

## Keefektifan Permainan "*Two Truths and A Lie*" Dalam Meningkatkan *Self Awareness*

Mahmud Shofi Ramadhani<sup>1</sup>, Weni Kurnia Rahmawati<sup>2\*</sup>, Nailul Fauziyah<sup>3</sup>

Email: [mahmudshofi754@gmail.com](mailto:mahmudshofi754@gmail.com)

<sup>123</sup> Universitas PGRI Argopuro Jember, Jawa Timur, Indonesia

### Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan permainan "*two truths and a lie*" dalam meningkatkan *self awareness*. *Self-awareness* atau kesadaran diri merupakan kemampuan seseorang untuk memahami diri sendiri secara mendalam, baik dari segi emosi, pikiran, maupun tindakan. Permainan *Two Truths and a Lie* adalah sebuah permainan sosial yang sering digunakan untuk pengenalan atau membangun keakraban dalam kelompok. Dalam permainan ini, setiap peserta bergantian menyampaikan tiga pernyataan tentang dirinya. Dua dari pernyataan tersebut harus benar (kebenaran) dan satu pernyataan harus salah (kebohongan). Peserta lain harus menebak pernyataan mana yang merupakan kebohongan. Dengan menggunakan "*Two Truths and a Lie*," siswa dapat lebih mengenal satu sama lain, yang merupakan langkah awal yang penting dalam proses bimbingan dan konseling. Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen, yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas dari perlakuan permainan *Two Truths and a Lie* terhadap *Self-awareness* siswa. Dalam penelitian ini, desain yang digunakan adalah *One Group Pretest-Posttest Design*, di mana hasil kemampuan anak diukur sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan yang signifikan dalam *Self-awareness* siswa setelah diberikan permainan *Two Truths and a Lie*. Pengujian statistik menggunakan *uji Wilcoxon* mengindikasikan ada peningkatan *Self-awareness* siswa. Pada positive ranks dalam uji tersebut, sebanyak 12 siswa menunjukkan peningkatan *Self-awareness* dari pretest ke posttest. Selain itu, tidak terdapat penurunan pada *Self-awareness* siswa.

**Kata Kunci:** Permainan, *Self-Awareness*, *Two Truths and A Lie*.

### Abstract

*The purpose of this study was to determine the effectiveness of the game "two truths and a lie" in increasing self-awareness. Self-awareness is a person's ability to understand oneself deeply, both in terms of emotions, thoughts, and actions. The Two Truths and a Lie game is a social game that is often used for introductions or building intimacy in groups. In this game, each participant takes turns delivering three statements about themselves. Two of the statements must be true (truth) and one statement must be false (lie). The other participants have to guess which statement is a lie. By using "Two Truths and a Lie," students can get to know each other better, which is an important first step in the guidance and counseling process. This study uses an experimental research method, which aims to determine the effectiveness of the Two Truths and a Lie game treatment on students' Self-awareness. In this study, the design used is One Group Pretest-Posttest Design, where the results of children's abilities are measured before and after being given treatment. The results showed that there was a significant increase in students' Self-awareness after being given the Two Truths and a Lie game. Statistical testing using the Wilcoxon test indicated an increase in students' Self-awareness. On positive ranks in the test, 12 students showed an increase in Self-awareness from pretest to posttest. In addition, there was no decrease in students' Self-awareness.*

**Keywords:** Games, *Self-Awareness*, *Two Truths and A Lie*.

## Pendahuluan

Manusia adalah makhluk Tuhan dan mempunyai kelebihan dibandingkan makhluk lainnya. Salah satu kelebihan utama seseorang adalah adanya kecerdasan. Hal inilah yang memungkinkan manusia dapat memilih jalan hidup yang diinginkannya. Manusia dapat memilih niat dan pemikiran apa yang ingin tercermin dalam perkataan dan tindakannya. Niat, pikiran, dan tindakan tersebut dapat dilakukan secara sadar. Inilah yang kita sebut dengan kesadaran diri atau kepekaan. Individu manusia adalah entitas biologis, psikologis, dan sosial yang unik, dengan ciri-ciri yang membedakannya dari orang lain. Dari perspektif biologis, manusia adalah organisme kompleks dengan sistem tubuh yang memungkinkan mereka untuk berpikir, berinteraksi, dan bergerak di lingkungan mereka. Fungsi biologis dasar ini ditingkatkan oleh kemampuan manusia untuk berpikir rasional, memahami emosi, serta berinteraksi secara sosial dalam masyarakat (Eife et al., 2021). Dalam kajian psikologi, individu dipahami sebagai satuan yang terus berkembang melalui kombinasi faktor genetik dan lingkungan.

