



**EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK PENDEKATAN
MUHASABAH DALAM MENINGKATKAN KESADARAN DIRI
SISWA SMPN 6 PAYAKUMBUH**

TESIS

Ditulis Sebagai Syarat untuk Memperoleh Gelar Magister (S-2)
Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Pascasarjana UIN Mahmud Yunus Batusangkar

Oleh:

INDRA ABDI CANDRA

BKPI. 212051010

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
PASCASARJANA**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) MAHMUD YUNUS

BATUSANGKAR

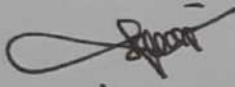
2023

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing tesis atas nama Indra Abdi Candra NIM: BKPI. 212051010, judul: **EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK PENDEKATAN MUHASABAH DALAM MENINGKATKAN KESADARAN DIRI SISWA SMP NEGERI 6 PAYAKUMBUH**, memandang bahwa tesis yang bersangkutan telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk diajukan ke sidang munaqasyah.

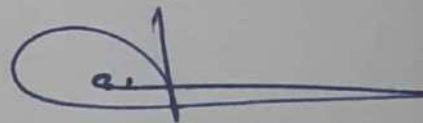
Demikian persetujuan ini diberikan untuk dapat digunakan seperlunya.

Pembimbing I



Dr. Ardimen, M.Pd., Kons
NIP. 19720505 200112 1 002

Batusangkar, 24 Januari 2023
Pembimbing II

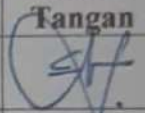
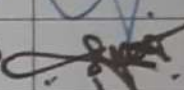

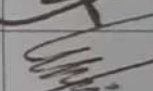
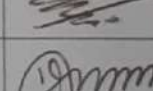


Dr. Dasril, S.Ag., M.Pd
NIP. 19750201 200501 1 007

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Tesis atas nama Indra Abdi Candra NIM: **BKPL. 212051010**, judul: **EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK PENDEKATAN MUHASABAH DALAM MENINGKATKAN KESADARAN DIRI SISWA SMP NEGERI 6 PAYAKUMBUH**, telah diuji dalam sidang Munaqasyah Pascasarjana UIN Mahmud Yunus Batusangkar yang dilaksanakan tanggal 3 Februari 2023.

Demikian persetujuan ini diberikan untuk dapat digunakan seperlunya.

No	Nama/ NIP. Penguji	Jabatan dalam Tim	Tanggal Persetujuan	Tanda Tangan
1	Dr. Silvianetri, M.Pd., Kons NIP. 19711226200212 2 003	Ketua Sidang	14/2/2023	
2	Dr. Ardimen, M.Pd., Kons NIP. 19720505 200112 1 002	Pembimbing/ Penguji I	14/2 2023	
3	Dr. Dasril, S.Ag., M.Pd NIP. 19750201 200501 1 007	Pembimbing/ Penguji II	14/2/2023	
4	Dr. Rahmad Hidayat, M.Ag., M.Pd NIP. 19711211199903 1 004	Penguji Utama I	14/2-23	
5	Dr. Irman, S.Ag., M.Pd NIP. 19710201 200604 1 016	Penguji Utama II	14/2-23	

Batusangkar, Februari 2023
Mengetahui

Direktur Pascasarjana

UIN Mahmud Yunus Batusangkar



Dr. Adripen, M.Pd

NIP. 19650504 199303 1 003

PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Indra Abdi Candra
NIM : 212051010
Program Studi : Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan
Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tesis ini yang berjudul: **EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK PENDEKATAN MUHASABAH DALAM MENINGKATKAN KESADARAN DIRI SISWA SMP NEGERI 6 PAYAKUMBUH** adalah hasil karya sendiri, bukan plagiat. Apabila di kemudian terbukti sebagai plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Batusangkar,
Yang membuat pernyataan



Indra Abdi Candra
NIM. BKPI 212051010

ABSTRAK

Indra Abdi Candra NIM. **212051010** judul tesis “*Efektivitas Bimbingan Kelompok Pendekatan Muhasabah Dalam Meningkatkan Kesadaran Diri Siswa SMP Negeri 6 Payakumbuh*”. Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Pascasarjana UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

Pokok permasalahan dalam Tesis ini terkait kesadaran diri siswa SMP Negeri 6 Payakumbuh. Bimbingan Kelompok dengan pendekatan *Muhasabah* (BKp-M) salah satu solusi dalam meningkatkan kesadaran diri siswa di SMP Negeri 6 Payakumbuh. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektif atau tidaknya pelaksanaan Bimbingan dan Konseling dengan pendekatan *Muhasabah* dalam meningkatkan kesadaran diri siswa, serta melihat perbedaan layanan Bimbingan Kelompok (BKp) dan BKp-M mana yang lebih efektif, baik sebelum maupun sesudah mengikuti Bimbingan Kelompok.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan metode eksperimen dengan desain *pretest - posttest control group design*, yaitu penelitian dengan memberikan perlakuan kepada kelompok eksperimen dan menyediakan kelompok *control* sebagai pembanding. Teknik pengumpulan data yang penulis gunakan adalah instrument penelitian. Pengolahan data dilakukan secara deskriptif kuantitatif, kemudian diuraikan dengan kalimat efektif. Setelah melakukan uji *normalitas* didapatkan data tidak berdistribusi normal dan secara Uji *homogenitas* datanya bersifat homogen. Berdasarkan data tersebut, yaitu tidak berdistribusi normal, maka untuk uji hipotesis dilakukan uji *Wilcoxon*.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 6 Payakumbuh hasilnya bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* (BKp-M) dalam meningkatkan kesadaran diri lebih efektif dibanding dengan Bimbingan kelompok konvensional.

Kata kunci: bimbingan kelompok; *muhasabah*; religious

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah yang telah memberikan kesehatan dan kesempatan kepada kita semua, sehingga penulis telah dapat menyelesaikan tesis ini. Selanjutnya Shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW. sebagai rahmat untuk seluruh manusia, sebagai tumpuan harapan pemberi cahaya syari'at di akhirat kelak.

Tesis ini ditulis sebagai syarat meraih gelar Magister Pendidikan (M.Pd) pada Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) Pascasarjana Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar.

Penyusunan dan penyelesaian tesis ini tidak lepas dari bantuan, motivasi, arahan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam hal ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

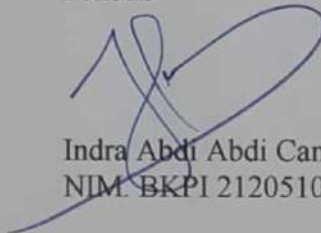
1. Bapak Prof. Dr. Marjoni Imamora, M.Sc selaku Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar.
2. Bapak Dr. Adripen, M.Pd selaku Direktur Pascasarjana Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar.
3. Bapak Dr. Ardimen, M.Pd.,Kons selaku Wakil Direktur Pascasarjana Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar sekaligus sebagai Pembimbing I, yang selalu memberikan masukan, arahan, bimbingan, motivasi dan dukungan dalam penyelesaian studi dan penulisan tesis ini.
4. Ibu Dr. Silvianetri, M.Pd., Kons selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Pascasarjana Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar yang juga selalu memberikan motivasi dan dukungan dalam penyusunan tesis ini.
5. Bapak Dr. Dasril, S.Ag., M.Pd selaku Pembimbing II penulis yang selalu memberikan motivasi, arahan, bimbingan dan dukungan kepada penulis dalam penyelesaian studi dan penyusunan tesis ini.
6. Bapak Dr. Irman, S.Ag.,M.Pd selaku dosen penguji penulis, yang telah memberikan arahan kepada penulis dalam melaksanakan penelitian ini dan penyusunan tesis ini.

7. Dr. Rahmad Hidayat, M.Ag.,M.Pd.,Kons selaku dosen penguji penulis, yang telah memberikan arahan kepada penulis dalam melaksanakan penelitian ini dan penyusunan tesis ini.
8. Bapak Ibu Seluruh dosen bimbingan dan konseling beserta staf administrasi Pascasarjana Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar.
9. Bapak Ibu petugas perpustakaan Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar yang selalu melayani kebutuhan referensi dengan baik.
10. Bapak Ibu Unit Pelayanan Bahasa (UPB) Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar yang telah memfasilitasi tes TOEFL dan TOAFL.
11. Bapak Dr. Dasril., M.Pd selaku Kepala Pendidikan Kota Payakumbuh yang telah memotivasi, arahan dan mengizinkan penulis melaksanakan penelitian di SMP Negeri 6 Payakumbuh
12. Teristimewa, Ayahanda Saruji SK dan Ibunda Bainar orangtua penulis yang telah memberikan dukungan dan motivasi serta mendoakan penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dan tesis ini.
13. Teristemewa, istri tercinta Desmalina, SE yang telah memberikan dukungan dan motivasi serta mendoakan penulis, serta ananda Hamdan Rais Candra, Fikri Rasyid Candra, Afif Maulana Candra dan Adiba Fauziah Candra yang telah membuat semangat penuli dalam penyelesai tesis ini
14. Untuk seluruh Pendidik dan Tenaga Kependidin SMP Negeri 6 Payakumbuh yang telah memberikan motivasi dan dukungan dalam penyelesaian studi dan tesis ini.
15. Untuk seluruh rekan-rekan BKPI yang telah mendukung dan membantu serta saling memotivasi dan bertukar pendapat selama proses penyelesaian studi ini
16. Kepada seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu dalam tulisan ini.

17. Kepada pembaca yang budiman, penulis menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari kesempurnaan.

Akhirnya, kepada Allah jualah penulis berserah diri, semoga bantuan, arahan motivasi dan bimbingan serta nasehat dari berbagai pihak menjadi amal ibadah yang ikhlas hendaknya, dan dibalas oleh Allah SWT. Dengan balasan yang berlipat ganda. Semoga Tesis ini dapat memberi manfaat kepada kita semua Aamiin

Penulis, Januari 2023
Penulis



Indra Abdi Abdi Candra
NIM BKPI 212051010

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TESIS	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat dan Luaran Penelitian	5
G. Definisi Operasional	6
BAB II KAJIAN TEORI	8
A. Landasan Konsep dan Teori	8
1. Konsep Kesadaran Diri	8
a. Pengertian Kesadaran Diri.....	8
b. Aspek Kesadaran Diri	11
c. Tahapan-Tahapan Kesadaran Diri	12
d. Manfaat Mempertinggi Kesadaran Diri	12
e. Faktor Penghambat Kesadaran Diri	13
f. Faktor yang Mempengaruhi Kesadaran Diri	13

2. Konsep BKp-M	13
a. Pengertian (BKp) dan BKp-M	13
b. Tujuan (BKp) dan BKp-M	18
c. Dinamika Kelompok (BKp) dan BKp-M.....	20
d. Teknik-Teknik BKp-M	20
e. Tahap-tahap (BKp) dan BKp-M	21
B. Penelitian yang Relevan.....	22
C. Kerangka Berfikir	24
D. Hipotesis Tindakan	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Jenis Penelitian	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian	28
C. Populasi dan Sampel	28
D. Teknik Pengumpulan Data	30
E. Instrumen Penelitian	31
F. Teknik Analisis Data	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	38
A. Hasil Penelitian	38
B. Pengujian Prayarat Analisis	64
C. Pengujian Hipotesis	66
D. Pembahasan	72
BAB V PENUTUP	78
A. Kesimpulan	78
B. Implikasi	78
C. Saran	78

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Daftar Populasi	29
Tabel 3.2	Daftar Sampel	30
Tabel 3.3	Kisi-kisi Instrumen Penelitian	32
Tabel 3.4	Hasil Validasi Instrumen (Validasi Isi)	32
Tabel 3.5	Validasi Instrumen (Validita Konstruk)	35
Tabel 3.6	Distribusi Pemberian Skor	37
Tabel 4.1	Kategori Tingkat Kesadaran Diri	38
Tabel 4.2	Data Perolehan Skor <i>pretest</i> Kelas 9.1	40
Tabel 4.3	Data Perolehan Skor <i>pretest</i> Kelas 9.4	41
Tabel 4.4	Rekapitulasi <i>Skore pretest</i> Kelas IX-1	42
Tabel 4.5	Rekapitulasi <i>Skore pretest</i> Kelas IX-4	42
Tabel 4.6	Jadwal <i>treatment</i> pada kelompok eksperimen dan kelompok <i>control</i>	43
Tabel 4.7	Perolehan Skor <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen	44
Tabel 4.8	Perolehan Skor <i>Pretest</i> Kelompok control	46
Tabel 4.9	Perolehan Skor <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	53
Tabel 4.10	Perolehan Skor <i>Posttest</i> Kelompok <i>control</i>	55
Tabel 4.11	Rekapitulasi Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> kelompok Eksperimen dan kelompok <i>control</i>	57
Tabel 4.12	Rekapitulasi Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> kelompok Eksperimen dan kelompok <i>control</i>	58
Tabel 4.13	Hasil Uji Normalitas	64
Tabel 4.14	Uji Homogenitas	65
Tabel 4.15	Wilcoxon Signed Ranks	66
Tabel 4.16	Tes Statistics	67
Tabel 4.17	Hasil Uji n-gain kelompok eksperimen	69
Tabel 4.18	Hasil Uji n-gain kelompok <i>control</i>	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar	2.1	Kerangka Berfikir Efektifitas Bkp-M Dalam Meningkatkan Kesadaran Diri Siswa	24
Gambar	3.1	Model <i>Pretest - Posttest Control Group Design</i>	27
Gambar	4.1	Grafik Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen	45
Gambar	4.2	Grafik Hasil <i>Pretest</i> Kelompok <i>Control</i>	47
Gambar	4.3	Diagram frekuensi Hasil <i>Posttest</i> Ekperimen	54
Gambar	4.4	Diagram frekuensi Hasil <i>Posttest</i> Control	56
Gambar	4.5	Grafik Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Ekperimen	59
Gambar	4.6	Grafik Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Control	60
Gambar	4.7	Grafik Peningkatan Keadasaran Diri Ekperimen	61
Gambar	4.8	Grafik Peningkatan Keadasaran Diri <i>Control</i>	62
Gambar	4.9	Grafik Perbandingan Keadasaran Diri Ekperimen	63
Gambar	4.10	Grafik Hasil Peningkatan Kesadaran diri Siswa	71
Gambar	4.11	Struktur hirarki Kesadaran Diri	73

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Instrumen <i>Self-Awareness</i>	1
Lampiran 2	Distribusi Perolehan Skor Responden	2
Lampiran 3	Rekap Hasil Data	3
Lampiran 4	Rencanan Pelaksanaan RPL BKp-M	4
Lampiran 5	Rencanan Pelaksanaan RPL BKp	5
Lampiran 6	<i>Samilarity/</i> Tesis Indra Abdi Candra Originality Report	6
Lampiran 7	Dokumen Kegiatan <i>Treatment</i> Kelompok Eksperimen.....	7
Lampiran 8	Dokumen Kegiatan <i>Treatment</i> Kelompok <i>control</i>	8
Lampiran 9	Surat Keterangan Penelitian	9
Lampiran 10	Izin Pelaksanaan Penelitian	10
Lampiran 11	Rekomendasi Penelitian	11
Lampiran 12	Surat Tugas Tim Penguji Seminar Tesis	12
Lampiran 13	Surat Tugas Tim Munaqasyah Seminar Tesis	13

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

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. Zimmerman & Martinez-Pons (dalam Latipah, 2010) bahwa bagusunya hasil belajar siswa biasanya diawali dengan kesadaran, kalau sudah sadar ia akan bertanggungjawab, selanjutnya tahu caranya, 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 (Mudana 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 (Pompeo & Levitt, 2014), 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 sendiri yaitu menurut De Vito (1997), 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* (Aslami et al., 2021)

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 – interkoneksi*, 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 (Hafifa et al., 2022)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَانْتَقُوا إِلَيْهِ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ
وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَٰئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ

Artinya: *Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan* (Surat Al-Hasyr Ayat: 18)

Tafsirnya Ibnu Katsir menjelaskan terkait ayat di atas takwa itu sendiri berupa mentaati ketentuan Allah dan meninggalkan larangan-Nya untuk hari esok yaitu kampong 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 dibawah ini.

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

Artinya: *Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan agar mereka beribadah kepada-Ku* (Az-Zariyat: 56)

Selanjutnya Allah berfirman dalam hadis qursi menjelaskan tentang kesadaran diri mengingat Allah dan mensyukuri yaitu: .

قَالَ اللَّهُ تَعَالَى : يَا آدَمُ، إِنَّكَ مَا ذَكَرْتَنِي شَكَرْتَنِي، وَإِذَا مَا نَسَيْتَنِي كَفَرْتَنِي (رواه الطبرانی عن أبي هريرة)

Artinya “Wahai anak Adam, bahwa selama engkau mengingat Aku, berarti engkau mensyukuri Aku, dan apabila engkau melupakan Aku, berarti engkau telah mendurhakai Aku!,” (HR Thabrani).

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 ditingkatkan masih ada siswa yang tidak sholat.

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).

Bertitik tolak dari masalah yang muncul BKp-M dapat meningkatkan kesadaran diri siswa. Berdasarkan kondisi tersebut, penulis berkeinginan untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Bimbingan Kelompok Pendekatan *Muhasabah* Dalam Meningkatkan Kesadaran Diri Siswa di SMP Negeri 6 Payakumbuh”

B. Identifikasi Masalah

Dari berbagai persoalan yang ada, selanjutnya penulis dapat mengenali persoalan penelitian ini menjadi beberapa masalah yaitu;

1. Pengaruh konseling realitas terhadap kesadaran diri,
2. Kesadaran diri akan bertambah melalui konseling kelompok memakai teknik CBT
3. Efektivitas bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* dalam meningkatkan kesadaran diri.
4. Kesadaran diri dalam belajar dapat berkembang dengan mengaplikasikan konseling gestalt memakai teknik reframing
5. Efisiensi program berbasis psikodrama dalam meningkatkan kesadaran diri dan mengurangi ketegangan siswa melalui konseling kelompok.

C. Batasan Masalah

Menurut beberapa diidentifikasi kejadian di atas, penulis hanya penelitian tentang efektivitas bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* dalam meningkatkan kesadaran diri siswa.

D. Perumusan Masalah

Beranjak dari kondisi di atas, penelitian ini merumuskan apakah bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* efektif dalam meningkatkan kesadaran diri siswa di SMP Negeri 6 Payakumbuh?

E. Tujuan Penelitian

Merujuk dari kondisi di atas, ada pun tujuan dari penelitian adalah untuk melihat efektivitas bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* dalam meningkatkan kesadaran diri siswa di SMP Negeri 6 Payakumbuh

F. Manfaat dan Luaran Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Mejadikan teori bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* dalam upaya pengembangan Kesadaran Diri siswa.

2. Manfaat Praktis bagi:

a. Konselor/ Guru BK

Merupakan alternative solusi bagi Konselor/ guru BK dapat diaplikasikan di sekolah yaitu bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* dalam meningkatkan kesadaran diri

b. Siswa

Dalam meningkatkan kesadaran diri siswa alternative lain melalui bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah*.

c. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini bisa mejadi penelitian relevan bagi peneliti berikutnya.

3. Luaran Penelitian

Hasil yang ingin dicapai dari penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut yaitu:

- a. Hasilnya berwujud tesis
- b. Penelitian ini diterbitkan dalam bentuk Artikel ilmiah di jurnal terakreditasi minimal sinta 5

G. Definisi Operasional

1. BKp-M

BKp-M merupakan layanan yang memanfaatkan dinamika kelompok dalam rangka memfasilitasi perkembangan siswa dalam menghadapi perubahan hidup kearah yang lebih baik bersifat *integrative-interkonektif*, melalui tehnik; *Tabayyun, Al-Hikmah, Mauizah* dan *Mujadalah*.

BKp-M mengajak siswa mengintrospeksi, mengeksplorasi, dalam rangka mengemukakan konsep, kemudian mengembangkan, mengaktualisasikan potensi, menciptakan kondisi dan situasi tercapainya tujuan konseling kelompok yang diharapkan.

2. Kesadaran Diri

Berdasarkan pendapat Goleman, 2003:513) ia mengatakan dari kesadaran diri yaitu: Self awareness (kesadaran diri) yaitu mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat”

Goleman, (2009), juga menguraikan aspek kesadaran diri yaitu; kemampuan dalam mengenali emosi diri, kemampuan kelebihan dan keterbatasan diri, memiliki rasa humor, memandang diri dari banyak perspektif, kemampuan mempercayai diri sendiri.

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 diri sendiri dalam mengambil keputusan yang realistis.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Landasan Konsep dan Teori

1. Konsep Kesadaran Diri

a. Pengertian Kesadaran Diri

Menurut Goleman *Self awareness* atau kesadaran diri merupakan mengerti akan apa yang dirasakan, menuntun dalam pengambilan keputusan, dengan tolok ukur apa adanya, berangkat dari potensi diri dan kepercayaan yang dimiliki”. Selanjutnya seperti apa peserta didik yang memiliki kesadaran diri, tentu memiliki perhatian lebih terhadap dirinya, baik itu perasaan atau pun pikirannya, menyadari kelebihan dan kekurangan diri, sadar apa yang diperbuat atas dasar pendapat sendiri dengan penuh kesadaran dan tidak lepas dari penilaian dari orang lain (Sari et al., 2019).

Dengan adanya kesadaran diri mendukung dalam untuk mengetahui potensi dan kelemahan atas tindakan yang dilakukan, tidak lepas dari kedali pikiran sendiri dengan penuh kesadaran. Apa bila tidak memiliki kesadaran diri, tentu individu tersebut tidak memiliki tanggung jawab dalam melaksanakan keputusan yang diambil, biasanya bila kesadaran diri negatif tidak stabil dan tidak utuh mengenal dirinya, serta bagaimana mengenal dirinya dengan baik selanjutnya merugikan diri atau berdampak buruk terhadap dirinya. Biasanya kesadaran diri mempengaruhi karakter, tabiat dan kesadaran terhadap diri sendiri, juga terkait dengan kebahagiaan dalam hidupnya.

Kesadaran diri yang berkualitas merupakan pengalaman sadar terhadap keadaan saat ini, membawa hasil pada keadaan mendatang. Ternyata masih ada siswa yang belum memiliki kesadaran diri yang positif.

Hal ini sejalan dengan pendapat I Nyoman Oka Mudana membantu klien supaya dapat membenarkan perasaan, pandangan, menimbulkan percaya diri, siap menerima, dilaksanakan diwaktu akan datang, dengan mandiri penuh kesadaran, hasil akhirnya klien secara otomatis serta sesuai dengan keinginannya dalam menampilkan diri secara independen dalam memutuskan, percaya diri kuat dapat meningkatkan melalui keyakinan atas apa yang dimiliki serta tidak ragu dengan kemauan untuk dilaksanakan berdasarkan studi bahwa teknik konseling gestalt tepat meladapat membantu meningkatkan kesadaran diri siswa dengan tahapannya (Sari et al., 2019), studi kedisiplinan belajar di SMA mengemukakan bahwa *self-awareness* merupakan melihat kedalam diri mengapa melakukan tindakan tersebut wawasan mengenai alasan-alasan dari tingkah laku sendiri atau persepsi diri sendiri (Saroji et al., 2021)

Selanjutnya dalam pengembangan *spiritual quotient* bagi anak dalam sudut pandang pendidikan Islam kesadarannya akan potensi bawaan religious sejak lahir sudah ada, dalam perjalanan tumbuh dan berkembang fisik dan dimensi batin memuat aspek kesucian jiwa dalam rangka mencerdaskan dirinya mulai *al-sam'u* atau pendengaran, *al-abshāra* disebut juga penglihatan, dan *al-afidah* yang diartikan hati memahami, untuk terpenuhinya hakikat kemanusiaan di depan Allah yang maha mulia (Nurhayati, 2018)

Lebih lanjut keterkaitan kesadaran diri dengan kedisiplinan siswa adalah bahan dasarnya adalah kesadaran penuh tentang perilaku itu sendiri (Mumpuni, 2018), kemudian keterkaitan disiplin belajar dengan kesadaran diri siswa adalah dengan memiliki potensi mengenali dan memahami emosi sendiri, apakah emosi dapat mempengaruhi perjalanan hidup seseorang, *self awareness* menopang semua kemampuan yang ada, *Self awareness* menjaga dan memelihara, mempertahankan dan sampai mengembangkan konsep diri (Robin & Hunsaker dalam Irawati, 2015, hlm 9), *Self awareness* merupakan

pengetahuan perilaku sendiri dan kondisi sekitar, sehingga dapat dijadikan modal untuk meningkatkan kualitas diri dengan cara mengetahui kekurangan dan kelebihan. Diharapkan *self awareness* bisa menuntun siswa terkait dengan nilai, target, kelemahan dan kekuatan dari potensi yang ada pada siswa.

