STRATEGI GURU BK UNTUK MENINGKATKAN *SELF-AWARENESS* SISWA KELAS VIII MTS AL-FALAAH PANDAK BANTUL

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana

Disusun Oleh:

Gudang Budiman
NIM 22102020088

Dosen Pembimbing:

Drs. H. Muhammad Hafiun, M.Pd.
NIP 19620520 198903 1 002

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2026

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PENGESAHAN

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1715/Un.02/DD/PP.00.9/09/2026

Tugas Akhir dengan judul : STRATEGI GURU BK UNTUK MENINGKATKAN SELF-AWARENESS SISWA KELAS VIII MTS AL-FALAAH PANDAK BANTUL

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : GUDANG BUDIMAN
Nomor Induk Mahasiswa : 22102020088
Telah diujikan pada : Jumat, 21 Agustus 2026
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

Drs. Muhammad Hafiun, M.Pd
SIGNED

Valid ID: 6a9e2dee6f09c

Penguji I

Slamet, S.Ag, M.Si
SIGNED

Valid ID: 6a98f9575d58d

Penguji II

Anggi Jatmiko, M.A.
SIGNED

Valid ID: 6a9a6ee3e70f3

Yogyakarta, 21 Agustus 2026
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S.
SIGNED

Valid ID: 6a9e320432ae6

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku dosen pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama	:	Gudang Budiman
NIM	:	22102020088
Judul Skripsi	:	Strategi Guru BK untuk Meningkatkan *Self-Awareness* Siswa Kelas VIII MTs Al-Falaah Bantul

skripsi tersebut sudah memenuhi syarat

- Bebas dari unsur plagiarisme.
- Hasil pemeriksaan similaritas melalui Turnitin menunjukkan tingkat kemiripan sebesar 15% dengan menggunakan setelan "small match exclusion" sepuluh kata.
- Sistematika penulisan telah sesuai dengan Pedoman Penulisan Skripsi yang berlaku.

dan sudah dapat diajukan kepada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 8 Agustus 2026

Mengetahui,

Ketua Program Studi	Dosen Pembimbing
Zaen Musyrifin, M. Pd. I.	Drs. H. Muhammad Hafiun, M.Pd.
NIP. 19900428 202321 1 029	NIP 19620520 198903 1 002

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Gudang Budiman
NIM	: 22102020088
Program Studi	: Bimbingan Konseling Islam
Fakultas	: Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: Strategi Guru BK untuk Meningkatkan *Self-Awareness* Siswa Kelas VIII MTs Al-Falaah Bantul adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab penyusun.

Yogyakarta, 18 Agustus 2026
Yang menyatakan,



Gudang Budiman
NIM 22102020088

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahi Rabbil 'Alamin, dengan penuh rasa syukur kepada Allah Swt.,

Karya sederhana ini saya persembahkan dengan penuh cinta dan rasa syukur untuk Bapak Tugiyono dan Ibu Wahyuningsih. Terima kasih atas setiap doa yang diam-diam kalian panjatkan, setiap lelah yang kalian sembunyikan, dan setiap pengorbanan yang tidak pernah kalian ceritakan. Mungkin saya tidak akan pernah mampu membalas seluruh kasih sayang, perjuangan, dan air mata yang telah kalian berikan, tetapi semoga keberhasilan kecil ini dapat menjadi salah satu alasan untuk membuat kalian tersenyum dan bangga. *Jazakumullahu khairan katsiran* atas segala cinta, doa, dan pengorbanan yang tak ternilai. *Rabbighfir li, wa li walidayya, warham huma kama rabbayani shaghira.* Semoga Allah Swt. senantiasa melimpahkan kesehatan, keberkahan, kebahagiaan, serta membalas setiap kebaikan Bapak dan Ibu dengan balasan yang terbaik. *Aamiin Ya Rabbal 'Alamin.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ

Artinya : *"Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri."*

(QS. Ar-Ra'd [13]: 11)[1]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[1] https://quran.nu.or.id/ar-rad

KATA PENGANTAR

Bismillahirahmanirrahim segala puji dan Syukur atas kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Taufiq, Rahmat, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **"Strategi Guru BK untuk Meningkatkan *Self-Awareness* Siswa kelas VIII MTs Al-Falaah Pandak Bantul".** Sholawat beserta salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita, *Uswatun Hasanah*, baginda Nabi Muhammad saw., beserta keluarga, sahabat, dan seluruh umatnya hingga akhir zaman. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Pada proses penyusunan skripsi tentu banyak pihak yang turut serta dalam membantu dan berperan dalam memberikan saran, kritik, arahan, serta masukan kepada penulis, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Banyak keterbatasan dan tantangan yang penulis hadapi dalam proses penyusunan skripsi. Oleh karena itu, dengan segala rasa hormat dan terima kasih sedalam-dalamnya penulis ucapkan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Noorhaidi, M.A., M.Phil., Ph.D. selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak. Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Zaen Musyirifin, S.Sos.I., M.Pd.I. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Terimakasih

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

atas bantuan, ilmu, dan ketulusan yang telah bapak curahkan untuk penulis. Semoga Allah membalas segala kebaikan bapak dengan keberkahan yang berlimpah dan pahala yang tidak pernah putus.

4. Bapak Drs. Muhammad Hafiun, M.Pd. selaku dosen pembimbing skripsi, yang memberikan arahan dan motivasi. Terimakasih atas bantuan, bimbingan, ilmu, dan ketulusan yang bapak telah curahkan. Semoga Allah membalas segala kebaikan bapak dengan keberkahan yang berlimpah dan pahala yang tidak pernah putus.
5. Bapak Slamet, S.Ag, M.SI selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran.
6. Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama perkuliahan.
7. Seluruh staf akademik dan administrasi yang telah memberikan pelayanan akademik dengan sigap, ramah dan penuh pelayanan dalam membantu kelancaran administrasi dari awal hingga akhir penelitian.
8. Bapak Dr. KH. M. Habib A. Syakur, M.Ag. selaku pengasuh Pondok Pesantren Al-Imdad. Atas ilmu yang telah diajarkan, nasihat yang diberikan, serta keteladanan dalam akhlak, keilmuan, dan pengabdian. Semoga setiap ilmu yang telah disampaikan menjadi amal jariyah yang terus mengalir pahalanya dan memberikan manfaat bagi umat.
9. Ibu Ny. Hj Ashlihatul Lathifah,, S.Ag., M.S.I. selaku kepala sekolah MTs Al-Falaah Pandak Bantul yang telah memberikan izin untuk dilaksanakannya penelitian ini.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

10. Bapak Ahmad Faiza Viddaarain S.Psi. Selaku Guru BK Putra MTs Al-Falaah Pandak Bantul yang telah bersedia memberikan informasi kepada penulis dalam melaksanakan penelitian ini.
11. Kakak dan Adik tercinta, Dera Iswaratama, Nita Tamala, Hafidz Al-Qodri, dan Habib Mudzaffar Terima kasih atas doa, dukungan, perhatian, serta semangat yang selalu diberikan dalam setiap langkah perjalanan hidup dan proses penyelesaian skripsi ini. Kehadiran kalian menjadi salah satu sumber motivasi untuk terus berusaha, belajar, dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi setiap tantangan.
12. Keponakan tersayang, Daffa Al Kahfi, Azura Gulfam Qaddafi, dan Zaena Zea Nadira. atas tawa, keceriaan, dan kebahagiaan yang selalu kalian hadirkan di tengah lelahnya perjalanan menyelesaikan skripsi ini. Semoga kelak kalian tumbuh menjadi pribadi yang saleh dan salehah, berakhlak mulia, berilmu, serta mampu meraih cita-cita yang diimpikan. Semoga karya ini dapat menjadi pengingat bahwa setiap mimpi dapat diraih dengan doa, usaha, dan ketekunan.
13. Keluarga Besar Pondok Pesantren Al-Imdad, sebagai lembaga pendidikan yang telah menjadi tempat menimba ilmu, membentuk karakter, menanamkan nilai-nilai keislaman, serta membimbing penulis untuk senantiasa menjunjung tinggi akhlak, keilmuan, dan pengabdian kepada masyarakat.
14. Teman-teman Arjuno C, Ashaari Nasarullah Bin Latip, Damar Wisnu Kuncoro, Farid Fauzi Al Afifi, Muhammad Hidayatullah, Muhammad Syahrul Fadilah, Rahardian Yudi Harsono, S.Sos. yang selalu memberikan dukungan, motivasi, hiburan, dan keceriaan di sela-sela penatnya proses penulis. Keberadaan kalian

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

membuat perjalanan akademik ini terasa lebih ringan dan sangat berarti bagi penulis.

15. Kepada Teman-teman yang tidak dapat penulis sebutkan. Karya sederhana ini penulis persembahkan kepada semua yang telah memberikan doa, semangat, bantuan, motivasi, perhatian, serta dukungan selama perjalanan penulis menempuh pendidikan hingga terselesaikannya skripsi ini.

Yogyakarta, 07 Agustus 2026

Peneliti,

Gudang Budiman

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRAK

Gudang Budiman (22102020088), Strategi Guru BK untuk Meningkatkan *Self-Awareness* Siswa Kelas VIII MTs Al-Falaah Pandak Bantul. Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2026

Fase remaja awal merupakan masa yang penuh dengan perubahan psikologis, emosional, dan sosial sehingga siswa membutuhkan kemampuan mengenali diri agar mampu mengelola emosi, memahami tanggung jawab, serta menentukan sikap yang tepat. Namun, masih ditemukan siswa yang memiliki tingkat *self-awareness* yang belum optimal, seperti kurang mampu mengontrol emosi, memahami peran sebagai pelajar, dan melakukan refleksi terhadap perilakunya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bentuk dan teknik strategi guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam meningkatkan *self-awareness* siswa kelas VIII di MTs Al-Falaah Pandak Bantul Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, dengan subjek penelitian yaitu guru BK, siswa kelas VIII, dan Pengurus Pondok pesantren. Hasil penelitian menunjukkan 2 (dua) temuan utama: Pertama, Bentuk Strategi Guru BK, yang diwujudkan melalui layanan responsif berupa konseling individual yang mendalam, pengalihan layanan dasar (bimbingan klasikal) menjadi pendekatan personal, serta pembentukan dukungan sistem melalui kolaborasi terintegrasi dengan wali kelas, guru mata pelajaran, orang tua, dan pengurus pondok pesantren. Kedua, Teknik Strategi Guru BK, yang diterapkan secara luwes melalui penggunaan teknik umpan balik sebaya (*peer feedback*) dan refleksi perasaan (*reflection of feeling*), yang implementasinya juga didukung oleh teknik pendekatan kepesantrenan seperti rutinitas ngaji *bandongan*, pembiasaan salat tahajud, dan penegakan sistem poin pelanggaran di asrama. Melalui bentuk dan teknik strategi tersebut, siswa diarahkan untuk mampu memahami diri, mengenali potensi dan kelemahan, mengelola emosi, serta meningkatkan tanggung jawab pribadinya secara utuh.

Kata kunci: Strategi Guru BK, *Self-Awareness*, Madrasah Berbasis Pondok Pesantren.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRACT

Gudang Budiman (22102020088), *Guidance and Counseling Teacher Strategies to Improve Self-Awareness of Grade VIII Students at MTs Al-Falaah Pandak Bantul. Yogyakarta: Faculty of Da'wah and Communication, Sunan Kalijaga State Islamic University Yogyakarta. 2026.*

Early adolescence is a phase characterized by significant psychological, emotional, and social changes, requiring students to have self-awareness in order to manage emotions, understand responsibilities, and make appropriate decisions. However, some students still demonstrate less optimal levels of self-awareness, such as difficulties in controlling emotions, understanding their roles as students, and reflecting on their behaviors. This study aims to analyze the forms and techniques of strategies implemented by Guidance and Counseling (BK) teachers in improving the self-awareness of Grade VIII students at MTs Al-Falaah Pandak Bantul Yogyakarta. This research employed a qualitative approach with a descriptive research design. Data collection techniques included observation, interviews, and documentation, with the research subjects consisting of the BK teacher, Grade VIII students, and Islamic boarding school administrators. The results of the study indicate 2 (two) main findings: First, the Form of BK Teacher Strategies, implemented through responsive services in the form of in-depth individual counseling, the transition of basic services (classical guidance) into personal approaches, and the establishment of system support through integrated collaboration with homeroom teachers, subject teachers, parents, and boarding school administrators. Second, the Techniques of BK Teacher Strategies, applied flexibly through peer feedback and reflection of feeling techniques, supported by pesantren-based approaches such as routine bandongan recitations, the habituation of tahajud prayers, and the enforcement of a violation point system in the dormitory. Through these forms and techniques of strategy, students are guided to holistically understand themselves, recognize their strengths and weaknesses, manage their emotions, and improve personal responsibility.