Secara sosial, manusia merupakan makhluk yang hidup berkelompok dimana interaksi dengan orang lain memegang peranan penting dalam pembentukan identitas dan pengembangan pribadi. Setiap orang tumbuh dalam konteks budaya, nilai-nilai, dan norma sosial yang membentuk Tindakan dan pendapat mereka tentang dunia. Dalam interaksi sosial, manusia berfungsi sebagai makhluk yang hidup bersama dalam kelompok atau komunitas. Hubungan interpersonal dan norma-norma sosial berperan penting dalam pembentukan identitas serta perilaku seseorang. Sebagai makhluk sosial, individu manusia terikat oleh pengaruh lingkungan, termasuk budaya dan nilai-nilai yang berlaku di masyarakat mereka (Mardian et al., 2024; Napitupulu et al., 2022). Oleh karena itu, individu dapat mempertimbangkan interaksi antara factor genetic dan factor lingkungan, seperti pendidikan, pengalaman hidup, dan hubungan sosial.

Dalam konteks biologis, manusia memiliki sistem fisik yang kompleks yang memungkinkan mereka berfungsi sebagai organisme hidup, termasuk kemampuan untuk bergerak, berpikir, dan bereproduksi. Secara psikologis, orang memiliki kemampuan kognitif seperti berpikir rasional, pengambilan keputusan, dan manajemen emosi yang mempengaruhi cara mereka berinteraksi dengan dunia sekitar. Teori kepribadian menyebutkan bahwa perbedaan individu dalam hal emosi dan perilaku dapat dipengaruhi oleh kombinasi antara pengalaman hidup dan faktor biologis bawaan. Selain itu, setiap individu memiliki kesadaran diri (*self-awareness*), yang menjadi elemen penting dalam membangun identitas pribadi dan hubungan dengan orang lain (Carden et al., 2022).

Menurut (Agniarahmah et al., 2023), Kesadaran diri, atau yang dikenal sebagai *self-awareness*, adalah kemampuan seseorang untuk mengenali dan memahami dirinya sendiri serta lingkungan sekitarnya. Kemampuan ini juga mencakup keterampilan dalam membuat keputusan secara mandiri dan memiliki keyakinan terhadap diri sendiri. *Self-awareness* atau kesadaran diri merupakan kemampuan seseorang untuk memahami diri sendiri secara mendalam, baik dari segi emosi, pikiran, maupun tindakan. *Self-awareness* mencakup berbagai aspek, termasuk kemampuan untuk mengenali kondisi internal seperti perasaan, pemikiran, dan respons fisiologis, serta bagaimana semua ini mempengaruhi perilaku seseorang dan dampaknya terhadap orang lain (Carden et al., 2022). Kemampuan ini menjadi landasan penting dalam perkembangan pribadi, karena dengan mengenali diri sendiri, seseorang dapat lebih baik mengelola emosi dan membuat keputusan yang tepat, baik dalam kehidupan pribadi maupun profesional.

Kesadaran diri memegang peran penting dalam pengembangan pribadi dan profesional seseorang. Dengan memahami kelebihan dan kekurangan diri, seseorang dapat mengelola emosi dan respons terhadap berbagai situasi dengan lebih bijaksana. Kemampuan ini membantu individu untuk lebih adaptif dalam menghadapi tantangan serta memperkuat hubungan dengan orang lain. Kesadaran diri juga menjadi fondasi dalam membentuk pola pikir positif yang mendukung pertumbuhan dan pencapaian tujuan. Selain itu, kesadaran diri berkontribusi dalam meningkatkan kualitas pengambilan keputusan. Seseorang yang memiliki pemahaman mendalam tentang dirinya cenderung lebih reflektif dan kritis dalam mengevaluasi berbagai pilihan yang tersedia. Hal ini mendorong individu untuk bertindak sesuai dengan nilai dan prinsip yang diyakininya. Dengan begitu, keputusan yang diambil tidak hanya berdampak baik bagi diri sendiri tetapi juga bagi lingkungan sekitar. Dalam konteks

sosial, kesadaran diri membantu seseorang membangun empati dan memahami perspektif orang lain. Kesadaran akan perasaan dan reaksi diri sendiri menciptakan ruang bagi individu untuk lebih peka terhadap emosi orang lain. Kemampuan ini mendukung terjalannya komunikasi yang lebih efektif dan harmonis dalam berbagai hubungan interpersonal. Sebagai hasilnya, seseorang dapat menjadi pendengar yang lebih baik dan memberikan respons yang tepat dalam interaksi sosial.

