hal tersebut ditunjukkan oleh adanya peningkatan rata-rata skor kohesivitas kelompok dari 91,69 pada *pretest* menjadi 126,66 pada *posttest*, serta hasil Paired Sample t-Test yang memperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kohesivitas kelompok siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan. Peningkatan tersebut berkaitan dengan karakteristik *cooperative games (team building)* yang memberikan pengalaman langsung kepada siswa untuk berinteraksi, berkomunikasi, bekerja sama, membangun persepsi positif terhadap kelompok, serta mengembangkan

rasa percaya dan keterikatan emosional antarsiswa. Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan karena menggunakan desain pre-experimental one-group *pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol, melibatkan subjek yang terbatas pada satu kelas dengan jumlah 32 siswa, serta pelaksanaan perlakuan yang terbatas pada beberapa kali pertemuan sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas. Selain itu, pengumpulan data menggunakan angket bergantung pada kejujuran dan kondisi subjektif responden ketika memberikan jawaban. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain eksperimen dengan kelompok kontrol, melibatkan jumlah dan karakteristik subjek yang lebih beragam, serta mengembangkan variasi *cooperative games (team building)* dan waktu pelaksanaan yang lebih panjang untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitasnya dalam meningkatkan kohesivitas kelompok siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Universitas Hamzanwadi yang telah memberikan dukungan akademik dan administratif selama pelaksanaan penelitian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Badan Perencanaan Pembangunan, Penelitian dan Pengembangan Daerah (BAPPEDA) Kabupaten Lombok Timur yang telah memberikan dukungan dan izin penelitian. Selanjutnya, penulis menyampaikan terima kasih kepada SMA Negeri 1 Selong yang telah memberikan izin, dukungan, dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian serta membantu proses pengumpulan data sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, N. R., Setiyowati, A. J., & Nuswantari, M. (2023). Layanan bimbingan klasikal menggunakan permainan simulasi untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas x di sma brawijaya smart school. *Jurnal Mipa dan Pembelajarannya*, 3(11). <https://doi.org/10.17977/um067.v3.i11.2023.4>
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep umum populasi dan sampel dalam penelitian. *Jurnal Pilar: Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 14(1), 15–31.
- Benardy, D. C. S., Pratanti, A. D., Halmahera, A. D. S., & Huda, S. (2024). Pelaksanaan bimbingan klasikal yang berpihak pada peserta didik: tinjauan terhadap metode, praktik dan tantangan. *Quanta Journal (Kajian Bimbingan dan Konseling Dalam Pendidikan)*, 8(2), 149–161. <https://doi.org/https://doi.org/10.22460/quanta.v8i2.4767>
- Budiyono, S., & Abbas, N. (2024). Pengaruh budaya organisasi, kerja tim, dan profesionalisme terhadap organizational citizenship behavior guru madrasah aliyah negeri surakarta jawa tengah. *Bulletin of Community Engagement*, 4(2). <https://attractivejournal.com/index.php/bce/>
- Forsyth, D. R. (2010). *Group dynamics* (fifth edit). Wadsworth, Cengage Learning.
- Handayani, S., Iskanda, S., & Caturiasari, J. (2025). Pengaruh model cooperative learning tipe jigsaw berbantuan media lapbook terhadap pemahaman konsep kearifan lokal. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10, 536–552.
- Indiarto, P. N. P., & Pujosusanto, A. (n.d.). *Hasil belajar keterampilan membaca bahasa jerman dengan metode scramble peserta didik sma negeri 1 mojosari kelas x semester 2*.
- Luthfiyanti, U., Supardi, & Setiawan, A. (2020). Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik simulation games untuk meningkatkan manajemen waktu belajar siswa kelas xii sma negeri 9 semarang. *Pedagogik Jurnal Pendidikan*, 15(2), 27–35.