Keywords: *Guidance and Counseling Teacher Strategies, Self-awareness, Islamic Boarding School-Based Madrasah.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN ..... **i**

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI ..... **ii**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN ..... **iii**

HALAMAN PERSEMBAHAN ..... **iv**

MOTTO ..... **v**

KATA PENGANTAR ..... **vi**

ABSTRAK ..... **x**

ABSTRACT ..... **xi**

DAFTAR ISI ..... **xii**

DAFTAR TABEL ..... **xiv**

BAB I **1**

PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 4
D. Manfaat Penelitian 4
E. Kajian Pustaka 5
F. Kajian Teori 8
1. Tinjauan Strategi Guru BK 8
2. Guru Bimbingan dan Konseling 16
3. Tinjauan *self-awareness* 19
4. Bentuk dan Teknik Strategi Guru BK dalam Meningkatkan *Self-Awareness* Siswa 35
G. Metode Penelitian 41

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

1. Jenis Penelitian 41
2. Fokus Penelitian 43
3. Subjek Penelitian 44
4. Objek Penelitian 45
5. Teknik Pengumpulan Data 46
6. Teknik Validasi Data 48
7. Teknik Analisis Data 49
H. Sistematika Pembahasan 52
BAB II GAMBARAN UMUM MTS AL-FALAAH PANDAK BANTUL 54
A. Sejarah Singkat MTs Al-Falaah Pandak Bantul Yogyakarta 54
B. Profil Madrasah 55
C. Visi, Misi, dan Tujuan Madrasah 56
D. Struktur Organisasi Madrasah 57
E. Keadaan Pendidik dan Peserta Didik 58
F. Sarana dan Prasarana 59
G. Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling di MTs Al-Falaah Pandak Bantul 59
H. Gambaran *Self-Awareness* Siswa di MTs Al-Falaah Pandak Bantul 61
I. Profil Subjek 62
BAB III BENTUK DAN TEKNIK STRATEGI GURU BK DALAM MENINGKATKAN *SELF-AWARENESS* SISWA KELAS VIII MTS AL-FALAAH PANDAK BANTUL 68
A. Strategi Guru BK 69
B. Teknik Strategi Guru BK 73
C. Hasil Strategi Guru BK dalam Meningkatkan *Self-Awareness* Siswa 77
BAB IV PENUTUP 80
A. Kesimpulan 80
B. Saran 80
DAFTAR PUSTAKA 86
LAMPIRAN-LAMPIRAN 89

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Data Informan 68

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan pada jenjang madrasah tsanawiyah memiliki peran strategis dalam membentuk peserta didik yang tidak hanya unggul secara akademik, tetapi juga matang secara kepribadian dan emosional. Pada tahap ini, siswa kelas VIII berada pada fase remaja awal yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang sangat kompleks, serta rentan mengalami krisis pencarian jati diri. Dalam menghadapi fase transisi ini, salah satu aspek psikologis fundamental yang mutlak dibutuhkan oleh siswa adalah *self-awareness* (kesadaran diri). Tema *self-awareness* menjadi sangat krusial untuk diteliti karena aspek ini merupakan fondasi utama bagi individu untuk mampu mengelola emosi, memahami tanggung jawab, dan menentukan sikap yang tepat saat berhadapan dengan tekanan lingkungan maupun teman sebaya.[2]

Namun demikian, urgensi pentingnya *self-awareness* tersebut belum sepenuhnya berbanding lurus dengan realitas di lapangan. Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara pra-penelitian dengan guru BK yang dilakukan di MTs Al-Falaah Pandak Bantul pada bulan Juli 2026, ditemukan data empiris yang menunjukkan belum optimalnya tingkat *self-awareness* pada sebagian siswa kelas

[2] S Anggraini dan R M Putri, "Gambaran Self-Awareness pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Indralaya," *FOKUS: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan* 8, no. 8 (2025): 241–49.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

VIII. Fenomena di lapangan menunjukkan adanya inkonsistensi perilaku siswa, seperti kurangnya pemahaman terhadap peran dan tanggung jawab ganda mereka sebagai pelajar sekaligus santri. Hal ini dibuktikan dengan fenomena kepatuhan formalistik, di mana masih ditemukan siswa yang mematuhi aturan semata-mata karena takut pada sistem poin pelanggaran atau hukuman pengurus (eksternal), bukan dilandasi oleh kesadaran dari dalam diri. Akibatnya, ketika pengawasan sedang longgar, masih ditemukan siswa yang membolos atau tidak disiplin dalam rutinitas ibadah. Selain itu, data pra-penelitian juga mengungkap adanya ketidakstabilan regulasi emosi; beberapa siswa kelas VIII cenderung masih bersikap impulsif dan kesulitan membedakan batasan bercanda, yang sering kali berujung pada konflik antarteman sebaya di asrama.[3] Pembiasaan ibadah dan tata tertib berisiko hanya menjadi rutinitas formalitas tanpa proses internalisasi nilai yang bermakna jika tidak dibarengi dengan *self-awareness*.[4]

Fenomena dan data awal tersebut menjadi landasan kuat mengapa MTs Al-Falaah Pandak Bantul dipilih secara khusus sebagai lokasi penelitian. Pemilihan madrasah ini didasarkan pada karakteristik lingkungannya yang sangat khas dan unik, yakni terintegrasi langsung dengan sistem Pondok Pesantren Al-Imdad. Sistem pendidikan ganda ini mengharuskan siswa untuk mematuhi dan beradaptasi dengan dua tatanan aturan sekaligus secara bersamaan (aturan madrasah pada pagi hari dan aturan pesantren pada siang hingga malam hari). Tuntutan adaptasi yang

[3] Hasil Observasi Peneliti dan Studi Pendahuluan melalui Wawancara dengan guru BK di MTs Al-Falaah Pandak Bantul, Juli 2026.

[4] Jihan Setyaning Amalia dan Caraka Putra Bhakti, "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Metode Discovery Learning untuk Meningkatkan Self-Awareness pada Remaja di Sekolah Menengah Atas," *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan* 5, no. 7 (2025): 1–12.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

tinggi ini memberikan tekanan psikologis tersendiri bagi siswa kelas VIII yang masih labil. Lingkungan ini sebenarnya sangat potensial untuk membentuk *self-awareness*, namun tanpa pendampingan yang tepat, potensi tersebut tidak akan terwujud secara optimal melainkan justru menimbulkan kebingungan peran pada siswa.[5]

Di sinilah letak peran vital dari guru Bimbingan dan Konseling (BK). Di tengah padatnya ekosistem madrasah berbasis pesantren tersebut, guru BK dituntut untuk memiliki strategi yang adaptif dan spesifik, tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah (kuratif), tetapi juga pada upaya pencegahan (preventif) dan pengembangan potensi. Strategi guru BK menjadi faktor penentu keberhasilan, mencakup pendekatan komunikasi, metode layanan, serta pemanfaatan budaya sekolah dan pesantren guna menjembatani proses internalisasi nilai kesadaran diri pada siswa.[6]

Minimnya kajian terdahulu yang secara spesifik membedah praktik operasional dan strategi Guru BK di lingkungan dengan sistem ganda (madrasah-pesantren) ini menjadi *research gap* (celah penelitian) yang perlu diisi. Penelitian terdahulu umumnya dilakukan di sekolah umum dan lebih banyak menggunakan pendekatan kuantitatif yang belum mampu menangkap dinamika interaksi secara utuh. Oleh karena itu, pendekatan kualitatif yang mampu menggambarkan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[5] Atqiya, S., A. Kusnawan, dan A. Mujib. "The Influence of the Quality of Islamic Guidance and Counseling Services and Peer Environment on *Self-Awareness* in Overcoming Academic Procrastination." *Educational Guidance and Counseling Development Journal* 6, no. 1 (2025): 45–57.

[6] K Y F Dewi, N K Suarni, dan N L G K Widiastuti, "Behavioral Counseling with Self-Management Techniques to Increase Self-Awareness of Educational Staff," *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 8, no. 2 (2025): 134–46.

pengalaman, pandangan, dan praktik nyata strategi guru BK secara mendalam sangat dibutuhkan.[7] Berdasarkan uraian tersebut, penelitian mengenai strategi bentuk dan teknik Guru BK dalam meningkatkan *self-awareness* siswa kelas VIII di MTs Al-Falaah Pandak Bantul menjadi sangat relevan, mendesak, dan penting untuk diangkat secara ilmiah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana bentuk dan teknik strategi yang diterapkan guru BK dalam meningkatkan *self-awareness* siswa kelas VIII di MTs Al-Falaah Pandak Bantul?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah menganalisis bentuk dan teknik strategi guru BK dalam meningkatkan *self-awareness* siswa kelas VIII di MTs Al-Falaah Pandak Bantul di lingkungan madrasah berbasis pondok pesantren.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah keilmuan bimbingan dan konseling, khususnya terkait pengembangan *self-awareness* siswa di lingkungan pendidikan berbasis pesantren. Penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji topik serupa dengan pendekatan kualitatif.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[7] P Fajarwati, F N Laila, dan A Nugraha, "Efektivitas Bimbingan Kelompok Pendekatan Experiential Learning untuk Mengembangkan Self-Awareness pada Siswa SMP," *Jurnal Pendidikan Tambusai* 9, no. 2 (2025): 1123–32.

2. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan pengembangan strategi bagi guru BK dalam meningkatkan *self-awareness* siswa. Bagi pihak sekolah dan pengelola pondok pesantren, penelitian ini dapat memberikan masukan dalam merancang program pembinaan siswa yang lebih efektif. Selain itu, penelitian ini juga bermanfaat bagi siswa sebagai upaya peningkatan kesadaran diri dan pengembangan kepribadian yang lebih positif.

E. Kajian Pustaka

1. Jurnal Penelitian yang ditulis oleh Rahayu Dwi Lestari, dkk pada tahun 2021 dengan judul *"Strategi Guru BK dalam Mengatasi Krisis Identitas"*. Penelitian ini menunjukkan perlunya strategi guru bk yang akan diterapkan disekolah, meski perlu diberi tambahan dan pembaharuan namun cukup untuk membantu perubahan sikap siswa yang awalnya banyak melakukan pelanggaran di sekolah bisa berkurang.
2. Jurnal penelitian yang ditulis oleh Eva Afifah, dkk pada tahun 2025 dengan judul *"Strategi Guru Bimbingan Konseling (BK) dalam Membangun Kedisiplinan Peserta Didik di SMKN 1 Karawang"*. Berdasarkan hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa strategi guru BK berpengaruh baik pada kedisiplinan siswa dan dapat menciptakan lingkungan sekolah yang disiplin serta bisa dipraktikan dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, strategi yang dilakukan guru BK dapat dijadikan sebagai model yang efektif untuk meningkatkan kedisiplinan siswa.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

3. Jurnal penelitian yang ditulis oleh Fryca Virnanda Retikasari, dkk pada tahun 2025 dengan judul *"Edukasi Self-Awareness Sebagai Sarana Mengenali Potensi dan Tantangan Santri Maahad Tahfidz Al-Quran Darul Falah Sungai Besar Selangor Malaysia".* Penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi *self-awareness* terbukti menjadi sarana yang efektif dalam membantu santri untuk mengenali potensi dan tantangan dalam diri mereka. Peningkatan *self-awareness* berdampak positif terhadap pembentukan karakter dan psikologis santri. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa integrasi *self-awareness* dalam proses pendidikan merupakan langkah strategis dalam membentuk generasi yang utuh secara intelektual, emosional, dan spiritual.
4. Jurnal penelitian yang ditulis oleh Maharani & Mustika pada tahun 2025 dengan judul "*Hubungan Self Awareness dengan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VIII di SMP Wiyatama Bandar Lampung".* Penelitian ini menunjukkan bahwa *self-awareness* masih berhubungan erat dengan perilaku belajar siswa. Siswa yang memiliki kesadaran diri tinggi cenderung mampu mengelola kedisplinan dengan lebih baik. Selain itu, mereka juga menunjukkan tingkat tanggung jawab akademik yang lebih tinggi. Penelitian tersebut menegaskan bahwa *self-awareness* menjadi faktor internal yang memengaruhi keberhasilan belajar. Kesadaran diri membantu siswa memahami tujuan belajar dan konsekuensi dari perilakunya. Dengan demikian, *self-awareness* dipandang sebagai variabel penting dalam proses pendidikan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

5. Jurnal Penelitian yang ditulis oleh Stefanus Lio pada tahun 2023 dengan judul "*Enhancing Universitiy Student' Self-Awareness through group guidance"* menyoroti hubungan antara *self-awareness* dan kedisiplinan siswa di sekolah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat *self-awareness* yang baik cenderung lebih patuh terhadap aturan sekolah. Kesadaran diri membuat siswa memahami alasan di balik aturan yang diterapkan. Hal ini berdampak pada menurunnya perilaku pelanggaran tata tertib. Selain itu, *self-awareness* juga membantu siswa mengendalikan impuls negatif. Dengan demikian, disiplin tidak hanya bersifat eksternal, tetapi juga muncul dari kesadaran internal siswa. Temuan ini memperkuat pentingnya pengembangan *self-awareness* dalam pendidikan.