Faktor – faktor yang mempengaruhi *self awareness* menurut (Dharmapatni et al., 2024; Kusyairi & Addiarto, 2019), yaitu: 1) Sistem nilai (value system), 2) Cara Pandang (attitude), 3) Perilaku (behavior). Sistem nilai mempengaruhi bagaimana individu menilai diri mereka sendiri dan dunia di sekitarnya. Dalam hal ini prinsip-prinsip moral, agama, dan budaya menjadi landasan penting dalam membentuk kesadaran diri. Selanjutnya Cara pandang adalah sikap individu terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungan. Sikap yang positif terhadap kehidupan meningkatkan kesadaran diri, sedangkan sikap negatif bisa menghambatnya. Perilaku seseorang juga memainkan peran penting dalam *self-awareness*. Bagaimana seseorang bertindak dan bereaksi terhadap situasi dapat mencerminkan tingkat kesadaran diri mereka. Oleh karena itu, kesadaran diri (*self-awareness*) sangat penting bagi setiap orang. Kesadaran diri memungkinkan orang untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang kepribadian dan emosi mereka sendiri. Ini juga membantu orang mengenali emosi yang mereka alami, sehingga membuat perubahan positif dalam hidup mereka. Kesadaran diri membantu seseorang mencapai tujuan hidup yang diinginkan dan melakukan perbaikan berdasarkan harapan dan kebutuhan pribadi.

Salah satu bentuk bantuan yang dapat diberikan adalah layanan bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling merupakan dukungan individu dan kelompok untuk membantu peserta didik berkembang dan mencapai kemandirian yang optimal. Perkembangan ini mencakup empat aspek: pribadi, sosial, akademik dan karir. Melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung, bantuan tersebut diberikan berdasarkan norma-norma yang berlaku untuk membantu siswa mengatasi berbagai tantangan perkembangan (Iqbal et al., 2024; Murni et al., 2024). Pemberian layanan bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu siswa dalam menyelesaikan berbagai permasalahan yang mereka hadapi. Dalam konteks pendidikan, siswa sering kali menghadapi tantangan yang berkaitan dengan aspek pribadi, sosial, belajar, dan karier. Melalui bimbingan dan konseling, siswa dapat mendapatkan dukungan yang mereka butuhkan untuk menghadapi dan mengatasi masalah tersebut secara efektif (Hamzanwadi, 2021). Layanan bimbingan dan konseling juga berperan penting dalam mengatasi hambatan yang dihadapi siswa. Hambatan ini bisa bersifat emosional, sosial, dan akademis. Konsultan membantu siswa mengenali sumber masalah dan strategi desain untuk mengatasi kesulitan-kesulitan ini. Dengan dukungan yang tepat, siswa dapat mengembangkan daya tahan mental dan kemampuan untuk mengatasi hambatan yang mereka hadapi (Putri et al., 2024; Situmeang, 2024).

Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dapat dibantu dengan pelaksanaan suatu permainan. Permainan sendiri merupakan salah satu penunjang pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling. Dengan menggunakan "*Two Truths and a Lie*," siswa dapat lebih mengenal satu sama lain, yang merupakan langkah awal yang penting dalam proses bimbingan dan konseling. Permainan ini membantu menciptakan hubungan yang lebih akrab antara konselor dan siswa, sehingga siswa merasa lebih terbuka untuk berbagi permasalahan dan kekhawatiran mereka. Ketika siswa merasa nyaman, mereka lebih cenderung terlibat dalam sesi konseling dan mengeksplorasi isu-isu yang lebih dalam. Selain itu, permainan ini juga dapat digunakan untuk melatih keterampilan komunikasi dan mendengarkan siswa. Dalam proses menebak pernyataan mana yang salah, siswa dilatih untuk memperhatikan detail dan berkomunikasi dengan cara yang jelas. Ini dapat meningkatkan kemampuan sosial mereka, yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari serta dalam konteks bimbingan dan konseling. Dengan permainan "*Two Truths and a Lie*" ini akan memberikan kesan yang menarik bagi siswa sehingga meningkatkan kemampuan bekerja sama dengan teman – temannya.