Self awareness pun mendorong siswa menentukan pilihan yang tepat dan belajar lebih efektif dan lebih baik. Siswa yang memiliki *self awareness* yang positif pun mampu menerima kelebihan dan kekurangannya. Peserta didik yang tidak mempunyai kesadaran diri *self awareness* akan menghambat dalam memutuskan sesuai dengan potensi dan kelemahan yang ada pada dirinya (Dalina 2016, hlm 3). Dapat disimpulkan bahwa *self awareness* sangat diperlukan untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan diri sendiri, sehingga siswa tidak salah dalam memutuskan tindakan baik di sekolah maupun di lingkungan sosialnya. Salah satu yang harus dilakukan pendidik adalah menumbuhkan *self awareness* peserta didik agar membentuk pribadi insan kamil (Aulia, 2019), dengan kesadaran dan penerimaan ini seseorang mampu memperbaiki kekurangan sehingga mempunyai konsep diri yang positif konsep pengenalan diri (Elihami, 2018)

Selanjutnya apabila konselor bertemu dengan klien yang tidak sama budayanya dengan konselor, maka konselor harus bijaksana dalam melihat budaya yang melekat pada diri klien, konselor harus profesional tergantung kepada persoalan yang dihadapi klien, artinya konselor tidak boleh untuk mengarahkan untuk mengikuti budaya yang dimiliki konselor dengan memahami secara sadar budaya klien (Bisri, 2016)

Dari teori yang ada dapat penulis simpulkan kesadaran diri merupakan apa yang dirasakan di waktu 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.

b. Aspek-Aspek Kesadaran Diri

Menurut Indriyani & Fadillah, (2020) aspek atau Indikator dari *self awareness* yang terdiri dari yaitu; *pertama* kenal perasaan dan tindak tanduk dirinya, *dua* tahu potensi juga kelemahannya, *tiga* memiliki tabiat yang independen, *empat* dalam menetapkan sesuatu dengan benar, *lima* berkompeten dalam mengutarakan gagasan, kata hati, pendirian dan kepercayaan, dapat menkritik diri.

Selanjutnya menurut Goleman, (2009), menjelaskan perspektif kesadaran diri atau *self-awareness* yakni: *pertama* kapabilitas dalam mengidentifikasi perasaan serta efek perasaan tersebut, juga makna perasaan yang itu dan kenapa perasaan bisa tumbuh, mengetahui hubungan perasaan dengan pikirannya, perasaan terhadap kinerjanya, dan kesadaran menjadi dasar dalam menentukan makna atau nilai dan harapan pribadi. *kedua* kapabilitas diri yang benar berasal dari jiwa, ditandai dengan; sadar akan kekuatan dan kekurangan dirinya, ada waktu untuk reflesi diri, menimba ilmu berdasarkan dari pengalaman, bisa menyetujui masukan juga dimensi aktual, selanjutnya bersedia menimba ilmu selalu dan memajukan diri. Kemudian seseorang juga menunjukkan rasa senda gurau serta bersedia melihat diri dari dimensi actual. *tiga* mengakui kompetensi diri sendiri, maksudnya punya keyakinan dan kehormatan diri yang kuat serta kompetensinya, ditandai dengan; sanggup menyampaikan tentang eksistensi dirinya, termasuk pemikiran yang berbeda, siap berkoban atas nama kebenaran, ketika mengambil keputusan secara tegas dan benar, sekalipun keadaan tidak pasti

Sementara itu kesadaran diri diukur dengan skala (Maharani & Mustika, 2017) dimensi yang direkomendasikan yaitu: 1) paham akan masa lampau, saat ini, dan yang datang berperilaku; 2) sensibilitas akan atas perasaan nurani; 3) mengakui perihal positif dan negatif yang ada pada dirinya; 4) kepribadian introspektif; 5) dalam berbut sadar diri; 6) sadar performa fisik dan potensi dirinya; 7) menerima evaluasi dari orang lain (dalam Indriyani & Fadillah, 2020)

Selanjutnya Baron dan Byrne berpendapat merupakan tokoh psikologi sosial, menyatakan *self awareness* mempunyai model yaitu: kesadaran diri *subjektif, objektif, simbolik* (Mumpuni, 2018).

Selanjutnya Soedarsono menuturkan kesadaran diri dapat dipengaruhi elemen yaitunya: sitem nilai, sikap dan perilaku. (Malikah, 2013)

Dari teori yang ada dapat penulis simpulkan aspek-aspek *Self awareness* yang penulis dalami yaitunya; perasaan, perilaku, kekuatan dan kelemahan diri dapat diketahui, mempunyai sikap independen, mampu mengambil keputusan secara benar, pandai dalam menyatakan pikirannya, kata hati, pemikiran, kepercayaan dan bisa menilai diri sendiri.

c. Tahapan-Tahapan Kesadaran Diri

Kesadaran diri kreatif akan terwujud bila melewati tahapan sebagai berikut; yaitu ketidaktahuan, melawan, kesadaran standar dan inovatif.

d. Manfaat Mempertinggi Kesadaran Diri

Muhammad Ali Shomali menjabarkan manfaat kesadaran diri sebagai berikut; yaitu: 1) kesadaran diri merupakan media ontrol kehidupan, 2) memahami berbagai katateristik fitrah yang unik membolehkan orang memprediksi mereka siap, 3) memahami aspek ruhani dari bentuk kita, 4) menyadari penciptaan kita bukanlah kebetulan, 5) manusia menyadari sangat butuh bantuan terkait dengan

kebenaran dan peka terkait dengan reaksi perkembangan serta penyucian ruhani (Malikah, 2013)

e. *Faktor Penghambat Kesadaran Diri*

Faktor penghambat kesadaran diri adalah buruk (akhlak mazmumah) seperti yaitu; berang, iri, sombong, bohong, riya, rakus, prasangka buruk, malas, kikir, was-was, tidak punya malu, melanggar batas, sewenang-wenang dan bodoh, syubhat dan syahwad (maharani & mustika, 2017)

f. *Faktor yang Mempengaruhi Kesadaran Diri*

Perkembangan manusia berproses mulai sejak konsepsi sampai pada tutup usia (wafat), maka dari hal ini periode perkembangan dalam kehidupan manusia yaitu: sebelum dilahirkan, bayi dan belita, usia dini, kanak-kanak (tengah dan akhir), remaja, dewasa (muda, pertengahan dan akhir) (Alfredo, 2018)

Self awareness dipengaruhi oleh faktor yaitu: pemikiran, kata hati, semangat, kepribadian, kepandaian serta lingkungannya (Indriyani & Fadillah, 2020)

Selanjutnya terbembentuknya kesadaran diri berdasarkan sebuah keahlian yang timbul dari kesadaran, Goleman menjelaskan keahlian tersebut yaitu: memahami perasaan, pengakuan diri yang akurat, kepercayaan diri (Maharani & Mustika, 2017)

2. Konsep BKp-M

a. *Pengertian BKp dan Pengertian BKp-M*

1) Pengertian BKp

Menurut (Ardimen et al., 2019) bimbingan kelompok bantuan terencana dalam pengembangan pribadi, melalui dinamika kelompok terentaskan masalah yang dialami dan meningkatkan *life skill*, selanjutnya Sisca et al. (2016) dinamika kelompok akan efektif bila menerapkan asas kegiatan termasuk asas keterbukaan,

ditandai dengan aktifnya anggota kelompok membahas topik sedang hangat diperbincangkan di media maupun lingkungan sekitar, yang telah disepakati bersama, sebagai preventif berkembangnya masalah, dapat diselenggarakan di mana saja baik *indoors* maupun *outdoors*, dengan tujuannya, sebagai berikut yaitu: 1) menyempurnakan dan perkembangan diri; 2) memperkaya diri dari konten yang dibahas secara luas dan mendalam serta dapat diterapkan kehidupan sehari-hari. Pelayanan bimbingan kelompok diberikan oleh konselor yang profesional yang jadi primadona diantara layanan yang ada, baik disegi kuantitas, keefesiensi, strategi, suasana kegiatan dan efektifitas serta konten yang diberikan berdasarkan persetujuan bersama sesuai kebutuhan.

Bimbingan kelompok merupakan proses bantuan yang dilakukan oleh guru BK pada siswa diawali terbentuknya kelompok yaitu ada pemimpin kelompok (guru BK) dan siswa (anggota kelompok) dengan jumlah anggota kelompok diantara 8-12 orang (Nursilviani et al., 2022), melalui kegiatan kelompok. Kemudian Tambusai, (2021) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok dalam rangka bagaimana terpenuhinya kebutuhan siswa.

Menurut Prayitno, (2017:134-135) bimbingan kelompok memiliki tujuan khusus yaitunya membahas topik aktual yang merupakan menjadi animo siswa, dengan memanfaatkan dinamika kelompok secara intensif, yang mendorong pengembangan wawasan, keterampilan, nilai dan sikap (WKPNS) anggota kelompok (Ardimen et al., 2019). Pengembangan nilai rasa, pikiran, pemahaman, pandangan, perbuatan untuk aksi lebih baik (Sartika & Yandri, 2019). Dinamika merupakan hubungan terciptanya keaman, nyaman dan kesejuk (Atika & Martin, 2020)

Lebih lanjut bimbingan dan konseling kelompok merupakan yang dilakukan orang profesional (konselor) bahkan kini merupakan layanan “primadona” baik di sekolah dan

perguruan tinggi maupun di luar sekolah, dari sisi kuantitas, efisiensi, strategi, kegiatan, kualitas, materi layanan (Sisca et al., 2016)

Selanjutnya kesimpulan dari paparan di atas dinyatakan bahwa bimbingan kelompok memberikan pelayanan kepada siswa melalui dinamika kelompok serta berkontribusi dalam mengambil keputusan dan juga mendorong siswa mengoptimalkan potensi yang ada pada dirinya, dalam pelaksanaan bimbingan kelompok biasanya beranggota 8 sampai 10 orang.

2) Pengertian BKp-M

Menurut (Ardimen et al., 2019) model BKp-M melalui dinamika kelompok pengembangan individu bisa dilakukan secara baik dan komprehensif dalam menghadapi kehidupan secara integratif dan interkoneksi dalam menghadapi tantangan perubahan dalam kehidupan.

Kemudian dalam Islam Pekerjaan menghisap dan mengkritik diri dengan sebutan *muhasabah*. *Muhasabah* adalah merupakan *mashdar* dari lafal *hasaba-yuhasibu* yang lafal dasarnya *hasabayahsubu* yaitu menilai (Yunus 1990, hlm. 102) (Hasanah, 2018)

Muhasabah dalam konsep *al-qur'an* dari sudut pandang al-ghazali yaitu; *muhasabah* yang kamil secara hierarki yaitu; *Musyarathah*, *Muraqabah*, *Muhasabah*, *Mu'aqabah*, *Mujahadah* dan *Mu'atabah* (Al-Ghazali tt, hlm. 381) (Hasanah, 2018). Bila diartikan menurut bahasa indoensia yaitu pengesahan syarat, diawasi, diaudit, selanjunya sanksi, lebih lanjut bersungguh-sungguh dan terakhir mencela diri.

Berikutnya Syafri et al., (2020) menjelaskan siapa yang membentengi diri dengan niat kemudian mewas diri menunjukkan manusia beriman kepada Allah dan hari akhir yaitu; *Musyarathah*, (saat ini mendorong diri mempraktekan kebaikan). *Muraqabah*

(yakin selalu diawasi Allah, maka beramal dengan ikhlas dan tekun (Fathiyah Mohd Fakhruddin & Asmawati Suhid, 2016), dan melakukan kesalahan bertaubat, mintak ampun insaf dan tidak mengerjakan lagi). *Muhasabah* (menyodorkan syarat, menilai, dan mengeksplorasi diri atas semua yang telah diperbuat. *Mu'aqabah* (memberikan sanksi terhadap diri sendiri tentu yang dibolehkan). *Mujahadah* (melaksanakan amalan yang terbaik). *Mu'atabah* (memberikan teguran kepada diri sendiri dengan konsisten (Fathiyah Mohd Fakhruddin & Asmawati Suhid, 2016)).

Lebih lanjut tingkatan *muhasabah* terdiri dari beberapa perspektif, yaitu *Akidah*, *finansial*, sosial, *intelektual*, emosional, dan dakwah. Selanjutnya Aini, (2018) *muhasabah* merupakan tafakur dalam menghisab diri sendiri sebelum Allah SWT menghisab di alam akhirat. *Muhasabah* sebagai cara memotivasi untuk penghafal al-qur'an menjelaskan. *Muhasabah* yakni kepandaian insan muslim dalam menilai dirinya dengan proses menghisap diri terhadap perbuatan dalam rangka membenahi diri setelahnya.

Muhasabah yaitu mekanisme dalam menumbuhkan kompetensi belajar mandiri (*selfregulated learning*) Aisyah, (2021) menjelaskan *muhasabah* merupakan aktivitas yang dilakukan untuk melihat dirinya secara heterogen dari berbagai sisi, selanjutnya ditelaah dan menyajikan isinya. Selanjutnya *muhasabah* yaitu aktivitas yang serius secara kerohanian dalam menciptakan cendekiawan mengkaji kemanusiaan secara hakekatnya. Maka tidak mungkin jika manusia dapat menjaga keistiqamahan hati tanpa aktivitas yang serius dan pandangan ini, hal ini agar hamba Allah bisa memisahkan antara kebaikan dan keburukan, keindahan dan kejelekan, yang bermanfaat dan yang berbahaya, dan dari segala hal yang berkaitan dengan hari kemarin, hari sekarang, dan hari mendatang.

Sesi *muḥasabah* mulai dari mengingat kesalahan, mengingat kematian, memperbaiki diri, introspeksi diri, berdoa dan memperbanyak *ẓikrullāh* (Aisyah, 2021). Lebih lanjut Fathiyah Mohd Fakhruddin & Asmawati Suhid, (2016) menjelaskan *muhasabah* bisa membersihkan hati yang kotor dan keras. *Muhasabah* merupakan semangat untuk bertaubat.

M. Hasanah, (2017) menjelaskan IESAQ (Intellegence atau IQ terkait dengan akal, Emotional atau EQ/ galb, Spritual and Adversity Qoutient atau SQ/ ketuhanan) bisa ditumbuh kembangkan melalui pengalaman, *muhasabah* dan *mujahadah*.

Selanjutnya *Tazkiyatun Nafs* (pensucian jiwa) menurut Ghazali dimulai dari ikhlas, niat, ilmu, hati, zuhud, nafsu, *muhasabah*, sabar, syukur, tawakkal, ridha, raja, khauf, dunia dan akhirat (Susanti, 2020)

Kemudian Waliyuddin, (2021) menurutnya *Tazkiyatun Nafs* dengan nilai: spiritual, integritas, menghargai, *silaturrahim*, tanggung jawab, kerja keras, *istiqamah*, sabra, keteladanan, *tasamuh* cinta akan ilmu. Dalam meninternalisasi spiritual melalui trilogi hidup (kebenaran, kebaikan dan keindahan)

Ibnu qayyim al-jauziyyah menjelaskan relevansinya kesehatan mental dengan *muhasabah* yaitu perhatian, pengetahuan, dan penilaian diri, bagaimana yang dikatakan mental yang sehat seseorang mempunyai *An-nafs Al-muthma'innah* yaitu jiwa yang tenang ada dalam diri, diperlukan cara yang tepat dan daya guna, beberapa langkah yaitu: *takhliyah*, *tahliya*, *mujahadah an-nafs*, *dzikrullah*, *riyadhah an-nafs*, *tahqiq 'ubudiyah*, makna *muwafaqah*, *muthabaqah* aplikasinya, *itsbat* penetapannya, *takhlis* pemurniannya.

Berdasarkan penjabaran di atas, *muhasabah* dikatakan berhasil, sudah meraih derajat *nafs muthmainnah*, bila memiliki yaitu: pertama beriman kepada Allah, sabar, dan *tawakal* kepada Allah (Putra, 2021)

Herdianti, (2020) mengatakan bahwa *muhasabah* diri menilai amal (baik dan buruk), sebagai bukti ketakutan kepada Allah sebagai persiapan hidup yang abadi diakhirat.

Dari paparan yang telah dijelaskan dapat disimpulkan bahwa *muhasabah* merupakan suatu proses dalam rangka introspeksi, baik diri dari perkataan, perbuatan dan sikap yang dilakukan, yang dipertanggung jawabkan, secara terus-menerus disumpurnakan dalam kehidupan sehari-hari sesuai dengan tujuan diciptakannya manusia itu sendiri yaitu mencari ridho Allah agar memperoleh kebahagiaan baik didunia maupun diakhirat.

Selanjutnya BKp-M merupakan layanan dimana dinamika kelompok membantu perkembangan supaya berkembang secara optimal dengan terintegratif, terkoneksi dan secara komprehensif menghadapi perubahan dalam hidup sehari-hari, melalui pendekatan *Muhasabah* (dengan pendekatan *tabayyun*, *mujadalah*, *mauizah* dan *hikmah*) dalam meningkatkan kesadaran diri siswa.

b. Tujuan BKp dan BKp-M

1) Tujuan BKp

Bimbingan kelompok secara umum bertujuan mencegah berkembangnya masalah, sementara itu tujuan secara khusus yaitu anggota kelompok membahas topik tertentu yang mutakhir yang menjadi sorotan anggota, dalam rangka membantu individu dalam mengambil keputusan yang tepat, baik terkait dengan pendidikan, pekerjaan, pribadi, atau sosial (Ardimen et al., 2019), Tambusai, (2021) menaktifkan siswa supaya sifat pemalu hilang dan mendorong perubahan diri dengan mengotimalkan potensi yang

ada, peningkatan penyesuaian diri melalui permainan (Kaslani, 2021). Selajutnya Sisca.,(2016) tujuan khusus yang ingin dicapai menjadi pengalaman, secara umum bertujuan mengembangkan kemampuan sosialisasi, khususnya kemampuan komunikasi, lebih lanjut yang ingin dicapai yaitu; studi mengenal diri dan orang lain, menciptakan cara mengatasi persoalan perkembangan, konflik, meningkatkan kompetensi pengontrolan diri sendiri, independensi, dan tanggungjawab akan diri sendiri dan manusia lain, merencanakan perubahan perilaku dan kesadaran diri sendiri sungguh-sungguh (*to commit*), untuk bisa terwujud diperlukan komunikasi yang baik dengan lembut, serta bagaimana menghargai orang lain seperti menghagai diri sendiri sesuai dengan nilai norma yang diyakini, selanjutnya perubahan yang diharapkan sesuai dengan keinginan diri sendiri tanpa merugikan orang lain, kemudian menjadikan hidup penuh makna, dapat diungkapkan, diringankan dicairkan, diluruskan, diperluas, sebaiknya selalu menemukan cara baru yang lebih baik dari yang sebelumnya atau lebih memudahkan serta menguntukan serta bermanfaat lebih.

2) Tujuan BKp-M

Tujuan BKp-M membantu mewujudkan perkembangan individu dengan baik secara komprehensif dapat dilihat dalam upaya meningkatkan *self identity, self concept, self efficacy, self regulation, self integrity, self adjasment, self motivation, acievement motivation, religious-commitment* dan dalam menyongsong transformasi hidup dan kehidupan mau tak mau optimistis (Ardimen et al., 2019).

c. *Dinamika BKp dan BKp-M*

1) **Dinamika Bimbingan Kelompok**

Kegiatan yang dilakukan lewat dinamika kelompok di dalam bimbingan kelompok (BKp) pokok pikiran umum yang merupakan intres bersama anggota dalam kelompok (Ardimen et al., 2019).

2) **Dinamika Bimbingan Kelompok Pendekatan Muhasabah**

BKp-M merupakan layanan dimana dinamika kelompok membantu perkembangan supaya berkembang sebagai mana mestinya yang terintegratif dan terkoneksi secara komprehensif menghadapi perubahan dalam hidup sehari-hari (Ardimen et al., 2019)

d. *Teknik-Teknik Pelaksanaan BKp-M*

Pendekatan *muhasabah* yang merupakan teknik yang memanfaatkan bimbingan kelompok. Selanjutnya Yusuf LN & Nurihsan menjelaskan sebagai berikut:

- 1) Yang dimulai dengan *tabayyun*, mendorong siswa agar dapat menghisap dan menginvestigasi diri;
- 2) Selanjutnya dengan *al-hikmah*, mendorong siswa agar bisa menjelaskan apa yang dimiliki, yang menjadi dasar agar lebih baik lagi, supaya dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari yang ada pada dirinya;
- 3) Kemudian *mauizah*, mendorong siswa memilih alternative lain yang bisa laksanakan; dan
- 4) Barulah *mujadalah*, mendorong siswa membuat keadaan dengan saling berkomunikasi untuk mewujudkan hasil akhir dari bimbingan kelompok (Ardimen et al., 2019)

e. **Tahap-tahap BKp dan BKp-M**

1) Tahap-tahap Bimbingan Kelompok

Tahapan dalam bimbingan kelompok yaitu: Pembentukan, Peralihan, Kegiatan/ pembahasan pokok, Penyimpulan hasil kegiatan dan Pengakhiran.

Selanjutnya dalam pelaksanaannya dengan dua jenis kelompok yaitu; 1) "kelompok tugas" pokok bahasannya datang dari pimpinan kelompok, sementara itu "kelompok bebas" pokok bahasannya muncul dari anggota (Prayitno, et al., 2017)

Selanjutnya Sisca.,(2016) lima tahapan besar, yaitu: a) pembentukan (siapa memanfaatkan dinamika kelompok dalam rangka menggapai tujuan), b) peralihan (membawa kepada ke kegiatan selanjutnya kian terarah dalam menggapai harapan kelompok), c) kegiatan (intinya yaitu pembahasan topik tertentu dalam bimbingan kelompok atau penyelesaian persoalan anggota kelompok pada konseling kelompok), d) penyimpulan dilakukan oleh kelompok, berkenaan dengan apa yang telah dibahas, e) pengakhiran kegiatan, membicarakan kegiatan berikutnya dan menyampaikan bahwa kegiatan akan berakhir.

2) BKp-M

Pelaksanaan BKp-M dapat dilaksanakan dengan langkah-langkah yang jelas diawali dengan kegiatan yang namanya pembentukan siswa terlebih dahulu memahami tujuan dari BKp-M, selanjutnya peralihan yang menjabatani kegiatan berikutnya, kemudian kegiatan terbahasnya secara mendalam dan tuntas yang dibicarakan, dan diakhiri penutup yaitu evaluasi dan tindak lanjut dari kegiatan yang dilaksanakan (Ardimen et al., 2019).