Berdasarkan jurnal yang telah peneliti paparkan diatas, guru BK berperan sebagai fasilitator dalam proses refleksi tersebut. Dengan demikian, layanan BK menjadi sarana strategis dalam pengembangan *self-awareness*. Temuan ini menegaskan relevansi peran guru BK dalam konteks pendidikan. Namun, sebagian besar penelitian terdahulu dilakukan di sekolah umum. Dalam konteks madrasah, khususnya yang berbasis pondok pesantren masih relatif jarang dikaji. Padahal, madrasah pesantren memiliki karakteristik budaya dan sistem pembinaan yang berbeda. Lingkungan pesantren memiliki nilai religius dan kedisiplinan yang kuat. Perbedaan konteks ini berpotensi memengaruhi proses pembentukan *self-awareness* siswa. Oleh karena itu, hasil penelitian di sekolah umum belum tentu sepenuhnya relevan. Kondisi ini menunjukkan adanya keterbatasan dalam penelitian sebelumnya. Beberapa penelitian yang dilakukan di madrasah lebih

banyak menekankan aspek religiusitas dan akhlak. Fokus kajian sering kali diarahkan pada pembiasaan ibadah dan moral siswa. Sementara itu, aspek *self-awareness* belum menjadi fokus utama penelitian. Padahal, *self-awareness* memiliki keterkaitan erat dengan pembentukan akhlak dan karakter. Tanpa kesadaran diri, pembiasaan religius berpotensi bersifat formalistik. Oleh karena itu, kajian mengenai *self-awareness* dalam konteks madrasah menjadi penting. Hal ini menunjukkan adanya celah penelitian yang perlu diisi.[8]

Berdasarkan uraian tersebut, maka penelitian terdahulu belum secara komprehensif mengkaji strategi guru BK dalam meningkatkan *self-awareness* siswa di madrasah berbasis pondok pesantren. Penelitian sebelumnya lebih menekankan pada hasil atau tingkat *self-awareness*, bukan pada proses dan strategi. Selain itu, pendekatan kualitatif deskriptif masih jarang digunakan dalam konteks ini. Oleh karena itu, penelitian ini melengkapi penelitian sebelumnya dengan menghadirkan konteks yang berbeda. Fokus penelitian diarahkan pada strategi guru BK secara mendalam. Dengan demikian, penelitian ini memiliki posisi yang jelas dalam peta penelitian yang ada.[9]

F. Kajian Teori

1. Tinjauan Strategi Guru BK

a. Pengertian Strategi Guru BK

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[8] U Qudsiyah dan A Dasuki, "The Effectiveness of Individual Counseling with the Reflection of Feeling Technique to Improve Self-Awareness and Self-Esteem," *Suluh: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 10, no. 2 (2025): 89-101.

[9] M S Ramadhani, W K Rahmawati, dan N Fauziyah, "Keefektifan Permainan 'Two Truths and a Lie' dalam Meningkatkan Self-Awareness Siswa," *DE_Journal: Jurnal Pendidikan* 6, no. 1 (2025): 62–69.

Strategi guru Bimbingan dan Konseling (BK) merupakan konsep sentral yang menentukan efektivitas pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah maupun madrasah. Rafiko menegaskan bahwa strategi layanan bimbingan dan konseling di sekolah merupakan taktik yang direncanakan secara sengaja agar layanan BK dapat mencapai tujuannya, yaitu membantu konseli atau peserta didik mengenal dan memahami dirinya sendiri, serta mengembangkan potensi yang dimiliki hingga mampu mengaktualisasikan diri secara utuh.[10] Nurihsan menambahkan bahwa strategi adalah suatu pola yang direncanakan dan ditetapkan secara sengaja untuk melakukan kegiatan atau tindakan, mencakup tujuan kegiatan, pihak yang terlibat, isi kegiatan, proses pelaksanaan, dan sarana penunjang kegiatan.[11] Strategi yang diterapkan dalam layanan bimbingan dan konseling kemudian disebut sebagai strategi layanan bimbingan dan konseling.

Secara lebih operasional, Gysbers dan Henderson menjelaskan bahwa strategi guru BK diwujudkan melalui program bimbingan dan konseling komprehensif yang tersusun atas empat komponen utama, yaitu layanan dasar, layanan responsif, perencanaan individual, dan dukungan sistem.[12] Kerangka ini menjadi acuan luas dalam merancang

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[10] Siti Mardiyah Rafiko, *Strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa di MAN 2 Batusangkar*. (Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar, 2017), hlm. 12.

[11] Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan* (Bandung: Refika Aditama, 2006), hlm 9.

[12] Norman C Gysbers dan Patricia Henderson, *Developing and Managing Your School Guidance and Counseling Program*, 5th ed. (Alexandria: American Counseling Association, 2012), hlm 230–232.

strategi BK di berbagai jenjang pendidikan, termasuk di lingkungan madrasah berbasis pondok pesantren. Sejalan dengan itu, Prayitno dan Erman Amti melalui konsep BK Pola 17+ menjelaskan bahwa strategi guru BK juga terwujud dalam beragam jenis layanan (seperti layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, penguasaan konten, konseling perorangan, bimbingan kelompok, dan konseling kelompok) serta kegiatan pendukung (seperti himpunan data, kunjungan rumah, dan konferensi kasus) yang disesuaikan dengan kebutuhan peserta didik.[13]

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa strategi guru BK adalah serangkaian upaya, metode, teknik, dan layanan yang direncanakan serta dilaksanakan secara sistematis oleh guru BK untuk membantu siswa mengembangkan kesadaran diri (*self-awareness*), memahami potensi dan keterbatasan dirinya, mengelola emosi secara positif, serta mampu mengambil keputusan yang tepat dalam kehidupan pribadi, sosial, belajar, maupun kariernya.

b. Dasar Strategi Guru BK

Dasar utama strategi guru BK adalah kebutuhan dan karakteristik peserta didik. Pada dasarnya layanan bimbingan dan konseling harus berorientasi pada siswa, sehingga strategi yang

[13] Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), hlm 205-210.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

digunakan perlu disesuaikan dengan tahap perkembangan, permasalahan, serta potensi yang dimiliki siswa.[14]

Selain itu, dasar strategi guru BK juga berpijak pada tujuan bimbingan dan konseling. Tujuan BK adalah membantu peserta didik mencapai perkembangan optimal dan kemandirian dalam aspek pribadi, sosial, dan belajar.[15]

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa dasar strategi guru bimbingan dan konseling berorientasi pada kebutuhan dan karakteristik peserta didik serta tujuan bimbingan dan konseling itu sendiri. Strategi guru BK harus disesuaikan dengan tahap perkembangan, permasalahan, dan potensi siswa agar layanan yang diberikan tepat sasaran.

c. Bentuk Strategi Guru BK

1) Layanan Bimbingan Klasikal

Layanan bimbingan klasikal adalah layanan yang diberikan guru BK kepada seluruh siswa dalam satu kelas secara langsung. Nurihsan menyatakan bahwa layanan bimbingan klasikal merupakan salah satu strategi yang efektif untuk menyampaikan informasi dan mengembangkan keterampilan pribadi-sosial siswa secara massal.[16] Dalam konteks peningkatan *self-awareness*, bimbingan klasikal dapat dilaksanakan melalui:

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[14] Prayitno dan Amti, Hlm. 220-225.
[15] Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, Edisi revi (Depok: Rajawali Pers, 2019), hlm 33-35.
[16] Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan,* hlm 24-26.

a) Penyampaian materi tentang pengenalan diri, emosi, dan potensi diri secara terstruktur.
b) Diskusi kelas yang mendorong siswa untuk berbagi pengalaman dan perspektif.
c) Kegiatan refleksi tertulis di mana siswa diminta menuliskan perasaan, harapan, dan penilaian terhadap dirinya sendiri.

2) Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama, melalui dinamika kelompok, memperoleh berbagai bahan dari narasumber dan/atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya.[17] Dinamika kelompok yang terjadi dalam sesi bimbingan kelompok sangat efektif untuk meningkatkan *self-awareness*, karena:

a) Siswa mendapat umpan balik langsung dari teman sebaya mengenai perilaku dan sikapnya.
b) Siswa belajar melihat dirinya dari perspektif orang lain melalui interaksi kelompok.
c) Proses berbagi pengalaman dalam kelompok mendorong refleksi diri yang lebih mendalam.

3) Layanan Konseling Individual

[17] Prayitno dan Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling,* hlm 36.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Konseling individual adalah layanan yang memungkinkan peserta didik mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) dengan guru BK dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi yang diderita peserta didik.[18]

d. Teknik Guru BK

Selain bentuk layanan, guru BK juga menggunakan berbagai teknik spesifik dalam proses membantu siswa mengembangkan *self-awareness*. Teknik-teknik ini bersifat operasional dan dapat diterapkan dalam berbagai jenis layanan, baik klasikal, kelompok, maupun individual. Pemilihan teknik disesuaikan dengan kebutuhan, usia perkembangan, dan karakteristik siswa. Beberapa teknik yang relevan dan lazim digunakan guru BK adalah sebagai berikut.

1) Teknik refleksi tertulis (*journaling*).

Teknik ini mengajak siswa menuliskan perasaan, pengalaman, dan penilaian terhadap diri sendiri secara berkala dalam sebuah jurnal atau lembar refleksi. Melalui proses menulis, siswa didorong untuk mengartikulasikan dan mengorganisasikan pikiran serta emosinya secara lebih terstruktur. Amalia dan Bhakti menyatakan bahwa aktivitas refleksi tertulis terbukti efektif membantu siswa mengenali pola pikir dan emosi yang selama ini tidak disadari, sehingga mendorong peningkatan kesadaran diri secara signifikan.[19] Dalam

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[18] Prayitno dan Amti, hlm 105-106.

` [19] Amalia dan Bhakti, "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Metode Discovery Learning untuk Meningkatkan Self-Awareness pada Remaja di Sekolah Menengah Atas.", hlm 78-86.

konteks pesantren, teknik ini dapat diintegrasikan dengan praktik *muhasabah* harian yang sudah familiar bagi santri.

2) Teknik umpan balik sebaya (*peer feedback*).

   Teknik ini memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu siswa memperoleh gambaran tentang dirinya dari perspektif teman sebaya. Guru BK memfasilitasi sesi berbagi di mana anggota kelompok saling memberikan umpan balik yang konstruktif mengenai kekuatan dan perilaku satu sama lain. Lio dalam penelitiannya membuktikan bahwa bimbingan kelompok berbasis umpan balik sebaya mampu meningkatkan *self-awareness* mahasiswa secara signifikan karena menjembatani kesenjangan antara persepsi diri internal dan gambaran eksternal yang diterima dari orang lain.[20]

3) Teknik *role playing* (bermain peran).

   Melalui teknik ini, siswa diajak memainkan peran tertentu dalam situasi yang dirancang guru BK untuk memunculkan kesadaran atas emosi, reaksi, dan dampak perilaku diri terhadap orang lain. Fajarwati, Laila, dan Nugraha menjelaskan bahwa pendekatan *experiential learning* yang di dalamnya termasuk *role playing* efektif dalam mengembangkan *self-awareness* pada siswa SMP

[20] Stefanus Lio, "Enhancing University Students' Self-Awareness through Group Guidance," *Education Journal* 12, no. 2 (2023): 65–72.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

karena melibatkan pengalaman langsung yang mendorong refleksi mendalam setelah simulasi selesai dilakukan.[21]

4) Teknik permainan edukatif.

Guru BK dapat menggunakan permainan yang dirancang khusus untuk memunculkan refleksi diri, seperti permainan *Two Truths and a Lie* yang mendorong siswa mengenali dan mengomunikasikan informasi tentang dirinya kepada orang lain. Ramadhani, Rahmawati, dan Fauziyah membuktikan bahwa permainan ini efektif meningkatkan *self-awareness* siswa karena menciptakan suasana belajar yang menyenangkan namun tetap mendorong proses refleksi diri yang autentik.[22]

5) Teknik *reflection of feeling* (refleksi perasaan).

Dalam konseling individual, guru BK menggunakan teknik ini dengan cara memantulkan kembali perasaan yang diungkapkan siswa menggunakan kata-kata yang tepat, sehingga siswa dapat mendengar dan menyadari kondisi emosionalnya sendiri secara lebih jelas. Qudsiyah dan Dasuki membuktikan bahwa teknik *reflection of feeling* dalam konseling individual terbukti efektif meningkatkan *self-awareness* sekaligus harga diri siswa karena membuat siswa merasa dipahami dan divalidasi secara emosional.[23]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[21] Fajarwati, Laila, dan Nugraha, "Efektivitas Bimbingan Kelompok Pendekatan Experiential Learning untuk Mengembangkan Self-Awareness pada Siswa SMP.", hlm 1123–1132.

[22] Ramadhani, Rahmawati, dan Fauziyah, "Keefektifan Permainan 'Two Truths and a Lie' dalam Meningkatkan Self-Awareness Siswa.", hlm 52–60.

[23] Qudsiyah dan Dasuki, "The Effectiveness of Individual Counseling with the Reflection of Feeling Technique to Improve Self-Awareness and Self-Esteem.", hlm. 89–101.

6) Teknik *self-management* (manajemen diri).