## Metode

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan pre-eksperimen. Metode *pre-eksperimen* termasuk dalam kategori eksperimen yang sebenarnya, meskipun belum ada pengambilan sampel secara acak dan kontrol yang memadai terhadap variabel pengganggu yang dapat memengaruhi variabel terikat (Rustamana et al., 2024). Desain yang diterapkan dalam penelitian ini adalah *one-group pre-test dan post-test design*. Dalam desain ini, *pre-test* dilakukan sebelum perlakuan diberikan, dan peneliti akan membandingkan hasil pemberian angket 1 yaitu sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*) dengan hasil pemberian angket 2 yaitu setelah diberikan perlakuan (*post-test*) (Magdalena et al., 2021).

Penelitian dilakukan di SMK Darul Rahmah Jember dengan alasan pemilihan tempat penelitian ini adalah siswa di sekolah ini belum memahami dirinya, belum mandiri, dan kurang percaya diri. Selain itu, mereka kesulitan mengendalikan emosi dan kurang memiliki rasa tanggung jawab terhadap diri sendiri. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di lokasi tersebut dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran diri siswa. Untuk menganalisis data, penelitian ini menggunakan analisis deskripsi kategori yang mencakup skala kesadaran diri siswa. Analisis deskriptif kategori adalah metode yang digunakan untuk menggambarkan dan menganalisis data yang dikelompokkan ke dalam kategori tertentu. Dalam konteks penelitian, analisis ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang jelas tentang karakteristik dan kecenderungan data yang dikumpulkan berupa kesadaran diri siswa. Dalam hal ini, siswa memilih jawaban dan menjawab pertanyaan. Dalam analisis deskriptif ini akan dilihat dari pengkategorian *self awareness* siswa.

**Table 1. Kategorisasi**

Kategori	Rentang
Tinggi	$M + 1SD \leq X$
Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
Rendah	$X < M - 1SD$

(Ivanka & Dinata Saragi, 2023)

Keterangan:

M = Mean

SD = Standar deviasi

## Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha pada 30 butir soal instrumen penelitian menunjukkan nilai sebesar 0,930. Nilai ini termasuk dalam kategori reliabilitas yang sangat tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa instrumen yang digunakan memiliki konsistensi internal yang sangat baik dalam mengukur variabel yang diteliti. Dengan nilai Cronbach's Alpha yang mendekati 1, dapat disimpulkan bahwa butir-butir soal dalam instrumen tersebut saling berkaitan dan mampu memberikan hasil yang konsisten ketika digunakan dalam pengukuran yang berulang. Berikut hasil reliabilitas dari instrument.

**Table 2. Reliabilitas**  
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.930	30

Setelah uji reliabilitas menunjukkan hasil yang sangat baik, langkah selanjutnya adalah melakukan analisis statistik deskriptif terhadap data pretest dan posttest untuk mendapatkan gambaran umum mengenai sebaran skor siswa. Untuk memahami distribusi nilai peserta sebelum dan setelah intervensi dalam penelitian ini, analisis statistik deskriptif digunakan. Nilai terkecil yang diterima peserta pada tahap pretest adalah 55, dan nilai tertinggi adalah 78. Sangat menarik bahwa rata-rata nilai pretest juga sebesar 65,25. Ini dapat menunjukkan bahwa peserta sudah memahami materi yang diuji sejak awal. Post-tes dilakukan setelah intervensi untuk mengevaluasi perubahan dalam pemahaman dan

kemampuan peserta. Pada posttest, nilai terkecil meningkat menjadi 70, dan nilai tertinggi meningkat menjadi 90. Nilai rata-rata juga meningkat secara signifikan menjadi 82,67.

