

Efektivitas Bimbingan Kelompok Pendekatan Muhasabah Dalam Meningkatkan Kesadaran Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama

Muslima¹, Yuliana Nelisma², Elviana³

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan,
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Indonesia¹

MAS Ulumul Qur'an Kota Banda Aceh, Indonesia²

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan,
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Indonesia³

E-mail: muslima@ar-raniry.ac.id¹, nelismabk@gmail.com², elviana.baharuddin@ar-raniry.ac.id³

Correspondent Author: Muslima, muslima@ar-raniry.ac.id

Doi: [10.31316/gcouns.v8i3.5337](https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.5337)

Abstrak

Tujuan penulisan ini terkait kesadaran diri siswa. Bimbingan Kelompok dengan pendekatan Muhasabah (BKp-M) salah satu solusi dalam meningkatkan kesadaran diri siswa. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan metode *eksperimen* dengan desain *pretest-posttest control group design*. Teknik pengumpulan data yang penulis gunakan adalah instrument penelitian. Pengolahan data dilakukan secara deskriptif kuantitatif. Berdasarkan hasil penelitian efektivitas bimbingan kelompok pendekatan muhasabah dalam meningkatkan kesadaran diri siswa hasil pengolahan menunjukkan hasil dengan menggunakan Uji *Wilcoxon*, diperoleh hasil terdapat 15 data selisih (positif) (N) yang artinya ke 15 siswa mengalami peningkatan kesadaran diri dari nilai pretest ke nilai posttest dengan Mean Rank atau rata-rata sebesar 8.00, sementara itu jumlah ranking positif atau Sum of Ranks sebesar 120.00. Kesimpulannya merupakan bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* (BKp-M) dalam meningkatkan kesadaran diri lebih efektif dibanding dengan Bimbingan kelompok. Sehingga bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* dapat meningkatkan kesadaran diri siswa, kemudian hasil riset ini dapat dijadikan acuan pelaksanaan BKp-M di sekolah.

Kata kunci: bimbingan kelompok, muhasabah, kesadaran diri

Abstract

The purpose of this writing is related to students' self-awareness. Group Guidance with the Muhasabah approach (BKp-M) is one solution in increasing students' self-awareness. This type of research is quantitative using an experimental method with a pretest-posttest control group design, namely research by providing treatment to the experimental group and providing a control group as a comparison. The data collection technique that the author uses is a research instrument. Data processing was carried out descriptively quantitatively, then described using effective sentences. Based on the results of research on the effectiveness of group guidance with a muhasabah approach in increasing students' self-awareness, the processing results show the results using Uji Wilcoxon, the results obtained were 15 positive (N) difference data, which means that the 15 students experienced an increase in self-awareness from the pretest score to the posttest score with The Mean Rank or average is 8.00, while the number of positive ranks or Sum of Ranks is 120.00. Research conducted by group guidance with a muhasabah approach (BKp-M) in increasing self-awareness is more effective than group guidance.

Keywords: group guidance, muhasabah, self-awareness

Info Artikel

Diterima September 2023, disetujui Juni 2024, diterbitkan Agustus 2024



PENDAHULUAN

Kepintaran potensial dan potensi seseorang bukan jaminan mempengaruhi kesuksesan seseorang dalam menuntut ilmu dan karir, yang lebih menentukan adalah kesadaran diri (*self-awareness*). Saroji et al., (2021) menegaskan bahwa kesadaran diri yang lebih, bisa mengapai hasil yang diharapkan atau prestasi gemilang. (Latipah, 2020) bahwa bagusnya hasil belajar siswa biasanya diawali dengan kesadaran, kalau sudah sadar ia akan bertanggungjawab, selanjutnya tahucaranya, maka akan cepat selesai.