Teknik ini membantu siswa belajar memantau, mengevaluasi, dan mengatur perilaku serta emosinya sendiri secara mandiri. Dewi, Suarni, dan Widiastuti menunjukkan bahwa konseling perilaku dengan teknik *self-management* efektif meningkatkan *self-awareness* tenaga pendidik karena mendorong individu untuk secara aktif terlibat dalam proses pemantauan dan pengelolaan diri.[24] Dalam konteks siswa MTs, teknik ini dapat dioperasionalkan melalui penetapan target perilaku harian yang dikombinasikan dengan evaluasi diri di akhir hari, selaras dengan rutinitas *muhasabah* malam yang umum dilaksanakan di pesantren.

2. Guru Bimbingan dan Konseling

a. Pengertian Bimbingan dan Konseling

Bimbingan dan konseling merupakan bagian integral dari sistem pendidikan yang bertujuan untuk membantu peserta didik dalam mengembangkan potensi dirinya secara optimal. Menurut Winkel, bimbingan adalah pemberian bantuan kepada individu atau sekelompok individu dalam membuat pilihan-pilihan yang bijaksana dalam penyesuaian diri terhadap tuntutan-tuntutan hidup.[25]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[24] Dewi, Suarni, dan Widiastuti, "Behavioral Counseling with Self-Management Techniques to Increase Self-Awareness of Educational Staff.", hlm 134–146.

[25] W S Winkel, *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan* (Jakarta: Media Abadi, 2005).

Prayitno dan Erman Amti mendefinisikan bimbingan sebagai proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang yang ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.[26]

Sementara itu, konseling menurut Rogers adalah hubungan yang bersifat membantu di mana konselor berupaya menciptakan iklim yang hangat, menerima, dan empatik sehingga klien dapat mengeksplorasi dan memahami dirinya dengan lebih baik.[27] Dalam konteks sekolah, layanan konseling diberikan oleh guru BK kepada siswa yang membutuhkan bantuan dalam mengatasi berbagai permasalahan pribadi, sosial, belajar, dan karir.

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah menegaskan bahwa bimbingan dan konseling adalah upaya sistematis, objektif, logis, dan berkelanjutan serta terprogram yang dilakukan oleh konselor atau guru bimbingan dan konseling untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik/konseli untuk mencapai kemandirian dalam kehidupannya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[26] Prayitno dan Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling,* hlm 99.
[27] Corey, *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*.

b. Peran dan Fungsi Guru BK

Guru BK atau konselor sekolah memiliki peran yang sangat strategis dalam membantu perkembangan peserta didik secara menyeluruh. Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 27 Tahun 2008 tentang Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Konselor, guru BK dituntut untuk memiliki kompetensi pedagogik, kepribadian, sosial, dan profesional.

Fungsi bimbingan dan konseling yang relevan dengan upaya peningkatan *self-awareness* siswa antara lain:

1) Fungsi pemahaman, yaitu membantu peserta didik memahami diri sendiri, lingkungannya, serta berbagai informasi yang diperlukan untuk pengembangan diri dan pemecahan masalah yang dihadapi.
2) Fungsi pengembangan, yaitu memelihara dan mengembangkan berbagai potensi dan kondisi positif peserta didik dalam rangka perkembangan dirinya secara mantap dan berkelanjutan.
3) Fungsi preventif, yaitu mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri peserta didik sebelum masalah tersebut benar-benar terjadi.
4) Fungsi kuratif atau pengentasan, yaitu membantu peserta didik dalam mengatasi masalah yang sedang dihadapinya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

3. Tinjauan *self-awareness*

a. Pengertian *self-awareness*

Self-awareness atau kesadaran diri merupakan salah satu konsep fundamental dalam psikologi yang telah dikaji dari berbagai perspektif. Secara historis, konsep ini pertama kali dirumuskan secara sistematis oleh Shelley Duval dan Robert A. Wicklund melalui karya mereka *A Theory of Objective Self Awareness* pada tahun 1972. Duval dan Wicklund mendefinisikan *self-awareness* sebagai suatu kondisi psikologis ketika perhatian individu diarahkan ke dalam, yaitu ke arah dirinya sendiri sebagai objek evaluasi.[28] Dalam kondisi ini, individu secara aktif membandingkan keadaan aktual dirinya meliputi perilaku, sikap, dan nilai yang dianutnya dengan standar internal yang dimiliki. Proses perbandingan ini memicu evaluasi diri yang, apabila menemukan ketidaksesuaian, akan mendorong individu untuk melakukan perubahan perilaku.

Daniel Goleman kemudian memperluas pemahaman tentang *self-awareness* dalam kerangka kecerdasan emosional. Goleman menegaskan bahwa *self-awareness* merupakan komponen pertama dan paling mendasar dari kecerdasan emosional, yang ia definisikan sebagai kemampuan untuk mengenali emosi yang sedang dirasakan beserta dampaknya terhadap pikiran dan perilaku.[29] Individu yang memiliki

[28] Shelley Duval dan Robert A Wicklund, *A Theory of Objective Self-Awareness* (New York: Academic Press, 1972).

[29] Daniel Goleman, *Working with emotional intelligence* (New York: Bantam Books, 1998).

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

self-awareness yang baik mampu membaca kondisi emosional dirinya secara akurat, memahami kekuatan dan kelemahan yang dimiliki, serta mengenal nilai-nilai dan tujuan hidup yang menjadi kompas perilakunya.

Dalam perspektif yang lebih kontemporer, Tasha Eurich membedakan dua jenis *self-awareness*: *internal self-awareness* dan *external self-awareness*. *Internal self-awareness* berkaitan dengan seberapa jelas individu memahami nilai, hasrat, aspirasi, respons emosional, dan dampak perilakunya terhadap diri sendiri. Sedangkan *external self-awareness* berkaitan dengan seberapa akurat individu memahami bagaimana orang lain melihat dan menilai dirinya.[30] Kedua dimensi ini saling melengkapi dan keduanya penting untuk dikembangkan secara seimbang, terutama pada fase remaja awal seperti yang dialami siswa kelas VIII madrasah tsanawiyah.

b. Dasar *self-awareness*

Self-awareness tidak terbentuk secara spontan, melainkan merupakan hasil dari proses perkembangan yang kompleks dan berlapis. Secara teoretis, dasar pembentukan *self-awareness* dapat dipahami dari tiga perspektif utama. Pertama, perspektif kognitif-perkembangan yang berpijak pada teori Jean Piaget. Pada tahap operasional formal, yang umumnya dicapai pada usia remaja awal (11-15 tahun), individu mulai

[30] Tasha Eurich, "What self-awareness really is (and how to cultivate it)," *Harvard Business Review* 96, no. 1 (2018): 98–104.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

mampu berpikir secara abstrak dan hipotetikal.[31] Kemampuan berpikir abstrak ini menjadi prasyarat kognitif bagi berkembangnya *self-awareness,* karena individu kini mampu menjadikan dirinya sendiri sebagai objek pemikiran dan refleksi.

Kedua, perspektif sosial yang berpijak pada teori George Herbert Mead tentang pembentukan *self* melalui interaksi sosial. Mead menyatakan bahwa kesadaran diri individu terbentuk melalui proses melihat diri sendiri dari sudut pandang orang lain, sebuah proses yang ia sebut sebagai *looking-glass self*.[32] Dalam konteks remaja, interaksi dengan teman sebaya, guru, dan keluarga memainkan peran yang sangat penting dalam membentuk gambaran diri (*self-concept*) yang menjadi fondasi *self-awareness*.

Ketiga, perspektif Islam yang relevan dalam konteks penelitian di madrasah berbasis pesantren. Dalam tradisi keilmuan Islam, konsep muhasabah (محاسبة) merujuk pada praktik introspeksi dan penghitungan diri secara rutin. Imam Al-Ghazali dalam karyanya *Ihya' Ulumuddin* menegaskan bahwa muhasabah merupakan kewajiban setiap Muslim untuk senantiasa mengevaluasi niat, ucapan, dan perbuatannya. [33] Konsep ini secara substansial selaras dengan *self-awareness* dalam psikologi kontemporer, dan menjadi modal budaya yang sangat

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[31] Jean Piaget, *The psychology of the child* (New York: Basic Books, 1972).
[32] John W Santrock, *Life-span development (18th ed.)* (New York: McGraw-Hill Education, 2021).
[33] Abu Hamid Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin (Terjemahan Moh. Zuhri)* (Semarang / Jakarta: Asy-Syifa' / Republika Penerbit, 2011).

potensial dalam konteks pengembangan *self-awareness* siswa di lingkungan pesantren.

c. Perkembangan *self-awareness*

Self-awareness tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan berkembang secara bertahap seiring dengan kematangan kognitif, emosional, dan sosial individu. Para ahli psikologi perkembangan telah mengidentifikasi beberapa tahapan perkembangan kesadaran diri sejak masa bayi hingga dewasa.

Pada tahap paling awal, Lewis dan Brooks-Gunn menunjukkan bahwa kesadaran diri dasar (*basic self-awareness*) mulai muncul pada usia 18–24 bulan, yang ditandai dengan kemampuan bayi mengenali dirinya sendiri di depan cermin.[34] Tahap ini disebut sebagai *mirror self-recognition* dan menjadi penanda pertama bahwa individu mulai membedakan dirinya sebagai entitas yang terpisah dari lingkungan. Meski masih sangat sederhana, inilah fondasi awal dari kesadaran diri yang lebih kompleks di kemudian hari.

Memasuki usia prasekolah (3–6 tahun), perkembangan *self-awareness* mulai melibatkan dimensi sosial dan emosional. Anak mulai mampu mendeskripsikan diri berdasarkan atribut fisik dan kemampuan konkret, seperti “saya bisa berlari cepat” atau “rambut saya hitam.” Pada fase ini pula muncul kesadaran terhadap emosi dasar seperti senang,

[34] Michael Lewis dan Jeanne Brooks-Gunn, *Social Cognition and the Acquisition of Self* (New York: Plenum Press, 1979).

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

sedih, marah, dan takut, meski kemampuan untuk merefleksikan dan mengelola emosi tersebut masih sangat terbatas.[35]

Tahap perkembangan yang paling signifikan terjadi pada masa remaja awal (11–15 tahun), yang bertepatan dengan tahapan operasional formal dalam teori Piaget. Pada masa ini, individu mulai mampu berpikir secara abstrak, hipotetis, dan reflektif. Remaja mulai menjadikan dirinya sendiri sebagai objek pemikiran, sehingga muncul kemampuan untuk mengevaluasi pikiran, perasaan, dan perilaku secara lebih mendalam. Harter menjelaskan bahwa remaja awal seringkali mengalami *self-consciousness* yang tinggi, yaitu perasaan bahwa dirinya selalu diperhatikan dan dinilai oleh orang lain, yang ia sebut sebagai *imaginary audience*.[36] Kondisi ini merupakan bagian normal dari proses perkembangan *self-awareness*, meski dapat menimbulkan kecemasan jika tidak didampingi dengan baik.

Pada masa remaja pertengahan hingga akhir (15–18 tahun), *self-awareness* berkembang menjadi lebih stabil dan terintegrasi. Remaja mulai mampu menyusun konsep diri (*self-concept*) yang lebih koheren dan konsisten, memahami nilai-nilai yang diyakini, serta merefleksikan tujuan jangka panjang. Erikson dalam teorinya tentang perkembangan identitas menyebutkan bahwa fase remaja adalah periode *identity vs. role confusion*, di mana individu aktif mencari dan membangun identitas

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[35] Susan Harter, *The Construction of the Self: A Developmental Perspective* (New York: Guilford Press, 1999).
[36] Harter.

dirinya.[37] Proses ini sangat erat kaitannya dengan berkembangnya *self-awareness*, karena pemahaman tentang siapa diri sesungguhnya menjadi inti dari pembentukan identitas.

Dalam konteks penelitian ini, siswa kelas VIII MTs berada pada fase remaja awal yang tengah mengalami puncak pencarian jati diri. Mereka mulai mampu merefleksikan diri, namun seringkali masih tidak stabil dan rentan terhadap pengaruh eksternal. Oleh karena itu, pendampingan dari guru BK menjadi sangat penting untuk memfasilitasi perkembangan *self-awareness* yang sehat pada fase kritis ini. Dalam perspektif Islam yang relevan dengan konteks madrasah berbasis pesantren, perkembangan *self-awareness* juga dapat dilihat melalui konsep *muhasabah* dan *tawadhu'* yang diajarkan secara bertahap sesuai tahapan belajar santri. Al-Ghazali dalam *Ihya' Ulumuddin* menyebutkan bahwa kesadaran diri yang sejati (*ma'rifat al-nafs*) adalah prasyarat bagi *ma'rifatullah*, sehingga proses pengenalan diri dalam Islam dipandang sebagai perjalanan spiritual yang berkelanjutan dan terus berkembang sepanjang hayat.

d. Komponen *self-awareness*

Goleman mengidentifikasi tiga komponen utama *self-awareness* dalam kerangka kecerdasan emosional, yaitu:[38]

[37] Erik H Erikson, *Identity: Youth and Crisis* (New York: Norton, 1968).
[38] Goleman, *Working with emotional intelligence*.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

1) Kesadaran emosi (*emotional awareness*), yaitu kemampuan mengenali emosi diri sendiri dan memahami dampaknya terhadap pikiran serta perilaku. Individu yang memiliki kesadaran emosi yang baik mampu mengidentifikasi perasaannya secara tepat dan mengetahui bagaimana emosi tersebut memengaruhi hubungannya dengan orang lain.
2) Penilaian diri yang akurat (*accurate self-assessment*), yaitu kemampuan untuk mengenali kekuatan dan keterbatasan diri secara realistis. Individu yang memiliki penilaian diri yang akurat tidak cenderung meremehkan atau melebih-lebihkan kemampuannya, sehingga dapat membuat rencana pengembangan diri yang tepat.
3) Kepercayaan diri (*self-confidence*), yaitu keyakinan yang kuat terhadap kemampuan dan nilai diri sendiri. Kepercayaan diri yang sehat tumbuh dari pemahaman yang mendalam tentang siapa diri kita dan apa yang mampu kita capai.