Peningkatan yang terlihat pada hasil posttest menunjukkan adanya efektivitas dari intervensi yang diterapkan dalam penelitian ini. Kenaikan nilai rata-rata sebesar 17,42 poin mencerminkan bahwa sebagian besar peserta mengalami peningkatan pemahaman terhadap materi. Hal ini juga diperkuat dengan menyempitnya rentang nilai antara peserta dengan skor terendah dan tertinggi, yang menunjukkan keseragaman dalam hasil belajar. Dengan demikian, intervensi yang dilakukan dapat dikatakan berhasil dalam meningkatkan capaian akademik peserta. Selain peningkatan nilai rata-rata, distribusi skor posttest menunjukkan bahwa lebih banyak peserta berada pada kategori nilai yang lebih tinggi dibandingkan pretest. Ini menunjukkan bahwa strategi atau metode yang digunakan dalam intervensi mampu menjangkau berbagai tingkat pemahaman siswa. Peserta yang sebelumnya berada pada kategori rendah mampu mengejar ketertinggalan mereka, sementara peserta yang sudah memiliki pemahaman baik semakin meningkatkan kemampuannya. Hal ini memberikan gambaran positif terhadap efektivitas pendekatan yang diimplementasikan. Analisis lebih lanjut terhadap data posttest dapat dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan signifikan secara statistik antara hasil pretest dan posttest. Uji t-paired atau uji Wilcoxon dapat digunakan sebagai metode untuk memastikan bahwa peningkatan yang terjadi bukan merupakan hasil kebetulan semata. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat memberikan bukti yang lebih kuat mengenai dampak positif dari intervensi yang diberikan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa intervensi meningkatkan kemampuan secara keseluruhan siswa. Berikut deskripsi statistic menggunakan SPSS.

**Table 3. Statistic Descriptive Statistics**

	PRE	POS
N	Valid	12
	Missing	0
Mean	65.2500	83.8333
Std. Deviation	8.44366	9.09379
Minimum	55.00	70.00
Maximum	78.00	93.00

Perbandingan antara hasil pretest dan posttest mengindikasikan adanya peningkatan yang signifikan dalam aktivitas siswa dalam belajar. Peningkatan nilai minimum dari 55 menjadi 70 dan nilai maksimum dari 78 menjadi 93 menunjukkan peningkatan kemampuan di seluruh spektrum siswa. Rata-rata nilai yang naik dari 65,25 ke 83,83 memperkuat temuan bahwa intervensi yang diberikan berhasil meningkatkan *self awareness* dalam materi yang diuji. Peningkatan ini tidak hanya mencerminkan kemampuan kognitif siswa, tetapi juga mengindikasikan adanya perkembangan dalam aspek non-kognitif seperti motivasi dan rasa percaya diri. Siswa yang lebih sadar akan kemampuan dan keterbatasan diri cenderung lebih aktif dalam mengikuti proses pembelajaran. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa kesadaran diri dapat mempengaruhi cara seseorang menyerap dan menerapkan informasi baru. Dengan demikian, peningkatan nilai posttest bisa menjadi cerminan dari peningkatan kesadaran diri siswa dalam memahami materi.

Intervensi yang dirancang dalam penelitian ini tampaknya berhasil menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, mendorong siswa untuk lebih terlibat dan fokus selama proses pembelajaran. Kenaikan nilai minimum yang signifikan menunjukkan bahwa siswa dengan kemampuan awal yang lebih rendah pun mampu menunjukkan kemajuan yang berarti. Ini menjadi indikator bahwa metode yang digunakan mampu menjangkau seluruh siswa, bukan hanya mereka yang sudah memiliki pemahaman lebih baik sejak awal. Analisis data menunjukkan bahwa siswa tidak hanya memahami materi, tetapi juga mampu menerapkan pengetahuan yang mereka peroleh secara lebih efektif. Hal ini

terlihat dari peningkatan nilai maksimum yang mencerminkan bahwa siswa dengan performa tinggi mampu mengasah dan mengembangkan potensinya lebih jauh. Peningkatan ini menandakan bahwa intervensi yang diberikan berhasil memperkuat kapasitas siswa dalam berpikir kritis dan memecahkan masalah. Lebih jelasnya nilai pretest dan posttest siswa dapat dilihat pada table di bawah ini.

**Table 4. Nilai *pretest-posttest* siswa**

No	Nama	<i>Pretest</i>	Kategori	<i>Posttest</i>	Kategori
1	AZ	55	Rendah	72	Rendah
2	AK	65	Sedang	92	Sedang
3	BL	56	Rendah	76	Sedang
4	TT	63	Sedang	91	Sedang
5	GP	56	Rendah	77	Sedang
6	RA	67	Sedang	78	Sedang
7	YU	67	Sedang	91	Sedang
8	KT	77	Tinggi	93	Tinggi
9	PG	55	Rendah	70	Rendah
10	AP	78	Tinggi	93	Tinggi
11	SB	72	Sedang	80	Sedang
12	DR	72	Sedang	93	Tinggi