- Maulidia, A., & Rahman, T. (2021). *Pengaruh team building terhadap productivity melalui safety pada pt x di kabupaten balangan kalimantan selatan*. 4(1), 15–28. <http://jurnal.stiatabalong.ac.id/index.php/JAPB>
- Ningtyas, W. D., Rahmawati, V., & Solekah, V. (2025). *Efektivitas strategi game based learning untuk meningkatkan antusiasme dan keaktifan siswa dalam layanan bimbingan klasikal*. 193–203.
- Nisa, F., Sumaryani, R., & Hariyadi, S. (2024). Efektivitas bimbingan klasikal metode game-based learning berbasis digital dalam meningkatkan efikasi diri siswa. *Jurnal Konseling Indonesia (JKI)*, 9(2), 69–76. <https://doi.org/https://doi.org/10.21067/jki.v9i2.10183>
- Nisrina, N., Sa'adah, M. A., & Mulyani. (2025). Optimalisasi peran guru pendamping khusus (gpk) dalam menerapkan permainan kooperatif untuk meningkatkan keterampilan sosial anak dengan autism spectrum disorder (asd) di sd islam al madani banjarbaru. *Jurnal Pendidikan dan Keguruan*, 3(6), 540–551.
- Noperiyanti, Y., & Hasibuan, A. D. (2025). Group guidance with cooperative games to improve social skills in junior high school students. *Journal of general education and humanities*, 4(3), 1147–1159. <https://doi.org/https://doi.org/10.58421/gehu.v4i3.620>
- Nuryadi, Astuti, T. D., Utami, E. S., & Budiantara, M. (2017). *Dasar-dasar statistik penelitian* (1st ed.). Sibuku Media. https://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/id/eprint/6667/1/Buku-Ajar_Dasar-Dasar-Statistik-Penelitian.pdf
- Oktaviana, R., & Yani, S. (2026). Implementasi program team building berbasis cooperative dalam upaya mengatasi stres dan meningkatkan kognisi sosial pada siswa kelas xi di sma negeri 5 palembang. *Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia*, 7(1), 206–213. <https://doi.org/https://doi.org/10.35870/jpni.v7i1.1763>
- Paramesthi, A., Suryanti, H. H. S., & Jawandi, A. (2022). Efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik permainan terhadap keterampilan komunikasi antar pribadi siswa kelas x mipa 1 sma negeri colomadu. *MEDI Kons: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 69–76. <https://ejurnal.unisri.ac.id/index.php/mdk>
- Permana, D., Budiman, D., Anira, & Putri, W. (2024). Analisis kuantitatif faktor-faktor kohesi dalam tim olahraga anak-anak: implikasi praktis dalam pendidikan olahraga. *Jurnal Penjakora*, 11(1), 24–32.
- Risqi, F., & Arsila, S. P. (2021). Melatih tingkat kepercayaan diri, kohesivitas, serta kecerdasan emosi siswa pada cabang olahraga sepakbola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1), 66–71. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jpji.v17i1.40385>
- Setyawan, D. A. (2021). *Petunjuk praktikum uji normalitas & homogenitas data dengan spss* (1st ed.). Tahta Media Group. [https://poltekkes-solo.ac.id/cni-content/uploads/modules/attachments/20210902152251-2-Buku Petunjuk Praktikum Uji Normalitas dan Homogenitas Data.pdf](https://poltekkes-solo.ac.id/cni-content/uploads/modules/attachments/20210902152251-2-Buku%20Petunjuk%20Praktikum%20Uji%20Normalitas%20dan%20Homogenitas%20Data.pdf)
- Sugiyono. (2025). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d* (sutopo (ed.); edisi kedua). Alfabeta.
- Utami, P. P., Vioreza, N., Putra, N. L. J., & Sailah, I. (2019). Analisis kohesivitas kelompok, kepuasan kerja dan kemangkiran (absenteeism) terhadap produktivitas kerja guru di smk negeri se-kota bekasi. *Jurnal Visipena*, 10(1), 94–112.