Selain komponen di atas, Brown dan Ryan menambahkan komponen *mindful self-awareness*, yaitu kemampuan untuk hadir secara penuh dalam momen saat ini dengan sikap terbuka dan tidak menghakimi.[39] Komponen ini relevan dalam konteks perkembangan remaja yang seringkali terjebak dalam pikiran tentang masa lalu atau kekhawatiran tentang masa depan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[39] Kirk Warren Brown dan Richard M Ryan, "The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being," *Journal of Personality and Social Psychology* 84, no. 4 (2003): 822–48.

e. Permasalahan *self-awareness*

Meskipun *self-awareness* merupakan kemampuan mendasar yang dimiliki setiap individu, dalam kenyataannya tidak semua siswa mengembangkan kesadaran diri yang memadai. Berbagai permasalahan *self-awareness* kerap ditemukan di lingkungan pendidikan, khususnya pada fase remaja awal.

Banyak siswa yang kesulitan menamai emosi yang sedang dirasakan, apalagi memahami penyebab dan dampaknya terhadap perilaku. Alias, Mustafa, dan Ahmad menegaskan bahwa individu dengan tingkat kesadaran diri rendah cenderung kekurangan kemampuan pemantauan diri internal, sehingga mereka tidak mampu memahami dan mengatasi perasaan, pikiran, keinginan, serta perilaku mereka sendiri.[40] Kondisi ini sering bermanifestasi dalam bentuk perilaku impulsif, mudah marah, atau sebaliknya menarik diri dari pergaulan.

Sebagian siswa memiliki gambaran diri (*self-image*) yang tidak akurat, baik dalam bentuk *overestimation* (melebih-lebihkan kemampuan diri) maupun *underestimation* (meremehkan potensi yang dimiliki). Harter menjelaskan bahwa distorsi pada *self-concept* remaja ini seringkali muncul akibat kurangnya umpan balik yang konstruktif dari lingkungan sosial, baik keluarga, teman sebaya, maupun guru.[41]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[40] N F Alias, S M S Mustafa, dan Z Ahmad, "Investigating the usefulness of counselling tool to improve students' self-awareness," *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences* 9, no. 13 (2019): 166–72.

[41] Harter, *The Construction of the Self: A Developmental Perspective*.

Pada fase remaja awal, sebagian besar perhatian siswa cenderung diarahkan ke luar diri (lingkungan sosial, teman sebaya), bukan ke dalam diri. Akibatnya, kesalahan yang dilakukan jarang dijadikan bahan evaluasi diri. Carden, Jones, dan Passmore menyebutkan bahwa individu yang rendah *self-awareness*-nya cenderung mengalami kekosongan eksistensial, merasa bingung tentang identitas diri, dan gagal menetapkan tujuan hidup yang jelas.

Remaja dengan *self-awareness* rendah sangat rentan terhadap pengaruh negatif lingkungan karena tidak memiliki pijakan nilai diri yang kuat. Mereka cenderung mengikuti perilaku kelompok tanpa mempertimbangkan konsekuensinya, termasuk perilaku melanggar aturan sekolah, mencontek, atau bahkan terlibat dalam konflik sosial.

Kesenjangan antara *self-awareness* internal dan eksternal. Eurich menemukan bahwa banyak individu yang merasa sudah sangat memahami dirinya sendiri, namun penilaian mereka ternyata jauh berbeda dari bagaimana orang lain melihat mereka.[42] Pada siswa remaja, kesenjangan ini kerap terlihat pada perbedaan antara bagaimana siswa menilai perilaku dan sikapnya sendiri dengan apa yang diamati guru dan teman sebayanya.

Dalam konteks pesantren dan madrasah, permasalahan tambahan yang muncul adalah *self-awareness* yang bersifat formalistik. Sebagian siswa memang menjalankan pembiasaan ibadah dan aturan

[42] Eurich, "What self-awareness really is (and how to cultivate it)."

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

pesantren, namun hal tersebut dilakukan bukan karena kesadaran dan pemahaman internal, melainkan semata karena tekanan eksternal atau kebiasaan rutin. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun lingkungan pesantren sangat kondusif untuk membentuk karakter, tanpa proses penyadaran diri yang mendalam, nilai-nilai yang diajarkan berisiko tidak terinternalisasi secara autentik.

Berbagai permasalahan di atas menunjukkan bahwa pengembangan *self-awareness* siswa membutuhkan intervensi yang terencana dan sistematis. Guru BK memiliki peran krusial untuk membantu siswa mengatasi permasalahan-permasalahan tersebut melalui berbagai layanan bimbingan yang disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan siswa, baik secara individual maupun kelompok.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan solusi yang tepat melalui peran guru, khususnya guru bimbingan dan konseling. Guru BK membantu meningkatkan *self-awareness* siswa melalui layanan bimbingan kelompok, konseling individual, serta teknik refleksi diri dan muhasabah. Selain itu, pembiasaan untuk mengenali dan mengekspresikan emosi secara sehat, pemberian umpan balik yang posotif, serta penciptaan lingkungan sekolah yang suportif juga menjadi solusi penting dalam menumbuhkan *self-awareness* siswa.[43] Dengan

[43] J Carden, R J Jones, dan J Passmore, "Defining self-awareness in the context of adult development: A systematic literature review," *Journal of Management Education* 46, no. 1 (2022): 140–77.

upaya yang terencana dan berkelanjutan, *self-awareness* siswa dapat berkembang secara optimal dan mendukung perilaku serta karakter yang positif.

Berdasarkan uraian teori tersebut, penelitian ini memadukan teori strategi guru BK dan teori *self-awareness*. Kedua teori tersebut saling melengkapi dalam proses pengembangan diri siswa. Strategi guru BK berfungsi sebagai upaya terencana dan sistematis yang dirancang untuk membantu siswa memahami diri, mengelola emosi, serta mengembangkan potensi secara optimal. Sementara itu, *self-awareness* merupakan kemampuan dasar yang perlu dimiliki siswa agar mampu mengenali emosi, sikap, dan perilaku dirinya secara sadar. Integrasi teori ini digunakan sebagai alat analisis data penelitian. Dengan demikian, strategi guru bimbingan dan konseling memiliki peran penting sebagai variabel yang memengaruhi peningkatan *self-awareness* siswa. Integrasi antara teori strategi guru BK dan teori *self-awareness* menjadi landasan teoretis dalam penelitian ini untuk menjelaskan bagaimana upaya guru BK dapat berkontribusi secara nyata dalam meningkatkan kesadaran diri siswa, khususnya pada peserta didik kelas VIII Madrasah Tsanawiyah. kajian teori ini memberikan peran penting sebagai landasan konseptual yang kuat bagi penelitian.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

f. Aspek-Aspek *Self-Awareness*

Para ahli mengidentifikasi sejumlah aspek atau komponen yang membentuk *self-awareness* secara utuh. Goleman mengidentifikasi tiga aspek utama, yaitu: (1) kesadaran emosi, yakni kemampuan mengenali emosi yang sedang dirasakan dan memahami dampaknya; (2) penilaian diri secara akurat, yakni kemampuan memahami kekuatan dan keterbatasan diri secara realistis; dan (3) kepercayaan diri, yakni keyakinan akan kemampuan dan nilai diri yang kuat.[44]

Sementara itu, dalam konteks pendidikan, *self-awareness* siswa dapat dioperasionalisasikan ke dalam empat aspek yang lebih konkret. Pertama, aspek kesadaran emosi, yaitu kemampuan siswa dalam mengenali, menamai, dan memahami perasaan yang sedang dialami. Kedua, aspek pemahaman diri, yaitu kemampuan siswa dalam mengenali kelebihan, kekurangan, minat, dan nilai-nilai yang dimiliki secara objektif. Ketiga, aspek kesadaran perilaku dan dampaknya, yaitu kemampuan siswa dalam memahami bagaimana tindakannya memengaruhi diri sendiri dan orang-orang di sekitarnya. Keempat, aspek kesadaran tujuan dan arah diri, yaitu kejelasan siswa mengenai apa yang ingin dicapai dan nilai-nilai apa yang ingin dijunjung dalam hidupnya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[44] Goleman, *Working with emotional intelligence*. Hlm. 49–51

g. Faktor-Faktor yang Memengaruhi *Self-Awareness*

Perkembangan *self-awareness* pada individu dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Beberapa faktor tersebut antara lain:[45]

1) Pola asuh orang tua. Baumrind menyatakan bahwa pola asuh yang diterapkan orang tua memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan kesadaran diri anak. Pola asuh autoritatif yang memberikan keseimbangan antara kehangatan dan batasan yang jelas cenderung menghasilkan anak dengan *self-awareness* yang lebih baik, karena anak didorong untuk mengekspresikan perasaannya dan belajar bertanggung jawab atas tindakannya.
2) Lingkungan sosial dan teman sebaya. Pada masa remaja, pengaruh teman sebaya sangat dominan dalam pembentukan identitas diri. Interaksi sosial yang positif memberikan umpan balik yang membantu remaja mengenal dirinya dari perspektif orang lain, sehingga memperkaya pemahaman diri mereka.
3) Pengalaman belajar di sekolah. Lingkungan sekolah, termasuk interaksi dengan guru dan kegiatan pembelajaran, berkontribusi pada perkembangan *self-awareness* siswa. Guru yang responsif dan memberikan umpan balik konstruktif membantu siswa memahami kemampuan dan potensi dirinya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[45] Diana Baumrind, "The influence of parenting style on adolescent competence and substance use," *Journal of Early Adolescence* 11, no. 1 (1991).

4) Kematangan emosi. Kematangan emosi yang berkembang seiring bertambahnya usia memungkinkan individu untuk lebih mampu mengelola dan merefleksikan perasaannya. Remaja yang lebih matang secara emosional cenderung memiliki *self-awareness* yang lebih tinggi dibandingkan remaja yang masih impulsif.
5) Pengalaman hidup dan refleksi. Pengalaman yang bermakna, baik yang menyenangkan maupun yang menantang, dapat menjadi katalis bagi perkembangan *self-awareness* jika individu mampu merefleksikannya secara mendalam.

h. Indikator *Self-Awareness*

Untuk mengukur tingkat *self-awareness* pada siswa, diperlukan indikator yang terukur dan dapat diobservasi. Berdasarkan teori Goleman dan Duval & Wicklund, indikator *self-awareness* meliputi:[46][47]

1) Kemampuan mengenali dan menyebutkan emosi yang sedang dirasakan.
2) Kemampuan memahami kekuatan dan kelemahan diri secara objektif.
3) Kemampuan mengenali nilai-nilai dan prinsip yang dipegang.
4) Kemampuan memahami bagaimana perilaku diri berdampak pada orang lain.
5) Kemampuan melakukan refleksi dan introspeksi diri secara berkala.

[46] Goleman, *Working with emotional intelligence*.
[47] Duval dan Wicklund, *A Theory of Objective Self-Awareness*.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

6) Kemampuan menerima umpan balik dari orang lain dengan sikap terbuka.

i. *Self-Awareness* dalam Islam

Dalam perspektif Islam, konsep *self-awareness* (kesadaran diri) memiliki akar yang sangat kuat dan mendalam, yang diejawantahkan melalui konsep *muhasabah* (introspeksi diri) dan *ma'rifat al-nafs* (mengenal diri sendiri). Islam menempatkan kesadaran diri sebagai prasyarat utama bagi seseorang untuk mengenali Tuhannya (*ma'rifatullah*).[48] Hal ini sejalan dengan kaidah sufistik yang masyhur: *"Man arafa nafsahu faqad arafa rabbahu"* (Barang siapa yang mengenal dirinya, maka ia akan mengenal Tuhannya).[49] Oleh karena itu, kesadaran diri bukanlah sekadar kemampuan psikologis yang bersifat duniawi semata, melainkan esensi dasar keberagamaan yang menjadi motor penggerak bagi seseorang untuk mengenali eksistensi Penciptanya secara sadar dan utuh.