Berdasarkan table 4 yaitu sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*) dengan hasil pemberian angket 2 yaitu setelah diberikan perlakuan (*post-test*), menunjukkan bahwa dari seluruh siswa mengalami peningkatan berdasarkan skor nilai yang diperoleh. Sementara pada kategori yang sesuai rumus pada kategorisasi *self awareness* ((Azwar dalam Ivanka, 2023) juga mengalami peningkatan. Hal ini dilihat dari *pretest* terdapat 33,33 % siswa berada pada kategori rendah mengalami peningkatan kemampuan *self awareness* siswa sehingga menjadi 16,67% siswa pada *posttest*. Pada kategori sedang terdapat 50 % siswa berada pada kategori sedang pada saat *pretest* mengalami peningkatan kemampuan *self awareness* siswa sehingga meningkat menjadi 58,33% siswa pada *posttest*. Pada kategori tinggi terdapat 16,67% siswa berada pada *pretest* mengalami peningkatan menjadi 25% siswa berada pada *posttest*.

Dilihat dari hasil persentase dan kategorisasi ini maka dapat dihasilkan bahwa nilai antara *pre test* dengan *post test* di atas mengalami peningkatan persentase *self awareness* pada seluruh siswa setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan *Two Truths and a Lie*.

**Table 5. Uji Wilcoxon Ranks**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
POS - PRE	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	12 <sup>b</sup>	6.50	78.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	12		

a. POS < PRE

b. POS > PRE

c. POS = PRE

Pada table 5 uji Wilcoxon pada negative Ranks tidak terlihat penurunan yang menunjukkan penurunan pada ke *self awareness* dari *pretest* ke *posttest* tidak ada atau 0 anak. Pada mean ranks juga menunjukkan 0 anak. Pada positive ranks terdapat peningkatan dari *pretest* menuju ke *posttest*. Peningkatan itu terlihat pada table yaitu positive ranks pada seluruh siswa atay 12 anak yang mengalami peningkatan ke *self awareness* menggunakan *Two Truths and a Lie*. Dengan hasil ini menunjukkan terdapat pengaruh yang positif menggunakan permainan *Two Truths and a Lie* terhadap *self awareness* siswa.

**Tabel 6 Test Statistics Uji Wilcoxon Menggunakan SPSS 26**  
**Test Statistics<sup>a</sup>**

	POS - PRE
Z	-3.062 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.002

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan tabel 2 test statistics uji Wilcoxon diperoleh bahwa nilai signifikansi sebesar 0.002. berdasarkan Hasil signifikansi p-value sebesar 0, 002 ( $< 0,05$ ) maka  $H_0$  diterima. Hal ini sesuai pengambilan keputusan bahwa terdapat pengaruh permainan *Two Truths and a Lie* terhadap peningkatan kemampuan *self awareness* siswa. Sehingga dapat disimpulkan bahwa melalui permainan "Two Truths And A Lie" dalam meningkatkan *self awareness* terbilang efektif.

### Penutup

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMK Darul Rahmah Jember dengan melibatkan 12 anak, menunjukkan penggunaan permainan *Two Truths and a Lie* berpengaruh terhadap kemampuan *self awareness* siswa. Pengaruh tersebut ditunjukkan melalui uji Wilcoxon yang menunjukkan tidak adanya penurunan kemampuan menggantung. Pada hasil uji signifikansi dengan nilai p sebesar 0,002 ( $< 0,05$ ), dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara hasil pretest dan posttest dalam kemampuan *self awareness* siswa setelah diberikan perlakuan permainan *Two Truths and a Lie* di SMK Darul Rahmah Jember.

Berdasarkan hasil penelitian ini, beberapa saran yang dapat diusulkan adalah: bagi guru, disarankan untuk memanfaatkan kegiatan permainan *Two Truths and a Lie* sebagai salah satu metode pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan kemampuan *self awareness* siswa. Sedangkan untuk peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan subjek yang berbeda untuk memperluas cakupan penelitian mengenai peningkatan kemampuan *self awareness* siswa.

### Daftar Pustaka

- Agniarahmah, A., Yulia, C., & Stevani, H. (2023). KEEFEKTIFAN MEDIA ULAR TANGGA DALAM MENINGKATKAN SELF AWARENESS. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 8(1), 8–13.
- Carden, J., Jones, R. J., & Passmore, J. (2022). Defining Self-Awareness in the Context of Adult Development: A Systematic Literature Review. *Journal of Management Education*, 46(1), 140–177. <https://doi.org/10.1177/1052562921990065>
- Dharmapatni, N. W. K., Adnyana, I. K. B., Strisanti, I. A. S., Harditya, I. K. B., Damayanti, I. A. M., & Wulansari, N. T. (2024). ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI SELF AWARENESS MASYARAKAT TERHADAP FAKTOR RISIKO PENYAKIT GINJAL KRONIK (PGK) DI BALI. *Journal of TSCNers*, 9(1), 2503–2453. <http://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCNers>
- Eife, G., Mansager, E., & Witte, K. H. (2021). Adlerian Depth Psychotherapy: Intersubjective and Relational Elements. *The Journal of Individual Psychology*, 77(3), 286–304. <https://doi.org/10.1353/jip.2021.0021>
- Hamzanwadi. (2021). Efektifitas Layanan Bimbingan dan Konseling di SLBN Pembina Kota. *AL-IRSYAD: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 267–282. <http://jurnal.iain-padangsidempuan.ac.id/index.php/Irsyad>

- Iqbal, M., Margolang, A. I., Alamsyahdana, A., Nst, R. M. S., & Pras, J. (2024). Implementasi Program Evaluasi Pendidikan (Bimbingan Konseling) di Sekolah Dasar. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 1(12), 299–305. <https://doi.org/10.5281/zenodo.12738754>
- Ivanka, D., & Dinata Saragi, M. P. (2023). Overthinking Pada Mahasiswa: Analisis Perbandingan Mahasiswa Tingkat Awal dan Tingkat Akhir. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 13(2), 225. <https://doi.org/10.24127/gdn.v13i2.7455>
- Kusyairi, A., & Addiarto, W. (2019). ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI SELF AWARENESS MASYARAKAT DALAM MELAKUKAN MITIGASI BENCANA DI AREA RAWAN BENCANA GUNUNG BROMO DESA NGADISARI, KECAMATAN SUKAPURA-PROBOLINGGO. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 42–47.
- Magdalena, I., Annisa, M. N., Ragin, G., & Ishaq, A. R. (2021). ANALISIS PENGGUNAAN TEKNIK PRE-TEST DAN POST-TEST PADA MATA PELAJARAN MATEMATIKA DALAM KEBERHASILAN EVALUASI PEMBELAJARAN DI SDN BOJONG 04. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 3(2), 150–165. <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/nusantara>
- Mardian, S., Syamsir, Vanessa, E. R., Putri, U. S., & Nufus, G. N. (2024). PERAN BUDAYA DALAM MEMBENTUK NORMA DAN NILAI SOSIAL : SEBUAH TINJAUAN TERHADAP HUBUNGAN SOSIAL DAN BUDAYA. *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial*, 3(11).
- Murni, S. N., Bancin, W., & Azizah, F. N. (2024). Peran Bimbingan Konseling Terhadap Perkembangan Emosional Siswa. *Jurnal Arjuna : Publikasi Ilmu Pendidikan, Bahasa Dan Matematika*, 2(4), 161–169. <https://doi.org/10.61132/arjuna.v2i4.1101>
- Napitupulu, A. P., Armyliyanda, N., & Hardiansyah, R. (2022). PERAN LINGKUNGAN MASYARAKAT DALAM MENGATASI KONFLIK SOSIAL TERHADAP PERKEMBANGAN MORAL ANAK. *Journal of Science and Social Research*, 5(3), 568–580. <http://jurnal.goretanpena.com/index.php/JSSR>
- Putri, D. F., Budim Setia, Iswari, M., Zulmiyetri, & Arnez, G. (2024). Meningkatkan Media Pancingan Huruf Untuk Meningkatkan Pengenalan Huruf Konsonan Pada Anak Tunagrahita Ringan. *Jurnal Pendidikan*, 33(3), 659–668. <https://doi.org/10.32585/jp.v33i3.5498>
- Rustamana, A., Firman, M. A., Arifin, Tb. R. Z., & Suryaningrat. (2024). METODE EKSPERIMEN. *Sindoro CENDIKIA PENDIDIKAN*, 5(6), 1–10. <https://doi.org/10.9644/sindoro.v4i5.3317>
- Situmeang, E. S. (2024). Peran Pendidikan Agama Islam dalam Membentuk Kesehatan Mental Siswa. *PEDAGOGIK Jurnal Pendidikan Dan Riset*, 2(3), 393–400.