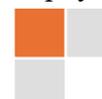
Sejauh ini studi tentang kesadaran diri dalam kaitannya dengan konseling sudah mencakup beberapa hal di antaranya yaitu; riset tentang pengembangan dan validasi skala kesadaran diri dan strategi manajemen (SAMS) untuk terapis (Williams et al., 2003), studi tentang kesadaran diri siswa dalam belajar akan meningkat bila menggunakan konseling gestalt memakai teknik reframing (Dharsana et al., 2014), selanjutnya studi tentang kesadaran diri juga ditentukan oleh pemahaman agama dan cara pandang wanita pengguna khimar (Khairunnisa & Rozi, 2019) studi terkait kesadaran diri dan pemahaman konsep bagi siswa terkait pencemaran lingkungan ditentukan oleh model PBL (*problem based learning*) (Kamariyah & Budiyo, 2020), jalan kesadaran diri konselor (Lee & Hong, 2021), pengaruh konseling kelompok berdasarkan kesadaran diri terhadap pengambilan risiko seksual pada gadis SMA (Kabiri et al., 2021), efisiensi program konseling kelompok berbasis psikodrama dalam meningkatkan kesadaran diri dan mengurangi ketegangan siswa kelas x di kota qalqilia (Khalili & Swilem, 2021), dan kesadaran akademik mahasiswa bertambah ditentukan oleh hasil pelayanan konseling kelompok kognitif behavioral (Heriansyah, 2019).

Kesadaran diri dalam belajar ditentukan oleh keinginan siswa untuk belajar, kalau itu sudah ada tidak perlu lagi diperintah, ia belajar dengan sendiriyaitu menurut (Aslami et al., 2021) ada beberapa hal yang dilakukan yaitu: berbicara dengan diri sendiri disebut juga *self-talk*, setelah itu harus mengetahui diri sendiri dari berbagai sisi melalui informasi yang ada, dengan kata lain terbuka tentang diri sendiri bahasa lainnya *open-self*.

Selanjutnya bukti ketaatan kepada Allah terwujud dalam kesadaran diri dalam beribadah dapat dilihat dalam ketaatan menjalankan perintah-Nya, sebaliknya meninggalkan larangannya semata-maka karena Allah, berupa perkataan, perbuatan maupun yang diyakini, tidak hanya sekedar membayar utang atau kewajiban, perlu dengan kesadaran, misalnya sholat tepat waktu (Rahman & Rahma, 2021).

Dari beberapa studi terdahulu tentang kesadaran diri dalam kaitannya dengan konseling, ternyata masih banyak studi yang perlu dilakukan bagaimana kesadaran diri bertambah, di antaranya; konseling realitas berdampak terhadap kesadaran diri, efektivitas konseling kelompok teknik CBT dalam meningkatkan kesadaran diri, efektivitas bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* dalam meningkatkan kesadaran diri, dan lainnya. Dari beberapa kecenderungan studi tersebut, peneliti sangat tertarik untuk menguji efektivitas bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* dalam meningkatkan kesadaran diri.

Penelitian ini menggunakan pendekatan *muhasabah* melalui layanan bimbingan kelompok membantu siswa memiliki kesadaran diri. Dipilihnya BKp-M dalam penelitian karena salah satu tujuan BKp-M adalah untuk meningkatkan kesadaran diri (*self-awareness*), sebagaimana pendapat (Ardimen et al., 2019) bahwa BKp-M sebagai acuan dalam bimbingan konseling secara *integrative – interkonektif*, dapat membantuk perkembangan siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok supaya berkembang sebagai mana mestinya secara keseluruhan sesuai perkembangannya, dengan harapan bisa menghadapi kondisi yang ada serta dapat membawa perubahan dalam hidupnya



tentu kehidupan yang lebih baik” melalui tahapan yaitu; *tabayyun, al-hikmah, mauizah dan mujadalah*. Selanjutnya pengaruh BKp-M terhadap penyesuaian diri, manajemen diri, pengendalian diri, komitmen diri dan komitmen terhadap tugas, regulasi diri, kesadaran diri, kecerdasan spiritual, dan lainnya (Fadilla et al., 2022).

Tafsirnya Ibnu Katsir menjelaskan terkait ayat di atas takwa itu sendiri berupa mentaati ketentuan Allah dan meninggalkan larangan-Nya untuk hari esok yaitu kampung akhirat. Sebagaimana dalam firman Allah Surat Al-Hasyar Ayat 18. Artinya: Hai orang-orang yang beriman, bertaqwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertaqwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan (Surat Al-Hasyar Ayat 18). Tafsir Ibnu Katsir menjelaskan terkait ayat di atas takwa itu sendiri berupa mentaati ketentuan Allah dan meninggalkan larangan-Nya untuk hari esok yaitu kampung akhirat.

Kandungan dari ayat di atas mendorong orang yang beriman untuk sukses dan bahagia di masa mendatang perlu memperhatikan yang telah dibuat sebelumnya, untuk terwujudnya hal tersebut diperlukan introspeksi, manajemen waktu, dan tabungan kebaikan. Allah selalu terus tetap mendorong manusia menaburkan kebaikan dengan amal shaleh. Selanjutnya alangkah lebih baik manusia manfaatkanlah kesempatan yang ada, berfikir dan bertindak yang mengarah apa yang diredhoi Allah, tidak lai tidak buka tujuan penciptaan manusia untuk beribadah sebagai mana firman Allah. Artinya: Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan mereka beribadah pada-Ku (Az-Zariyat: 56). Selanjutnya Allah berfirman dalam hadis qursi menjelaskan tentang kesadaran diri mengingat Allah dan mensyukuri yaitu, artinya : “Wahai anak adam bahwa selam engkau mengingata aku, berarti engkau mensyukuri aku, dan apabila engkau melupakan aku , berarti engkau lebih mendurhakai aku” (HR Thabrani).

Seterusnya muhasabah bila merujuk kepada konsep ajaran Islam digunakan untuk pengobatan, pencegahan, dan pembinaan, melalui muhasabah bisa mengatasi persoalan hidup dan dapat mengembangkan diri sebaik mungkin sesuai dengan harapan Allah SWT (Ardimen et al., 2019). Berdasarkan pertemuan dengan beberapa siswa hasilnya yaitu: mereka menyatakan sering main game, tidak pandai membagi waktu secara baik, alasan malas, menunda penyelesaian tugas, menyatakan mengantuk, kurangnya motivasi atau dukungan, bermain, menonton, kurang paham tugas, memilih mengerjakan PR di sekolah dan lainnya. Selanjutnya dari hasil pengamatan penulis ketika sholat zhuhur berjemaah kalau tidak dingatkan masih ada siswa yang tidak sholat.

METODE PENELITIAN

Peneliti menggunakan jenis penelitian yaitu kuantitatif dengan kaidah *Eksperimen*. Adapun subjek yang menjadi penelitian adalah siswa kelas, Sampel dalam penelitian ini ialah siswa yang memiliki Kesadaran Diri yang sedang, rendah, dan sangat rendah berdasarkan pertimbangan tertentu. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala likert terkait melihat kesadaran diri siswa baik persepsi, sikap, pendapat tentang apa yang terjadi, dengan bentuk pertanyaan positif dan negative. Peneliti menggunakan skala likert dengan gradasi tersebut di atas untuk mengungkap kesadaran Diri siswa melaui pretest dan posttest guna melihat efektivitas BKp-M dalam peningkatan kesadaran diri Siswa.

Self awareness atau kesadaran diri dalam penelitian ini merupakan kemampuan mengenali emosi (perasaan) diri, mengenali kelebihan dan keterbatasan diri,



menunjukkan rasa humor dan memandang diri dari berbagai perspektif, dan mempercayai dirisendiri dalam mengambil keputusan yang realistis.

Tabel 1.
 Instrumen Penelitian

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Nomor Item		Jml
			+	-	
<i>Self-Awareness</i>	Kemampuan mengenali emosi (perasaan) diri	Kemampuan mengetahui makna perasaan dan mengapa terjadi	1, 2	3, 4	4
		Kemampuan menyadari keterkaitan emosi dengan pikiran	5, 6	7, 8	4
		Kemampuan mengetahui pengaruh emosi terhadap kinerja	9, 10	11,12	4
		Kemampuan menyadari yang dipedomani untuk nilai dan tujuan individu	13, 14	15, 16	4
	Kemampuan pengakuan diri yang akurat (sumber daya batiniah)	Kemampuan menyadari kelebihan dan kelemahan diri	17,18	19, 20	4
		Kemampuan menyediakan waktu untuk introspeksi diri	21, 22	23, 24	4
		Kemampuan belajar dari pengalaman	25, 26	27, 28	4
		Kemampuan menerima umpan balik maupun perspektif baru	29, 30	31, 32	4
		Kemampuan mau terus belajar dan mengembangkan diri	33, 34	35, 36	4
		Kemampuan menunjukkan rasa humor	37, 38	39, 40	4
		Kemampuan bersedia memandang diri dari banyak perspektif	41, 42	43, 44	4
	Mempercayai diri sendiri dalam mengambil keputusan yang realistis	Kemampuan berani menyuarakan keyakinan diri	45, 46	47, 48	4
		Kemampuan berani menyampaikan pandangan yang berbeda	49, 50	51, 52	4
		Kemampuan bersedia berkorban demi kebenaran	53, 54	55, 56	4
		Jumlah	28	28	56

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kesadaran diri merupakan apa yang dirasakan diwaktu saat tertentu, dapat digunakan untuk pengambilan keputusan diri sendiri, sebagai tolok ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat serta perhatian pada diri sendiri, perasaan, nilai, maksud, dan evaluasi dari orang lain, dalam rangka melihat kelebihan ataupun kekurangan yang ada pada diri dan menyadari bahwa tingkah laku dikendalikan oleh pikiran sendiri.

Begitu pentingnya kesadaran diri dalam menjalani kehidupan ini sebagaimana pendapat (Syarifudin, 2019) menjelaskan kesadaran diri paling urgen sebagai dasar kecerdasan emosi. Kemudian (Esmiati et al., 2020) mengatakan dengan adanya kesadaran diri kapabel studi pengalaman. Selanjtnya (Fitri Amalia, 2020) menjelaskan bahwa kesadaran diri bisa mengotrol perasaan. (Rachma Safitri, 2018) menjelaskan kesadaran



diri berpengaruh terhadap dimana pun berada, misalnya (Natalia, 2020) terkait kesadaran diri bagaimana menanamkan budaya positif pada generasi muda.

Terkait penentuan kelompok eksperimen dan kelompok *control*, perolehan *pretest* dan hasil *posttest* serta hipotesis. Apakah treatment dengan metode Bkp-M berpengaruh terhadap peningkatan kesadaran diri siswa.

Dilihat dari jenjang pendidikan orangtua (ayah) siswa yaitu: SD/ sederajat 15 orang, SMP/ sederajat 13 orang, SMA/ sederajat 24 orang, 1 orang D3 dan 4 orang tidak tahu pendidikan ayahnya. Selanjutnya pekerjaan ayah yaitu: Petani 16 orang, Wiraswasta 12 orang, pedagang kecil 7 orang, buruh 12 orang, PNS/TNI/Polri 3 orang, 2 sudah meninggal dan karyawan swasta 5 orang.

Sementara pendidikan orangtua (Ibu) siswa yaitu: SD/ sederajat 6 orang, SMP/ sederajat 16 orang, SMA/ sederajat 24 orang, 2 orang D3, 2 orang D1, putus SD sebanyak 2 orang dan 5 orang tidak tahu pendidikan ibunya. Selanjutnya pekerjaan ibu yaitu: Petani 2 orang, Wiraswasta 3 orang, buruh 2 orang, karyawan swasta 1 orang, tidak berkerja 40 orang dan 9 orang lainnya.

Dari data di atas terlihat rekap perolehan hasil kesadaran diri siswa di masing-masing kelas sebagaimana tersebut dibawah ini:

Tabel 2.

Rekapitulasi *Skore Pretest*

No	Kategori	Jumlah	%	Ket
1	Sangat Tinggi	0	0,00	
2	Tinggi	5	15,63	
3	Sedang	27	84,38	
4	Rendah	0	0,00	
5	Sangat Rendah	0	0,00	
JUMLAH		32	100,00	

Dari tabel di atas, diketahui bahwa kesadaran diri siswa kelas IX-1 yaitu: sangat tinggi tidak ada, tinggi 5 orang, sedang 27 orang, rendah tidak ada dan sangat rendah juga tidak ada.

Tabel 3.

Rekapitulasi *Skore Pretest*

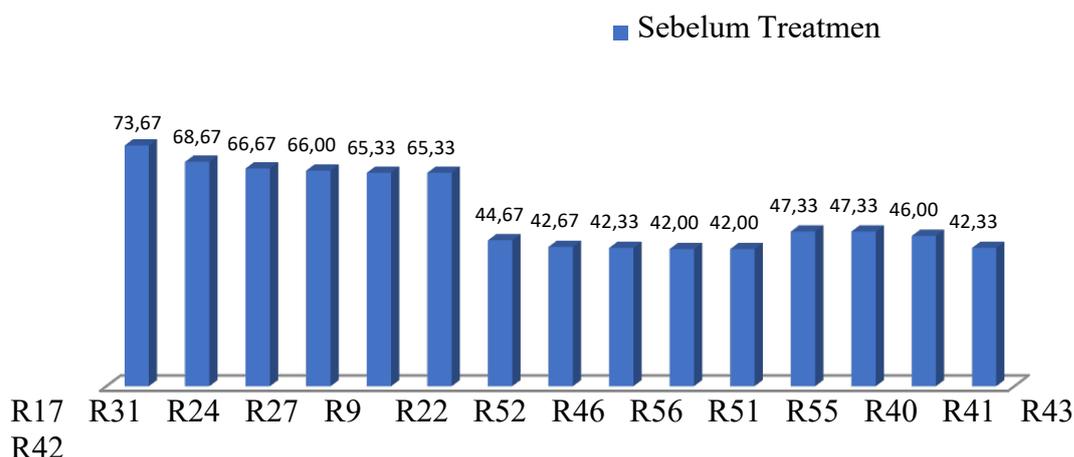
No	Kategori	Jumlah	%	Ket
1	Sangat Tinggi	0	0,00	
2	Tinggi	0	0,00	
3	Sedang	7	28,00	
4	Rendah	18	72,00	
5	Sangat Rendah	0	0,00	
JUMLAH		25	100,00	

Dari tabel di atas, diketahui bahwa kesadaran diri siswa kelas IX-4 yaitu: sangat tinggi tidak ada, tinggi tidak ada, sedang 7 orang, rendah 18 orang dan sangat rendah juga tidak ada. Perolehan data di ataslah yang menjadi acuan bagi penulis dalam menentukan anggota masing-masing kelompok. Untuk anggota kelompok eksperimen terdiri dari kategori rendah sebanyak 9 orang (siswa kelas 9.4), kategori sedang berjumlah 4 orang (siswa kelas 9.1) dan kategori tinggi sebanyak 2 orang (siswa kelas 9.1). Adapun anggota



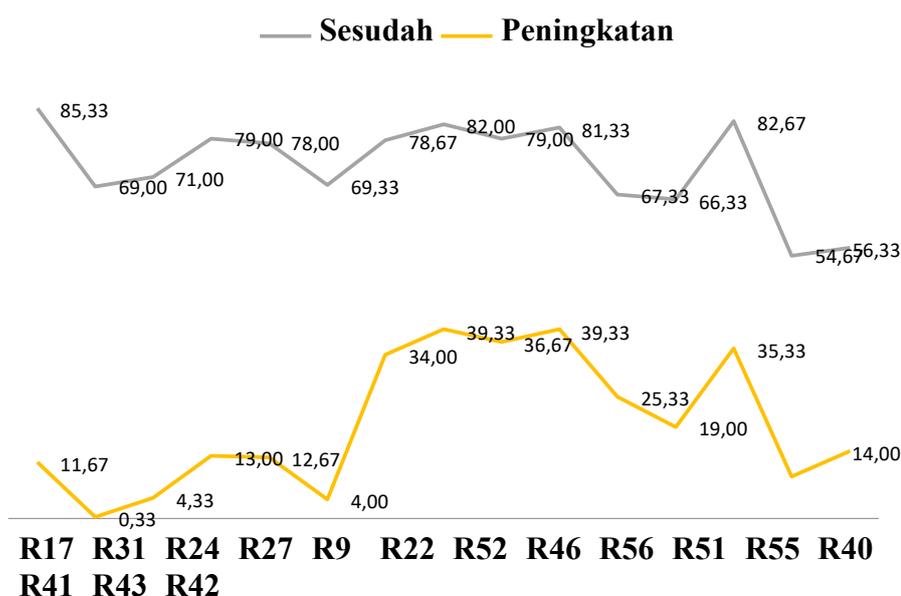
kelompok control terdiri siswa dengan skor rendah sebanyak 9 orang (siswa kelas 9.4), sedang berjumlah 3 orang (siswa kelas 9.1) dan tinggi sebanyak 3 orang (siswa kelas 9.1). Setelah menetapkan kelompok eksperimen dan kelompok control, selanjutnya penulis melakukan treatment kepada masing-masing kelompok sebanyak 8 kali pertemuan (juga *pretest* dan *posttest*).

Grafik 1.
 Hasil *Pretest* Kesadaran Diri Kelompok Eksperimen



Dari Grafik tersebut di atas terlihat kesadaran diri siswa sebelum treatment ada 2 orang siswa dengan nilai tinggi (73,67 dan 68,67) sementara itu yang nilai sedang 4 orang (65,33, 65,33, 66,00 dan 66,67). Selanjutnya yang nilai rendah sedang sebanyak 9 orang (42,33, 46,00, 47,33, 47,33, 42,00, 42,00, 42,33 dan 44,67).

Grafik 2.
 Hasil *Pretest* Dan *Posttest* Kesadaran Diri Siswa Kelompok Eksperimen



Dari Grafik di atas, terlihat kesadaran diri siswa nilai tertinggi sebelum eksperimen adalah 73,67 setelah eksperimen menjadi 85,33. Selanjutnya untuk melihat pencapaian



peningkatan kesadaran diri sebelum dan sesudah dari *pretest* dan *posttest* kelompok control terlihat pada Grafik di bahwa ini:

Grafik 3.
 Hasil *Pretest* Dan *Posttest* Kesadaran Diri Siswa Kelompok Control
 — Sebelum — Sesudah

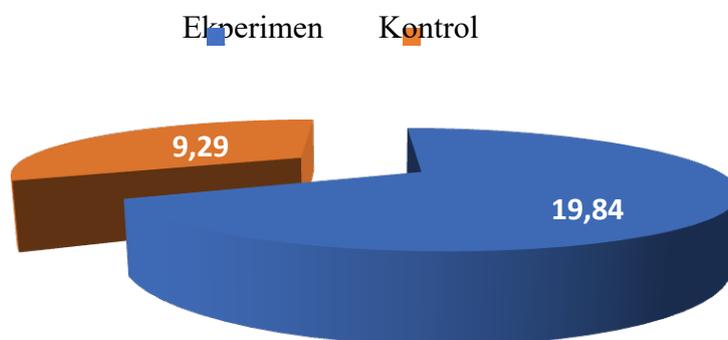


R28 R10 R3 R5 R7 R12 R35 R50 R48 R33 R34 R47 R44 R36 R38

Dari Grafik di atas, terlihat kesadaran diri siswa nilai tertinggi sebelum eksperimen adalah 72.00 setelah eksperimen menjadi 73.67.

Berikut ini disajikan grafik perbedaan uji n-gain terhadap kedua kelompok tersebut.

Grafik 4.
 Hasil Peningkatan Kesadaran Diri Siswa Peningkatan Antara Kelompok Eksperimen Dan Kontrol



Berdasarkan grafik di atas, bahwa persentase tingkat efektivitas pada kelompok eksperimen adalah 42,67%, sementara itu pada kelompok *control* adalah 20,95%. Angka ketidak efektifan adalah 26,38%. Hal ini menunjukkan treatment dengan metode BKp-M cukup efektif dalam meningkatkan kesadaran diri siswa.

Berdasar penjelasan di atas betapa pentingnya kesadaran diri dalam hidup ini, sebab jika tidak memiliki kesadaran diri tentu kesuksesan akan jauh dari kita, bahkan tidak akan pernah sukses.

Selanjutnya kenapa belum memiliki kesadaran diri bisa dilihat dari beberapa hal: 1) tidak memahami emosi diri dan serta orang lain 2) susah berempati 3) menolak kenyataan 4) merasa kurang kapabel atau sanggup. Lalu (Lage et al., 2022) menjelaskan bahwa empati tetap perlu persaan dalam kesadaran diri. Menurut (Kreibich et al., 2022) berdasarkan studi bahwa tingkat kesadaran diri lebih tinggi adalah dengan kepedulian



yang tinggi pada pemikiran, kata hati dan kepribadian. Kemudian (Riyadi & Hasanah, 2016) menjelaskan yang punya kesadaran diri rendah dapat dilihat kurang memuliakan dirinya, tidak bisa menjaga sikap dan terkendala berinteraksi dengan lingkungan, sebaliknya yang matang kesadaran dirinya bertanggung jawab, tahu perannya dan berwatak praktis serta punya loyalitas dengan lingkungan dengan inisiatif serta kreatifitas secara proporsional dan professional.

Disimpulkan bahwa yang kurang kesadaran diri akan merugikan diri sendiri juga orang lain (dalam tim), tentu saja yang ingin dicapai organisasi tidak sesuai dengan harapan.

Selanjutnya salah satu solusi bagaimana meningkatkan kesadaran diri melalui BKp-M melalui pendekatan Muhasabah dengan teknik Tabayyun, Al- Hikmah, Mauizah dan Mujadalah berikut pejelasan:

Kata tabayyun bersal dari kata bana yabinu bayanan bermakna jelas, nyata dan jelas, juga bermakna at-ta'arruf wa tafahhush (mengidentifikasi serta menyelidiki) sesuatu kejadian atau berita yang disampaikan. Selanjutnya (Nor, 2018) menjelaskan tabayyun mentahabiskan dan menyemak asas kebenarannya sebagaimana pendapat imam al-Syaukani rahimahullah mengatakan tabayyun adakah menyelidiki dengan hati-hati, tidak gegabah, memandang dengan keahlian sebuah peristiwa dan informasi yang ada sampai nyata dan transparan baginya.

KESIMPULAN

Berangkat dari hasil analisis riset penulis terkait efektivitas bimbingan kelompok pendekatan muhasabah dalam meningkatkan kesadaran diri siswa SMP Negeri 6 Payakumbuh hasil pengolahan menunjukkan hasil dengan menggunakan Uji Wilcoxon, diperoleh hasil terdapat 15 data selisih (positif) (N) yang artinya ke 15 siswa mengalami peningkatan kesadaran diri dari nilai prettest ke nilai posttest dengan Mean Rank atau rata-rata sebesar 8.00, sementara itu jumlah rangking positif atau Sum of Ranks adalah sebesar 120.00. Berdasarkan riset yang dilakukan dapat disimpulkan BKp-M memiliki efektifitas lebih tinggi dibanding bimbingan kelompok (tanpa pendekatan muhasabah). Berdasarkan perolehan hasil riset bimbingan kelompok pendekatan muhasabah dapat meningkatkan kesadaran diri siswa, sehingga hasil riset ini dapat dijadikan acuan pelaksanaan BKp-M di sekolah untuk meningkatkan kesadaran diri siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardimen, A., Neviyarni, N., Firman, F., Gustina, G., & Karneli, Y. (2019). Model bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah. *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*. <https://doi.org/10.32832/tadibuna.v8i2.2232>
- Aslami, D. I., Simon, I., & Triyono, T. (2021). Pengembangan Buku Panduan Pelatihan Kesadaran Belajar dengan Menggunakan Teknik Self-Talk dalam Bimbingan Kelompok Siswa SMP. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*. <https://doi.org/10.17977/um065v1i52021p381-387>
- Dharsana, I. K., Suranata, K., & Mudana, I. N. O. (2014). Penerapan konseling gestalt dengan teknik reframing untuk meningkatkan kesadaran diri dalam belajar siswa kelas VIII A1 SMP Negeri 4 Singaraja tahun ajaran 2013/2014. *Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling*.
- Esmiati, A. N., Prihartanti, N., & Partini, P. (2020). Efektivitas pelatihan kesadaran diri untuk meningkatkan kedisiplinan siswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. <https://doi.org/10.22219/jipt.v8i1.11052>



- Fadilla, H. D., Ardimen, Syafwar, F., & Hardi Emeliya. (2022). Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Muhasabah Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa. Ta'dibuna Jurnal Pendidikan Islam.
- Fitri Amalia, E. (2020). tingkat kesadaran diri terhadap kesehatan mental untuk atlet muay thai (ukm) universitas suryakencana. Jurnal MAENPO: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi. <https://doi.org/10.35194/jm.v10i2.944>
- Heriansyah, M. (2019). Efektivitas konseling kelompok kognitif behavioral untuk meningkatkan kesadaran akademik mahasiswa. Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia. <https://doi.org/10.29210/120192343>
- Kamariyah, E. I., & Budiyono, A. (2020). Pengaruh Model PBL (Problem Based Learning) terhadap Pemahaman Konsep dan Kesadaran Diri Siswa pada Pencemaran Lingkungan. Jurnal Pendidikan Fisika Dan Teknologi. <https://doi.org/10.29303/jpft.v6i2.2105>
- Khairunnisa, A., & Rozi, F. (2019). Pengaruh Religiusitas dan Konsep Diri terhadap Kesadaran Diri pada Wanita Pengguna Khimar. Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris.
- Khalili, F., & Swilem, S. (2021). The efficiency of a group counseling program based on psychodrama in enhancing self-awareness and reducing tension among tenth grade students in qalqilia city. Education in the Knowledge Society. <https://doi.org/10.14201/EKS.23921>
- Kreibich, A., Hennecke, M., & Brandstätter, V. (2022). The Role of Self-Awareness and Problem-Solving Orientation for the Instrumentality of Goal-Related Means. Journal of Individual Differences. <https://doi.org/10.1027/1614-0001/a000355>
- Lage, C. A., Wolmarans, D. W., & Mograbi, D. C. (2022). An evolutionary view of self-awareness. Behavioural Processes. <https://doi.org/10.1016/j.beproc.2021.104543>
- Latipah, E. (2020). Strategi Self Regulated Learning dan Prestasi Belajar: Kajian Meta Analisis. Jurnal Psikolog.
- Lee, P. S., & Hong, Z. R. (2021). Validation of an agency scale for elementary and secondary school counselors. Bulletin of Educational Psychology. [https://doi.org/10.6251/BEP.202013_52\(3\).0003](https://doi.org/10.6251/BEP.202013_52(3).0003)
- Natalia, E. C. (2020). Membangun Kesadaran Diri Generasi Muda akan Budaya Positif Melalui Penggunaan Media Sosial. Journal of Servite. <https://doi.org/10.37535/102002220203>
- Nor, W. M. (2018). Kepentingan Tabayyun dalam Mendepani Arus Globalisasi. 4th international conference on islamiyyat studies 2018.
- Rachma Safitri, M. (2018). penanaman pendidikan karakter berbasis kesadaran diri dalam lingkungan keluarga. Seminar Nasional Lembaga Kebudayaan (SENASGABUD).
- Rahman, U., & Rahma, N. (2021). pengamalan nilai tauhid uluhiyah dalam ibadah salat pada remaja. jurnal sipakalebba. <https://doi.org/10.24252/jsipakalebba.v5i1.20313>
- Riyadi, A., & Hasanah, H. (2016). pengaruh kesadaran diri dan kematangan beragama terhadap komitmen organisasi karyawan rsud tugurejo semarang. Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i1.451>
- Saroji, Widyayanti, N., & Ama, R. G. T. (2021). kesadaran diri dan kedisiplinan belajar pada siswa sma. Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v2i1.1424>
- Syarifudin, F. (2019). Urgensi tabayyun dan kualitas informasi dalam membangun komunikasi. Al-Kuttab : Jurnal Kajian Perpustakaan, Informasi Dan Kearsipan. <https://doi.org/10.24952/ktb.v1i2.1994>



Williams, E. N., Hurley, K., O'Brien, K., & DeGregorio, A. (2003). Development and validation of the Self-Awareness and Management Strategies (SAMS) scales for therapists. *Psychotherapy*. <https://doi.org/10.1037/0033-3204.40.4.278>