Secara teoretis, konsep *self-awareness* dalam Islam dapat dijabarkan ke dalam beberapa dimensi utama:

1) Konsep Muhasabah (Introspeksi Diri)

Muhasabah secara bahasa berarti menghitung atau mengevaluasi diri.[50] Dalam tradisi Islam, muhasabah adalah proses aktif ketika

[48] M Utsman Najati, *Psikologi dalam Al-Qur'an: Terapi Qur'ani Penyembuhan Gangguan Kejiwaan* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2005). hlm. 75.
[49] M Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Tematik atas Pelbagai Persoalan Umat* (Bandung: Mizan, 2002). hlm. 205.
[50] Shihab. hlm. 208.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

seorang Muslim mengevaluasi niat, ucapan, perbuatan, serta kelalaian yang telah dilakukannya.[51] Imam Al-Ghazali dalam kitab monumental *Ihya' 'Ulumuddin* menegaskan bahwa muhasabah terbagi menjadi tahapan mawas diri, pengawasan, hingga evaluasi amal.[52] Praktik ini secara substansial sangat identik dengan *self-awareness* dalam psikologi modern, di mana individu menjadikan dirinya sebagai objek evaluasi untuk memperbaiki perilaku ke arah yang lebih baik.[53] Dengan kata lain, budaya muhasabah melatih individu untuk tidak menjadi manusia yang reaktif, melainkan manusia reflektif yang senantiasa menjadikan kesalahan masa lalu sebagai cermin evaluasi untuk menata masa depan yang lebih baik.

2) Dimensi Spiritual dan Pengendalian Diri (*Tazkiyatun Nafs*)

Kesadaran diri dalam Islam tidak hanya berhenti pada ranah kognitif atau emosional semata, tetapi berdimensi spiritual melalui proses *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa).[54] Al-Qur'an secara tegas menekankan pentingnya kesadaran atas potensi jiwa manusia dalam Surah Al-Syams ayat 9-10, yang mengindikasikan bahwa manusia memiliki kesadaran moral (*fitrah*) untuk membedakan antara jalan kebaikan dan keburukan.[55] Hal ini menuntut adanya kepekaan internal (*self-awareness*) untuk senantiasa menjaga kemurnian jiwa.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[51] Najati, *Psikologi dalam Al-Qur'an: Terapi Qur'ani Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*. hlm. 78.
[52] Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin (Terjemahan Moh. Zuhri)*. hlm. 145.
[53] Al-Ghazali. hlm. 146.
[54] Shihab, *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Tematik atas Pelbagai Persoalan Umat*. hlm. 209.
[55] Shihab. hlm. 210.

Kepekaan internal inilah yang berfungsi sebagai rem moral (*self-control*), yang membentengi seseorang dari dorongan destruktif hawa nafsu di tengah kompleksnya pengaruh lingkungan sosial.

3) Keterkaitan dengan Tanggung Jawab (*Mas'uliyah*)

Individu yang memiliki *self-awareness* dalam Islam akan menyadari status eksistensialnya sebagai hamba Allah (*abdullah*) sekaligus pemimpin di muka bumi (*khalifah fi al-ardh*).[56] Kesadaran ini menumbuhkan rasa tanggung jawab (*mas'uliyah*) atas setiap tindakan yang dilakukan, menyadari bahwa setiap gerak-gerik manusia senantiasa berada dalam pengawasan mutlak Allah SWT.[57] Kesadaran posisi diri ini secara otomatis melahirkan akuntabilitas personal yang tinggi, di mana seseorang tidak akan mudah melanggar norma sosial maupun agama, baik ketika ia sedang berada dalam keramaian maupun saat ia berada dalam kesendirian.

4. Bentuk dan Teknik Strategi Guru BK dalam Meningkatkan *Self-Awareness* Siswa

a. Bentuk Strategi Guru BK dalam Meningkatkan *Self-Awareness*

Strategi guru BK dalam meningkatkan *self-awareness* siswa pada dasarnya merupakan serangkaian upaya yang dirancang dan dilaksanakan secara sistematis dengan menyesuaikan kebutuhan, karakteristik, serta tahap perkembangan siswa. Strategi tersebut tidak hanya berkaitan dengan bentuk layanan yang diberikan, tetapi juga

[56] Shihab. hlm. 212.
[57] Shihab. hlm. 213.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

mencakup teknik yang digunakan guru BK dalam membantu siswa mengenali dirinya, memahami perasaan dan perilakunya, mengetahui potensi serta keterbatasan dirinya, dan menyadari dampak perilakunya terhadap orang lain. Oleh karena itu, strategi guru BK dalam meningkatkan *self-awareness* dapat dilaksanakan melalui berbagai bentuk layanan, seperti layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, dan konseling individual, yang didukung dengan teknik-teknik yang sesuai dengan kondisi siswa.

1) Layanan bimbingan klasikal

   Layanan bimbingan klasikal merupakan layanan yang diberikan oleh guru BK kepada sejumlah siswa dalam satu kelas secara langsung. Layanan ini dapat digunakan untuk memberikan informasi, pemahaman, dan pengembangan kemampuan pribadi maupun sosial siswa. Nurihsan menjelaskan bahwa bimbingan klasikal dapat menjadi salah satu strategi dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada siswa secara luas.[58]

   Dalam meningkatkan *self-awareness*, guru BK dapat memberikan materi mengenai pengenalan diri, potensi dan keterbatasan diri, pengenalan emosi, tanggung jawab, hubungan sosial, serta kemampuan mengevaluasi perilaku. Layanan klasikal memungkinkan guru BK memberikan pemahaman mengenai self-awareness kepada seluruh siswa secara sistematis.

[58] Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

2) Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok merupakan layanan yang diberikan kepada sejumlah peserta didik dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas topik tertentu yang berkaitan dengan perkembangan siswa. Prayitno dan Amti menjelaskan bahwa bimbingan kelompok memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk memperoleh informasi dan membahas suatu permasalahan melalui kegiatan kelompok.[59]

Dalam meningkatkan *self-awareness*, bimbingan kelompok dapat digunakan untuk membantu siswa memahami dirinya melalui interaksi dengan teman sebaya. Siswa dapat menyampaikan pengalaman, pendapat, maupun perasaannya, serta memperoleh perspektif dari anggota kelompok lainnya. Proses tersebut dapat membantu siswa memahami bagaimana dirinya dipandang oleh orang lain dan mendorong terjadinya refleksi diri.

3) Layanan Konseling Individual

Konseling individual merupakan layanan yang diberikan secara langsung antara guru BK dengan seorang siswa untuk membahas permasalahan yang dialami siswa. Prayitno dan Amti menjelaskan bahwa konseling perorangan merupakan layanan yang

[59] Prayitno dan Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

memungkinkan peserta didik memperoleh bantuan secara langsung melalui hubungan tatap muka dengan konselor.[60]

Dalam meningkatkan *self-awareness*, konseling individual memberikan ruang yang lebih mendalam bagi guru BK untuk membantu siswa mengenali kondisi dirinya, memahami perasaan dan perilaku, mengidentifikasi permasalahan, serta menyadari konsekuensi dari perilaku yang dilakukan. Bentuk layanan ini dapat disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan setiap siswa.

b. Teknik Guru BK dalam Meningkatkan *Self-Awareness*

Teknik guru BK merupakan cara atau metode yang digunakan dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling untuk mencapai tujuan tertentu. Dalam meningkatkan *self-awareness*, teknik yang digunakan perlu disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan siswa. Beberapa teknik yang relevan adalah *peer feedback*, *role playing*, *reflection of feeling*, dan *self-management.*

1) Teknik Umpan Balik Sebaya (*Peer Feedback*)

Peer feedback merupakan teknik yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk memperoleh informasi mengenai dirinya dari perspektif teman sebaya. Dalam proses ini, siswa dapat membandingkan pemahaman dirinya dengan pandangan orang lain

[60] Prayitno dan Amti.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

sehingga dapat melakukan evaluasi dan refleksi terhadap perilaku.[61] Literatur tentang *peer-assisted reflection* dalam meningkatkan *self-awareness* menunjukkan bahwa umpan balik dari teman dapat digunakan untuk mendorong proses refleksi siswa terhadap aktivitasnya dan membantu proses perbaikan berdasarkan masukan dari orang lain.

2) Teknik *Role Playing*

Teknik *role playing* merupakan teknik dalam bimbingan yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk memainkan peran tertentu dalam suatu situasi yang telah dirancang. Melalui pengalaman memainkan peran tersebut, siswa dapat mengamati pikiran, perasaan, dan perilakunya serta melakukan refleksi terhadap pengalaman yang diperoleh.[62]

Role playing merupakan teknik yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk memainkan peran tertentu dalam suatu situasi yang telah dirancang. Teknik guru BK dalam meningkatkan *self-awareness* ini dapat digunakan untuk membantu siswa mengalami suatu situasi secara langsung, kemudian melakukan refleksi terhadap pikiran, perasaan, dan perilaku yang muncul.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[61] Daniel L Reinholz dan Dimitri R Dounas-Frazer, *Using Peer Feedback to Promote Reflection on Open-Ended Problems* (USA: University of Colorado Boulder, 2016).

[62] Susilowati, "Efektivitas Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Role Playing untuk Peningkatan Self-Awareness Peserta Didik" (Universitas Pendidikan Indonesia, 2015).

3) Teknik *Reflection of Feeling*

Teknik *reflection of feeling* merupakan teknik dalam konseling yang digunakan untuk membantu siswa mengenali dan memahami perasaan yang sedang dialaminya. Melalui refleksi terhadap perasaan yang diungkapkan, siswa diarahkan untuk lebih memahami kondisi emosional dirinya sehingga dapat meningkatkan kesadaran terhadap pikiran, perasaan, dan perilakunya.[63]

Penggunaan teknik *reflection of feeling* dalam konseling individual dapat menjadi salah satu strategi guru BK dalam meningkatkan *self-awareness,* karena siswa diberikan kesempatan untuk mengenali dan memahami perasaan yang muncul selama menghadapi suatu permasalahan.

4) Teknik *Self-Management*

Teknik *self-management* merupakan teknik yang membantu individu untuk meningkatkan kemampuan dalam mengelola dan mengendalikan dirinya melalui proses pemantauan, evaluasi, dan pengaturan perilaku. Dalam konteks peningkatan *self-awareness*, teknik ini mendorong siswa untuk mengenali perilakunya, mengevaluasi tindakan yang dilakukan, serta menentukan perubahan yang perlu dilakukan secara mandiri.[64]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[63] Qudsiyah dan Dasuki, "The Effectiveness of Individual Counseling with the Reflection of Feeling Technique to Improve Self-Awareness and Self-Esteem."

[64] Dewi, Suarni, dan Widiastuti, "Behavioral Counseling with Self-Management Techniques to Increase Self-Awareness of Educational Staff."

Dalam konteks siswa yang tinggal di pondok pesantren, teknik *self-management* dapat diterapkan melalui target perilaku harian, pencatatan perkembangan diri, evaluasi kedisiplinan, dan *muhasabah*. Teknik ini bertujuan agar siswa secara bertahap mampu mengelola dirinya tanpa selalu bergantung pada pengawasan guru BK maupun pengurus pondok.

Dengan demikian, dalam penelitian mengenai strategi guru BK untuk meningkatkan *self-awareness* siswa, bentuk layanan dan teknik dapat dijadikan dua subbab yang berbeda. Bentuk layanan menjelaskan strategi melalui layanan apa guru BK membantu siswa, sedangkan teknik menjelaskan bagaimana guru BK melaksanakan strategi tersebut.

G. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami fenomena secara mendalam dan kontekstual, yaitu mendeskripsikan strategi yang diterapkan guru BK dalam meningkatkan *self-awareness* siswa kelas VIII di MTs Al-Falaah Pandak Bantul Yogyakarta.[65] Penelitian kualitatif memungkinkan peneliti menggali

[65] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010).

makna, proses, serta dinamika yang terjadi di lapangan secara holistik. Sebagaimana dikemukakan Moleong, penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian seperti perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan secara holistik dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada konteks alamiah yang khusus.[66]

Pendekatan deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran apa adanya mengenai praktik yang dilakukan di lapangan tanpa melakukan manipulasi atau rekayasa terhadap data. Creswell menegaskan bahwa tujuan penelitian kualitatif deskriptif adalah menggambarkan dan menginterpretasikan kondisi atau hubungan yang ada secara akurat sebagaimana adanya.[67] Dengan demikian, penelitian ini tidak bertujuan menguji hipotesis, melainkan memahami realitas empiris secara menyeluruh. Fokus utamanya adalah mendeskripsikan strategi guru BK yang diterapkan di lingkungan madrasah berbasis pondok pesantren, sehingga data yang dihasilkan bersifat naratif dan kontekstual. Sugiyono menambahkan bahwa dalam penelitian kualitatif, peneliti berperan sebagai instrumen kunci yang secara langsung melakukan pengumpulan data, sehingga keutuhan konteks dan makna dapat terjaga dengan baik.[68]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[66] Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya* (Jakarta: Kencana, 2011).

[67] John W Creswell dan J David Creswell, *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (Los Angeles: SAGE Publications, 2018).

[68] Norman K Denzin, *The Research Act: A Theoretical Introduction to Sociological Methods* (New York: McGraw-Hill, 1978).