B. Penelitian yang Relevan

Dari beberapa penelitian yang berhubungan dengan Kesadaran Diri dan peningkatan Kesadaran Diri dalam Penelitian Konseling yaitu;

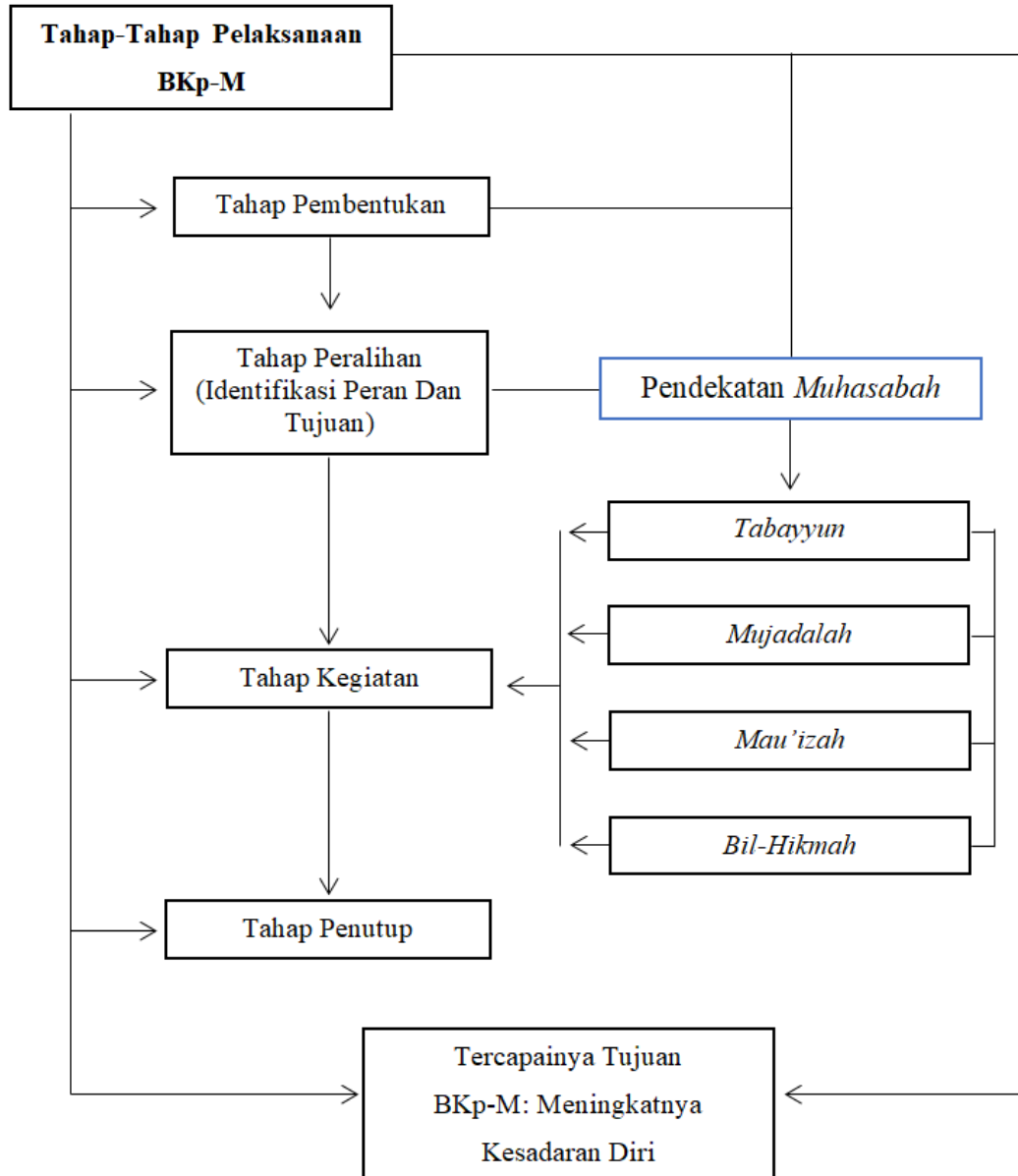
1. Penelitian yang dilakukan oleh (Ardimen et al., 2019) “Model Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan *muhasabah*”. Pada penelitian ini mendefinisikan model BKp-M menjelaskan bahwa dinamika kelompok dapat mengantarkan kepada perkembangan lebih baik dalam menjalani kehidupan secara komprehensif berdasarkan literature yang ada.
2. Penelitian yang dilakukan oleh (Ardimen, 2018) “Pengembangan Kepribadian Konselor Berbasis Asmaul Husna Dalam Pelayanan Konseling”. Pada penelitian ini, penelitian untuk mengembangkan kepribadian konselor berbasis “*asmaul-husna*”. Konselor yang memiliki kompetensi kepribadian yang baik, ramah, santun, dan empati tentunya menjadi panutan bagi klien, dengan pendekatan studi dokumentasi analisis referensi dan pembahasan hasil penelitian serta kajian kepribadian konselor. Hasil dari penelitian ini menunjukkan kepribadian konselor “*asmaul-husna*” sebagai dasar kepribadian konselor. Pengobatan oleh konselor menggunakan beberapa nilai “*asmaul-husna* ketika berhadapan dengan siswa atau klien, yaitu: memiliki sifat-sifat 1) mencintai, 2) penyayang, 3) aturan/pemimpin, 4) memiliki kesucian, 5) memberi kesejahteraan, 6) pemberi rasa aman, 7) penjaga, 8) 'jantan', 9) 'kuat', 10) mampu menciptakan/inisiatif, 11) mampu mencapai keseimbangan, 12) pembukaan rahmat, 13) pengampunan/pengampunan, 14) telah berkomitmen, 15) pemberi hadiah, 16) ar-Razzaq, 17) pembukaan rahmat, 18) memiliki pengetahuan/ pengetahuan sendiri, 19) yang mengaspal, 20) yang memuliakan, dan 22) yang mendengarkan.
3. Studi yang dilaksanakan oleh (Afnilaswati et al., 2021) “Konsep Aplikasi Landasan Dan Pendekatan Religius Dalam Pelayanan Konseling”. Pada penelitian ini, penelitian untuk menjelaskan konsep dan aplikasi landasan religius yang dilengkapi dengan contoh aplikasi dan integrasi berbagai pendekatan religius dalam proses konseling, dengan Metode Penelitian ini

menggunakan kajian kepustakaan dengan sumber utama untuk mendapatkan data adalah alqur'an dilengkapi dengan buku referensi dan artikel jurnal terkait dengan landasan religius dalam konseling. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa konseling religius yaitu proses bantuan secara professional yang dilakukan oleh konselor yang terlatih dan berpengalaman dengan mengintegrasikan nilai-nilai agama dalam proses konseling.

4. Studi yang dilaksanakan oleh (Hafifa et al., 2022) "Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan *Muhasabah* Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa". Pada penelitian ini, penelitian menguji pengaruh bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* terhadap motivasi berprestasi siswa, dengan Metode Penelitian ini menggunakan kuantitatif tipe eksperimen dengan one group *pretest - posttest* design. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok dengan pendekatan *muhasabah* berpengaruh signifikan terhadap motivasi berprestasi siswa terlihat dari semakin meningkatnya rasa senang siswa terhadap situasi yang menuntut tanggung jawab pribadi, siswa mengharapkan balikan dari pekerjaannya dan siswa cenderung mengambil risiko yang moderat dibanding risiko yang rendah.

C. Kerangka Berfikir

Peneliti membuat kerangka pikir untuk memperlancarkan peneliti yaitu; kian runtut dan terstruktur sebagai berikut:



Gambar 2.1 Kerangka Berfikir Efektifitas BKp-M dalam meningkatkan kesadaran diri siswa

D. Hipotesis Penelitian

Merujuk kepada hipotesis persolan dan harapan dari penelitian ini, maka hipotesisnya sebagai berikut:

H_0 : “BKp-M tidak berpengaruh signifikan dalam meningkatkan kesadaran diri siswa di SMP Negeri 6 Payakumbuh”

H_a : “BKp-M berpengaruh signifikan dalam meningkatkan kesadaran diri siswa di SMP Negeri 6 Payakumbuh”

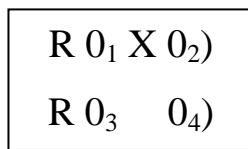
BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Peneliti menggunakan jenis penelitian yaitu kuantitatif dengan kaidah *Eksperimen*. Payadnya dan Jayantika (2018) menyatakan penelitian *Eksperimen* ialah jenis studi yang bermaksud untuk mengetahui bagaimana sikap tertentu yang dapat mempengaruhi tingkah laku siswa, untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan perilaku siswa antara perlakuan yang berbeda. Selanjutnya Sunaryo (2018) menyatakan penelitian ini mempunyai ciri khas tersendiri, terutama dengan adanya kelompok kontrolnya. Desain ini penulis gunakan karena ingin mengetahui dan melihat pengaruh BKp-M terhadap kesadaran diri siswa di SMP Negeri 6 Payakumbuh.

Selanjutnya desain yang direncanakan yaitu *True Eksperimen* dalam desain ini, peneliti dapat mengontrol semua variabel luar yang mempengaruhi jalannya eksperimen. Dengan demikian validitas internal (kualitas pelaksanaan rancangan penelitian) dapat menjadi tinggi memakai corak *pretest - posttest control group design*. Desain ini terdapat dua kelompok yang dipilih secara random, kemudian diberi *pretest* untuk mengetahui keadaan awal untuk mengetahui antara dua kelompok eksperimen dan kelompok control dengan pengaruh perlakuan adalah $(O_2-O_1) - (O_4-O_3)$, dengan tujuan dalam rangka membandingkan data sebelum atau sesudah perlakuan (Ismail, 2018). Dalam penelitian ini penulis melakukannya dengan cara meneliti dua kelompok, lalu dibagikan *pretest* (O_1) dan dengan *treatment* layanan BKp-M, kemudian dibagikan *posttest* (O_2) untuk mengungkap kesadaran diri siswa setelah diberikan layanan BKp-M, selanjutnya begitu juga dengan kelompok control dibagikan *pretest* (O_3), kemudian dibagikan *posttest* (O_4). Setelah itu penulis membandingkan hasil sebelum dan sesudah antara eksperimen dan kelompok control, sehingga diketahui perbandingan seberapa berpengaruhnya BKp-M terhadap kesadaran diri siswa baik dini dan setelah dilaksanakan perlakuan.



Gambar 3.1 Model *pretest - posttest control group design*

Keterangan:

- 0_1 : *pretest* (pengukuran pertama sebelum *treatment*)
- X : perlakuan kepada kelompok eksperimen ialah BKp-M.
- 0_2 : *posttest* (penilaian kesadaran diri siswa sesudah layanan BKp-M.
- 0_3 : *pretest* Kelompok Kontrol
- 0_4 : *posttest* Kelompok Kontrol

Pelaksanaan *Treatment* sebanyak 6 ritme yaitu,

1. *pretest*
2. *treatment pertama* topik Siapa Saya
3. *treatment ke dua* topik Lanjutan Siapa Saya
4. *treatment ke tiga* topik Lanjutan Siapa Saya
5. *treatment ke empat* topik Lanjutan Siapa Saya
6. *treatment ke lima* topik Membangun Rasa Percaya Diri
7. *treatment ke enam* topik Cara Membuat Keputusan Yang Tepat
8. *posttest*

Adapun jabaran penelitian ini adalah yaitu:

1. Melakukan *ptetest* terkait dengan kesadaran diri, yang dilakukan sebelum pelaksanaan kegiatan BKp-M
2. Melakukan *treatment* sebanyak 8 kali termasuk *pretest* dan *posttest* kesadaran diri
3. Memberikan *posttest* tujuannya membandingkan tes pertama dengan tes kedua apakah ada peningkatan atau tidak

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Studi tentang pengaruh BKp-M terhadap kesadaran diri Siswa di SMP Negeri 6 Payakumbuh, mulai dari tanggal Desember 2022 hingga Januari 2023. Penulis menetapkan penelitian di SMP Negeri 6 Payakumbuh dengan bermaksud untuk mereduksi permasalahan siswa melalui bimbingan kelompok pendekatan *muhasabah* sehingga Kesadaran Diri siswa itu lebih tinggi.

C. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Siyoto et al.,(2015) berpendapat populasi mencakup objek atau subjek kualitas dengan karakteristik tertentu yang diidentifikasi oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Sejalan dengan pendapat Sugiyono (2018) populasi ialah suatu suatu bidang yang meliputi objek/subyek atas dasar yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditentukan oleh penulis untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan. Selanjutnya Abubakar, (2021) populasi dapat dinyatakan sebagian sekumpulan objek atau sumber data penelitian, yang dapat dipilih dengan metode acak (*random*) menjadi kelompok *control* dan *experiment* dengan diperoleh dari *pretest* dan *posttest* rancangan ini perubahan terjadi setelah ada perlakuan dibanding dengan perubahan yang terjadi terhadap *control*.

Adapun subjek yang menjadi penelitian adalah siswa kelas IX di SMP Negeri 6 Payakumbuh, dapat lihat pada table dibawah ini:

Tabel: 3.1 Daftar Populasi

No	Kelas	Jumlah Siswa		Jumlah	Ket
		Laki-Laki	Perempuan		
1	2	3	4	5	6
1	IX-1	16	16	32	
2	IX-2	16	16	32	
3	IX-3	14	12	26	
4	IX-4	10	15	25	
Jumlah		56	59	115	

b. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang dijadikan subjek penelitian. Untuk menentukan/mengambil sampel dari suatu populasi, ada aturannya, yaitu sampel tersebut mewakili populasi (Syahrudin et al., 2012). Menurut Sugiyono, (2018) sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Selanjutnya (Abubakar, (2021) sampel merupakan sebagian populasi atau sejumlah anggota populasi yang mewakili karakteristi populasi yang dipilih benar-benar representative (terwakili). Artinya sample benar-benar mencerminkan populasi.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan metode *stratified random sampling* yaitu anggota populasi dikelompokkan menurut kelasnya, kemudian dipilih sampel representatif dari setiap strata. (Sugiyono, 2018).

Sampel dalam penelitian ini ialah siswa yang memiliki Kesadaran Diri yang sedang, rendah, dan sangat rendah berdasarkan pertimbangan tertentu, dalam hal ini yakni kelas IX-1 dan IX-4 dapat dilihat pada table berikut:

Tabel: 3.2 Daftar Sampel

No	Kelas	Jumlah Siswa		Jumlah	Ket
		Laki-Laki	Perempuan		
1	2	3	4	5	6
1	IX-1	16	16	32	
2	IX-4	10	15	25	
Jumlah		26	31	57	

D. Teknik Pengumpulan Data

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 (Pranatawijaya et al., 2019), seseorang atau terkait gejala social dalam penelitian ditentukan variabelnya serta indikator-indikatornya. Dari indikator disusunlah instrumen berupa pertanyaan, dari setiap pertanyaan menggunakan skala likert dengan gradasi (selalu, sering, kadang-kadang, jarang tidak pernah) (Raihan, 2017). Abubakar, (2021) lebih lanjut bahwa pengumpulan data merupakan pengukuran (*measurement*) mewakili kuantitas ciri atau *atribut* dengan bukti nyata (*quality data*), benar *evidence*, dan *reliability* serta *validity* realibilitas (Raihan, 2017).

Penulis menggunakan skala likert dengan gradasi tersebut di atas untuk mengungkap kesadaran Diri siswa di SMP Negeri Payakumbuh melalui *pretest* dan *posttest* guna melihat efektivitas BKp-M dalam peningkatan kesadaran diri Siswa.

E. Instrumen Penelitian

1. Pengembangan Instrumen Penelitian

Pada pengembangan instrumen, yang penulis lakukan mengkaji secara teoritis tentang substansi yang diukur. Terlebih dahulu penulis menentukan definisi konseptual kemudian definisi operasional. Selanjutnya definisi operasional dijabarkan menjadi indikator dan butir-butir pernyataan pada instrumen penelitian

Creswell menjelaskan instrumen merupakan alat digunakan peneliti untuk mengukur pencapaian nilai, mengamati dan mengamati perilaku, pengembangan perilaku individu (Raihan, 2017). Selanjutnya Winarto, (2013) dalam kegiatan penelitian diperlukan alat untuk mengumpulkan data alat tersebut itu lah yang disebut sebagai instrumen. Langkah Pengembangan instrumen Gable dalam (Firdaos, 2017) yaitu: 1) mengembangkan definisi konseptual mengenai Kesadaran Diri dan BKp-M, 2) mengembangkan definisi operasional mengenai Kesadaran Diri dan BKp-M, 3) memilih teknik pemberian skala, 4) melakukan review justifikasi butir, 5) memilih format respons, 6) menyusun petunjuk untuk respons, 7) menyiapkan draf instrumen, 8) melakukan analisis validitas dan reliabilitas tambahan.

Berdasarkan pendapat ahli, maka terlebih dahulu penulis menyusun kisi-kisi dan indikator instrumen penelitian. Adapun yang menjadi variable terikat adalah kesadaran diri siswa. Berdasarkan variable ini, diperoleh sub variable yaitu; 1) kemampuan menenali emosi (perasaan) diri 2) kemampuan penguatan diri yang akurat (sumber daya batianiah) 3) mempercayai diri sendiri dalam mengambil keputusan yang realistis. Berangkat dari sub variable ini, penulis menjabarkan indikator masing-masing sub variable dan menyusun item pernyataan yang terkait dengan kesadaran diri.

Selanjutnya penulis menjabarkan kisi-kisi dalam penelitian ini dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen Penelitian

KISI-KISI INSTRUMEN SELF-AWARENESS**Definisi Operasional:**

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 diri sendiri dalam mengambil keputusan yang realistis

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
	Kemampuan berani menyampaikan pandangan yang berbeda		49, 50	51, 52	4
	Kemampuan bersedia berkorban demi kebenaran		53, 54	55, 56	4
	Kemampuan tegas dan mampu membuat keputusan		57, 58	59, 60	4
	Jumlah			30	30

Sumber: Goleman, D. (2009). *Emotional Intelligence Why it can matter more than IQ* - Daniel Goleman. In *Hilos Tensados*.

Penulis melakukan uji validitas dan reliabilitas. Validitas atau valid bermakna dapat mengukur apa yang diukur dan Reliable atau Reliabilitas (terpercaya) terkait konsistensi instrument dari hasil pengukuran yang dilaksanakan (Muhammad Darwin et al., 2021).

2. Validasi Instrumen

Pada instrumen penelitian ini, penulis melaksanakan bimbingan instrumen dosen pembimbing penulis yaitu Dr. Dasril, S.Ag.,M.Pd dan Dr. Ardimen, M.Pd.,Kons untuk melihat dan menilai apakah butir – butir item pada instrumen telah mencakup komponen yang harus diukur secara representative. Selanjutnya, penulis melakukan validasi 1 dengan dosen penguji ketika seminar proposal Dr. Irman, S.Ag.,M.Pd. Validasi II Dr. Rahmad Hidayat, M.Ag.,M.Pd dosen mengampu mata kuliah Dasar-Dasar Bimbingan Konseling, Validasi III Dr. Darimis, S.Ag.,M.Pd dosen pengampu mata kuliah Bimbingan Konseling Model-Model Bimbingan Konseling dan Validasi IV Dr. Rafsel Tas’adi, M.Pd dosen Bimbingan Konseling. Berikut jbaran secara umum hasil validasi yang penulis lakukan dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 3.4 Hasil Validasi Instrumen (Validasi Isi)

No	Nama Validator	Hasil Validasi Instrumen			Ket
		1	2	3	
1	Dr. Irman, S.Ag.,M.Pd	46	10		
2	Dr. Rahmad Hidayat, M.Ag.,M.Pd	45	9		
3	Dr. Darimis, S.Ag.,M.Pd	42	14		
4	Dr. Rafsel Tas’adi, M.Pd	43	13		

Keterangan

1. Validasi tanpa revisi
2. Validasi dengan revisi
3. Tidak Valid

Pertama penulis lakukan pada Rabu 26 Oktober 2022 Bapak Dr. Irman, S.Ag.,M.Pd, berdasarkan validasi yang dilakukan, terdapat 10 item pada instrument yang harus direvisi karena kalimatnya kurang tepat. Adapun butir yang dimaksud adalah 1, 2, 3, 6, 24, 36, 53, 54, 58, dan 59.

Kedua penulis lakukan pada hari Selasa 1 November 2022 Bapak Dr. Rahmad Hidayat, M.Ag.,M.Pd berdasarkan validasi yang dilakukan terdapat 9 item pada instrument yang harus direvisi karena kalimatnya kurang tepat. Adapun butir yang dimaksud adalah 1, 2, 3, 6, 24, 36, 53, 54 dan 59.

Ketiga penulis lakukan pada hari Selasa 18 Oktober 2022 Ibu Dr. Darimis, S.Ag.,M.Pd berdasarkan validasi yang dilakukan terdapat 14 item pada instrument yang harus direvisi karena kalimatnya kurang tepat. Adapun butir yang dimaksud adalah 1, 2, 3, 22, 24, 26, 28, 36, 53, 54, 56, 57, 58 dan 59.

Ketiga penulis lakukan pada hari Selasa 18 Oktober 2025 Ibu Dr. Rafsel Tas'adi, M.Pd berdasarkan validasi yang dilakukan terdapat 14 item pada instrument yang harus direvisi karena kalimatnya kurang tepat. Adapun butir yang dimaksud adalah 1, 2, 3, 22, 24, 26, 28, 36, 53, 54, 56, 57 dan 59.

Selanjutnya melakukan validasi konstruksi yang mengandung arti susunan, kerangka atau rakaan. Konstruksi adalah yang berkaitan dengan fenomena dan objek yang abstrak, tetapi gejalanya dapat diamati dan diukur (Sudijono, 2003, h. 166). Hal ini menunjukkan validitas konstruksi mengandung arti bahwa suatu alat ukur yang dikatakan valid apabila cocok dengan konstruksi teoritik.

Validitas konstruk ini dapat diukur dengan cara menggunakan pendapat para ahli (*expert judgement*), dimana setelah instrumen dikonstruksi terkait dengan aspek yang diukur dengan berlandaskan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan para ahli untuk dimintai pendapatnya terhadap instrumen yang telah disusun. Kemudian para ahli memberikan keputusan apakah instrumen itu dapat digunakan tanpa perbaikan, ada perbaikan dan mungkin dirombak total. Berikut penjabaran secara umum yang penulis lakukan;

Tabel 3.5 Validasi Instrumen (Validita Konstruk)

No	Nama Validator	Hasil Validasi Instrumen			Ket
		1	2	3	
1	Dr. Irman, S.Ag.,M.Pd	46	10		
2	Dr. Rahmad Hidayat, M.Ag.,M.Pd	45	9		
3	Dr. Darimis, S.Ag.,M.Pd	42	14	4	
4	Dr. Rafsel Tas'adi, M.Pd	43	13		

Keterangan

1. Tanpa Perbaikan
2. Perbaikan pada pernyataan instrumen
3. Pengantian butir instrumen

Pertama penulis lakukan pada Rabu 26 Okober 2022 Bapak Dr. Irman, S.Ag.,M.Pd, berdasarkan validasi yang dilakukan, terdapat 10 item pada instrument yang harus direvisi karena kalimatnya kurang tepat. Adapun butir yang dimaksud adalah 1, 2, 3, 6, 24, 36, 53, 54, 58, dan 59.

Kedua penulis lakukan pada hari Selasa 1 November 2022 Bapak Dr. Rahmad Hidayat, M.Ag.,M.Pd berdasarkan validasi yang dilakukan terdapat 9 item pada instrument yang harus direvisi karena kalimatnya kurang tepat. Adapaun butir yang dimaksud adalah 1, 2, 3, 6, 24, 36, 53, 54 dan 59.

Ketiga penulis lakukan pada hari Selasa 18 Oktober 2022 Ibu Dr. Darimis, S.Ag.,M.Pd berdasarkan validasi yang dilakukan terdapat 14 item pada instrument yang harus direvisi karena kalimatnya kurang tepat. Adapaun butir yang dimaksud adalah 1, 2, 3, 22, 24, 26, 28, 36, 53, 54, 56, 57, 58 dan 59 dan pengantian butir item pada instrument nomor 4, 5, 6 dan 7.

Ketiga penulis lakukan pada hari Selasa 18 Oktober 2025 Ibu Dr. Rafsel Tas'adi, M.Pd berdasarkan validasi yang dilakukan terdapat 14 item pada instrument yang harus direvisi karena kalimatnya kurang tepat. Adapaun butir yang dimaksud adalah 1, 2, 3, 22, 24, 26, 28, 36, 53, 54, 56, 57 dan 59

F. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kuantitatif melibatkan analisis data dari semua responden atau sumber data yang terkumpul. Pengelolaan data bersifat kuantitatif, yang mana prosesnya data menjadi sebuah informasi singkat dan bisa dipahami (Darwin et al., 2021), dan dimanfaatkan untuk menjawab rumusan masalah (Kurniawan et al., 2016)

Lebih lanjut Kurniawan et al.,(2016) menjelaskan bahwa ada dua jenis statistic yang digunakan untuk analisis data, yaitu statistic deskriptif dan statitik inferensial. Statistic deskriptif menggambarkan data yang terkumpul sebagaimana adanya, dengan penyajian data diantaranya menggunakan table, grafik, diagram, perhitungan modus, median dan mean. Artinya statistic sebagai sekumpulan metode yang dapat digunakan untuk menarik kesimpulan yang masuk akal dari suatu data.

Adapun tahapan dalam statistic deskriptif dimulai dari pengumpulan data, pencatatan, peringkasan, penyusunan dan penyajian data (Darwin et al., 2021).

Dalam kajian ini penulis ingin mengetahui BKp-M apakah berpengaruh signifikan terhadap kesadaran diri siswa di SMP Negeri 6 payakumbuh. Teknik analisis data yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan statistik deskriptif untuk melihat hasil *preetest* dan *posttest* kelompok subjek. Data yang didapat dideskripsikan apa adanya dan disajikan dalam bentuk table, grafik dan gambar.

Analisis diawali dengan pengolahan data. pengolahan data dapat dilakukan memberikan bobot pada setiap alternative jawaban. Setiap item diberi skor. Skor yang dimaksud dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 3.6 Distribusi Pemberian Skor

No	Instrumen	Bentuk Item	Alternatif Jawaban	Skor
1	2	3	4	5
1	Instrumen	<i>Favorable (+)</i>	selalu	5
			sering	4
			kadang-kadang	3
			jarang	2
			tidak pernah	1
		<i>Unfavorable (-)</i>	tidak pernah	5
			jarang	4
			kadang-kadang	3
			sering	2
			selalu	1

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Dalam BAB ini mendeskripsikan data temuan 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 di SMP Negeri 6 Payakumbuh.

Selanjutnya kategori tingkat kesadaran diri siswa dapat dilihat pada Tabel 4.1 berikut ini:

Tabel 4.1 Kategori Tingkat Kesadaran Diri

No	Kategori	Jumlah	%	Ket
1	Sangat Tinggi	255	>85	
2	Tinggi	207 - 252	69 - 84	
3	Sedang	159 - 204	53 - 68	
4	Rendah	111 - 156	37 - 52	
5	Sangat Rendah	108	<36	

Tabel 4.1 di atas sebagai acuan untuk menentukan tingkat kesadaran diri siswa apakah sangat tinggi, tinggi, sedang rendah atau sangat rendah. Selanjutnya sebagai langkah awal, penulis melakukan *pretest* kepada siswa sampel pada hari Senin Tanggal 12 Januari 2023, kelas 9.1 sebanyak 32 (16 orang laki-laki dan perempuan 16 orang) dan siswa kelas 9.4 berjumlah 25 orang (10 laki-laki dan 15 perempuan. Sementara itu umur siswa adalah 14 tahun berjumlah 14 orang, umur 15 tahun berjumlah 36 orang dan umur 16 tahun berjumlah 4 orang.

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.

Sebelum melakukan *pretest* penulis menjelaskan cara pengisian instrument penelitian yang terdiri dari 15 indikator, dimana masing-masing indikator terdiri atas 4 pernyataan, sehingga total item pernyataan yang diisi oleh siswa adalah 60 item. Sementara itu tanggal pengisian instrument pada hari Senin tanggal 12 Desember 2022.

Langkah selanjutnya adalah menentukan anggota kelompok eksperimen dan kelompok *control*. Masing-masing kelompok beranggotakan 15 orang yang diambil berdasarkan hasil *pretest* tersebut. Adapun perolehan skor perolehan masing-masing siswa dapat dilihat lewat table berikut:

Tabel 4.2 Data Perolehan Skor *Pretest* Kelas 9.1

No	Nama	Jenis Kelamin	Kelas	Skor	Ket
1	2	3	5	6	7
1	R1	Laki-laki	9,1	192	
2	R2	Laki-laki	9,1	190	
3	R3	Perempuan	9,1	206	
4	R4	Laki-laki	9,1	193	
5	R5	Laki-laki	9,1	201	
6	R6	Laki-laki	9,1	185	
7	R7	Laki-laki	9,1	201	
8	R8	Perempuan	9,1	168	
9	R9	Perempuan	9,1	196	
10	R10	Perempuan	9,1	212	
11	R11	Perempuan	9,1	183	
12	R12	Laki-laki	9,1	200	
13	R13	Laki-laki	9,1	60	
14	R14	Perempuan	9,1	193	
15	R15	Laki-laki	9,1	177	
16	R16	Laki-laki	9,1	178	
17	R17	Laki-laki	9,1	221	
18	R18	Perempuan	9,1	185	
19	R19	Perempuan	9,1	160	
20	R20	Perempuan	9,1	194	
21	R21	Laki-laki	9,1	193	
22	R22	Perempuan	9,1	196	
23	R23	Laki-laki	9,1	60	
24	R24	Laki-laki	9,1	200	
25	R25	Perempuan	9,1	181	
26	R26	Perempuan	9,1	201	
27	R27	Perempuan	9,1	198	
28	R28	Laki-laki	9,1	216	
29	R29	Laki-laki	9,1	180	
30	R30	Perempuan	9,1	183	
31	R31	Perempuan	9,1	206	
32	R32	Perempuan	9,1	176	

Tabel 4.3 Data Perolehan Skor *Pretest* Kelas 9.4

No	Nama	Jenis Kelamin	Kelas	Skor	Ket
1	2	3	5	6	7
1	R33	Perempuan	9,4	135	
2	R34	Perempuan	9,4	134	
3	R35	Perempuan	9,4	140	
4	R36	Laki-laki	9,4	148	
5	R37	Laki-laki	9,4	164	
6	R38	Laki-laki	9,4	145	
7	R39	Perempuan	9,4	163	
8	R40	Laki-laki	9,4	142	
9	R41	Laki-laki	9,4	142	
10	R42	Laki-laki	9,4	127	
11	R43	Laki-laki	9,4	138	
12	R44	Laki-laki	9,4	156	
13	R45	Laki-laki	9,4	186	
14	R46	Perempuan	9,4	128	
15	R47	Perempuan	9,4	134	
16	R48	Perempuan	9,4	138	
17	R49	Perempuan	9,4	184	
18	R50	Perempuan	9,4	139	
19	R51	Perempuan	9,4	126	
20	R52	Perempuan	9,4	134	
21	R53	Perempuan	9,4	60	
22	R54	Perempuan	9,4	147	
23	R55	Perempuan	9,4	126	
24	R56	Perempuan	9,4	127	
25	R57	Laki-laki	9,4	177	

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

Tabel 4.4 Rekapitulasi *Skore Pretest* Kelas IX-1

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 4.4 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 4.5 Rekapitulasi *Skore Pretest* Kelas IX-4

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 4.5 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 skore 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*).

Pada riset ini, dalam melakukan kegiatan treatment kepada kelompok eksperimen penulis menggunakan metode BKp-M sedangkan pada kelompok *control* dilaksanakan dengan bimbingan kelompok pada sebagaimana biasanya dilaksanakan di SMP Negeri 6 Payakumbuh. Adapun jadwal pelaksanaan treatment terlihat pada table berikutny:

Table 4.6 Jadwal *treatment* pada kelompok eksperimen dan kelompok *control*

No	Kelompok	Pertemuan	Hari/ Tanggal	Tempat Kegiatan	Ket
1	Eksperimen	I	Senin/ 12 Des 2022	Ruang Kelas IX-4	pretest
		II	Rabu/ 14 Des 2022	Labor IPA	
		III	Senin/ 02 Jan 2023	Labor IPA	
		IV	Rabu/ 04 Jan 2023	Labor IPA	
		V	Jumat/ 06 Jan 2023	Labor IPA	
		VI	Senin/ 09 Jan 2023	Labor IPA	
		VII	Rabu/ 11 Jan 2023	Labor IPA	
		VIII	Rabu/ 11 Jan 2023	Ruang Kelas IX-1	posttest
2	Kontrol	I	Senin/ 12 Des 2022	Labor IPA	pretest
		II	Rabu/ 14 Des 2022	Labor IPA	
		III	Selasa/ 03 Jan 2023	Labor IPA	
		IV	Kamis/ 05 Jan 2023	Labor IPA	
		V	Selasa/ 10 Jan 2023	Labor IPA	
		VI	Kamis/ 12 Jan 2023	Labor IPA	
		VII	Selasa/ 17 Jan 2023	Labor IPA	
		VIII	Selasa/ 17 Jan 2023	Labor IPA	posttest

1. *Pretest*

Pretest dilaksanakan pada hari Senin tanggal 12 Desember 2022, bertempat Labor IPA, dengan hasil sebagai berikut:

a. Kelompok Eksperimen

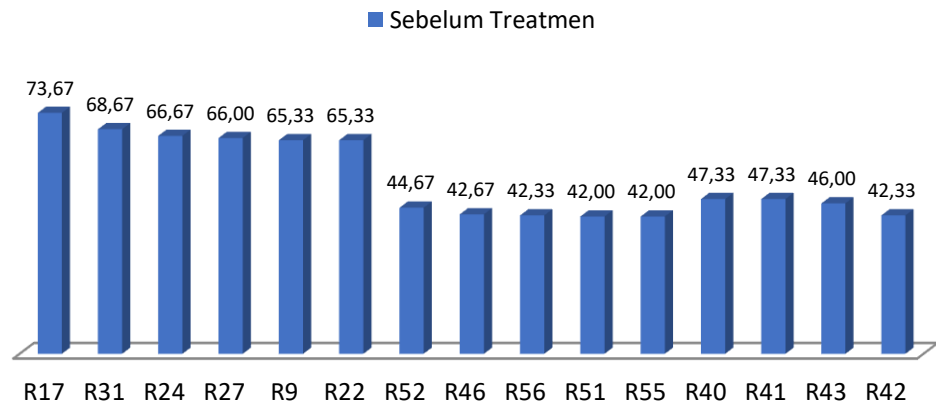
Table 4.7 Perolehan Skor *Pretest* Kelompok Eksperimen

No	Kode Siswa	Jenis Kelamin	Kelas	Skor	Ket
1	2	3	4	5	6
1	R17	Laki-laki	9,1	221	
2	R31	Perempuan	9,1	206	
3	R24	Laki-laki	9,1	200	
4	R27	Perempuan	9,1	198	
5	R9	Perempuan	9,1	196	
6	R22	Perempuan	9,1	196	
7	R52	Perempuan	9,4	134	
8	R46	Perempuan	9,4	128	
9	R56	Perempuan	9,4	127	
10	R51	Perempuan	9,4	126	
11	R55	Perempuan	9,4	126	
12	R40	Laki-laki	9,4	142	
13	R41	Laki-laki	9,4	142	
14	R43	Laki-laki	9,4	138	
15	R42	Laki-laki	9,4	127	

Dari table di atas dapat dilihat statistic deskriptif dari hasil *pretest* kelompok eksperimen yakni skor keseluruhan adalah 2407, nilai tertinggi 221, nilai terendah 126, nilai rata-rata 160 (termasuk kategori sedang), standar deviasi 33.64. Hal ini mengindikasikan sebaran data yang bersifat heterogen dan nilai rata-rata mewakili keseluruhan data.

Adapun perolehan nilai skor masing-masing anggota kelompok terlihat pada diagram berikut ini:

KESADARAN DIRI KELOMPOK EKSPERIMEN



Gambar 4.1 Grafik Hasil *Pretest*

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).

b. Kelompok control

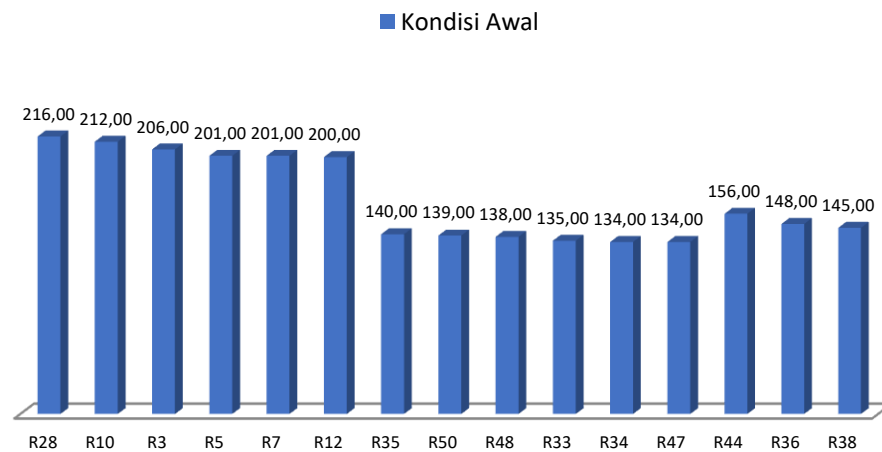
Table 4.8 Perolehan Skor *Pretest* Kelompok *control*

No	Kode Siswa	Jenis Kelamin	Kelas	Skor	Ket
1	2	3	4	5	6
1	R28	Laki-laki	9,1	216	
2	R10	Perempuan	9,1	212	
3	R3	Perempuan	9,1	206	
4	R5	Laki-laki	9,1	201	
5	R7	Laki-laki	9,1	201	
6	R12	Laki-laki	9,1	200	
7	R35	Perempuan	9,4	140	
8	R50	Perempuan	9,4	139	
9	R48	Perempuan	9,4	138	
10	R33	Perempuan	9,4	135	
11	R34	Perempuan	9,4	134	
12	R47	Perempuan	9,4	134	
13	R44	Laki-laki	9,4	156	
14	R36	Laki-laki	9,4	148	
15	R38	Laki-laki	9,4	145	

Adapun statistic deskriptif dari hasil *pretest* kelompok *control* yakni skor keseluruhan adalah 2505, skor tertinggi 216, skor terendah 134, skor rata-rata 167 (termasuk kategori sedang), standar deviasi 32,53. Hal ini mengindikasikan sebaran data yang bersifat heterogen dan nilai rata-rata mewakili keseluruhan data.

Adapun untuk perolehan nilai masing-masing kelompok control terdapat pada diagram berikut ini.

KESADARAN DIRI KELOMPOK *CONTROL*



Gambar 4.2 Grafik Hasil *Pretest*

Dari grafik tersebut terlihat kesadaran diri siswa kondisi awal ada 3 orang siswa dengan nilai tinggi (68.67, 70.68 dan 72.00) sementara itu yang nilai sedang 3 orang (66.67, 67.00 dan 67.00). Selanjutnya yang nilai rendah sedang sebanyak 9 orang (48.33, 49.33, 52.00, 44.67, 44.67, 45.00, 46.00, 46.33 dan 46.67).

2. Kegiatan Treatment dan Kelompok *control*

a. Kegiatan Treatment

Dalam melakukan treatment kepada kelompok eksperimen, penulis menggunakan corak Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Muhasabah (BKp-M).

Sebelum melakukan bimbingan kelompok, penulis terlebih dahulu menyusun Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) untuk 6 X pertemuan. Adapun materi yang disampaikan adalah: Siapa Saya (4x pertemuan), Membangun Rasa Percaya Diri (1x pertemuan) dan Cara Mengambil Keputusan Yang Tepat (1x pertemuan).

Pertemuan I

Pertemuan I dilakukan pada Hari Rabu Tanggal 14 Desember 2022 bertempat di Labor IPA selama 45 menit. Adapun topic yang dibahas adalah Siapa Saya (Mengenal dan Memahami Diri).

Materi ini merupakan pendalaman instrument penelitian sub variable Kemampuan mengenali emosi (perasaan diri) dengan indikator kemampuan mengetahui makna perasaan dan mengapa terjadi, menyadari keterkaitan emosi dengan pikiran, mengetahui pengaruh emosi terhadap kinerja serta menyadari yang dipedomani untuk nilai dan tujuan individu.

Pada akhir pertemuan penulis melakukan evaluasi terkait topic yang disampaikan dan menyampaikan rencana kegiatan pada pertemuan berikutnya.

Pertemuan II

Pertemuan II dilakukan pada Hari Senin Tanggal 02 Januari 2023 bertempat di Labor IPA selama 45 menit. Adapun topic yang dibahas adalah Siapa Saya (lanjutan) (Mengenal dan Memahami Diri) lanjutan.

Pada tahap evaluasi, anggota kelompok diminta untuk mengemukakan pesan, kesan dan rencana yang akan dilakukan setelah menerima topic yang diberikan.

Pertemuan III

Pertemuan III dilakukan pada Hari Rabu Tanggal 04 Januari 2023 bertempat di Labor IPA selama 45 menit. Adapun topic yang dibahas Siapa Saya lanjutan.

Materi ini merupakan pendalaman instrument penelitian sub variable kemampuan pengakuan diri yang akurat (sumber daya batiniah) dengan indikator kemampuan mengetahui menyadari kelebihan dan kelemahan diri,

menyediakan waktu untuk introspeksi diri, belajar dari pengalaman, menerima umpan balik maupun perspektif baru, mau belajar dan mengembangkan diri, menunjukkan rasa humor dan kemampuan bersedia memandang diri dari banyak perspektif.

Pada akhir pertemuan penulis melakukan evaluasi terkait topic yang disampaikan dan menyampaikan rencana kegiatan pada pertemuan berikutnya.

Pertemuan IV

Pertemuan IV dilakukan pada Hari Jum'at Tanggal 06 Januari 2023 bertempat di Labor IPA selama 45 menit. Adapun topic yang dibahas adalah Siapa Saya (lanjutan).

Pada tahap evaluasi, anggota kelompok diminta untuk mengemukakan pesan, kesan dan rencana yang akan dilakukan setelah menerima topic yang diberikan.

Pertemuan V

Pertemuan V dilakukan pada Hari Senin 11 Januari 2023 bertempat di Labor IPA selama 45 menit. Adapun topic yang dibahas adalah Percaya Diri.

Materi ini merupakan pendalaman instrument penelitian sub variable Mempercayai diri sendiri dalam mengambil keputusan yang realistis dengan indikator kemampuan berani menyuarakan keyakinan diri, berani menyampaikan pandangan yang berbeda, bersedia berkorban demi kebenaran dan kemampuan tegas dan mampu membuat keputusan.

Pada akhir pertemuan penulis melakukan evaluasi terkait topic yang disampaikan dan menyampaikan rencana kegiatan pada pertemuan berikutnya.

Pertemuan VI

Pertemuan VI dilakukan pada Hari Rabu Tanggal 13 Januari 2023 bertempat di Labor IPA selama 45 menit. Adapun topic yang dibahas adalah Cara Mengambil Keputusan Yang Tepat.

Pada tahap evaluasi, anggota kelompok diminta untuk menemukan pesan, kesan dan rencana yang akan dilakukan setelah menerima topic yang diberikan.

b. Kegiatan Kelompok Kontrol

Bimbingan terhadap kelompok *control* dilakukan tanpa model BKp-M, tetapi melalui bimbingan kelompok yang biasa dilaksanakan.

Pertemuan I

Pertemuan I dilakukan pada Hari Rabu Tanggal 14 Desember 2022 bertempat di Labor IPA selama 45 menit. Adapun topic yang dibahas adalah Siapa Saya (Mengetahui dan Memahami Diri).

Materi ini merupakan pendalaman instrument penelitian sub variable Kemampuan mengenali emosi (perasaan diri) dengan indikator kemampuan mengetahui makna perasaan dan mengapa terjadi, menyadari keterkaitan emosi dengan pikiran, mengetahui pengaruh emosi terhadap kinerja serta menyadari yang dipedomani untuk nilai dan tujuan individu.

Pada akhir pertemuan penulis melakukan evaluasi terkait topic yang disampaikan dan menyampaikan rencana kegiatan pada pertemuan berikutnya.

Pertemuan II

Pertemuan II dilakukan pada Hari Selasa Tanggal 03 Januari 2023 bertempat di Labor IPA selama 45 menit. Adapun topic yang dibahas adalah Siapa Saya (lanjutan) (Mengetahui dan Memahami Diri).

Pada tahap evaluasi, anggota kelompok diminta untuk mengemukakan pesan, kesan dan rencana yang akan dilakukan setelah menerima topic yang diberikan.

Pertemuan III

Pertemuan III dilaksanakan pada Hari Kamis Tanggal 05 Januari 2023 bertempat di Labor IPA selama 45 menit. Adapun topic yang dibahas adalah Siapa Saya (lanjutan)

Materi ini merupakan pendalaman instrument penelitian sub variable kemampuan pengakuan diri yang akurat (sumber daya batiniah) dengan indikator kemampuan mengetahui menyadari kelebihan dan kelemahan diri, menyediakan waktu untuk instropeksi diri, belajar dari pengalaman, menerima umpan balik maupun perspektif baru, mau belajar dan mengembangkan diri, menunjukkan rasa humor dan kemampuan bersedia memandang diri dari banyak perspektif.

Pada akhir pertemuan penulis melakukan evaluasi terkait topic yang disampaikan dan menyampaikan rencana kegiatan pada pertemuan berikutnya.

Pertemuan IV

Pertemuan IV dilakukan pada Hari Selasa Tanggal 10 Januari 2023 bertempat di Labor IPA selama 45 menit. Adapun topic yang dibahas adalah Siapa Saya (lanjutan)

Pada tahap evaluasi, anggota kelompok diminta untuk mengemukakan pesan, kesan dan rencana yang akan dilakukan setelah menerima topic yang diberikan.

Pertemuan V

Pertemuan V dilakukan pada Hari Selasa 17 Januari 2023 bertempat di Labor IPA selama 45 menit. Adapun topic yang dibahas adalah Percaya Diri.

Materi ini merupakan pendalaman instrument penelitian sub variable Mempercayai diri sendiri dalam mengambil keputusan yang realistis dengan indikator kemampuan berani menyuarakan keyakinan diri, berani menyampaikan pandangan yang berbeda, bersedia berkorban demi kebenaran dan kemampuan tegas dan mampu membuat keputusan.

Pada akhir pertemuan penulis melakukan evaluasi terkait topic yang disampaikan dan menyampaikan rencana kegiatan pada pertemuan berikutnya.

Pertemuan VI

Pertemuan VI dilakukan pada Hari Rabu Tanggal 13 Januari 2023 bertempat di Labor IPA selama 45 menit. Adapun topic yang dibahas adalah Cara Mengambil Keputusan Yang Tepat

Pada tahap evaluasi, anggota kelompok diminta untuk mengemukakan pesan, kesan dan rencana yang akan dilakukan setelah menerima topic yang diberikan.

3. Hasil *Posttest*

Perolehan *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok *control* dalam riset ini terlihat pada table dibawah ini berikut:

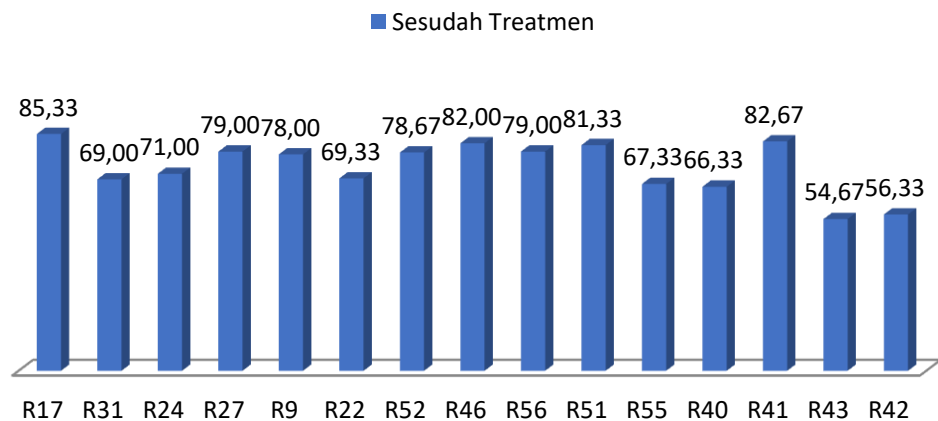
a. Kelompok Eksperimen

Table 4.9 Perolehan Skor *Posttest* Kelompok Eksperimen

No	Kode Siswa	Jenis Kelamin	Kelas	Skor	Ket
1	2	3	4	5	6
1	R17	Laki-laki	9,1	256	
2	R31	Perempuan	9,1	207	
3	R24	Laki-laki	9,1	213	
4	R27	Perempuan	9,1	237	
5	R9	Perempuan	9,1	234	
6	R22	Perempuan	9,1	208	
7	R52	Perempuan	9,4	236	
8	R46	Perempuan	9,4	246	
9	R56	Perempuan	9,4	237	
10	R51	Perempuan	9,4	244	
11	R55	Perempuan	9,4	202	
12	R40	Laki-laki	9,4	199	
13	R41	Laki-laki	9,4	248	
14	R43	Laki-laki	9,4	164	
15	R42	Laki-laki	9,4	169	

Dari table di atas dapat dilihat statistic deskriptif dari hasil *posttest* kelompok eksperimen yakni skor keseluruhan adalah 3300, nilai tertinggi 256, nilai terendah 164, nilai rata-rata 220 (termasuk kategori sedang), standar deviasi 28.32. Hal ini mengindikasikan sebaran data yang bersifat heterogen dan nilai rata-rata mewakili keseluruhan data. Sementara perolehan nilai dapat dilihat pada diagram berikut:

KESADARAN DIRI SISWA KELOMPOK EKSEPERIMEN



Gambar 4.3 Diagram frekuensi Hasil *Posttest*

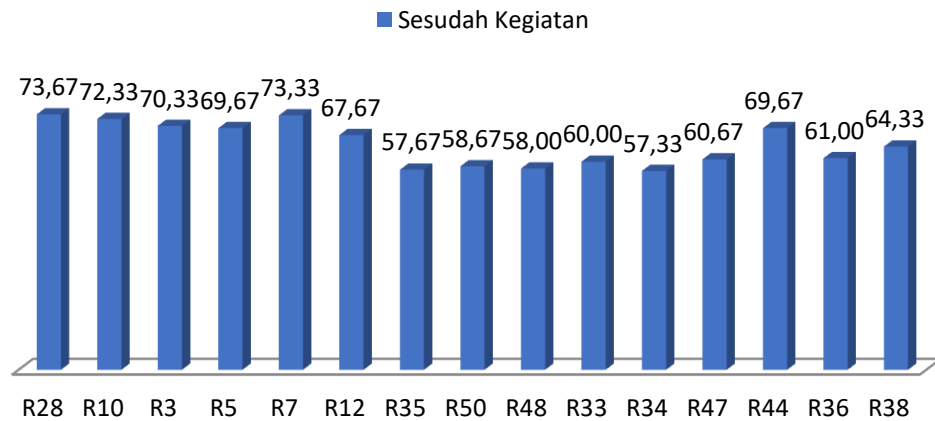
Dari Grafik tersebut terlihat kesadaran diri siswa setelah treatment ada 1 orang siswa dengan nilai sangat tinggi (85.33), nilai tinggi 10 orang (82.67, 81.33, 79.00, 82.00, 78.67, 79.00, 71.00, 69.00, dan 85.33), sementara itu yang nilai sedang 4 orang (56.33, 54.67, 66.33 dan 67.33). Selanjutnya yang nilai rendah sedang sebanyak 9 orang (48.33, 49.33, 52.00, 44.67, 44.67, 45.00, 46.00, 46.33 dan 46.67).

b. Kelompok *control*Table 4.10 Perolehan Skor *Posttest* Kelompok *control*

No	Kode Siswa	Jenis Kelamin	Kelas	Skor	Ket
1	2	3	4	5	6
1	R28	Laki-laki	9,1	221	
2	R10	Perempuan	9,1	217	
3	R3	Perempuan	9,1	211	
4	R5	Laki-laki	9,1	209	
5	R7	Laki-laki	9,1	220	
6	R12	Laki-laki	9,1	203	
7	R35	Perempuan	9,4	173	
8	R50	Perempuan	9,4	176	
9	R48	Perempuan	9,4	174	
10	R33	Perempuan	9,4	180	
11	R34	Perempuan	9,4	172	
12	R47	Perempuan	9,4	182	
13	R44	Laki-laki	9,4	209	
14	R36	Laki-laki	9,4	183	
15	R38	Laki-laki	9,4	193	

Dari table tersebut terlihat statistic deskriptif dari hasil *posttest* kelompok eksperimen yakni skor keseluruhan adalah 2923, nilai tertinggi 221, nilai terendah 172, nilai rata-rata 220 (termasuk kategori sedang), standar deviasi 18.62. Hal ini mengindikasikan sebaran data yang bersifat heterogen dan nilai rata-rata mewakili keseluruhan data

KESADARAN DIRI SISWA KELOMPOK *CONTROL*



Gambar 4.4 Diagram frekuensi Hasil *Posttest*

Dari Grafik tersebut terlihat kesadaran diri siswa setelah *posttest* ada tidak ada orang siswa dengan nilai sangat tinggi (85.33), nilai tinggi 6 orang (69.67, 73.33, 69.67, 70.33, 72.33, dan 73.67), sementara itu yang nilai sedang 9 orang (64.33, 61.00, 69.67, 60.67, 57.33, 60.00 58.00, 57.67 dan 67.67). Selanjutnya yang nilai rendah sedang tidak ada lagi.

4. Rekapitulasi *Self-Awareness*

a. Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Bersumber pada hasil *pretest* dan *posttest* yang telah dilaksanakan, maka diperoleh hasil rekapitulasi terkait dengan kesadaran diri siswa, terlihat pada table 4.11 dibawah ini, yaitu:

Tabel 4.11 Rekapitulasi Hasil *pretest* dan *posttest* kelompok Eksperimen dan kelompok *control*

Kelompok Eksperimen		Kelompok Control	
Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
221,00	256,00	216,00	221,00
206,00	207,00	212,00	217,00
200,00	213,00	206,00	211,00
198,00	237,00	201,00	209,00
196,00	234,00	201,00	220,00
196,00	208,00	200,00	203,00
134,00	236,00	140,00	173,00
128,00	246,00	139,00	176,00
127,00	237,00	138,00	174,00
126,00	244,00	135,00	180,00
126,00	202,00	134,00	172,00
142,00	199,00	134,00	182,00
142,00	248,00	156,00	209,00
138,00	164,00	148,00	183,00
127,00	169,00	145,00	193,00

Berdasarkan table 4.11 di atas, terlihat skor *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok control yaitu, berikut ini: Pertama kelompok eksperimen jumlah skor keseluruhan 2407.00 menjadi 3300.00, skor terendah *pretest* 126,00, dan setelah dilakukan *posttest* menjadi 164.00. Sementara skor tertinggi *pretest* eksperimen adalah 221.00 dan setelah *posttest* menjadi 256.00 Selanjutnya skor rata-ratanya *posttest* menjadi 160.47 dan setelah *posttest* menjadi 220.00.

Kedua kelompok control yaitu jumlah skor keseluruhan 2505.00 menjadi 2923.00, skor terendah *pretest* 134.00, dan setelah dilakukan *posttest* menjadi 172.00. Sementara nilai tertinggi *pretest* adalah 216.00 dan setelah *posttest* menjadi 221.00 Selanjutnya nilai rata-ratanya *posttest* menjadi 167 dan setelah *posttest* menjadi 194.87.

Tabel 4.12 Rekapitulasi Hasil *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Eksperimen Dan Kelompok *Control*

Kelompok Eksperimen			Kelompok <i>Control</i>		
Sebelum	Sesudah	Peningkatan	Sebelum	Sesudah	Peningkatan
73,67	85,33	11,67	72,00	73,67	1,67
68,67	69,00	0,33	70,67	72,33	1,67
66,67	71,00	4,33	68,67	70,33	1,67
66,00	79,00	13,00	67,00	69,67	2,67
65,33	78,00	12,67	67,00	73,33	6,33
65,33	69,33	4,00	66,67	67,67	1,00
44,67	78,67	34,00	46,67	57,67	11,00
42,67	82,00	39,33	46,33	58,67	12,33
42,33	79,00	36,67	46,00	58,00	12,00
42,00	81,33	39,33	45,00	60,00	15,00
42,00	67,33	25,33	44,67	57,33	12,67
47,33	66,33	19,00	44,67	60,67	16,00
47,33	82,67	35,33	52,00	69,67	17,67
46,00	54,67	8,67	49,33	61,00	11,67
42,33	56,33	14,00	48,33	64,33	16,00

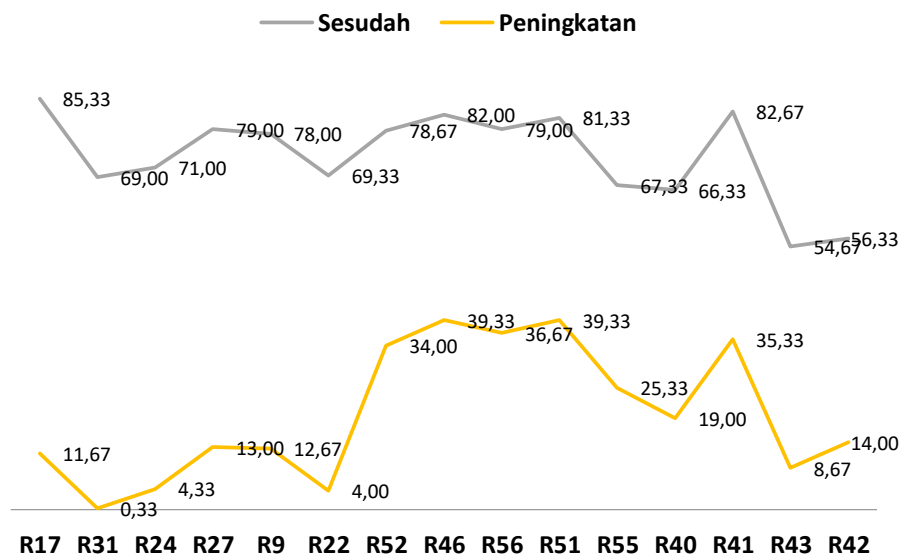
Berdasarkan table 4.12 di atas, terlihat nilai *pretest* dan *posttest* Kelas eksperimen dan kelompok control berikut ini: Pertama kelompok eksperimen jumlah nilai keseluruhan 802.33 menjadi 1100.00, skor terendah *pretest* 42,00, dan setelah dilakukan *posttest* menjadi 54.64. Sementara nilai tertinggi *pretest* eksperimen adalah 73.67 dan setelah *posttest* menjadi 85.33 Selanjutnya nilai rata-ratanya *posttest* menjadi 53.49 dan setelah *posttest* menjadi 73.33.

Kedua kelompok control yaitu jumlah nilai keseluruhan 835.00 menjadi 974.00, skor terendah *pretest* 44.67 dan setelah dilakukan *posttest* menjadi 77.33. Sementara nilai tertinggi *pretest* adalah 72.00 dan setelah *posttest* menjadi 73.67. Selanjutnya nilai rata-ratanya *posttest* menjadi 55.67 dan setelah *posttest* menjadi 64.96.

Selanjutnya kedua kolompok control nilai terendah *pretest* 44.67, dan setelah dilakukan *posttest* menjadi 57.33. Sementara nilai tertinggi *pretest* adalah 72,00 dan setelah *posttest* menjadi 73,67. Selanjutnya nilai rata-ratanya *posttest* menjadi 55.67 dan setelah *posttest* menjadi 64.96.

Selanjutnya untuk melihat pencapaian peningkatan kesadaran diri dari *pretest* dan *posttest* pada kelompok Eksperimen terlihat pada Grafik di bahwa ini:

KESADARAN DIRI SISWA KELOMPOK EKSPERIMEN

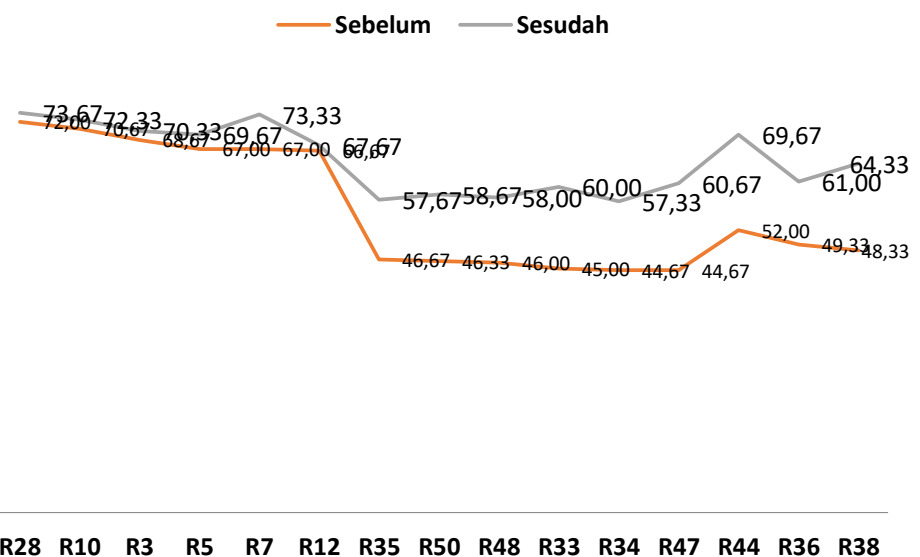


Gambar 4.5 Grafik Hasil *Pretest* dan *Posttest*

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 bawah ini:

KESADARAN DIRI SISWA KELOMPOK CONTROL

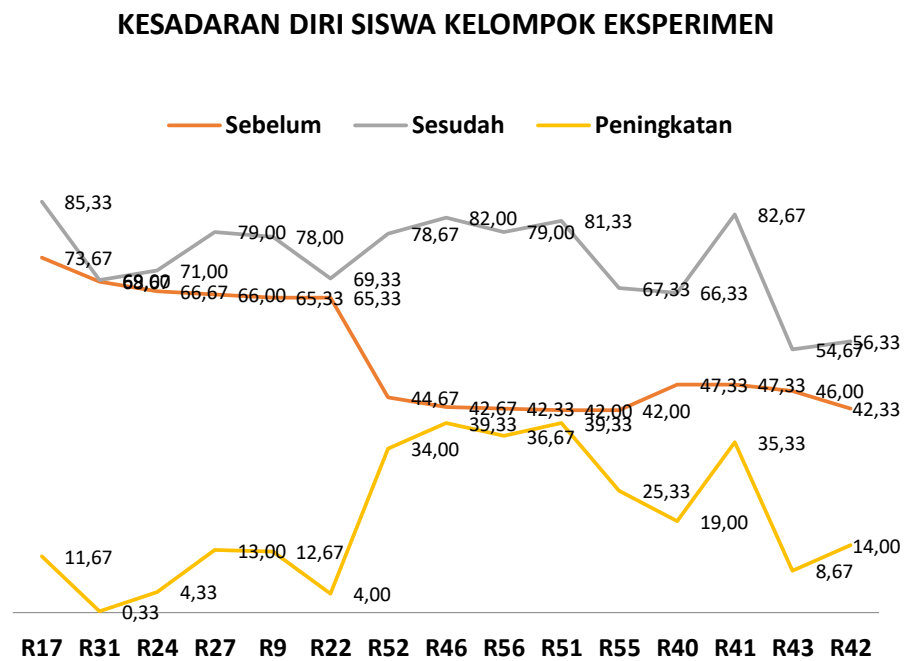


Gambar 4.6 Grafik Hasil *pretest* dan *Posttest*

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

b. Analisis data *Pretest* dan *Posttest*

Analisis data capaian peningkatan kesadaran diri dari *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen terlihat pada Grafik di bawah ini:

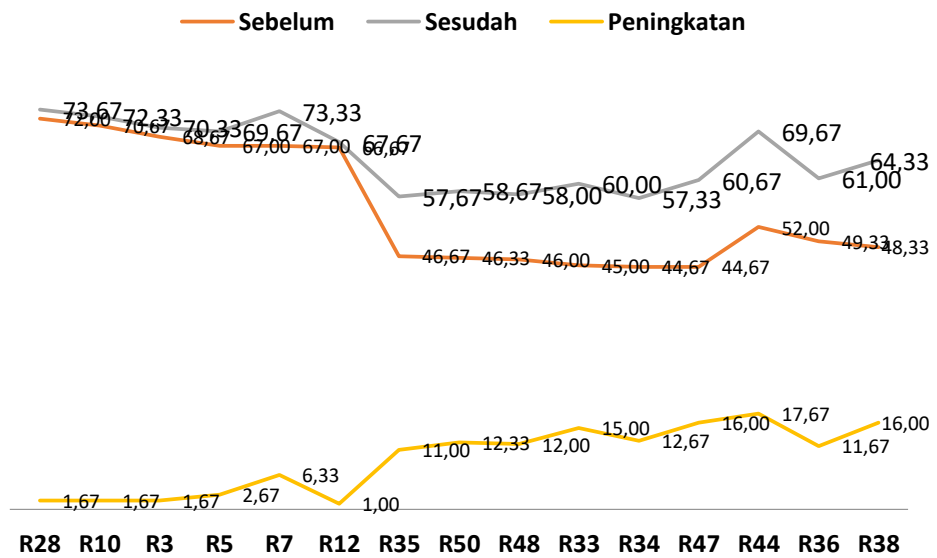


Gambar 4.7 Grafik Peningkatan Keadasaran Diri

Dari Grafik di atas, terlihat rata-rata peningkatan kesadaran diri siswa sebesar 19.84 pada kelompok eksperimen

Analisis data capaian peningkatan kesadaran diri dari *pretest* dan *posttest* pada kelompok *control* terlihat pada Grafik di bawah ini:

KESADARAN DIRI SISWA KELOMPOK *CONTROL*

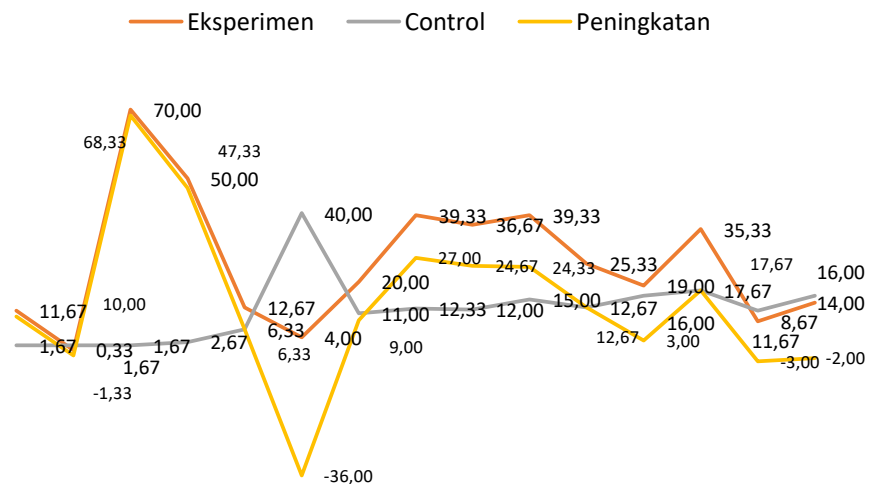


Gambar 4.8 Grafik Peningkatan Keadaran Diri

Dari Grafik di atas, terlihat rata-rata peningkatan kesadaran diri siswa sebesar 9.29 pada kelompok control.

Analisis data perbandingan capaian peningkatan kesadaran diri dari eksperimen dengan kelompok *control* terlihat pada Grafik di bawah ini:

PERBANDINGAN CAPAIN PENINGKATAN KESADARAN DIRI SISWA



Gambar 4.9 Grafik Perbandingan Kesadaran Diri Siswa

Dari Grafik di atas, terlihat perbandingan peningkatan kesadaran diri siswa melalui kelompok eksperimen dengan hasil 25.76, sedangkan kelompok kontrol peningkatannya 11.89. Jadi bersumber dari data di atas terlihat bahwa BKp-M lebih efektif dibandingkan dengan kelompok kontrol (BKp).

Berdasarkan data di atas, bahwa kelompok eksperimen terjadi peningkatan rata-rata nilai yang diperoleh dari selisih *pretest* dan *posttest* sebesar 19.84. Sementara itu kelompok *control* di rata-rata nilai yang diperoleh dari selisih *pretest* dan *posttest* sebesar 9,29. Hal ini menunjukkan eksperimen yang diberikan perlakuan dapat meningkatkan kesadaran diri siswa.

B. Pengujian Prasyarat Analisis

1. Uji Normalitas

Dalam melakukan uji normalitas penulis memanfaatkan *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 16 for windows*.

Uji normalitas digunakan untuk melihat apakah data yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Berdasarkan ketentuan pengujian ini yaitu: jika Probabilitas lebih besar dari level of *significant* (α) maka data berdistribusi normal. Berarti nilai signifikasni lebih besar dari 0,05 maka data berdistribusi normal, tetapi apabila nilai signifikansi kecil dari 0,05 maka data berdistribusi tidak normal.

Hasil uji normalitas terhadap hasil *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dan kelompok *control* dapat terlihat pada table berikut ini:

Tabel 4.13 Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality							
Kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk			
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.	
Nilai Kesadaran Diri Siswa	pre-test eksperimen	.293	15	.001	.789	15	.003
	pre-test Kontrol	.247	15	.014	.786	15	.002
	post tes eksperimen	.223	15	.043	.904	15	.109
	post tes kontrol	.205	15	.091	.877	15	.043

a. Lilliefors Significance Correction

Bersumber pada data di atas dapat dilihat nilai signifikansinya adalah $< 0,05$, kecuali untuk kelompok *posttes* kelompok eksperimen yang nilai signifikansinya = 0,091. Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa data penelitian tidak berdistribusi normal, sehingga analisis data bisa dilanjutkan dengan *statistic nonparametric*.

3. Uji Homogenitas

Uji Homogenitas dilaksanakan untuk melihat data yang diteliti berasal dari populasi yang bersifat homogen. Asumsi yang melandasi analisis varian (ANOVA) ini yaitu bahwa varian berasal dari populasi yang sama.

Kriteria pengujian hampir sama dengan uji normalitas, apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka varian dari dua atau lebih kelompok adalah sama, sebaliknya apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka data yang diteliti tidak homogen/sama.

Tabel 4.14 Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variance				
	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Kesadaran Diri Siswa Based on Mean	3.142	1	28	.087
Based on Median	1.131	1	28	.297
Based on Median and with adjusted df	1.131	1	17.042	.302
Based on trimmed mean	3.012	1	28	.094

Dari table di atas dapat dilihat nilai signifikansi kedua kelompok data yang diteliti lebih dari 0,05. Artinya bahwa data yang digunakan dalam penelitian ini bersifat homogen, sehingga untuk analisis data bisa dilanjutkan dengan *statistic nonparametric*, dalam hal ini penulis menggunakan uji *Wilcoxon* karena datanya tidak normal.

C. Pengujian Hipotesis

1. Uji Wilcoxon

Wilcoxon bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan rata-rata dua sampel yang saling berpasangan, digunakan untuk data berskala ordinal dan interval, merupakan *statistic non-parametrik* yang tidak berdistribusi normal, sebagai *alternative* dari paired sampel t test, jika data tidak berdistribusi normal.

Berdasarkan hasil uji *normalitas* di ketahui data tidak normal dan secara uji *homogenitas* data normal. Maka Penulis dalam melakukan pengujian hipotesis penulis memakai uji *Wilcoxon* pada *SPSS 16 for windows*. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah:

H₀: “BKp-M tidak berpengaruh signifikan dalam meningkatkan kesadaran diri siswa di SMP Negeri 6 Payakumbuh”

H_a: “BKp-M berpengaruh signifikan dalam meningkatkan kesadaran diri siswa di SMP Negeri 6 Payakumbuh

Dalam uji *Wilcoxon* dengan interpretasi output (ranks) yaitu: negative ranks atau selisih (negative) dan positif ranks atau selisih (positif) serta ties adalah kesamaan nilai. Mengenai hasil pengujian adalah sebagai berikut:

Tabel 4.15 Wilcoxon Signed Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest Eksperimen - pretest Eksperimen	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	15 ^b	8.00	120.00
	Ties	0 ^c		
	Total	15		
posttest Control - pretest Control	Negative Ranks	0 ^d	.00	.00
	Positive Ranks	15 ^e	8.00	120.00
	Ties	0 ^f		
	Total	15		

a. posttest Eksperimen < pretest Eksperimen

b. posttest Eksperimen > pretest Eksperimen

c. posttest Eksperimen = pretest Eksperimen

d. posttest Control < pretest Control

e. posttest Control > pretest Control

Dari *table* dapat diketahui Negative Ranks atau selisih (negatif) antara kesadaran diri kelompok eksperimen maupun kelompok *control* untuk prettest dan posttest adalah 0, baik itu pada nilai N, Mean Rank, maupun Sum Rank, nilai 0 ini menunjukkan tidak adanya penurunan (pengurangan) dari prettest ke nilai posttest.

Selanjutnya Positif Ranks atau selisih (positif) antara kesadaran diri untuk kelompok Eksperimen maupun control baik prettest dan posttest. Disini terdapat 15 data positif (N) yang artinya ke 15 siswa mengalami peningkatan kesadaran diri dari nilai prettest ke nilai posttest. Mean Rank atau rata² peningkatan tersebut adalah sebesar 8.00 sedangkan jumlah rangking positif atau Sum of Ranks adalah sebesar 120.00

Kemudian Ties adalah kesamaan nilai prettest dan posttest, disini Ties adalah 0, sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada nilai yang sama antara prettest dan posttes.

Tabel 4.16 Tes Statistics^b

Test Statistics ^b		
	posttest Eksperimen - pretest Eksperimen	posttest Control - pretest Control
Z	-3.408 ^a	-3.415 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001	.001

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Dari Tabel di atas terlihat output “*Test Statistics*”, diketahui Asymp.Sig. (2-tailed) bernilai 0.000. Karena nilai 0,000 lebih kecil dari < 0.05, maka dapat disimpulkan pula bahwa “Hipotesis diterima” artinya ada perbedaan antara kesadaran diri siswa untuk prettest dan posttest, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa ada pengaruh BKp-M kelompok terhadap kesadaran diri siswa SMP Negeri 6 Payakumbuh

Dari data tersebut bisa diambil kesimpulan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa BKp-M ada berpengaruh signifikan dalam meningkatkan kesadaran diri siswa di SMP 6 Payakumbuh.

2. Uji N-Gain

Dalam penelitian ini juga digunakan uji dengan teknik Normalized Gain Richard R, Hake (uji N-Gain). Sementara itu tujuan Uji n-gain score dalam penelitian ini adalah untuk melihat efektivitas BKp-M dalam peningkatan kesadaran diri siswa.

Uji N-gain score yang dilaksanakan dengan cara menghitung selisih antara nilai *pretest* dengan nilai *posttest* (gain score), sehingga dengan gain score tersebut dapat disimpulkan apakah metode BKp-M sangat berpengaruh signifikan atau tidak dalam meningkatkan kesadaran diri siswa. Berikut ini adalah penjabaran Hasil uji n-gain pada masing-masing kelompok.

1. Kelompok Eksperimen

Seperti telah dijelaskan di awal, jumlah instrument penelitian berisikan 60 pernyataan, dimana nilai tertinggi untuk tiap-tiap instrument adalah 100, angka ini yang akan menjadi dasar dalam penghitungan uji n-gain.

Adapun hasil uji n-gain terhadap kelompok eksperimen adalah sebagai berikut:

Tabel 4.17 Hasil Uji n-gain kelompok eksperimen

No	Nama	Skor		kenaikan	N-Gain		Kriteria
		Pretest	postest		koefisien	%	
1	R17	73,67	85,33	11,67	0,44	44,30	Sedang
2	R31	68,67	69,00	0,33	0,01	1,06	Rendah
3	R24	66,67	71,00	4,33	0,13	13,00	Rendah
4	R27	66,00	79,00	13,00	0,38	38,24	Sedang
5	R9	65,33	78,00	12,67	0,37	36,54	Sedang
6	R22	65,33	69,33	4,00	0,12	11,54	Rendah
7	R52	44,67	78,67	34,00	0,61	61,45	Sedang
8	R46	42,67	82,00	39,33	0,69	68,60	Sedang
9	R56	42,33	79,00	36,67	0,64	63,58	Sedang
10	R51	42,00	81,33	39,33	0,68	67,82	Sedang
11	R55	42,00	67,33	25,33	0,44	43,68	Sedang
12	R40	47,33	66,33	19,00	0,36	36,08	Sedang
13	R41	47,33	82,67	35,33	0,67	67,09	Sedang
14	R43	46,00	54,67	8,67	0,16	16,05	Rendah
15	R42	42,33	56,33	14,00	0,24	24,28	Rendah
Jumlah		53,49	73,33	19,84	0,43	42,67	Sedang

Dari table di atas dapat dilihat mean hasil post test adalah 73,33 sementara mean pre test 53,49 sehingga didapat koefisien n-gain sebesar 0,43.

Hal ini mengindikasikan bahwa pola treatment dengan metode BKp-M cukup efektif dalam meningkatkan kesadaran diri siswa di SMP Negeri 6 Payakumbuh.

Apabila dilihat secara personal terhadap sampel yang diteliti, tingkat efektivitas metode BKp-M sedang terdapat pada (10) sepuluh orang siswa, sementara 5 sampel lainnya tingkat efektivitas bersifat rendah. Rata-rata kesadaran diri meningkat setelah dilakukan pendekatan bimbingan kelompok dengan metode BKp-M.

Hal menarik yang dapat penulis jelaskan disini adalah signifikansi perubahan nilai pada R7,R8,R9,R10 dan R13, dimana sebelum pre test skor yang diperoleh rata-rata dibawah 50. Setelah dilakukan bimbingan kelompok dengan metode BKp-M perolehan skor melonjak menjadi rata-rata di atas 80 dengan rata-rata poin kenaikan di atas 30, meskipun jika diuji secara teori n-gain termasuk sedang.

2. Kelompok Kontrol

Seperti telah dijelaskan sebelumnya pendekatan terhadap kelompok control menggunakan metode bimbingan kelompok biasa.

Disini akan dilihat apakah bimbingan kelompok biasa ini juga efektif dalam meningkatkan kesadaran diri siswa di SMP 6 Payakumbuh dengan menggunakan uji n-gain. Hasil uji n-gain dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.18 Hasil Uji n-gain kelompok *control*

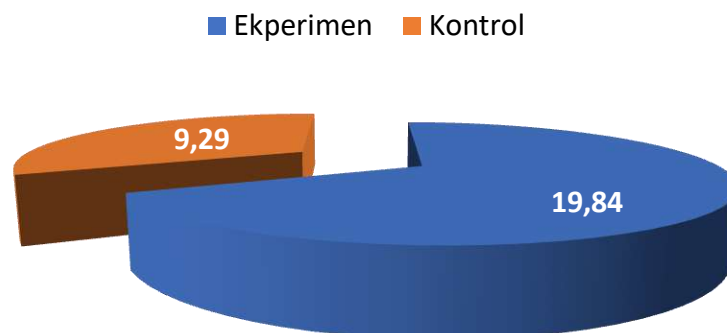
No	Nama	Skor		kenaikan	N-Gain		Kriteria
		Pretest	posttest		koefisien	%	
1	R28	72,00	73,67	1,67	0,06	5,95	Rendah
2	R10	70,67	72,33	1,67	0,06	5,68	Rendah
3	R3	68,67	70,33	1,67	0,05	5,32	Rendah
4	R5	67,00	69,67	2,67	0,08	8,08	Rendah
5	R7	67,00	73,33	6,33	0,19	19,19	Rendah
6	R12	66,67	67,67	1,00	0,03	3,00	Rendah
7	R35	46,67	57,67	11,00	0,21	20,63	Rendah
8	R50	46,33	58,67	12,33	0,23	22,98	Rendah
9	R48	46,00	58,00	12,00	0,22	22,22	Rendah
10	R33	45,00	60,00	15,00	0,27	27,27	Rendah
11	R34	44,67	57,33	12,67	0,23	22,89	Rendah
12	R47	44,67	60,67	16,00	0,29	28,92	Rendah
13	R44	52,00	69,67	17,67	0,37	36,81	Sedang
14	R36	49,33	61,00	11,67	0,23	23,03	Rendah
15	R38	48,33	64,33	16,00	0,31	30,97	Sedang
Jumlah		55,67	64,96	9,29	0,21	20,95	Rendah

Berlandaskan table di atas terlihat hasil uji n-gain terhadap kelompok control, dimana mean pre test adalah 55,67 sementara mean *posttest* 64,96.

Dari pengolahan data tersebut didapat koefisien n-gain sebesar 0,21. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat efektivitas metode bimbingan kelompok dalam meningkatkan kesadaran diri siswa di SMP Negeri 6 Payakumbuh bersifat rendah. Hal yang berbeda apabila dibandingkan dengan pendekatan dengan metode BKp-M yang dilakukan pada kelompok eksperimen.

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

PENINGKATAN ANTARA KELOMPOK EKSPERIMEN DAN CONTROL



Gambar 4.10 Grafik Hasil Peningkatan Kesadaran diri Siswa

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 SMP Negeri 6 Payakumbuh.

D. PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

Kesadaran diri merupakan apa yang dirasakan di waktu 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.

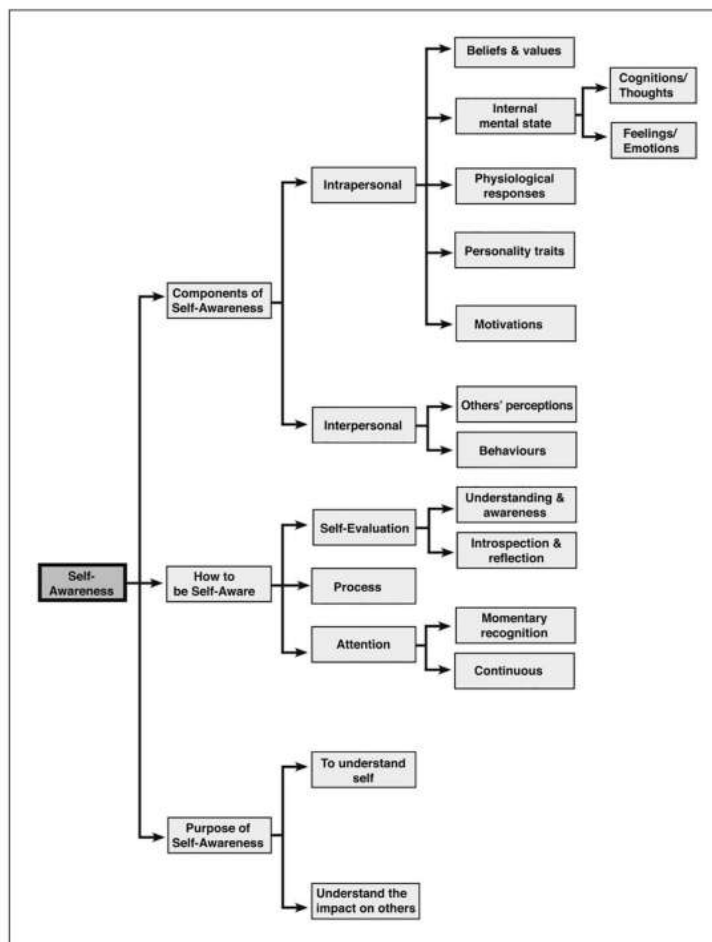
Begitu pentingnya kesadaran diri dalam menjalani kehidupan ini sebagaimana pendapat Syarafina, (2019) menjelaskan kesadaran diri paling urgen sebagai dasar kecerdasan emosi. Kemudian Esmiati et al., (2020) mengatakan dengan adanya kesadaran diri kapabel studi pengalaman. Selanjutnya Fitri Amalia, (2020) menjelaskan bahwa kesadaran diri bisa mengontrol 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.

Selanjutnya Suparno, (2017) kesadaran diri dengan standar yang praktis atas kesanggupan diri serta ditopang keyakinan yang teguh. Contohnya sebagaimana pendapat Syarafina et al., (2019) menjelaskan ada hubungan kesadaran diri untuk sembuh bagi pencandu Napza, Prida Ariani Ambar Astuti et al., (2021) kesadaran diri terkait kebersihan tergantung kepada bagaimana guru menjelaskan kepada siswa, Wija Astawa, (2021) menyatakan kesadaran diri merupakan titik tolak seharusnya bertindak berdasarkan nilai keyakinan dilingkungan sosial yang dibangun berdasarkan nilai kemandirian, yang nantinya menjadi diri yang mandiri, jujur, bertanggung jawab, tangguh dan suka belajar. Ada nilai akan membangkitkan kesadaran diri (*self realization*) yaitu kebenaran, kebajikan, kedamaian, kasih sayang dan tanpa kekerasan secara utuh. Kesadaran disebut juga dengan potensi mengendalikan emosi, kesadaran mau serta mandiri (secara fisik dan pikiran) sebagai nilai hakiki (nilai kemanusiaan) (Wija Astawa, 2018), eksistensi manusia dalam perspektif Al-Quran terdiri dari *basyar* (بشرًا) (mahluk biologis), *Al-Insan* (الإنسان)

(manusia utuh) sebagai khalifah dan Al-Nas (الناس) (makhluk social), artinya manusia sebaik-baik ciptaan yang tunduk dengan aturan Allah (Makmudi et al., 2018).

Carden et al., (2022) kesadaran diri merupakan elemen esensial leadership and success. Biasanya dalam mengambil keputusan yang baik perlu kesadaran diri yang tinggi, begitu juga dalam memimpin diprediksi berkinerja dan sukses sebagai pemimpin. Artinya kesadaran diri dapat diwujudkan pemusatan perhatian pada diri sendiri, tentu hal yang positif.

Lebih lanjut kesadaran diri sangat prinsipil dalam mengembangkan memimpin dan emosional yang cerdas, diawali kesadaran diri, pengetahuan diri dan kesadaran diri. Carden et al., (2022) menjelaskan kerangka kerja memandu kesadaran diri dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 4.11 Struktur hirarki Kesadaran Diri

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, sebalik 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 pejelasanya:

Kata *tabayyun* bersal dari kata (بياناً بين بنى) *bana yabinu bayan* 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.

Dalam Islam Tabayyun dengan sinonimnya yaitu *tsubut* dan *intidhar*, *tsubut* asal kata *tsabata* yang bermakna tetap, konsiten dengan bukti, mengenal dengan baik. Selanjutnya manfaat *tabayyun* adalah menjadikan hidup harmonis dan tentram dengan tidak mudah memfitnah sebelum ada fakta, tidak membawa mudarat kepada orang lain, terhidar dari konflik dan perseteruan (Syarifudin, 2019). Artinya apabila disampaikan oleh orang yang jujur tidak wajib melakukan *tabayyun*, akan lebih baik *tabayyun* dalam rangka kehati-hatian. Lebih lanjut *Tabayyun* (selidik) merupakan akhlak yang mulia untuk mencari kejelasan tentang sesuatu hingga jelas, khususnya orang yang beriman agar tidak menyesal di kemudian hari.

Walidah (2018) lebih lanjut menjelaskan prinsip dalam berkomunikasi, ikhlas, pahala dan dosa, kejujuran, berkata positif, dua teliga satu mulut, pengawsan (Allah selalu mendengar), selektivitas dan validitas, saling mempengaruhi serta keseimbangan (adil). Pada masa 4.0 dan 5.0 dalam era generasi millennial perlu diperhatikan sembilan prinsip komunikasi. Dengan demikian *tabayyun* menjadikan hidup rukun dan damai.

Selanjutnya setelah *tabayyun*, dilakukanlah kegiatan *mujadalah* sebagai menurut Maqfirah, (2014) dalam *mujadalah* menurut Al-Quran yaitu; tidak sekedar sopan, benar, juga ikhlas dan bebas dari nafsu, tidak fanatic, dengan prasangka baik, dengan tidak menyakiti dan mencela. *Mujadalah* artinya berdiskusi atau bertukar pikiran dengan tujuan mendapatkan keputusan bersama dengan cara baik.

Selanjutnya dalam study Tri Djoyo Budiono, (2020) terkait dengan argumentasi yang dilontarkan Ibrahim tentang Tuhan yaitu: siapa yang layak disembah hanya Allah dengan bukti yang kuat tidak bisa dibantah dan penyampaianya secara baik. Krateria *mujadalah* dimulai dari ada masalah, pemimpin, peserta, kemudian anggota dimintai berpendapat, nantinya keputusan disepakati secara bersama dengan adanya interaksi akan merangsang fikiran saling menyampaikan ide, tentu dengan bahasa baik dan benar, dengan tujuan berani menyampaikan ide, melatih berfikir, toleransi dan nilai menghargai (Maqfirah, 2014). Materi *mujadalah* yaitu Aqidah, ibadah,

akhlak sebagaimana terdapat dalam surat An-Nahl ayat 125 yang isinya seruhlah dengan hikmah dan bantalah dengan baik (sopan dan ramah).

Selanjutnya Abdul, (2018) menyatakan *mujadalah* artinya santun dengan memuliakan manusia dan tidak merendahkan

Selanjutnya Sholeh, (2017) studi pendidikan dalam Al-Quran surat Al-*mujadalah* ayat 11 terkait dengan sopan santun dalam majlis. Lebih lanjut Nurdin, (2014) bahwa *mujadalah* prinsip benar, tepat, pantas, lemah lembut, mulia, dan baik.

Maullasari, (2019) menjelaskan bahwa *mauizah* diartikan nasehat tentu yang baik sebagai petunjuk memperoleh kebahagiaan dunia akhirat. Hal ini dengan alasan memuaskan yang perlu dijawab baik, jujur dan benar oleh klien, untuk itu diperlukan ucapan indah, hangat, membuat nyaman dan menyejukan.

Hikmah secara harfiah *حكمة* bermakna kebenaran yang mendalam, istilah lain bijaksana. Secara istilah mengatakan hikmah merupakan kenabian, hikmah adalah beramal berdasarkan al-Quran dan sunah, hikmah tepat ucapan dan tindakan, hikmah adalah *wara*, hikmah adalah ilmu yang bermanfaat, hikmah merupakan sunah nabi, hikmah juga secara psikologis ketaatan, pasrahan, dan ketakutan kepada Allah.

Dalam menyampaikan kebenaran diperlukan pengetahuan, tabah dan tidak gegabah dengan teknis komparatif (*mugarran*), kisah, amsal (perumpamaan atau bandingan) dan aqsam (sumpah) atau menyampaikan pernyataan (Nazirman, 2018).

Kemudian menurut Maullasari, (2019) *al-hikmah* artinya bijaksana atau disebut juga meletakkan sesuatu diposisinya yang bisa membangun keberadaanya, lebih lanjut dapat mendeteksi dan potret diri serta mengurus atau mengentaskan problem secara independen. Azhar, (2018) dengan alasan masuk akal dan pengaktualan.

Riset Nurdin, (2014) etika komunikasi yang dikenal dengan istilah hikmah, *mauizah* termasuk didalamnya *mujadalah* menjadi pembicara bijaksana.

Lebih lanjut Azhar, (2018) menjelaskan bantalah dengan lemah lembut, senada dengan firman Allah SWT Al-Quran Thaha: 44 isinya pentingnya lemah lembut dalam berpendapat, bersenergis (Maullasari, 2019) bisa diimplementasikan dalam konseling terkait pilihan yang terbaik.

Berdasar penjelasan di atas betapa pentingnya kesadaran diri dalam hidup ini, diperlukan *tabayyun*, *mujadalah*, *mauizah* dan *hikmah* dapat meningkatkan kesadaran diri melalui BKp-M.

BAB V

PENUTUP

A. 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 *pretest* 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*)

B. Implikasi

Bedasarkan 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.

C. Saran

Intisari dari riset yang penulis lakukan, penulis memberikan beberapa saran yaitu:

1. Bagi guru BK SMP Negeri 6 Payakumbuh bisa jadi pilihan layanan BKp-M dalam meningkatkan kesadaran diri siswa
2. Bagi Peneliti selanjutnya, bisa dikembangkan terkait BKp-M dapat meningkatkan kesadaran diri siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, S. K. (2018). Rekonstruksi Makna Dan Metode Penerapan Amar Ma ' Ruf Nahi Mun Kar. *Al Idarah*.
- Abubakar, R. (2021). Pengantar Metodologi Penelitian. In *Antasari Press*.
- Afnilaswati, A., Meldawanti, M., & Ardimen, A. (2021). Konsep Aplikasi Landasan Dan Pendekatan Religius Dalam Pelayanan Konseling. *Jurnal Al-Taujih : Bingkai Bimbingan Dan Konseling Islami*. <https://doi.org/10.15548/atj.v7i2.3260>
- Aini, N. (2018). Muhasabah Sebagai Metode Dalam Memotivasi Penghafal Al-Qur'an. *Angewandte Chemie International Edition*, 10–27.
- Aisyah, M. R. (2021). *Muḥāsabah sebagai Metode dalam Meningkatkan Kemampuan Self Regulated Learning (Hanna Aisyah, Muhammad Rohim).pdf*.
- Alfredo, S. P. L. (2018). Pemahaman Proses Perkembangan Kognitif Dan Psikososial Anak Sebagai Salah Satu Strategi Mencapai Kesuksesan Perawatan Ortodonti. *B-Dent, Jurnal Kedokteran Gigi Universitas Baiturrahmah*. <https://doi.org/10.33854/jbdjbd.31>
- Ardimen, A. (2018). Pengembangan Kepribadian Konselor Berbasis Asmaul Husna Dalam Pelayanan Konseling. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2018.152-07>
- Ardimen, A., Neviyarni, N., Firman, F., Gustina, G., & Karneli, Y. (2019). Model bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah. *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 8(2), 278. <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*, 1(5), 381–387. <https://doi.org/10.17977/um065v1i52021p381-387>
- Atika, A., & Martin, M. (2020). Setting Outdoor untuk Dinamika Kelompok dalam Bimbingan Kelompok. *Pena Kreatif: Jurnal Pendidikan*. <https://doi.org/10.29406/jpk.v9i2.2379>
- Aulia, M. (2019). *Hubungan Disiplin Belajar Dengan Self Awareness Pada Peserta Didik Kelas Xi Smk Telkom Bandung*.
- Azhar, A. (2018). Komunikasi Antarpribadi: Suatu Kajian dalam Perspektif Komunikasi Islam. *Al-Hikmah Media Dakwah, Komunikasi, Sosial Dan Kebudayaan*. <https://doi.org/10.32505/hikmah.v8i1.400>
- Bisri, M. (2016). *Prosiding 4 th International Counseling Seminar Awareness Training Model To Improve Counselor ' S Multicultural Aw ...*
- 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>
- Elihami, E. (2018). Konsep pengenalan diri. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Enrekang*.
- Esmiati, A. N., Prihartanti, N., & Partini, P. (2020). Efektivitas pelatihan kesadaran diri untuk meningkatkan kedisiplinan siswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 8(1). <https://doi.org/10.22219/jipt.v8i1.11052>
- Fathiyah Mohd Fakhruddin & Asmawati Suhid. (2016). Process of Murabatah Al-Nafs According To Al-Ghazali in Developing Balanced and Holistic Individual. *Jurnal AL-ANWAR*.
- Firdaos, R. (2017). Metode Pengembangan Instrumen Pengukuran Kecerdasan Spritual Mahasiswa. *Edukasia: Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*. <https://doi.org/10.21043/edukasia.v11i2.1782>
- 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*, 10(2). <https://doi.org/10.35194/jm.v10i2.944>
- Goleman, D. (2009). Emotional Intelligence Why it can matter more than IQ - Daniel Goleman. In *Hilos Tensados*.
- Hafifa, D. F., Ardimen, A., Emeliya, H., & Fadhilah, S. (2022). Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Muhasabah terhadap Motivasi Berprestasi Siswa. *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 11(2), 293–304.
- Hasanah, M. (2017). Pendidikan Islam Berbasis IESAQ. *Jurnal Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan*. <https://doi.org/10.18592/tarbiyah.v6i2.1606>
- Hasanah, S. A. (2018). Konsep Muhasabah dalam Al-Qur'an: Telaah Pemikiran al-Ghazali. *Al-Dirayah*, 1(1), 57–65.
- Herdianti, N. (2020). Penafsiran ayat-ayat tentang muhasabah diri dalam tafsir Al-Munir karya Syekh Wahbah Az-Zuhaili. *Journal Article*.
- Heriansyah, M. (2019). Efektivitas konseling kelompok kognitif behavioral untuk meningkatkan kesadaran akademik mahasiswa. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 5(2), 96. <https://doi.org/10.29210/120192343>
- Indriyani, & Fadillah. (2020). Hubungan Antara Self Awareness Dengan Kedisiplinan Memakai Masker Di Masa New Normal Pada Pedagang Di Pasar Suwatu http://eprints.iain-surakarta.ac.id/404/1/FullTeks_161221120.pdf
- Kabiri, G., Ziaei, T., Rezaei aval, M., & Vakili, M. A. (2021). The effect of group counseling based on self-awareness skill on sexual risk-taking among girl students in Gorgan, Iran: A randomized trial. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2017-0065>

- Kamariyah, E. I., & Budiyo, 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>
- Kaslani. (2021). Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Motode Permainan Kerjasama untuk Meningkatkan Penyesuaian Peserta Didik Kelas XI TP 1 di SMK Negeri 1 Adiwerna. *JCOSE Jurnal Bimbingan Dan Konseling*. <https://doi.org/10.24905/jcose.v3i2.72>
- 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>
- Kurniawan, A. W., & Puspitaningtyas, Z. (2016). *Metode penelitian kuantitatif*.
- Lage, C. A., Wolmarans, D. W., & Mograbi, D. C. (2022). An evolutionary view of self-awareness. *Behavioural Processes*, 194, 104543. <https://doi.org/10.1016/j.beproc.2021.104543>
- Latipah, E. (2010). Strategi Self Regulated Learning dan Prestasi Belajar : *Jurnal Psikologi*.
- Maharani, L., & Mustika, M. (2017). Hubungan Self Awareness dengan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VIII di SMP Wiyatama Bandar Lampung (Penelitian Korelasional Bidang Bk Pribadi). *Konseli: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(1). <https://doi.org/10.24042/kons.v3i1.555>
- Makmudi, M., Tafsir, A., Bahruddin, E., & Alim, A. (2018). Pendidikan Jiwa Perspektif Ibn Qayyim Al-Jauziyyah. *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam*. <https://doi.org/10.32832/tadibuna.v7i1.1366>
- Malikah. (2013). Kesadaran diri proses pembentukan karakter islam. *Jurnal Al-Ulum*, 13(1), 129–150.
- Maqfirah. (2014). Mujadalah Menurut Al-Quran. *Al-Bayan*.
- Maullasari, S. (2019). Metode Dakwah Menurut Jalaluddin Rakhmat Dan Implementasinya Dalam Bimbingan Dan Konseling Islam (BKI). *Jurnal Ilmu Dakwah*. <https://doi.org/10.21580/jid.v38.1.3975>
- Mudana, I. N. O., Dharsana, I. K., & Suranata, K. (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*.

- Muhammad Darwin, Mamondol, M. R., Sormin, S. A., Nurhayati, Y., Tambunan, H., Sylvia, D., Adnyana, I. M. D. M., Prasetyo, B., Vianitati, P., & Gebang, A. A. (2021). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif Kualitatif* (Issue August).
- Mumpuni, T. (2018). Hubungan Self Awareness Dengan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas Vi Di Mi An Nur Deyangan Mertoyudan Tahun Pelajaran 2017 / 2018. *Prosiding Konferensi Nasional Ke- 7 Asosiasi Program Pascasarjana Perguruan Tinggi Muhammadiyah „Aisyiyah (APPPTMA)*, 385–395.
- Natalia, E. C. (2020). Membangun Kesadaran Diri Generasi Muda akan Budaya Positif Melalui Penggunaan Media Sosial. *Journal of Servite*, 2(2), 20. <https://doi.org/10.37535/102002220203>
- Nazirman, N. (2018). Konsep Metode Dakwah Bil Hikmah Dan Implementasinya Dalam Tabligh. *Al-Hikmah: Jurnal Dakwah Dan Ilmu Komunikasi*, 31–41. <https://doi.org/10.15548/al-hikmah.v0i0.91>
- Nor, W. M. (2018). Kepentingan Tabayyun dalam Mendepani Arus Globalisasi. *4th International Conference On Islamiyyat Studies 2018, September*, 411–421. <http://conference.kuis.edu.my/irsyad/images/e proceeding/2018/1068-irsyad-2018.pdf>
- Nurdin, A. (2014a). Akar Komunikasi Dalam Al-Qur'an. *Jurnal Kajian Komunikasi*. <https://doi.org/10.24198/jkk.vol2n1.2>
- Nurdin, A. (2014b). Akar Komunikasi Dalam Al-Qur'an (Studi Tematik Dimensi Komunikasi dalam Al-Qur'an). *Jurnal Kajian Komunikasi*.
- Nurhayati, N. (2018). Pengembangan Spiritual Quotient bagi Anak dalam Perspektif Pendidikan Islam. *Jurnal Ilmiah Iqra'*. <https://doi.org/10.30984/jii.v10i1.587>
- Nursilviani, N., Kasih, F., & Kardo, R. (2022). Model Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Metode Diskusi untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Peserta Didik. *Journal of Education Research*. <https://doi.org/10.37985/jer.v2i4.62>
- Pompeo, A. M., & Levitt, D. H. (2014). A path of counselor self-awareness. *Counseling and Values*. <https://doi.org/10.1002/j.2161-007X.2014.00043.x>
- Pranatawijaya, V. H., Widiatry, W., Priskila, R., & Putra, P. B. A. A. (2019). Penerapan Skala Likert dan Skala Dikotomi Pada Kuesioner Online. *Jurnal Sains Dan Informatika*, 5(2), 128–137. <https://doi.org/10.34128/jsi.v5i2.185>
- Prayitno, Afdal, Ifdil, Z. A. (2017). Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok. *A Psicanalise Dos Contos de Fadas. Tradução Arlene Caetano*, 466.
- Prida Ariani Ambar Astuti, Prayogo Maulana, Agathon Agnar Ramadhan, Danny

- Alfaridzi, Grace Putri Amelia, & Rahman Hakim Averus. (2021). Membangun Kesadaran Kebersihan Diri dan Lingkungan Pada Siswa TK & SD Tunas Benih Kasih Surabaya. *Prapanca: Jurnal Abdimas*. <https://doi.org/10.37826/prapanca.v1i1.126>
- Putra, D. K. (2021). *Muhasabah Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah Dan Relevansinya Dengan Kesehatan Mental*. 69–86.
- 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 Sipakalebbi*, 5(1), 1–17. <https://doi.org/10.24252/jsipakallebbi.v5i1.20313>
- Raihan. (2017). Metodologi penelitian. *Universitas Islam Jakarta*, 1–186.
- Riyadi, A., & Hasanah, H. (2016). Pengaruh Kesadaran Diri Dan Kematangan Beragama Terhadap Komitmen Organisasi Karyawan Rsud Tugurejo Semarang. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i1.451>
- Sari, N. L., Rosra, M., & Mayasari, S. (2019). Penggunaan Konseling Gestalt untuk Meningkatkan Self Awareness Siswa. *Alibkin (Jurnal Bimbingan Konseling)*.
- Saraji, Widyayanti, N., & Ama, R. G. T. (2021). Kesadaran Diri dan Kedisiplinan Belajar Pada Siswa SMA. *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v2i1.1424>
- Sartika, M., & Yandri, H. (2019). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Konformitas Teman Sebaya. *Indonesian Journal of Counseling and Development*. <https://doi.org/10.32939/ijcd.v1i1.351>
- Sholeh, S. (2017). Pendidikan dalam Al-Qur'an (Konsep Ta'lim QS. Al-Mujadalah ayat 11). *Jurnal Pendidikan Agama Islam Al-Thariqah*. [https://doi.org/10.25299/althariqah.2016.vol1\(2\).633](https://doi.org/10.25299/althariqah.2016.vol1(2).633)
- Sisca Folastris, M.Pd., Kons, Itsar Bolo Rangka, M.Pd., K. (2016). *Prosedur Layanan Bimbingan & Konseling Kelompok* (Issue November).
- Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. *Buku*, 1–334.
- Suparno, S. F. (2017). Hubungan Dukungan Sosial Dan Kesadaran Diri Dengan Motivasi Sembuh Pecandu Napza (Studi Pada Warga Binaan Lapas Klas II A Samarinda). *Psikoborneo*.
- Susanti, D. (2020). Guiding Noble Morals Based on Ayyuhal Waladul Muhibbah by Al Ghazaly With the Tazkiah Nafs Approach. *Islamic Management: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*.
- Syafri, I., Qotadah, H. A., & Achmad, A. D. (2020). Muhasabah Diri Sebagai

- Media Penanggulangan Perilaku Juvenile Delinquency. *Khazanah Pendidikan Islam*. <https://doi.org/10.15575/kp.v2i3.9983>
- Syarafina, S. O. (2019). Pengaruh Optimisme dan Kesadaran Diri Terhadap Adversity Quotient Mahasiswa Skripsi Sambil Bekerja. *Cognicia*. <https://doi.org/10.22219/cognicia.vol7.no3.295-307>
- Syarafina, S. O., Nurdibyanandaru, D., & Hendriani, W. (2019). Pengaruh optimisme dan kesadaran diri terhadap adversity quotient mahasiswa skripsi sambil bekerja. *Cognicia*. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v7i3.9013>
- Syarifudin, F. (2019). Urgensi tabayyun dan kualitas informasi dalam membangun komunikasi. *Al-Kuttab: Jurnal Kajian Perpustakaan, Informasi Dan Kearsipan*, 1(2), 29–39. <https://doi.org/10.24952/ktb.v1i2.1994>
- Tambusai, K. (2021). Bimbingan Kelompok Dalam Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa. *Al-Irsyad*. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v11i1.9500>
- Tri Djoyo Budiono. (2020). Pola Argumentasi Dalam Metode Dakwah Mujadalah Nabi Ibrahim. *Inteleksia - Jurnal Pengembangan Ilmu Dakwah*. <https://doi.org/10.55372/inteleksiajpid.v2i1.75>
- Walidah, I. Al. (2018). Tabayyun di Era Generasi Millennial. *Jurnal Living Hadis*, 2(2), 317. <https://doi.org/10.14421/livinghadis.2017.1359>
- Waliyuddin, M. N. (2021). Pendidikan Nilai Perspektif Psikosufistik (Integrasi Psikologi dan Tasawuf dalam Mengembangkan Spiritualitas dalam Pendidikan). *Syifa Al-Qulub*.
- Wija Astawa, D. N. (2018). Constructing Self Awareness Using Education Human Value In School Culture. *SHS Web of Conferences*. <https://doi.org/10.1051/shsconf/20184200028>
- Wija Astawa, D. N. (2021). Efektivitas Parenting di Masa Pandemi Covid-19. *Widya Accarya*. <https://doi.org/10.46650/wa.12.1.1034.31-39>
- 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>
- Winarto, M. E. (2013). Buku Metodologi Penelitian. *Universitas Negeri Malang (UM Press), January*, 143.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Instrumen <i>Self-Awareness</i>	1
Lampiran 2	Distribusi Perolehan Skor Responden	2
Lampiran 3	Rekap Hasil Data	3
Lampiran 4	Rencanan Pelaksanaan RPL BKp-M	4
Lampiran 5	Rencanan Pelaksanaan RPL BKp	5
Lampiran 6	<i>Samilarity/</i> Tesis Indra Abdi Candra Originality Report	6
Lampiran 7	Dokumen Kegiatan <i>Treatment</i> Kelompok Eksperimen.....	7
Lampiran 8	Dokumen Kegiatan <i>Treatment</i> Kelompok <i>control</i>	8
Lampiran 9	Surat Keterangan Penelitian	9
Lampiran 10	Izin Pelaksanaan Penelitian	10
Lampiran 11	Rekomendasi Penelitian	11
Lampiran 12	Surat Tugas Tim Penguji Seminar Tesis	12
Lampiran 13	Surat Tugas Tim Munaqasyah Seminar Tesis	13

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER GANJIL - GENAP TAHUN PELAJARAN 2022/2023

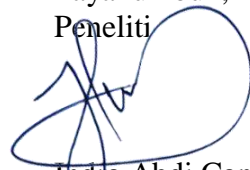
A	Komponen Layanan	Layanan dasar dan layanan responsive
B	Bidang Layanan	Bidang Pengembangan Pribadi
C	Fungsi Layanan	Fungsi Pengentasan dan Pengembangan
D	Tujuan	
	1. Tujuan Umum	Siswa/ klien mampu memahami diri, mengkaji ulang kekuatan dan kelemahan dirinya dengan tepat
	2. Tujuan Khusus	a. Setelah mengikuti kegiatan instropeksi diri siswa/ klien dapat mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi dengan tepat
		b. Setelah mengikuti kegiatan <i>tabayyun</i> siswa/ klien klien dapat menjelaskan tentang dirinya, kekuatan dan kelemahan dirinya dengan tepat
		c. Setelah mengikuti kegiatan <i>mujadalah</i> siswa/ mengidentifikasi kebutuhan dengan tepat
d. Setelah mengikuti kegiatan <i>al-hikmah</i> siswa mampu mengemukakan contoh-contoh sikap dan perbuatan yang menguntungkan dan merugikan dirinya dengan jujur		
E	Topik	Siapa saya (menenal dan memahami diri)
F	Sasaran Layanan	Siswa kelas IX
G	Jumlah anggota Kelompok	15 orang
H	Metode dan Teknik	Pendekatan <i>Muhasabah</i>
I	Waktu	4 x 45 Menit (4 x kegiatan)
J	Media/Alat	Infocus, PowerPoint/ video <i>ice climbing</i> , <i>LKS</i> dan karto manila
K	Tanggal Pelaksanaan	14 Desember 2022, dan 2, 4, 6 Januari 2023
L	Sumber Bacaan	Buku Materi Model BKp-M, Buku Referensi, Artikel
M	Tahapan Kegiatan	
	1. Tahap Pembentukan	a. Pernyataan Tujuan
		a. Konselor menyapa siswa dengan kalimat yang membuat siswa bersemangat
		b. Konselor menyampaikan tentang tujuan bimbingan yaitu siswa memahami diri, menyadari diri, kekuatan dan kelemahan diri
	b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan kelompok	a. konselor menjelaskan proses pelaksanaan kegiatan Bimbingan dengan langkah-langkah kegiatan dengan pendekatan <i>Muhasabah</i>
b. Konselor menjelaskan tentang tugas dan tanggung jawab siswa dalam kegiatan BKp-M		
c. Mengarahkan kegiatan	Konselor menjelaskan tentang kegiatan BKp-M yang akan dilaksanakan secara operasional dan menanyakan kepada siswa tentang kegiatan yang akan diikuti	

	<p>2. Tahap Peralihan</p> <p>a. Guru BK menanyakan apa yang belum dipahami oleh siswa dari penjelasan guru BK sebelumnya</p> <p>b. Guru BK menyiapkan siswa untuk melakukan komitmen tentang kegiatan BKp-M</p> <p>c. Mengarahkan kegiatan</p>	<p>a. Konselor menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melaksanakan tugas</p> <p>b. Konselor memberi kesempatan bertanya kepada anggota kelompok mengenai tugas yang belum mereka pahami</p> <p>c. Konselor menjelaskan kembali secara singkat tugas dan tanggung jawab anggota kelompok dalam kegiatan BKp-M</p> <p>a. Konselor menanyakan kesiapan anggota kelompok</p> <p>b. Setelah semua anggota kelompok menyatakan siap, selanjutnya konselor memulai melanjutkan ke tahap kegiatan</p> <p>Konselor menjelaskan tentang kegiatan BKp-M yang akan dilaksanakan secara operasional dan menanyakan kepada siswa tentang kegiatan yang akan diikuti</p>
	<p>3. Tahap kegiatan Proses/kegiatan yang dilakukan oleh siswa dalam kegiatan BKp-M</p>	<p>Uraian di bawah ini tentang pelaksanaan tahapan kegiatan siswa sebagai operasionalisasi pendekatan dalam mencapai tujuan sebagaimana berikut:</p> <p>a. <i>Tabbayun</i>. Pimpinan kelompok/ konselor mengeksplorasi masa lalu dan merencanakan masa depan siswa/ klien melalui pertanyaan terbuka tentang dirinya (siapa saya). Pertanyaan-pertanyaan pada <i>tabayyun</i> mengajak klien untuk menganalisis dan memikirkan mengapa mereka menunjukkan perilaku yang ditampilkan sekarang</p> <p>b. <i>Mujadalah</i>. Konselor mengajak anggota kelompok untuk menciptakan situasi yang dialogis dalam membahas kekuatan dan kelemahan diri siswa/ klien</p> <p>c. <i>Mauizah</i>. Konselor mengajak siswa/ klien untuk mengemukakan contoh kekuatan atau potensi diri klien yang mengalami masalah</p> <p>d. <i>Al-hikmah</i>. Konselor mengajak siswa untuk mengemukakan konsep, strategi atau cara memahami diri</p>
	<p>4. Tahap penutup Menutup kegiatan dan tindak lanjut</p>	<p>a. Konselor memberikan penguatan terhadap aspek-aspek yang ditemukan dalam kegiatan BKp-M</p> <p>b. Konselor merencanakan tindak lanjut yaitu mengembangkan aspek kerjasama</p> <p>c. Konselor mengungkapkan bahwa kegiatan BKp-M akan berakhir dan menutup kegiatan secara simpatik</p>

N	Evaluasi	
	1. Evaluasi proses	Evaluasi ini dilakukan konselor dengan melihat proses yang terjadi dalam kegiatan BKp-M seperti: a. Keaktifan atau dinamika kelompok, kesukarelaan siswa dalam mengikuti BKp-M dan keterbukaan siswa dalam menjawab pertanyaan konselor dalam BKp-M
		b. Konselor memberikan penguatan dalam membuat langkah BKp-M selanjutnya
	2. Evaluasi hasil	Evaluasi hasil setelah pelaksanaan BKp-M : a. Konselor mengungkap pemahaman dan pengetahuan anggota kelompok tentang keyakinan diri mampu menyelesaikan tugas tertentu secara individu melalui lembar tugas b. Konselor mengajukan kepuasan anggota kelompok dalam BKp-M c. Anggota kelompok mengisi instrument penilaian dari konselor (terlampir)

Payakumbuh, Desember 222

Peneliti



Indra Abdi Candra
BKPI. 212051010

SIAPA SAYA

A. Pengertian Pemahaman Diri

1. Suatu kemampuan seseorang yang dimiliki sejak lahir untuk melihat kelebihan dan kekurangan diri sendiri.
2. Pemahaman diri ditentukan oleh kemampuan/ intelegence/ kecerdasan dalam menilai diri sendiri
3. Setiap orang memiliki 140 milyar bakat/potensi yang dibawa sejak lahir.
4. Dengan bakat dan potensi maka seseorang akan dapat memahami diri sendiri.

B. Cara Mengenal Diri

Sejarah perkembangan diri. Misalnya, kapan kamu lahir, di mana, siapa orangtuamu, prestasi apa saja yang pernah dicapai, dan di mana saja kamu pernah tinggal. Penelusuran bakat dan kepribadian. Hal ini bisa diketahui dari hasil tes psikologi yang mengukur bakat dan minat diri kita atau melalui kecenderungan dan prestasi yang kita capai. Pengalaman sehari-hari. Hal ini meliputi perasaan memiliki dan dimiliki, perasaan kompeten atau mampu melakukan sesuatu, dan perasaan berharga.

Kebersamaan dengan orang lain. Misalnya, kita merasa mampu bersosialisasi karena kita memiliki banyak teman, sahabat, dan keluarga yang sayang kepada kita. Kata-kata orang lain. Pendapat dari keluarga, teman, guru, atau orang lain yang berpengaruh (significant others) mengenal diri kita merupakan masukan agar kita lebih mengenal diri sendiri.

Berikut Tips Mengenal Potensi Diri :

1. Kenali diri sendiri

Coba buat daftar pertanyaan, seperti: apa yang membuat Anda bahagia; apa yang Anda inginkan dalam hidup ini; apa kelebihan dan kekuatan Anda; dan apa saja kelemahan Anda. Kemudian jawablah pertanyaan ini secara jujur dan objektif. Mintalah bantuan keluarga atau sahabat untuk menilai kelemahan dan kekuatan Anda.

2. Tentukan tujuan hidup

Tentukan tujuan hidup Anda baik itu tujuan jangka waktu pendek maupun jangka panjang secara realistis. Realistis maksudnya yang sesuai dengan kemampuan dan kompetensi Anda. Menentukan tujuan yang jauh boleh aja asal diikuti oleh semangat untuk mencapainya.

3. Kenali motivasi hidup

Setiap manusia memiliki motivasi tersendiri untuk mencapai tujuan hidupnya. Coba kenali apa motivasi hidup Anda, apa yang bisa melecut semangat Anda untuk menghasilkan karya terbaik, dan sebagainya. Sehingga Anda memiliki kekuatan dan dukungan moril dari dalam diri.

4. Hilangkan *negative thinking*

Buanglah pikiran-pikiran negatif yang bisa menghambat langkah Anda mencapai tujuan. Setiap kali Anda menghadapi hambatan, jangan menyalahkan orang lain. Lebih baik coba evaluasi kembali langkah Anda mungkin ada sesuatu yang perlu diperbaiki. Kemudian melangkahlah kembali jika Anda telah menemukan jalan yang mantap.

5. Jangan mengadili diri sendiri

Jika terjadi sesuatu yang tidak diinginkan dalam mencapai tujuan Anda, jangan menyesali dan mengadili diri sendiri berlarut-larut. Hal ini hanya akan membuang waktu dan energi. Bangkit dan tataplah masa depan. Jadikan kegagalan sebagai pengalaman dan bahan pelajaran untuk maju. **Menggali Potensi Diri**

Refleksi pribadi. Refleksi adalah melihat kembali gambaran diri kita secara utuh.

Kinerja objektif. Penilaian dengan pengukuran yang relative akurat bisa berasal dari hasil tes psikologi, tes akademik seperti ujian sekolah, dan sebagainya.

C. Faktor Yang Mempengaruhi Pemahaman Diri Sendiri

1. Pola asuh orangtua
2. Sekolah
3. Lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat
4. Cara berinteraksi dengan orang lain
5. Belajar secara sosial
6. Keberadaan dalam anggota dalam kelompok

D. Ciri Pemahaman Diri Yang Positif

1. Bangga akan yang diperbuat
2. Tingkah lakunya mandiri
3. Bertanggung jawab
4. Antusias terhadap tugas yang menantang
5. Kemauan untuk mau mengembangkan diri
6. Mau melakukan kolaborasi dengan orang lain
7. Memandang orang lain positif.

E. Ciri Pemahaman Diri Yang Negatif

1. Merendahkan kemampuan diri sendiri
2. Menyalahkan orang lain karena kelemahannya
3. Merasa tidak mampu
4. Mudah frustrasi
5. Mudah dipengaruhi orang lain
6. Tidak mau berusaha
7. Semangatnya kurang

Saya tahu orang lain tahu	Saya tidak tahu orang lain tahu
Saya tahu orang lain tidak tahu	Saya tidak tahu orang lain tidak tahu

F. Potensi Diri Dan Ciri-Cirinya

Potensi diri adalah kemampuan atau kapasitas individu yang masih tersimpan dalam diri dan belum digunakan secara maksimal. Dengan kata lain, potensi ini masih dipendam dan belum dinyatakan lewat aksi ataupun perilaku.

Potensi diri dapat berkembang melalui bakat yang sudah dibawa dari lahir. Namun, potensi ini juga bisa dikembangkan melalui usaha belajar hingga kerja keras. Pada dasarnya, orang yang memahami potensi diri dapat dikenali dengan beberapa ciri, di antaranya:

1. Berani melakukan perubahan total untuk memperbaiki diri sendiri.
2. Memiliki sikap tulus, optimis, dan rasa tanggung jawab yang kuat.
3. Gemar belajar dan mau mengakui kekurangan dirinya.
4. Tidak menyalahkan orang lain atau keadaan ketika menghadapi masalah.
5. Mau menerima kritik dan saran dari orang lain.

G. Jenis-Jenis Potensi Diri.

Setelah kita mengetahui definisi dari Potensi diri diatas, Kita akan membahas Macam-macam Potensi diri pada Manusia. Manusia memiliki **potensi diri** yang dapat dibedakan menjadi 5 macam, yaitu:

1. Fisik (Phychomotoric)
2. Mental Intelektual (Intellectual Quotient) (terutama otak bagian kiri). merencanakan sesuatu, menghitung dan menganalisis.
3. Sosial Emosional (Emotional Quotient) bertanggung jawab, mengendalikan amarah, motivasi, dan kesadaran diri.

Seseorang yang secara emosi tidak cerdas biasanya :

- ✚ Bersifat agresif.
- ✚ Cenderung berpikir negatif.
- ✚ Malas dan lebih suka melakukan kegiatan untuk menyenangkan diri secara berlebihan.
- ✚ Lebih mementingkan diri sendiri (egois).
- ✚ Tidak mampu menentukan tujuan.
- ✚ Cepat cemas dan depresi.
- ✚ Menarik diri dari pergaulan.
- ✚ Suka memanfaatkan kelemahan orang lain.
- ✚ Tidak sopan.
- ✚ Kurang percaya diri.

Setidaknya ada 5 unsur yang membangun kecerdasan emosi, yaitu:

- ✚ Memahami emosi-emosi sendiri
- ✚ Mampu mengelola emosi-emosi sendiri
- ✚ Memotivasi diri sendiri
- ✚ Memahami emosi-emosi orang lain
- ✚ Mampu membina hubungan sosial

Berikut ini adalah hal-hal spesifik yang perlu dipahami dan dimiliki oleh orang-orang yang cerdas secara emosi :

- ✚ Mengatasi stress (tekanan yang timbul akibat beban hidup)
- ✚ Mengendalikan Dorongan Hati (penuh dengan perhitungan)
- ✚ Mengelola Suasana Hati (tidak berada dibawah kekuasaan emosi)
- ✚ Memotivasi Diri (tetap fokus pada impian-impian, evaluasi diri dan sebagainya).

✚ Memahami Orang Lain (berkomunikasi dan menjalin hubungan baik)

✚ Kemampuan Sosial (perhatian mendasar terhadap orang lain)

4. Mental Spiritual (Spiritual Quotient) kesadaran jiwa, bukan hanya untuk mengetahui norma, tapi untuk menemukan norma.
5. Daya Juang (Adversity Quotient) berhubungan dengan keuletan, ketangguhan, dan daya juang yang tinggi.
6. Kemampuan Sosiologis (peka terhadap suatu permasalahan sosial, mampu berpikir secara kritis dan emansipatoris, menunjukkan simpati dan empati).
7. Kemampuan Musikal (menciptakan harmoni lewat suara dan menghayati alunan nada)
8. Kemampuan Naturalis (memahami kehidupan ekologi di bumi)
9. Kemampuan Logika (secaran numerik, menghitung, hingga mengingat rumus matematis)
10. Kemampuan Linguistik (kebolehan dalam berbahasa memahami teks deskriptif, berbicara, ceramah, hingga diskusi).
11. Kemampuan Spasial (pemetaan tertentu: sopir andal mampu keluar dari jalan asing tanpa tersesat).
12. Kemampuan Visual (kreasi visual: gambar, lukisan, hingga film)
13. Kemampuan Kinestetik (menggerakkan tubuh, harmoni lewat gerakan: penari profesional).
14. Kemampuan Interpersonal (menjalin hubungan sosial: lewa komunikasi, negosiasi, dan wawancara).
15. Kemampuan Intrapersonal (mengatur dan memahami diri sendiri: mengambil keputusan, tujuan hidup, dan membuat visi dengan baik: Seperti kemampuan logika, potensi ini bisa dilatih)

H. Inilah 7 Kebiasaan Yang Bisa Lejitkan Potensi Diri

1. Bersikap Proaktif (inisiatif dan rasa tanggung jawab) nilai dan pilihan sadar: pelayan Rumah Makan.
2. Mulai Dari Akhir (tujuan utama dalam suatu kegiatan)
3. Dahulukan Yang Utama (manajemen waktu): Penting dan mendesak, Penting dan tidak mendesak, Tidak penting dan mendesak, Tidak penting dan tidak mendesak
4. Berpikir Menang/Menang
5. Mengerti Baru Dimengerti (Lakukanlah orang lain seperti bagaimana engkau ingin diperlakukan oleh orang lain).
6. Wujudkan Sinergi (penyatuan hubungan atas bagian-bagian yang berbeda)
7. Asahlah Gergaji (meluangkan waktu sejenak untuk mengasah dan meningkatkan kapasitas dirinya)

I. Aspek - Aspek Yang Harus Dipahami Individu

1. Aspek Fisik (kondisi jasmaniahnya dengan segala potensinya)
2. Aspek Psikis (kondisi kejiwaan individu)
3. Aspek Minat (rasa tertarik yang kuat terhadap obyek tertentu)
4. Aspek Bakat (dibawa oleh seseorang sejak lahir dan bersifat menurun (genetic))
5. Aspek Cita-cita (Potret Diri) mampu dan dapat memilih karir sesuai dengan cita-citanya.
6. Aspek Kebutuhan-kebutuhan Pokok (jasmani, bathin)
7. Aspek Gaya Hidup (life style) menyesuaikan dengan kemampuannya, tidak diperbudak oleh hawa nafsunya.

J. Faktor-Faktor Membuat Potensi Diri Anda Bisa Tergali?

1. **Percaya diri.** Kurangnya percaya diri bisa menghilangkan kesempatan Anda untuk menggali potensi diri Anda, akan tetapi tidak menghilangkan potensi.
2. **Hobi dan minat.** Jika Anda mengerjakan sesuatu yang Anda sukai bahkan sebagai hobi atau minat pasti akan menghasilkan sesuatu yang memuaskan (seharusnya). Jadi cobalah gali potensi yang sejalan dengan minat Anda, akan tetapi jangan lupakan yang bukan minat Anda.
3. **Pergaulan.** Misal jika Anda punya pergaulan yang baik dengan orang yang pintar maka Anda akan jadi pintar.

K. Cara Menerima Diri Sendiri Apa Adanya

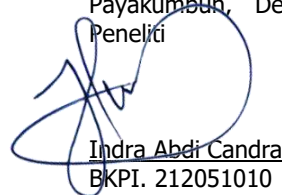
1. Menyelidiki Kekurangan dan Kelebihan Diri
2. Bertanya ke Teman mengenai Diri Anda
3. Perbaiki Kekurangan, Optimalkan Kelebihan
4. Belajar Mengekspresikan Diri
5. Me Time dengan Kegiatan yang Self-love
6. Hindari Meminta Pengakuan dari Orang lain
7. Pahami Setiap Orang itu Unik
8. Hindari Terlalu Kompetitif
9. Diejek? Tertawakan Saja
10. Reflektif

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

A	Komponen Layanan	Layanan dasar dan layanan responsive	
B	Bidang Layanan	Bidang Pengembangan Pribadi	
C	Fungsi Layanan	Fungsi Pengentasan dan Pengembangan	
D	Tujuan		
	1. Tujuan Umum	Siswa/ klien mampu membangun rasa percaya diri	
	2. Tujuan Khusus	a. Setelah mengikuti kegiatan instropeksi diri siswa/ klien dapat mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi dengan tepat	
		b. Setelah mengikuti kegiatan <i>tabayyun siswa/</i> klien klien dapat menjelaskan Pentingnys rasa percaya diri, ciri-cirinya, manfaatnya, proses pembentukannya dan membangunnya serta cara meningkatkannya	
	c. Setelah mengikuti kegiatan <i>mujadalah</i> siswa/ mengidentifikasi kebutuhan dengan tepat		
	d. Setelah mengikuti kegiatan <i>al-hikmah</i> siswa mampu mengemukakan contoh-contoh sikap dan perbuatan yang menguntungkan dan merugikan dirinya dengan jujur		
E	Topik	Membangun rasa percaya diri (menenal dan memahami diri)	
F	Sasaran Layanan	Siswa kelas IX	
G	Jumlah anggota Kelompok	15 orang	
H	Metode dan Teknik	Pendekatan <i>Muhasabah</i>	
I	Waktu	1 x 45 Menit (1 x kegiatan)	
J	Media/Alat	Infocus, PowerPoint/ video <i>ice climbing</i> , <i>LKS</i> dan karto manila	
K	Tanggal Pelaksanaan	9 Januari 2023	
L	Sumber Bacaan	Buku Materi Model BKp-M, Buku Referensi, Artikel	
M	Tahapan Kegiatan		
	1. Tahap Pembentukan	a. Pernyataan Tujuan	a. Konselor menyapa siswa dengan kalimat yang membuat siswa bersemangat
			b. Konselor menyampaikan tentang tujuan bimbingan yaitu siswa memahami diri, menyadari diri, kekuatan dan kelemahan diri
		b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan kelompok	a. konselor menjelaskan proses pelaksanaan kegiatan Bimbingan dengan langkah-langkah kegiatan dengan pendekatan <i>Muhasabah</i>
		c. Mengarahkan kegiatan	b. Konselor menjelaskan tentang tugas dan tanggung jawab siswa dalam kegiatan BKp-M
			Konselor menjelaskan tentang kegiatan BKp-M yang akan dilaksanakan secara operasional dan menanyakan kepada siswa tentang kegiatan yang akan diikuti
	2. Tahap Peralihan	a. Guru BK menanyakan apa yang belum dipahami oleh siswa dari penjelasan guru BK sebelumnya	a. Konselor menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melaksanakan tugas
			b. Konselor memberi kesempatan bertanya kepada anggota kelompok mengenai tugas yang belum mereka pahami
			c. Konselor menjelaskan kembali secara singkat tugas dan tanggung jawab anggota kelompok dalam kegiatan BKp-M
		b. Guru BK menyiapkan siswa untuk melakukan komitmen tentang kegiatan BKp-M	a. Konselor menanyakan kesiapan anggota kelompok
b. Setelah semua anggota anggota kelompok menyatakan siap, selanjutnya konselor memulai melanjutkan ke tahap kegiatan			
c. Mengarahkan kegiatan	Konselor menjelaskan tentang kegiatan BKp-M yang akan dilaksanakan secara operasional dan menanyakan kepada siswa tentang kegiatan yang akan diikuti		

	<p>3. Tahap kegiatan Proses/kegiatan yang dilakukan oleh siswa dalam kegiatan BKp-M</p>	<p>Uraian di bawah ini tentang pelaksanaan tahapan kegiatan siswa sebagai operasionalisasi pendekatan dalam mencapai tujuan sebagaimana berikut:</p> <p>a. <i>Tabbayun</i>. Pimpinan kelompok/ konselor mengeksplorasi masa lalu dan merencanakan masa depan siswa/ klien melalui pertanyaan terbuka tentang dirinya (siapa saya). Pertanyaan-pertanyaan pada <i>tabayyun</i> mengajak klien untuk menganalisis dan memikirkan mengapa mereka menunjukkan perilaku yang ditampilkan sekarang</p> <p>b. <i>Mujadalah</i>. Konselor mengajak anggota kelompok untuk menciptakan situasi yang dialogis dalam membahas kekuatan dan kelemahan diri siswa/ klien</p> <p>c. <i>Mauizah</i>. Konselor mengajak siswa/ klien untuk mengemukakan contoh terkait percaya diri klien yang mengalami masalah</p> <p>d. <i>Al-hikmah</i>. Konselor mengajak siswa untuk mengemukakan konsep, strategi atau cara memahami diri</p>
	<p>4. Tahap penutup Menutup kegiatan dan tindak lanjut</p>	<p>a. Konselor memberikan penguatan terhadap aspek-aspek yang ditemukan dalam kegiatan BKp-M</p> <p>b. Konselor merencanakan tindak lanjut yaitu mengembangkan aspek kerjasama</p> <p>c. Konselor mengungkapkan bahwa kegiatan BKp-M akan berakhir dan menutup kegiatan secara simpatik</p>
N	<p>Evaluasi 1. Evaluasi proses</p> <p>2. Evaluasi hasil</p>	<p>Evaluasi ini dilakukan konselor dengan melihat proses yang terjadi dalam kegiatan BKp-M seperti:</p> <p>a. Keaktifan atau dinamika kelompok, kesukarelaan siswa dalam mengikuti BKp-M dan keterbukaan siswa dalam menjawab pertanyaan konselor dalam BKp-M</p> <p>b. Konselor memberikan penguatan dalam membuat langkah BKp-M selanjutnya</p> <p>Evaluasi hasil setelah pelaksanaan BKp-M :</p> <p>a. Konselor mengungkap pemahaman dan pengetahuan anggota kelompok tentang keyakinan diri mampu menyelesaikan tugas tertentu secara individu melalui lembar tugas</p> <p>b. Konselor mengajukan kepuasan anggota kelompok dalam BKp-M</p> <p>c. Anggota kelompok mengisi instrument penilaian dari konselor (terlampir)</p>

Payakumbuh, Desember 2022
Peneliti



Indra Abdi Candra
BKPI. 212051010

PERCAYA DIRI

A. Pentingnya Rasa Percaya Diri

Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Orang yang percaya diri yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan mereka tidak terwujud, mereka tetap berpikiran positif dan dapat menerimanya.

Menurut Thantaway dalam Kamus istilah Bimbingan dan Konseling (2005:87), **percaya diri** adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri.

Menurut Spencer (2003) percaya diri adalah keyakinan pada kemampuan dan penilaian diri atau citra sendiri, termasuk atas kemampuan dirinya yang diwujudkan dalam lingkungan yang semakin menantang serta percaya pada keputusan dan pendapatnya untuk mengatasi kegagalan secara konstruktif.

B. Ciri – ciri Orang yang Mempunyai Rasa Percaya Diri

Apa yang membedakan orang antara yang mempunyai rasa percaya diri dan tidak? Ternyata ada banyak hal yang membedakan mereka antara lain:

1. Berani Tampil Beda

Orang yang PD adalah seseorang yang hampir pasti memahami dirinya sendiri. Ia mengerti kebutuhan dirinya, mengerti keterbatasannya, sehingga jadilah ia seorang yang berani tampil beda, tentunya dalam hal positif.

2. Berani Menerima Tantangan

Bukankah ketika kita belum mencoba, kita belum tahu persis kapanakah kesiapan kita? Berani menerima tantangan berarti berani untuk belajar sesuatu yang baru.

3. Asertif

Asertif berarti tegas, punya pendapat, serta berani berkata tidak. Seseorang yang PD tentu bersikap tegas, sebab ia berilmu ia tahu kapan saat untuk berkata “ya” dan kapan saat untuk berkata “tidak”.

4. Mandiri

Seorang yang PD adalah seorang yang mandiri. Ia percaya pada kemampuan dan kekuatan dirinya dalam mengatasi permasalahan.

5. Selalu bereaksi Positif dalam Menghadapi Masalah

Reaksi positif ini misalnya dengan tetap tegar, sabar, dan tabah dalam menghadapi permasalahan hidup.

C. Manfaat Rasa Percaya Diri

1. Menjadi pribadi yang tahan banting, tidak mudah terpengaruh oleh orang lain.
2. Mampu mengatasi keadaan dengan baik.
3. Mengetahui kemampuan diri sendiri, (mengerjakan sesuatu secara efektif dan efisien).
4. Memandang semua hal secara optimis.
5. Kualitas kepribadian akan meningkat
6. Mampu mengontrol emosi dengan baik.
7. Hidup akan lebih sistematis.

D. Proses Pembentukan Rasa Percaya Diri

Rasa Percaya Diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang. Ada proses tertentu dalam pribadi seseorang sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri. Secara garis besar, terbentuknya rasa percaya yang kuat terjadi melalui proses sebagai berikut:

1. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan – kelebihan tertentu.
2. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan – kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan tersebut.
3. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan – klemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau kesulitan menyesuaikan diri.
4. Pengalaman didalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

E. Membangun Rasa Percaya Diri

Rasa Percaya Diri sangat diperlukan setiap orang. Tanpa rasa percaya diri, seseorang akan merasa kikuk, serba salah, dan tidak dapat melakukan sesuatu secara maksimal. Berikut ini ada tujuh (7) pilar untuk membangun rasa percaya diri yang dikutip dari buku *Sukses Membangun rasa Percaya Diri* karya Wishnubroto Widarso, antara lain:

1. Sadar bahwa kita adalah ciptaan Tuhan yang dikaruniai hak dasar yang sama yaitu, hak untuk hidup, hak untuk merdeka, dan hak untuk mencari kebahagiaan kita sendiri.

2. Hidup Mandiri, (arti mempunyai pikiran sendiri, mempunyai minat dan hobi sendiri, dan berani secara terbuka menyatakan pendapat/pikiran sendiri, serta melakukan apapun yang menjadi minat dan hobi, sejauh itu tidak merugikan orang lain).
3. Menemukan keunggulan/kelebihan diri dan kemudian mengembangkannya dengan sungguh – sungguh.
4. Menimba ilmu dan mengumpulkan pengetahuan umum sebanyak yang mampu dilakukan.
5. Berfikir realistis bahwa setiap manusia pasti punya keunggulan/kelebihan disamping kelemahan/kekurangan.
6. Berfikir asertif, tulus mengakui hak orang lain, tetapi pada saat yang sama mampu menegakkan haknya sendiri.
7. Menggunakan bahasa non verbal (bahasa tubuh) dengan tepat, misalnya memAndang wajah dan mata lawan bicara kita dalam kurun waktu yang relative lama (bukan seperti pAndangan sekilas saja), berdiri tegak dengan kaki lurus dan berat badan ditumpukan pada kedua kaki (tidak condong ke salah satu sisi); duduk dengan punggung tegak pada sAndaran kursi (tidak duduk membungkuk atau meringkuk); bahu di tarik ke belakang supaya lurus; kepala tegak tetapi tidak mendongak; artikulasi (pengucapan kata) juga jelas. Bahasa nonverbal ini seharusnya memang muncul secara alamiah, tetapi bukan berarti tidak dapat dipelajari. Kita dapat belajar dan berlatih menggunakan bahasa nonverbal tertentu sebagai salah satu cara membangun rasa percaya diri kita.

F. Cara Meningkatkan Percaya Diri Paling Ampuh

1. Bersyukur terhadap apa yang sudah kamu miliki
2. Lakukan hal baik untuk diri sendiri
3. Awali dengan doa sebelum melakukan sesuatu
4. Lakukan Afirmasi untuk dirimu sendiri (pernyataan positif dan meyakinkan apapun yang kita katakan kepada diri sendiri)
5. Benahi penampilan
6. Menyadari bahwa manusia tidak ada yang sempurna
7. Berhenti untuk membandingkan diri dengan orang lain
8. Belajar menerima kritik dari orang lain
9. Lakukan suatu hal yang kamu sukai
10. Tanamkan Pola Pikir Positif

11. Mencari Lingkungan yang Positif
12. Desain Tujuan Hidupmu
13. Susun Rencana dengan Matang
14. Siapkan rencana B dan rencana C
15. Berdamai dengan Kekurangan Diri dan Berlapang Dada
16. Tidak Bergantung Kepada Orang Lain
17. Lakukan hal yang disukai
18. Mau menerima kritik atau pendapat yang bertentangan
19. Perluas Wawasan

Dari uraian singkat di atas, tentunya Anda sudah paham mengenai apa dan bagaimana rasa percaya diri itu. Andapun memahami betapa pentingnya memiliki rasa percaya diri. Nah, sudahkah Anda termasuk orang yang percaya diri alias PD? Kalau belum, mulailah dari sekarang. Tak ada kata terlambat untuk belajar dan memperbaiki diri.

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2022/2023**

A	Komponen Layanan	Layanan dasar dan layanan responsive	
B	Bidang Layanan	Bidang Pengembangan Pribadi	
C	Fungsi Layanan	Fungsi Pengentasan dan Pengembangan	
D	Tujuan		
	1. Tujuan Umum	Siswa/ klien mampu membuat keputusan dengan tepat	
	2. Tujuan Khusus	a. Setelah mengikuti kegiatan instropeksi diri siswa/ klien dapat mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi dengan tepat	
		b. Setelah mengikuti kegiatan <i>tabayyun siswa/</i> klien klien dapat menjelaskan opsi yang dimiliki, mencari dukungan, menerapkan keputusan, dan tips membuat keputusan dengan tepat	
		c. Setelah mengikuti kegiatan <i>mujadalah</i> siswa/ mengidentifikasi kebutuhan dengan tepat	
d. Setelah mengikuti kegiatan <i>al-hikmah</i> siswa mampu mengemukakan contoh-contoh sikap dan perbuatan yang menguntungkan dan merugikan dirinya dengan jujur			
E	Topik	Cara Mengambil Keputusan yang tepat (menegal dan memahami diri)	
F	Sasaran Layanan	Siswa kelas IX	
G	Jumlah anggota Kelompok	15 orang	
H	Metode dan Teknik	Pendekatan <i>Muhasabah</i>	
I	Waktu	1 x 45 Menit (1 x kegiatan)	
J	Media/Alat	Infocus, PowerPoint/ video <i>ice climbing</i> , <i>LKS</i> dan karto manila	
K	Tanggal Pelaksanaan	11 Januari 2023	
L	Sumber Bacaan	Buku Materi Model BKp-M, Buku Referensi, Artikel	
M	Tahapan Kegiatan		
	1. Tahap Pembentukan	a. Pernyataan Tujuan	a. Konselor menyapa siswa dengan kalimat yang membuat siswa bersemangat
			b. Konselor menyampaikan tentang tujuan bimbingan yaitu siswa memahami diri, menyadari diri, kekuatan dan kelemahan diri
		b. Penjelasan tentang langkah-langkah kegiatan kelompok	a. konselor menjelaskan proses pelaksanaan kegiatan Bimbingan dengan langkah-langkah kegiatan dengan pendekatan <i>Muhasabah</i>
	c. Mengarahkan kegiatan	b. Konselor menjelaskan tentang tugas dan tanggung jawab siswa dalam kegiatan BKp-M	
		Konselor menjelaskan tentang kegiatan BKp-M yang akan dilaksanakan secara operasional dan menanyakan kepada siswa tentang kegiatan yang akan diikuti	
	2. Tahap Peralihan	a. Guru BK menanyakan apa yang belum dipahami oleh siswa dari penjelasan guru BK sebelumnya	a. Konselor menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk melaksanakan tugas
			b. Konselor memberi kesempatan bertanya kepada anggota kelompok mengenai tugas yang belum mereka pahami
			c. Konselor menjelaskan kembali secara singkat tugas dan tanggung jawab anggota kelompok dalam kegiatan BKp-M
		b. Guru BK menyiapkan siswa untuk melakukan komitmen tentang kegiatan BKp-M	a. Konselor menanyakan kesiapan anggota kelompok
			b. Setelah semua anggota anggota kelompok menyatakan siap, selanjutnya konselor memulai melanjutkan ke tahap kegiatan
			Konselor menjelaskan tentang kegiatan BKp-M yang akan dilaksanakan secara operasional dan menanyakan kepada siswa tentang kegiatan yang akan diikuti
	c. Mengarahkan kegiatan		

	<p>3. Tahap kegiatan Proses/kegiatan yang dilakukan oleh siswa dalam kegiatan BKp-M</p>	<p>Uraian di bawah ini tentang pelaksanaan tahapan kegiatan siswa sebagai operasionalisasi pendekatan dalam mencapai tujuan sebagaimana berikut:</p> <p>a. <i>Tabbayun</i>. Pimpinan kelompok/ konselor mengeksplorasi masa lalu dan merencanakan masa depan siswa/ klien melalui pertanyaan terbuka tentang dirinya (siapa saya). Pertanyaan-pertanyaan pada <i>tabayyun</i> mengajak klien untuk menganalisis dan memikirkan mengapa mereka menunjukkan perilaku yang ditampilkan sekarang</p> <p>b. <i>Mujadalah</i>. Konselor mengajak anggota kelompok untuk menciptakan situasi yang dialogis dalam membahas kekuatan dan kelemahan diri siswa/ klien</p> <p>c. <i>Mauizah</i>. Konselor mengajak siswa/ klien untuk mengemukakan contoh kekuatan atau potensi diri klien yang mengalami masalah</p> <p>d. <i>Al-hikmah</i>. Konselor mengajak siswa untuk mengemukakan konsep, strategi atau cara memahami diri</p>
	<p>4. Tahap penutup Menutup kegiatan dan tindak lanjut</p>	<p>a. Konselor memberikan penguatan terhadap aspek-aspek yang ditemukan dalam kegiatan BKp-M</p> <p>b. Konselor merencanakan tindak lanjut yaitu mengembangkan aspek kerjasama</p> <p>c. Konselor mengungkapkan bahwa kegiatan BKp-M akan berakhir dan menutup kegiatan secara simpatik</p>
N	<p>Evaluasi 1. Evaluasi proses</p> <p>2. Evaluasi hasil</p>	<p>Evaluasi ini dilakukan konselor dengan melihat proses yang terjadi dalam kegiatan BKp-M seperti:</p> <p>a. Keaktifan atau dinamika kelompok, kesukarelaan siswa dalam mengikuti BKp-M dan keterbukaan siswa dalam menjawab pertanyaan konselor dalam BKp-M</p> <p>b. Konselor memberikan penguatan dalam membuat langkah BKp-M selanjutnya</p> <p>Evaluasi hasil setelah pelaksanaan BKp-M :</p> <p>a. Konselor mengungkap pemahaman dan pengetahuan anggota kelompok tentang keyakinan diri mampu menyelesaikan tugas tertentu secara individu melalui lembar tugas</p> <p>b. Konselor mengajukan kepuasan anggota kelompok dalam BKp-M</p> <p>c. Anggota kelompok mengisi instrument penilaian dari konselor (terlampir)</p>


 Payakumbuh,
 Peneliti
Indra Abdi Candra
 BKPI. 212051010

Desember 2022

CARA MEMBUAT KEPUTUSAN YANG TEPAT

A. Memahami Opsi yang Dimiliki (Pikirkan prinsip hidup yang Anda miliki.)

1. Kumpulkan bukti dan timbang kekurangan serta kelebihan dari setiap keputusan
2. Kelola waktu yang Anda miliki dengan baik
3. Tuliskan hal-hal yang perlu Anda lakukan
4. Pikirkan mungkin atau tidaknya sebuah isu untuk membuat situasi terasa semakin kompleks

B. Mencari Bantuan dan Dukungan

1. Susun daftar sistem pendukung
2. Dekati orang-orang yang namanya Anda cantumkan dalam daftar sistem pendukung
3. Mintalah nasihat dari sistem pendukung Anda melalui surel
4. Jelaskan konteksnya kepada orang-orang yang Anda mintai nasihat
5. Jangan takut mencari bantuan

C. Menerapkan Keputusan

1. Tentukan target
2. Ubah pilihan menjadi aksi
3. Nilai ketepatan keputusan Anda

Mengambil Langkah Lanjutan

1. Jangan biarkan masa lalu memengaruhi proses pembuatan keputusan Anda di masa depan
2. Buang jauh-jauh ego Anda

D. Tips untuk membuat keputusan dengan tepat

1. Buatlah keputusan saat sedang fokus dan tidak terburu-buru
2. Mengumpulkan fakta sebanyak-banyaknya
3. Tetap terbuka untuk semua kemungkinan yang ada
4. Buat dampak positif dan negatif yang akan diterima
5. Coba ubah pandangan menjadi orang lain

E. Langkah Membuat Keputusan yang Efektif, Wajib Diketahui

1. Identifikasi Tujuan Anda
2. Kumpulkan Informasi untuk Menimbang Pilihan
3. Pertimbangkan Konsekuensinya
4. Buat Keputusan
5. Evaluasi Keputusan Anda

ORIGINALITY REPORT

23%

SIMILARITY INDEX

23%

INTERNET SOURCES

8%

PUBLICATIONS

6%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	ecampus.iainbatusangkar.ac.id Internet Source	9%
2	repository.upi.edu Internet Source	1%
3	repository.radenintan.ac.id Internet Source	1%
4	ejournal.uinib.ac.id Internet Source	1%
5	ejournal.uika-bogor.ac.id Internet Source	1%
6	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	1%
7	lib.unnes.ac.id Internet Source	1%
8	www.kajianpustaka.com Internet Source	1%
9	digilib.unila.ac.id Internet Source	1%