2. Fokus Penelitian

Fokus penelitian merupakan komponen penting dalam penelitian kualitatif karena berfungsi sebagai batas dan arah pengumpulan data agar tidak melebar pada hal-hal yang tidak relevan dengan tujuan penelitian.[69] Dalam penelitian ini, fokus diarahkan pada strategi guru BK untuk meningkatkan *self-awareness* siswa kelas VIII di MTs Al-Falaah Pandak Bantul Yogyakarta. Fokus ini mencakup tiga aspek utama: pertama, bentuk dan jenis layanan BK yang diterapkan guru BK; kedua, pendekatan dan teknik yang digunakan dalam proses layanan; serta ketiga, proses interaksi antara guru BK dengan siswa beserta konteks lingkungan yang melingkupinya.

Penelitian ini juga secara khusus memperhatikan konteks madrasah berbasis pondok pesantren yang memiliki karakteristik tersendiri dibandingkan sekolah umum. Lingkungan pesantren dengan sistem nilai, budaya pembinaan, dan pengawasan intensif yang khas menjadi bagian penting dalam analisis penelitian ini. Moleong menjelaskan bahwa penetapan fokus dalam penelitian kualitatif bertujuan agar peneliti tidak terjebak dalam pengumpulan data yang tidak perlu, sehingga proses analisis dapat dilakukan secara terarah dan menghasilkan temuan yang bermakna.[70]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[69] Emzir, *Metodologi Penelitian Kualitatif: Analisis Data* (Jakarta: Rajawali Pers, 2012).
[70] Goleman, *Working with emotional intelligence*.

3. Subjek Penelitian

Dalam penelitian kualitatif ini, teknik yang digunakan untuk menentukan dan mengambil subjek atau informan adalah *purposive sampling*. Sugiyono mendefinisikan *purposive sampling* sebagai teknik penentuan sumber data dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan tersebut didasarkan atas pemahaman bahwa subjek yang dipilih adalah pihak-pihak yang paling mengetahui, menguasai, serta terlibat secara langsung dengan fokus permasalahan yang sedang diteliti, sehingga data yang diperoleh lebih mendalam dan kredibel.[71] Sejalan dengan hal tersebut, Spradley menegaskan bahwa informan dalam penelitian kualitatif harus memenuhi syarat sebagai pihak yang benar-benar mengalami, memahami, serta aktif berkecimpung di dalam latar penelitian.[72] Berdasarkan teknik *purposive sampling* tersebut, subjek penelitian ini terdiri atas guru BK, siswa kelas VIII, dan pengurus pondok. Adapun rincian dan kriteria penetapan subjek penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Guru BK

Kriteria guru BK dalam penelitian ini adalah pendidik yang secara aktif bertugas, memiliki tanggung jawab penuh dalam memberikan layanan bimbingan kepada siswa, serta mengetahui secara mendalam kondisi dan permasalahan *self-awareness* siswa di MTs Al-Falaah Pandak Bantul. Berdasarkan kriteria tersebut, mengingat hanya terdapat satu

[71] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2020).
[72] James P Spradley, *The Ethnographic Interview* (New York: Holt, Rinehart & Winston, 1979).

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

Guru BK yang bertugas di madrasah ini, maka subjek informan utama yang ditetapkan secara definitif dalam penelitian ini adalah Bapak Ahmad Faiza Viddaarain, S.Psi.

b. Siswa kelas VIII

Subjek kedua dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII MTs Al-Falaah Pandak Bantul yang masih aktif sebagai peserta didik, pernah berinteraksi atau memperoleh layanan dari guru BK, dan memiliki pengalaman yang berkaitan dengan layanan guru BK dalam membantu mengenali dan memahami diri. Maka berdasarkan kriteria, dari 49 siswa hanya 4 siswa berinisial K, L, N, dan Y yang memenuhi kriteria.

c. Pengurus Pondok

Subjek ketiga dalam penelitian ini adalah pengurus pondok yang masih aktif bertugas di lingkungan Pondok Pesantren Al-Imdad yang berkaitan dengan pembinaan siswa kelas VIII, berinteraksi secara langsung dengan siswa kelas VIII dalam kehidupan sehari-hari di pondok dan mengetahui perilaku, kedisiplinan, interaksi sosisal, serta perkembangan siswa selama berada di lingkungan pesantren yang diwakili oleh Ustadz Shofyan Atsauri. Keterlibatan Pengurus Pondok sangat esensial untuk memenuhi prinsip triangulasi data (pengecekan silang validitas data).

4. Objek Penelitian

Adapun objek yang akan difokuskan dalam penelitian ini adalah bentuk dan teknik guru BK untuk meningkatkan *self-awareness* siswa kelas VIII

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MTs Al-Falaah Pandak Bantul. Penelitian ini dilakukan di MTs Al-Falaah Pandak Bantul, karena merupakan salah satu sekolah yang berbasis pondok pesantren dan jumlah siswa yang terus meningkat dari tahun ke tahun. Maka dari itu, pemilihan tempat di MTs Al-Falaah Pandak Bantul sangat relevan untuk diteliti mengenai peningkatan *self-awareness* siswanya.

5. Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Observasi dilakukan untuk mengamati secara langsung pelaksanaan layanan guru BK dan dinamika interaksi yang terjadi antara guru BK dengan siswa di lingkungan sekolah dan pesantren. Jenis observasi yang digunakan adalah observasi non-partisipan, di mana peneliti berperan sebagai pengamat tanpa terlibat langsung dalam kegiatan yang diamati. Nasution mengemukakan bahwa observasi merupakan dasar semua ilmu pengetahuan, dan hanya melalui observasilah para ilmuwan dapat bekerja berdasarkan data yaitu fakta mengenai dunia kenyataan yang diperoleh melalui pengamatan langsung.[73] Dengan demikian, observasi membantu penulis memahami situasi, perilaku, dan interaksi subjek penelitian secara lebih mendalam. Dalam penelitian ini, observasi dilakukan untuk mengamati bentuk dan teknik guru BK dalam meningkatkan *self-awareness.*

[73] Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*.

b. Wawancara

Wawancara mendalam dilakukan untuk menggali secara langsung pandangan, pengalaman, dan pengetahuan informan terkait strategi guru BK dalam meningkatkan *self-awareness* siswa. Wawancara dilaksanakan secara semi-terstruktur, di mana peneliti menyiapkan pedoman pertanyaan sebagai panduan, namun tetap memberikan ruang bagi informan untuk mengembangkan jawaban secara bebas. Emzir menjelaskan bahwa wawancara semi-terstruktur memberikan fleksibilitas kepada peneliti untuk menggali secara lebih dalam jawaban informan berdasarkan respons yang muncul secara spontan selama proses wawancara berlangsung.[74] Seluruh sesi wawancara direkam dengan izin informan dan kemudian ditranskripsikan untuk keperluan analisis data. Dalam penelitian ini, wawancara dilakukan kepada guru BK serta pihak terkait untuk memperoleh informasi mengenai bentuk dan teknik dalam meningkatkan *self-awareness.* Tujuan wawancara adalah untuk mengetahui apa yang terdapat dalam pikiran dan perasaan individu serta memahami pandangan mereka terhadap suatu fenomena yang tidak dapat diketahui hanya melalui observasi. Oleh karena itu, sebelum melakukan wawancara penulis perlu menjelaskan tujuan wawancara kepada informan agar proses pengumpulan data berjalan

[74] Spradley, *The Ethnographic Interview*.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dengan baik dan informan dapat memberikan informasi yang sesuai dengan kebutuhan penelitian.[75]

c. Dokumentasi

Dokumentasi digunakan sebagai teknik pelengkap untuk memperoleh data sekunder berupa arsip, catatan, dan dokumen yang relevan dengan fokus penelitian. Arikunto menjelaskan bahwa dokumentasi berasal dari kata *dokumen* yang artinya barang-barang tertulis, sehingga dalam pelaksanaannya peneliti menyelidiki benda-benda tertulis seperti buku, majalah, dokumen, peraturan-peraturan, notulen rapat, catatan harian, dan sebagainya.[76] Dokumen yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi program kerja BK, catatan layanan, absensi kegiatan, serta dokumen pendukung lainnya yang dimiliki sekolah maupun pesantren. Data dokumentasi berfungsi untuk mengkonfirmasi dan melengkapi data yang diperoleh melalui wawancara dan observasi.

6. Teknik Validasi Data

Keabsahan data dalam penelitian ini dijaga melalui teknik triangulasi. Moleong menjelaskan bahwa triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data tersebut.[77]

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[75] Zuchri Abdussamad, *Metode Penelitian Kualitatif* (Makassar: Syakir Media Press, 2021). hlm 143-144.

[76] Alias, Mustafa, dan Ahmad, "Investigating the usefulness of counselling tool to improve students' self-awareness." Hlm 114–125.

[77] Amalia dan Bhakti, "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Metode Discovery Learning untuk Meningkatkan Self-Awareness pada Remaja di Sekolah Menengah Atas." Hlm 78–86.

Denzin membedakan empat macam triangulasi sebagai teknik pemeriksaan yang memanfaatkan sumber, metode, penyidik, dan teori.[78] Dalam penelitian ini digunakan triangulasi sumber untuk memvalidasi data yang sudah didapat.

Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan dan mengecek data dari beberapa sumber informan yang berbeda untuk memperoleh derajat kepercayaan yang lebih tinggi. Sugiyono menegaskan bahwa apabila dengan teknik pengujian kredibilitas data tersebut menghasilkan data yang berbeda-beda, maka peneliti melakukan diskusi lebih lanjut kepada sumber data yang bersangkutan untuk memastikan data mana yang dianggap benar.[79]

7. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan model analisis interaktif Miles, Huberman, dan Saldana. Miles, Huberman, dan Saldana menyatakan bahwa analisis data kualitatif terdiri atas tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan, yaitu kondensasi atau reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi.[80] Ketiga tahapan ini dilaksanakan secara sistematis dan berlangsung terus-menerus sepanjang

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[78] Anggraini dan Putri, "Gambaran Self-Awareness pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Indralaya." Hlm 241–249.

[79] S Atqiya, A Kusnawan, dan A Mujib, "The Influence of the Quality of Islamic Guidance and Counseling Services and Peer Environment on Self-Awareness in Overcoming Academic Procrastination," *Educational Guidance and Counseling Development Journal* 6, no. 1 (2025): hlm 45–57.

[80] Eva Afifah, Oyoh Bariah, dan M Makbul, "Strategi Guru Bimbingan Konseling (BK) dalam Membangun Kedisiplinan Peserta Didik di SMKN 1 Karawang," *Tabyin: Jurnal Pendidikan Islam* 7, no. 2 (2025): hlm 42–48.

proses penelitian berlangsung, mulai dari pengumpulan data hingga penulisan laporan akhir.

a. Reduksi Data

Reduksi data merupakan proses pemilihan, pemusatan perhatian, penyederhanaan, dan transformasi data kasar yang diperoleh dari lapangan. Miles, Huberman, dan Saldana menjelaskan bahwa reduksi data mencakup proses menyeleksi, memfokuskan, menyederhanakan, mengabstraksikan, dan mentransformasi data yang muncul dalam catatan-catatan lapangan yang ditulis.[81] Pada tahap ini, peneliti memilah dan memfokuskan data yang relevan dengan fokus penelitian mengenai strategi guru BK dalam meningkatkan *self-awareness* siswa, serta membuang data yang tidak relevan. Data hasil wawancara yang telah ditranskripsi, catatan lapangan hasil observasi, dan dokumen yang terkumpul disaring dan dikodekan sesuai dengan tema-tema yang muncul.

b. Penyajian Data

Penyajian data (*data display*) dilakukan setelah proses reduksi data selesai dilaksanakan. Miles, Huberman, dan Saldana mendefinisikan penyajian data sebagai susunan informasi yang terorganisir yang memungkinkan penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan[82] Dalam penelitian ini, penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi

[81] Rahayu Dwi Lestari et al., "Strategi Guru BK dalam Mengatasi Krisis Identitas," *Educouns Journal: Jurnal Pendidikan dan Bimbingan Konseling* 2, no. 1 (2025): hlm 71–73.
[82] Lio, "Enhancing University Students' Self-Awareness through Group Guidance."

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

deskriptif yang terstruktur dan sistematis. Data yang telah direduksi disusun ke dalam pola-pola, kategori, dan tema yang saling berkaitan agar dapat dipahami secara utuh dan menyeluruh. Pada tahap ini, peneliti juga menyertakan kutipan langsung dari hasil wawancara untuk memperkuat dan memperkaya narasi yang disajikan.

c. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Tahap terakhir dalam analisis data adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Miles, Huberman, dan Saldana menyatakan bahwa penarikan kesimpulan merupakan proses yang dimulai sejak awal pengumpulan data peneliti mencatat pola-pola, penjelasan, konfigurasi yang mungkin terjadi, alur sebab-akibat, dan proposisi. Kesimpulan awal bersifat sementara dan terbuka, namun menjadi lebih kukuh dan mengakar seiring bertambahnya data yang mengonfirmasinya.[83] Proses verifikasi dilakukan secara terus-menerus selama penelitian berlangsung dengan cara meninjau ulang catatan lapangan, hasil wawancara, dan data dokumentasi yang telah dikumpulkan, sehingga kesimpulan akhir yang dihasilkan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[83] Maharani dan Mustika, "Hubungan Self-Awareness dengan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VIII di SMP Wiyatama Bandar Lampung," *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 12, no. 1 (2025): hlm 30–40.

H. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam penelitian ini disusun secara sistematis untuk memudahkan pembaca dalam memahami keseluruhan isi penelitian. Adapun sistematika pembahasan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bab I Pendahuluan, memuat landasan konseptual dan operasional penelitian, yang diawali dengan pemaparan latar belakang mengenai urgensi pengembangan *self-awareness* pada siswa kelas VIII di lingkungan madrasah berbasis pondok pesantren. Bab ini juga merumuskan fokus permasalahan penelitian, tujuan serta manfaat penilitian, kajian pustaka terdahulu, landasan teoretis yang komprehensif, metodologi penelitian yang digunakan, hingga sistematika pembahasan

Bab II Gambaran Umum Lokasi Penelitian, menyajikan konteks empiris tempat penelitian dilaksanakan, yakni di MTs Al-Falaah Pandak Bantul Yogyakarta. Bab ini mendeskripsikan sejarah singkat berdirinya madrasah, profil lembaga, visi dan misi, struktur organisasi, keadaan pendidik dan peserta didik, sarana prasarana penunjang, gambaran umum pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling, serta profil mendalam dari masing-masing subjek penelitian.

Bab III Paparan Data dan Temuan Penelitian merupakan bab inti yang memaparkan dan menganalisis data empiris hasil observasi, wawancara mendalam, serta dokumentasi di lapangan. Bab ini secara sistematis mengupas temuan terkait bentuk strategi guru BK (melalui layanan responsif, pengalihan layanan dasar, dan dukungan sistem) serta teknik strategi yang diterapkan (seperti umpan balik sebaya,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

refleksi perasaan, hingga integrasi kegiatan kepesantrenan) dalam upaya meningkatkan *self-awareness* siswa kelas VIII

Bab IV Penutup, menjadi bab terakhir yang berisi kesimpulan dan saran. Bab ini merangkum keseluruhan temuan penelitian sebagai jawaban akhir atas rumusan masalah mengenai bentuk dan teknik strategi guru BK. Selain itu, bab ini juga menyajikan rekomendasi konstruktif yang ditujukan kepada pihak sekolah, pondok pesantren, guru BK, siswa, serta peneliti selanjutnya sebagai bahan evaluasi dan pengembangan ilmu di masa mendatang.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan paparan data, temuan penelitian, dan analisis mendalam mengenai upaya Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam meningkatkan *self-awareness* (kesadaran diri) siswa kelas VIII di MTs Al-Falaah Pandak Bantul Yogyakarta, dapat disimpulkan bahwa bentuk strategi yang diterapkan Guru BK diwujudkan melalui pengalihan layanan dasar klasikal menjadi pendekatan personal secara individual guna menyadarkan posisi siswa sebagai pelajar sekaligus santri, optimalisasi layanan responsif berupa konseling individual berbasis *rapport* untuk mengentaskan masalah kedisiplinan dan konflik sosial, serta penguatan dukungan sistem melalui kolaborasi terintegrasi bersama wali kelas, guru mata pelajaran, orang tua, dan pengurus pondok pesantren. Pelaksanaan bentuk strategi tersebut didukung pula oleh penggunaan teknik operasional yang bersifat luwes dan situasional, meliputi penerapan teknik umpan balik sebaya (*peer feedback*), refleksi perasaan (*reflection of feeling*), dan bermain peran (*role playing*), yang kemudian disinergikan secara komprehensif dengan instrumen kepesantrenan seperti penegakan sistem poin pelanggaran, pembiasaan ngaji *bandongan*, serta pelaksanaan salat tahajud sebagai sarana kontemplasi (*muhasabah*) diri bagi siswa.

B. Saran

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

   Meskipun pendekatan secara individual telah berjalan efektif, Guru BK disarankan untuk tidak sepenuhnya meninggalkan format layanan dasar

(bimbingan klasikal). Guru BK perlu merancang program bimbingan klasikal atau bimbingan kelompok yang lebih terstruktur dan terjadwal mengenai materi *self-awareness*, pengenalan emosi, dan manajemen diri. Hal ini bertujuan agar upaya peningkatan kesadaran diri bersifat preventif (pencegahan) dan proaktif yang mampu menjangkau seluruh siswa secara merata, tidak hanya bersifat reaktif (menunggu siswa bermasalah). Selain itu, Guru BK perlu terus menyosialisasikan peran BK sebagai sahabat siswa, agar persepsi sebagian siswa yang masih menganggap BK sebatas tempat hukuman atau teguran tata tertib dapat berangsur hilang.

2. Bagi Pihak Madrasah dan Pondok Pesantren

   Pihak madrasah dan pondok pesantren disarankan untuk membuat mekanisme koordinasi dan komunikasi yang lebih terstandarisasi dan rutin, bukan sekadar komunikasi insidental yang baru dilakukan ketika ada santri yang melakukan pelanggaran. Selain itu, pihak pesantren disarankan untuk mengadakan pelatihan dasar-dasar pendekatan psikologis remaja bagi para pembimbing kamar atau pengurus pondok. Hal ini penting agar SDM pengurus memiliki kompetensi yang selaras dengan Guru BK dalam melakukan pendekatan dari hati ke hati, sehingga penegakan disiplin (sistem poin) dapat berjalan beriringan dengan tumbuhnya kesadaran diri santri secara internal.

3. Bagi Peserta Didik (Siswa/Santri)

   Siswa diharapkan dapat mengubah cara pandang mereka terhadap layanan Bimbingan dan Konseling, dengan memposisikan Guru BK sebagai fasilitator untuk mengenali dan mengembangkan potensi diri, bukan sebagai pihak yang

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

menakutkan. Siswa juga disarankan untuk lebih proaktif dan bersungguh-sungguh dalam mengikuti kegiatan kepesantrenan (seperti ngaji *bandongan* dan salat tahajud) dengan menjadikannya sebagai sarana *muhasabah* (introspeksi diri), sehingga kepatuhan terhadap aturan didasarkan pada kesadaran tanggung jawab pribadi, bukan sekadar takut pada hukuman.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengkaji tema serupa, disarankan untuk memperluas cakupan penelitian, misalnya dengan melibatkan jumlah informan siswa yang lebih besar atau menggunakan metode campuran (*mixed methods*) untuk mengukur seberapa besar persentase peningkatan *self-awareness* secara kuantitatif. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian pengembangan (R&D) untuk menciptakan modul bimbingan *self-awareness* atau instrumen asesmen yang secara khusus dirancang dan disesuaikan untuk karakteristik siswa di madrasah berbasis pondok pesantren.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

Abdussamad, Zuchri. *Metode Penelitian Kualitatif*. Makassar: Syakir Media Press, 2021.

Afifah, Eva, Oyoh Bariah, dan M Makbul. "Strategi Guru Bimbingan Konseling (BK) dalam Membangun Kedisiplinan Peserta Didik di SMKN 1 Karawang." *Tabyin: Jurnal Pendidikan Islam* 7, no. 2 (2025): 42–48.

Al-Ghazali, Abu Hamid. *Ihya' Ulumuddin (Terjemahan Moh. Zuhri)*. Semarang / Jakarta: Asy-Syifa' / Republika Penerbit, 2011.

Alias, N F, S M S Mustafa, dan Z Ahmad. "Investigating the usefulness of counselling tool to improve students' self-awareness." *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences* 9, no. 13 (2019): 166–72.

Amalia, Jihan Setyaning, dan Caraka Putra Bhakti. "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Metode Discovery Learning untuk Meningkatkan Self-Awareness pada Remaja di Sekolah Menengah Atas." *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan* 5, no. 7 (2025): 1–12. https://doi.org/10.17977/um065.v5.i7.2025.6.

Anggraini Rani, Suci; Mega Putri. "GAMBARAN SELF AWARENESS PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 INDRALAYA." *FOKUS : Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, no. Vol. 8 No. 4 (2025): Vol 8, No 4 Juli 2025 (2025): 529–38. https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/view/27775/7557.

Anggraini, S, dan R M Putri. "Gambaran Self-Awareness pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Indralaya." *FOKUS: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan* 8, no. 8 (2025): 241–49.

Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.

Atqiya, S, A Kusnawan, dan A Mujib. "The Influence of the Quality of Islamic Guidance and Counseling Services and Peer Environment on Self-Awareness in Overcoming Academic Procrastination." *Educational Guidance and Counseling Development Journal* 6, no. 1 (2025): 45–57.

Baumrind, Diana. "The influence of parenting style on adolescent competence and substance use." *Journal of Early Adolescence* 11, no. 1 (1991).

Brown, Kirk Warren, dan Richard M Ryan. "The benefits of being present: Mindfulness and its role in psychological well-being." *Journal of Personality and Social Psychology* 84, no. 4 (2003): 822–48.

Bungin, Burhan. *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Kencana, 2011.

Carden, J, R J Jones, dan J Passmore. "Defining self-awareness in the context of adult development: A systematic literature review." *Journal of Management Education* 46, no. 1 (2022): 140–77.

Corey, Gerald. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. 9th ed. Belmont, CA: Brooks/Cole, 2013.

Creswell, John W, dan J David Creswell. *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Los Angeles: SAGE Publications, 2018.

Denzin, Norman K. *The Research Act: A Theoretical Introduction to Sociological Methods*. New York: McGraw-Hill, 1978.

Dewi, K Y F, N K Suarni, dan N L G K Widiastuti. "Behavioral Counseling with Self-Management Techniques to Increase Self-Awareness of Educational Staff." *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 8, no. 2 (2025): 134–46.

Duval, Shelley, dan Robert A Wicklund. *A Theory of Objective Self-Awareness*. New York: Academic Press, 1972.

Emzir. *Metodologi Penelitian Kualitatif: Analisis Data*. Jakarta: Rajawali Pers, 2012.

Erikson, Erik H. *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton, 1968.

Eurich, Tasha. "What self-awareness really is (and how to cultivate it)." *Harvard Business Review* 96, no. 1 (2018): 98–104.

Fajarwati, P, F N Laila, dan A Nugraha. "Efektivitas Bimbingan Kelompok Pendekatan Experiential Learning untuk Mengembangkan Self-Awareness pada Siswa SMP." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 9, no. 2 (2025): 1123–32.

Goleman, Daniel. *Working with emotional intelligence*. New York: Bantam Books, 1998.

Gysbers, Norman C, dan Patricia Henderson. *Developing and Managing Your School Guidance and Counseling Program*. 5th ed. Alexandria: American Counseling Association, 2012.

Harter, Susan. *The Construction of the Self: A Developmental Perspective*. New York: Guilford Press, 1999.

Lestari, Rahayu Dwi, Meisie L Mangantes, Rinna Y Kasenda, dan Dominicus Tinus. "Strategi Guru BK dalam Mengatasi Krisis Identitas." *Educouns Journal: Jurnal Pendidikan dan Bimbingan Konseling* 2, no. 1 (2025): 71–73.

Lewis, Michael, dan Jeanne Brooks-Gunn. *Social Cognition and the Acquisition of Self*. New York: Plenum Press, 1979.

Lio, Stefanus. "Enhancing University Students' Self-Awareness through Group

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Guidance." *Education Journal* 12, no. 2 (2023): 65–72.

Maharani, dan Mustika. "Hubungan Self-Awareness dengan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VIII di SMP Wiyatama Bandar Lampung." *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 12, no. 1 (2025): 30–40.

Najati, M Utsman. *Psikologi dalam Al-Qur'an: Terapi Qur'ani Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*. Bandung: Pustaka Hidayah, 2005.

Nurihsan, Achmad Juntika. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama, 2006.

Piaget, Jean. *The psychology of the child*. New York: Basic Books, 1972.

Prayitno, dan Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2004.

Qudsiyah, U, dan A Dasuki. "The Effectiveness of Individual Counseling with the Reflection of Feeling Technique to Improve Self-Awareness and Self-Esteem." *Suluh: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 10, no. 2 (2025): 48–56. https://doi.org/10.33084/suluh.v10i2.9486.

Rafiko, Siti Mardiyah. "Strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa di MAN 2 Batusangkar." Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar, 2017.

Ramadhani, M S, W K Rahmawati, dan N Fauziyah. "Keefektifan Permainan 'Two Truths and a Lie' dalam Meningkatkan Self-Awareness Siswa." *DE_Journal: Jurnal Pendidikan* 6, no. 1 (2025): 62–69. https://doi.org/10.56667/dejournal.v6i1.1661.

Reinholz, Daniel L, dan Dimitri R Dounas-Frazer. *Using Peer Feedback to Promote Reflection on Open-Ended Problems*. USA: University of Colorado Boulder, 2016.

Santrock, John W. *Life-span development (18th ed.)*. New York: McGraw-Hill Education, 2021.

Shihab, M Quraish. *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Tematik atas Pelbagai Persoalan Umat*. Bandung: Mizan, 2002.

Spradley, James P. *The Ethnographic Interview*. New York: Holt, Rinehart & Winston, 1979.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2020.

Susilowati. "Efektivitas Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Role Playing untuk Peningkatan Self-Awareness Peserta Didik." Universitas Pendidikan Indonesia, 2015.

Tohirin. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Edisi revi. Depok: Rajawali Pers, 2019.

Winkel, W S. *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan*. Jakarta: Media Abadi, 2005.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA