

Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam
Vol. 05, No. 02, 2015

Hlm. 27- 49

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK
MELALUI TEKNIK ROLE PLAYING UNTUK PENINGKATAN
SELF AWARENESS PESERTA DIDIK**

Oleh:

Susilowati

susilowatileonard@yahoo.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Sekolah Pasca Sarjana Universitas Pendidikan Indonesia

Abstract : *This research based on phenomenon an individual who had a lower level of awareness, felt anxious, insecure, always blaming others, less responsible and did not have the commitment to achieve the goals of their life. This study aimed to increase student's self awareness through group guidance with role playing techniques. This research used a quantitative approach with quasi-experimental method pretest-posttest design non equivalent. Data was collected by self awareness questionnaires based on theory of Thomas Shelley Duval, Paul Silvia dan Neal Lalwani (2001) . Study participants were 30 students of XIIth grade High School Laboratorium Percontohan UPI who had indicates lower self awareness categories and divided into experimental group (8 M : 8 F) and control group (7 M : 7 F). The research samples was done by using non probability sampling and used difference between two means Wilcoxon and Man Whitney technique analysis. The result showed that group guidance with role playing technique was effective to increase student's self-awareness, because p value $0,002 < 0,05 (\alpha)$.*

Keywords: *Role Playing Techniques, Self-Awareness, Group Guidance.*

Pendahuluan

Manusia memiliki kapasitas yang unik untuk dapat merenungkan *status quo* mereka menuju ideal. Kapasitas ini didukung oleh kemampuan dari setiap individu untuk membayangkan masa depan yang lebih baik dari masa lalu, mengevaluasi alternatif perkembangan diri, mengidentifikasi masalah dan keinginan untuk maju menuju ideal yang lebih dikenal dengan istilah *self reflection*.

Greg C. Ashley (2012) mengungkapkan proses terhadap *self reflection* pikiran dan introspeksi dapat membatasi konstruksi kesadaran diri seseorang. Meskipun konseptualisasi kesadaran diri berbeda-beda, namun hal tersebut merupakan kemampuan untuk memusatkan perhatian kedalam diri serta mempelajari diri sendiri seolah-olah melihat kedalam cermin. Kemampuan tersebut tidak hanya menyangkut aspek perkembangan pribadi sosial, tetapi juga menyangkut aspek akademis yang akan mengantarkan manusia sebagai peserta didik pada pencapaian standar akademis yang optimal.¹

Kehidupan peserta didik saat usia remaja cenderung memilih segala sesuatu yang diinginkan secara cepat tanpa harus melewati sebuah proses, sehingga mereka terlihat tidak suka berjuang dan berusaha. Hal ini tidak menjadi suatu tanda bahwa semua remaja tidak produktif dan aktif, karena dalam perkembangannya sebagai seorang remaja, banyak hal yang terlibat untuk menjadikan mereka sebagai individu yang potensial dalam meningkatkan setiap kompetensi yang dimiliki.

Masa remaja merupakan masa yang dianggap sebagai masa topan badai dan stress (*storm and stress*). Remaja memiliki keinginan bebas untuk menentukan nasib sendiri. Apabila keinginan mereka terarah dengan baik, diharapkan seorang peserta didik dapat memiliki motivasi untuk belajar secara mandiri. Hal ini dapat mempengaruhi peserta didik tersebut dalam mewujudkan potensi dirinya menjadi seseorang yang menakjubkan.

Pada masa topan badai ini, perubahan yang sering terjadi biasanya disebabkan oleh kemajuan teknologi, pengaruh lingkungan sekitar atau peserta didik yang merasa tidak menjadi diri sendiri, sehingga peserta didik tidak memiliki *self awareness* atau kesadaran diri. Salah satu hal yang harus dilakukan para pendidik dalam membentuk pribadi insan kamil adalah dengan menumbuhkan *self awareness* peserta didik yang merupakan konsep diri dari seseorang.

Self awareness sebagai konsep diri sangat penting artinya, karena individu dapat memandang diri dan dunianya, yang tidak hanya berpengaruh

¹ Ashley, G.C & Palmon, R.R, *Self Awareness and The Evolution of Leaders: The Need For A Better Measure of Self Awareness, (Article 1. Institute of Behavioral and Applied Management, 1-16, 2012)*. Hal. 3.

terhadap perilakunya, tetapi juga tingkat kepuasan yang diperoleh dalam hidupnya. Setiap individu tentu memiliki *awareness* terhadap dirinya sendiri, tetapi terkadang mereka tidak mengetahui apakah *awareness* tersebut positif atau negatif.

Berbagai konseptualisasi kesadaran diri telah muncul dari waktu ke waktu dengan formulasi yang baru dan menambahkan nuansa pada versi sebelumnya. Duval dan Wicklund (1972)² menyatakan dalam teori *objective self awareness* (OSA), bahwa individu secara berkala memusatkan perhatian ke dalam diri dan memulai proses perbandingan untuk menilai diri terhadap standar yang menonjol (misalnya: perilaku atau kemajuan menuju tujuan). Hasil kemungkinan perbandingan seperti itu akan menjadi identifikasi diri/standar gap, yang pada saat tertentu akan menyebabkan dampak negatif.

Ada beberapa dimensi standar perbandingan yang terlibat pada proses introspeksi dan evaluasi diri, seperti: 1) perilaku kesenangan terhadap masa lalu, sekarang, dan masa depan, 2) kepekaan terhadap perasaan batin, 3) pengakuan terhadap perbuatan positif dan negatif, 4) perilaku introspektif, 5) kecenderungan untuk membayangkan diri sendiri, 6) kesadaran penampilan fisik seseorang dan presentasi, 7) keprihatinan atas penilaian orang lain (Fenigstein, Scheier, dan Buss, 1975).³

Self awareness atau kesadaran diri peserta didik pada masa tersebut akan mengalami perubahan yang dramatis, mereka sangat rentan terhadap pendapat orang lain. Peserta didik menganggap orang lain selalu memberikan kritik, sehingga secara tidak langsung mereka selalu melihat situasi di luar diri mereka sendiri. Berdasarkan situasi tersebut, perkembangan peserta didik yang dilalui menuntut kreatifitas dan keragaman berpikir dari peserta didik melalui pendidikan formal, sehingga dapat meningkatkan potensi individu yang merupakan ciri universal manusia sejak lahir. Hanya sedikit individu yang dapat menemukan kembali potensi kreatif sehingga meningkatkan motivasi dan mempunyai nilai melalui *self awareness*.

Hal ini sejalan dengan tujuan pendidikan nasional yang termaktub dalam UU No.20 Tahun 2003 pasal 1 ayat (1) yang menyebutkan bahwa:

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

² Duval, T.S., Silvia, P. & Lalwani, N, *Self Awareness & Causal Attribution A Dual System Theory*. (Springer Science + Business Media New York, ed, 2001), hal. 2.

³ Fenigstein, A. et al, *Public And Private Self Consciousness: Assessment And Theory*, (*Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 20, 1975), hal. 522-527.

Jika kita cermati lebih mendalam apa yang terkandung dalam UU No.20 Tahun 2003 tentang tujuan pendidikan nasional tersebut, tampak jelas bahwa penampilan perilaku remaja yang tidak memiliki *self awareness* sangat tidak diharapkan, karena tidak sesuai dengan dengan sosok pribadi manusia Indonesia yang dicita-citakan, yaitu: 1) beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, 2) berakhlak mulia, 3) memiliki pengetahuan dan keterampilan, 4) memiliki kesehatan jasmani dan rohani, 5) memiliki kepribadian yang mantap dan mandiri, serta 6) memiliki rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan.

Peserta didik tidak hanya ikut dalam proses pembelajaran saja, melainkan dengan layanan bimbingan dan konseling sudah sepantasnya peserta didik diarahkan kepada pencapaian tujuan pendidikan nasional. Untuk membantu mencapai tujuan pendidikan nasional itu salah satu komponen terpenting adalah peserta didik dapat mengoptimalkan semua potensi yang dimiliki, terampil secara pribadi dan sosial sehingga menjadi pribadi-pribadi yang sehat dan bertanggung jawab.

Dalam tahap perkembangannya peserta didik SMA kelas XII merupakan remaja yang memiliki kompetensi secara pribadi dan sosial untuk: 1) menghargai diri sendiri dan orang lain, 2) menata tujuan dari hasil yang ingin dicapai, 3) memiliki pertahanan dan kemampuan untuk dapat menyelamatkan diri (Nandang Rusmana, 2009).⁴ Hal ini yang membuat *self awareness* menjadi penting dalam menjadikan peserta didik mandiri dan bertanggungjawab atas pilihan hidupnya. Berdasarkan kompetensi yang dimilikinya, diharapkan peserta didik SMA kelas XII bisa memahami keadaan internal dirinya. Proses kesadaran diri tersebut berupa refleksi yang dilakukan secara sadar untuk memikirkan hal-hal yang diinginkan bersamaan dengan emosi-emosi mengenai pengalaman tersebut.

Berdasarkan paparan di atas, maka bantuan yang dapat dilakukan untuk peningkatan *self awareness* peserta didik adalah dengan pemberian layanan bimbingan konseling melalui bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*. Konsep dasar bimbingan kelompok dikatakan sebagai inti kegiatan secara keseluruhan dan biasanya bersifat kelompok. Tekniknya dilakukan secara berkelompok terhadap sejumlah individu untuk menerima bimbingan yang dimaksudkan. Aktivitas kelompok diarahkan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri dan pemahaman lingkungan, penyesuaian diri, serta pengembangan diri. Bimbingan kelompok dilaksanakan jika masalah yang dihadapi peserta didik mempunyai

⁴ Nandang, Rusmana, *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah (Metode, Teknik, dan Aplikasi)*, (Bandung: Rizqi Pres, 2009), Hal. 155.

kesamaan atau saling mempunyai hubungan serta mereka bersedia dilayani secara kelompok (Hartinah, 2000).⁵

Menurut Jeremy Harmer yang dikutip Budden, penggunaan *role playing* dalam kegiatan pembelajaran dapat membawa dampak yang sangat positif bagi peserta didik, yaitu: 1) meningkatkan motivasi, 2) belajar untuk mengungkapkan diri, 3) memberi kesempatan yang luas untuk berbicara. Sehingga pada kenyataannya, *role playing* ini dapat meningkatkan kemampuan *self awareness* dalam berkomunikasi, inisiatif dan bekerja sama dalam memecahkan suatu masalah.

Teknik *role playing* di dalam peningkatan *self awareness* bertujuan untuk mencapai nilai pribadi sosial peserta didik dan nilai terhadap diri sendiri yang dapat dikembangkan untuk meningkatkan potensi diri. Teknik *role playing* ini juga sangat efektif untuk memfasilitasi peserta didik dalam mempelajari perilaku sosial dan nilai-nilai dalam proses peningkatan *self awareness*.

Dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok penting untuk dilaksanakan untuk meningkatkan *self awareness*, oleh karena itu penelitian ini akan membahas mengenai efektivitas layanan bimbingan kelompok melalui teknik *role playing* untuk peningkatan *self awareness*.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pada konteks penelitian ini, pendekatan kuantitatif ditujukan untuk mengetahui perbedaan perubahan antara sebelum dan sesudah dilakukan tindakan (*treatment*). Tujuan akhir dari penelitian ini adalah menghasilkan bimbingan kelompok yang efektif melalui teknik *role playing* untuk peningkatan *self awareness* peserta didik, sehingga metode penelitian yang dipilih adalah penelitian eksperimen. Bentuk desain eksperimen kuasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *pre and posttest design non equivalent* yang memiliki ciri-ciri : 1) ada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, 2) subjek penelitian diambil tidak secara acak dari populasi, tetapi diambil dari seluruh subjek yang telah dibentuk secara alami dalam suatu kelompok. Sampel penelitian menggunakan seluruh subjek dalam suatu kelompok (*intac group*) untuk diberi perlakuan (*treatment*). Dua kelompok yang ada diberi *pretest*, kemudian pada kelompok eksperimen diberikan perlakuan (*treatment*) berupa teknik *role playing* dan terakhir diberikan *posttest* kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

⁵ Hartinah, S, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: Refika Aditama, 2009), Hal. 5.

Tabel 1
Desain Penelitian Efektivitas Bimbingan Kelompok melalui
Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Awareness* Peserta Didik

Kelompok	Pre-test	Treatment	Post-test
AO	A01	X	A02
BO	B03	-	B04

(Creswell, 2008)⁶

Keterangan :

- AO : Kelompok Eksperimen.
 BO : Kelompok Kontrol.
 A01 : Pengukuran awal (pretest) dengan menggunakan instrument *self awareness* pada kelompok eksperimen.
 A02 : Pengukuran akhir (posttest) dengan menggunakan instrument *self awareness* pada kelompok eksperimen.
 B01 : Pengukuran awal (pretest) dengan menggunakan instrument *self awareness* pada kelompok kontrol
 B02 : Pengukuran akhir (posttest) dengan menggunakan instrument *self awareness* pada kelompok kontrol
 X : Perlakuan berupa bimbingan kelompok melalui teknik *role playing* untuk peningkatan *self awareness* kepada kelompok eksperimen.
 - : Kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan apapun.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian dipaparkan melalui deskripsi hasil data awal profil umum *self awareness* peserta didik dan uji statistik untuk melihat efektivitas bimbingan kelompok melalui teknik *role playing* untuk peningkatan *self awareness* peserta didik.

1. Profil Umum *Self Awareness* Peserta Didik Kelas XII SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015

Tabel 2
Profil Umum *Self Awareness* Peserta Didik Kelas XII SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015

Kelas XII	Frekwensi/ Persentase	Tinggi	Sedang	Rendah	Total
IPS 2	F	3	6	21	30
	%	10%	20%	70%	100%
IPA 3	F	3	7	17	27
	%	11,1%	25,1%	63%	100%
IPA 1	F	1	13	16	30
	%	3,3%	43,3%	53%	100%
IPS 1	F	6	12	15	31
	%	18,2%	36,4%	45%	100%
IPA 2	F	5	14	11	30

⁶ Creswell, *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research*, (Sage Publications, 2008). Hal. 314.

Kelas XII	Frekwensi/ Persentase	Tinggi	Sedang	Rendah	Total
	%	16,7%	46,7%	37%	100%
IPA 3	F	1	17	12	30
	%	3,3%	50,7%	40%	100%

Seorang pakar psikologi yang banyak menekuni permasalahan emosi, John D. Mayer, mengatakan bahwa umumnya ada **3 gaya** yang tampil ketika seseorang menghadapi emosinya, *Self Awareness* itu sendiri adalah keadaan ketika kita membuat diri sendiri sadar tentang emosi yang sedang kita alami dan juga pikiran-pikiran kita mengenai emosi tersebut. Berdasarkan tabel diatas maka terlihat 70 % atau 21 peserta didik kelas XII IPS 2 memiliki *self awareness* yang berada dalam kategori rendah, sehingga dapat dikatakan peserta didik tersebut tenggelam dalam emosinya dan tidak mampu keluar dari situasi ini, mereka tidak memahami emosinya sendiri sehingga bisa mudah larut terbawa emosi. Sementara itu 20% atau 6 orang peserta didik berada pada kategori sedang, dimana sebenarnya peserta didik tersebut menyadari emosi apa yang mereka rasakan namun cenderung menerima begitu saja emosi yang sedang terjadi dan tidak memahami emosi tersebut lebih jauh. Pada akhirnya mereka tidak berusaha untuk beradaptasi dengan emosi yang muncul. Hal ini bisa menjadi masalah ketika emosi yang dialami adalah sedih, lalu dibiarkan berkepanjangan sehingga bisa menimbulkan perasaan tertekan (depresi). Hal lain terjadi ketika emosi yang dirasakan adalah marah atau takut. Mungkin saja dalam jangka panjang, emosi marah yang dibiarkan ini bisa berubah jadi perasaan dendam, sedangkan emosi takut bisa menjadi paranoid (rasa takut berlebihan yang tidak jelas alasannya).

Peserta didik yang lain sebanyak 10 % atau 3 orang berada pada kategori tinggi atau biasa disebut sadar diri, dimana peserta didik menyadari dan memahami emosi yang terjadi pada dirinya. Mereka mengetahui batas-batas norma yang perlu dijaga dan berpikir untuk mengelola emosi yang dirasakan agar perilakunya masih berada dalam ambang batas tersebut.

Setelah melewati proses dengan melihat gambaran umum dari seluruh responden, maka peneliti melihat kembali pre-test *self awareness assessment* peserta didik kelas XII IPS 2 yang dalam hal ini mencakup 2 dimensi, yaitu : 1). *self disclosure and openness to feedback* dan 2). *own values, emotional intelligence, change orientation, and core self*. Hal ini dilakukan agar peneliti mengetahui berapa orang peserta didik yang akan berada pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Tabel 3
Hasil Pretest *Self Awareness Assesment*

Aspek	Kategori	Kelompok			
		Eksperimen		Kontrol	
		f	%	f	%
Self Disclosure and Openess to feedback	Tinggi	0	0	4	28,6
	Sedang	7	43,8	5	35,7
	Rendah	9	56,3	5	35,7
Own Values, Emotional Intelligence, Change Orientation and Core Self	Tinggi	1	6,3	2	14,3
	Sedang	1	6,3	4	28,6
	Rendah	14	87,5	8	57,1

Tabel diatas menggambarkan bahwa di kelas XII IPS 2 sudah terbentuk 16 peserta didik pada kelompok eksperimen dan 14 peserta didik pada kelompok kontrol. Aspek *Self Disclosure and Openess to feedback* menggambarkan peserta didik pada saat melakukan interaksi dengan orang lain memerlukan proses menghadirkan diri yang diwujudkan pada saat membagi perasaan dan informasi dengan orang lain. Pengungkapan diri ini dapat berupa berbagai topik seperti informasi perilaku, sikap, perasaan, keinginan, motivasi dan ide yang sesuai dan terdapat di dalam diri peserta didik yang bersangkutan. Kedalaman dan pengungkapan diri peserta didik tergantung pada situasi dan orang yang diajak untuk berinteraksi. Jika orang yang berinteraksi dengan menyenangkan dan membuat merasa aman serta dapat membangkitkan semangat maka kemungkinan bagi idividu untuk lebih membuka diri amatlah besar. Sebaliknya pada beberapa orang tertentu yang dapat saja menutup diri karena merasa kurang percaya (Devito, 1992).

Awareness of own values, emotional intelligence, change orientation, and core self-evaluation bermakna bahwa aspek yang berhubungan dengan moral, emosi, perubahan orientasi dan juga evaluasi terhadap diri peserta didik sangat erat hubungannya dengan konsep diri yang dimiliki oleh peserta didik sehingga mereka memiliki kesadaran diri untuk menentukan tujuan yang ingin dicapai.

Setelah dilakukan pemberian *pretest* terhadap *self awareness assesment* peserta didik kelas XII untuk dapat ditentukan kelas mana yang akan mendapatkan intervensi, maka peneliti melakukan olah data yang berdistribusi normal ini melalui kurva normal, dimana kurva yang memiliki nilai sedang lebih banyak terhadap nilai yang kurang atau lebih. Peneliti mengkaji semua dimensi tersebut, karena menjadi bagian terpenting dari *self awareness assesment*. Dari hasil olah data yang dilakukan hasilnya seperti tersaji pada tabel di bawah ini :

Tabel 4
Dimensi Self Awareness

Dimensi	Konteks Perlakuan	Kategori	F	%
Emotional Intelligence	Memberikan pemahaman kepada peserta didik untuk memiliki kemampuan mengatur diri sendiri dan pada saat berinteraksi dengan orang lain	Tinggi	16	9
		Sedang	157	8
		Rendah	7	4
Personal Values (DIT)	Memotivasi peserta didik untuk mengasah karakteristik kepribadian dan emosi, seperti rasa bersalah, empati, dan kebajikan. Hal ini dilakukan untuk menjelaskan peran motivasi dan kekuatan ego dalam menjembatani emosi moral pada tindakan moral	Tinggi	0	0
		Sedang	81	4
		Rendah	99	5
Cognitive Style	Memberikan arahan kepada peserta didik supaya dapat dengan baik menerima serta melakukan proses pemikiran yang baik terhadap informasi yang didapat	Tinggi	166	9
		Sedang	14	2
		Rendah	0	8
Locus of Control	Melakukan perubahan terhadap diri melalui perubahan yang hadir dalam lingkungan dimana peserta didik berada	Tinggi	0	0
		Sedang	55	3
		Rendah	125	6
Tolerance of Ambiguity		Tinggi	120	6
		Sedang	60	7
		Rendah	0	3
Core Self Evaluation	Melakukan evaluasi terhadap diri sendiri untuk mencapai personality yang baik	Tinggi	158	8
		Sedang	22	1
		Rendah	0	2

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa untuk peserta didik kelas XII yang berada dalam rentang usia remaja, proses kesadaran diri masih harus ditingkatkan melalui *emotional intelligence*, *personal value (DIT)* dan *locus of control*. *Emotional intelligence* atau dikenal sebagai kecerdasan emosional. merupakan spektrum kecerdasan yang merupakan kecerdasan interpersonal. Kecerdasan ini membuat seorang individu mampu untuk membedakan dan menempatkan dengan baik situasi perasaan, motivasi dan keinginan yang harus ditampilkan pada saat individu bersosialisai. Apabila individu pandai menyesuaikan diri dengan perasaan individu yang lain atau dapat berempati, maka individu tersebut akan memiliki tingkat emosional yang baik dan akan lebih mudah menyesuaikan diri dalam pergaulan sosial serta lingkungan sekitarnya.

Sementara itu, hasil yang didapat untuk dimensi DIT (*defining issues test*) yang dikaitkan dengan teori moral Kohlberg (1984) dan Rest (1984), didapatkan temuan berdasarkan perhitungan nilai indeks yang mengandung makna bahwa kemampuan peserta didik dalam menimbang alternatif keputusan dan menentukan kemungkinan arah tindakan yang harus dilakukan dalam menghadapi berbagai

situasi berdasarkan prinsip keadilan, bereferensi pada sistem nilai yang beragam. Hal ini memberikan gambaran kondisi peserta didik yang sebenarnya, sehingga perlu pengkajian lebih mendalam. Kondisi perkembangan moral peserta didik, sebagaimana ditemukan dalam penelitian ini belum sampai pada timbangan kognitif yang kemungkinan tidak terealisasi dalam tindakan nyata. *Locus of control* merupakan dimensi dari kepribadian individu yang dipengaruhi oleh ekspektasi yang dapat menjelaskan perilaku individu tersebut. *Locus of control* juga merupakan gambaran keyakinan individu yang sangat menentukan perilaku individu tersebut, sehingga sebagai bagian dari self awareness assessment, terlihat perilaku peserta didik melihat kegagalan atau keberhasilannya melalui faktor eksternal diri mereka sendiri.

2. Uji Efektivitas Bimbingan Kelompok melalui Teknik Role Playing untuk Peningkatan *Self Awareness* Peserta Didik Kelas XII SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung Tahun Ajaran 2014/ 2015

Pengujian statistik ini digunakan untuk mengetahui apakah ada peningkatan *self awareness* pada kelompok eksperimen yang mendapatkan intervensi melalui bimbingan kelompok dengan teknik *role playing*. Untuk menganalisa hasil penghitungannya, terlebih dahulu dirumuskan hipotesis penelitiannya yaitu:

Ho: Bimbingan kelompok melalui teknik *role playing* tidak efektif untuk peningkatan *self awareness* peserta didik.

Hi: Bimbingan kelompok melalui teknik *role playing* efektif untuk peningkatan *self awareness* peserta didik

Table 5
Hasil Uji Statistik Setelah Perlakuan

		N	Mean of Rank	Sum of Ranks	Sig. (2-tailed)
Posttest-Pretest	Kelas Eksperimen	16	19.94	319.00	0.002
Posttest-Pretest	Kelas Kontrol	14	10.43	146.00	

Berdasarkan hasil penghitungan dengan menggunakan SPSS 20 for windows pengujian terhadap hasil pretest dan posttest pada bimbingan kelompok melalui teknik *role playing* untuk peningkatan *self awareness assessment*, mendapatkan nilai probabilitas (Sig) lebih kecil dari 0,05 yaitu 0,002. Hal ini menunjukkan bahwa Ho ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok melalui teknik *role playing* efektif untuk peningkatan *self awareness* peserta didik.

Pembahasan

Berdasarkan dinamika yang terjadi pada peserta didik yang mengikuti proses bimbingan dan melalui bukti empirik melalui analisa data, maka disimpulkan terdapat peningkatan *self awareness* peserta didik kelas XII SMA Laboratorium Percontohan UPI melalui *self awareness assessment* pada kelompok eksperimen.

Intervensi pada bimbingan dan konseling pada dasarnya ditujukan untuk mengoptimalkan pencapaian dalam tugas-tugas perkembangan peserta didik. Seperti yang dikatakan oleh Van den Daele (Hurlock, 1980)⁷ bahwa perkembangan bukan berarti perubahan secara kualitatif, bukan sekedar penambahan pada ukuran tinggi dan berat badan. Proses perkembangan pada diri individu yang sedang mengalami proses pendidikan perlu dipahami oleh para pendidik.

Salah satu tugas perkembangan peserta didik yaitu mencapai kebebasan emosional yang bertanggung jawab dan mengembangkan etika sebagai pegangan untuk bertindak. Intervensi teknik *role playing* yang diberikan kepada peserta didik bertujuan untuk peningkatan *self awareness* peserta didik sehingga mereka mampu mengenal diri sendiri untuk mencapai tujuan hidup yang sudah harus direncanakan sejak dini. Untuk menentukan apakah proses bimbingan kelompok melalui intervensi teknik *role playing* telah terlaksana dengan baik maka perlu dilakukan evaluasi.

Dalam proses bimbingan peneliti melihat bahwa peserta didik yang pada awalnya sulit membuka diri untuk mengikuti bimbingan yang sudah dijadwalkan, pada akhirnya bisa mengikuti dengan perlahan setelah dibangkitkan kesadarannya. Dalam *pretest* yang dilakukan terhadap peserta didik terdapat dimensi *self disclosure* yang merupakan pengungkapan reaksi atau tanggapan individu terhadap situasi yang sedang dihadapinya serta memberikan informasi tentang masa lalu yang relevan atau berguna untuk memahami tanggapan individu tersebut (Johson dalam Supratiknya, 1995).⁸

Konsep yang lebih jelas dikemukakan oleh DeVito (1986), yang mengartikan *self disclosure* sebagai salah satu tipe komunikasi dimana informasi tentang diri yang biasa dirahasiakan diberitahu kepada orang lain. Ada beberapa hal penting yang harus diperhatikan, yaitu informasi yang diutarakan tersebut haruslah informasi baru yang belum pernah didengar orang tersebut sebelumnya. Kemudian informasi tersebut haruslah informasi yang biasanya disimpan/dirahasiakan. Hal terakhir adalah informasi tersebut

⁷ Hurlock, *Developmental Psychology, A Life-Span Approach*, (New Delhi: Tata McGraw-Hill Publishing Company Ltd, 1981), Hal. 2.

⁸ Supratiknya. *Komunikasi Antarpribadi Tinjauan Psikologis*, (Yogyakarta: Kanisius (anggota IKAPI), 1995), Hal. 9.

harus diceritakan kepada orang lain baik secara tertulis dan lisan.⁹ Rogers (dalam Baron, 1994) mendefinisikan *self disclosure* sebagai suatu keuntungan yang potensial dari pengungkapan diri kita kepada orang lain. Menurut Morton (dalam Baron, dkk., 1994) *self disclosure* adalah kegiatan membagi perasaan dan informasi yang akrab dengan orang lain. Jadi dapat disimpulkan bahwa *self disclosure* adalah bentuk komunikasi interpersonal yang didalamnya terdapat pengungkapan ide, perasaan, fantasi, informasi mengenai diri sendiri yang bersifat rahasia dan belum pernah diungkapkan kepada orang lain secara jujur.

Hal ini dapat terlihat ketika peneliti mengajak mereka untuk mengenal diri sendiri melalui sesi kesadaran diri, pada awalnya peserta didik sulit untuk menuliskan informasi mengenai diri mereka sendiri. Saat diberikan materinya mereka hanya mengenal identitas diri saja, sementara untuk mengenal diri sendiri, mereka harus melihat potensi diri yang ada pada mereka. Rogers (dalam Alwisol, 2009) menyatakan bahwa konsep *self* yang menyeluruh adalah mengenai "I" or "Me" aku sebagai subyek sangat berpengaruh untuk menggambarkan pandangan diri.¹⁰

Peter Salovey, dari Department Psikologi Universitas Yale Amerika memberi pemahaman mengenai diri sendiri ketika menghadapi situasi tertentu dengan: 1) berusaha menyadari diri, siapa aku dan apa peranku, 2) mengelola emosi secara benar, 3) memotivasi diri dengan tujuan yang jelas, 4) memahami orang lain, serta 5) menjaga hubungan dengan orang lain.

Rodrique Fontaine dan Gapur Oziev dari *International Islamic University Malaysia* melakukan penelitian untuk peningkatan *self awareness* antara sesama peserta didik dapat dilakukan dengan mengembangkan kesadaran atas pikiran, rasa dan tindakan dari setiap individu yang dilakukan secara terus menerus sebagai suatu *repetition*, sehingga mereka dapat mengenal diri sendiri melalui *self reflection*. Berdasarkan data yang ada maka dapat dilihat bahwa peserta didik yang mendapat perlakuan didalam kelompok eksperimen memiliki kesadaran diri dengan membuka diri dan menerima pendapat orang lain dengan terbuka pada akhirnya terjadi peningkatan *self awareness*.

Peningkatan *self awareness* pada peserta didik terjadi dengan pengarahan untuk memiliki *mind set* yang positif. Peneliti menyampaikan kepada peserta didik cara berpikir positif terhadap sesuatu yang mengandung makna. Berpikir positif merupakan suatu kesatuan yang terdiri dari tiga komponen, yaitu muatan pikiran, penggunaan pikiran, dan pengawasan pikiran, Menjadikan berpikir positif sebagai tujuan memang membawa manfaat yang dapat dijadikan jalan untuk mencapai tujuan dan

⁹ Devito, *The Interpersonal Communication Book*. Books a la carte edition (13th edition) . (2006), Hal. 61-68.

¹⁰ Alwisol. *Psikologi Kepribadian*, (edisi revisi), (Malang: UMM Press, 2009), Hal. 269.

kesuksesan. Berdasarkan hasil pengamatan dan pernyataan dari anggota kelompok mereka awalnya sulit menilai kualitas dirinya, mengontrol dirinya dan bukan mengontrol orang lain, baik positif maupun negatif.

Hal ini menandakan bahwa para peserta didik belum mengetahui dan mengenal dengan baik bahwa dirinya adalah individu yang harus mencerminkan dirinya sebagai seorang peserta didik yang mempunyai konsep diri yang positif, sehingga apabila hal ini dibiarkan terus-menerus, nantinya akan menimbulkan dampak yang kurang baik, terutama yang berkaitan dengan perkembangan diri peserta didik tersebut.

Keberhasilan peserta didik dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya bergantung pada kemampuannya dalam memahami dengan baik siapa dirinya. Semakin peserta didik tersebut bisa memahami dirinya maka dapat dikatakan bahwa peserta didik tersebut memiliki konsep diri yang positif. Demikian pun, sebaliknya jika peserta didik tidak mengetahui dan memahami tentang dirinya sendiri maka konsep diri yang dimilikinya adalah konsep diri yang negatif.

Pada umumnya peserta didik memiliki kesiapan untuk berubah dan saat diminta merumuskan cara berpikir positif, seluruh anggota kelompok dapat merumuskannya, meskipun ada beberapa peserta didik yang merasa bingung untuk merumuskannya, sehingga peneliti memberikan panduan dalam merumuskan perencanaan perubahan tersebut. Conger sejalan dengan pendapat Erickson (dalam Nurihsan, Agustin 2013), menafsirkan bahwa masa remaja sebagai suatu masa yang amat kritis yang dapat merupakan *best of time* atau *worst of time*. Apabila individu mampu mengatasi berbagai tuntutan yang dihadapi secara integratif, maka identitas diri akan segera ditemukan dan akan dibawa sampai menjelang dewasa. Sebaliknya, bila gagal, individu akan berada pada krisis identitas.¹¹

Melalui bimbingan yang diberikan kepada peserta didik dapat dilihat sesuai usia perkembangan remaja dimana pada masa ini suasana hati yang berhubungan erat dengan emosi bisa berubah dengan sangat cepat. Pada saat menerima bimbingan ada beberapa peserta didik yang menolak mengikutinya dengan serius, seperti BN, BGW, ZK karena mereka merasa ingin bebas dan tidak ingin diatur. Peneliti sangat memahami hal tersebut dan memahami mereka yang mengalami emosi yang rentan dan labil dalam bersikap.

Pada bab kajian teori disampaikan oleh Goleman (1995) mengenai emosi yang pada dasarnya merupakan hal mutlak sebagai dorongan untuk bertindak. Emosi merupakan kegiatan atas pergolakan pikiran, perasaan dan

¹¹ Juntika, Nurihsan & Mubiar, Agustin, *Dinamika Perkembangan Anak dan Remaja*, (Bandung: Refika Aditama, 2013), Hal. 68.

berakibat dengan tindakan, hal ini merupakan gambaran yang jelas apakah kita sebagai individu memiliki kesadaran diri.¹²

Oleh karena itu masa remaja bisa dikatakan juga sebagai masa dimana usia dapat dikatakan bermasalah. Hal ini senada dengan pernyataan yang dikemukakan oleh Hurlock (1981) karena biasanya masalah mereka diselesaikan oleh orang tua atau guru dan terkadang mereka juga merasa dirinya mandiri, sehingga menolak bantuan orang tua dan guru.¹³

Hasil penelitian di Chicago oleh Mihalyi Csikszentmihalyi dan Reed Larson (1984) menemukan bahwa remaja rata-rata memerlukan hanya 45 menit untuk berubah emosinya dari “senang luar biasa” ke “sedih luar biasa”, sementara orang dewasa memerlukan beberapa jam untuk hal yang sama. Perubahan emosi yang drastis pada usia remaja ini seringkali disebabkan oleh beban pekerjaan rumah, pekerjaan sekolah, atau kegiatan sehari-hari di rumah. Meski emosi remaja yang mudah berubah-ubah dengan cepat, hal tersebut belum tentu merupakan gejala atau masalah psikologis.

Teori *objective self awareness* memiliki beberapa implikasi bagi hubungan perbedaan antara standar diri dan emosi. Pertama jika orang tidak mengenal standar diri, maka efek perbedaan pada emosi akan terbatas, hal ini terjadi ketika kegiatan yang lebih erat selaras dengan standar dan orang berfokus pada diri sendiri (Carver, 1975; Gibbons, 1978; Hormuth, 1982), korespondensi antara perbedaan dan pengalaman emosional harus lebih dekat ketika orang secara objektif sadar diri.

Kedua, teori tentang berbagai jenis perbedaan menyebabkan berbagai jenis emosi. Teori *objective self awareness* mengasumsikan bahwa inkonsistensi antara diri dan standar menciptakan hal yang negatif dan mempengaruhi keseimbangan emosi (Duval & Silvia, 2001). Diri yang ideal adalah representasi dari siapa saya atau ingin menjadi seperti keinginan dan aspirasi untuk diri sendiri. Dalam hal kesadaran diri, maka para remaja mengalami perubahan yang dramatis dalam kesadaran diri mereka (*self-awareness*).

Anggapan itu membuat remaja sangat memperhatikan diri mereka dan citra yang direfleksikan (*self-image*). Para remaja cenderung untuk menganggap diri mereka sangat unik dan bahkan percaya keunikan mereka akan berakhir dengan kesuksesan dan ketenaran. Remaja putri akan bersolek berjam-jam di hadapan cermin karena ia percaya orang akan melirik dan tertarik pada kecantikannya, sedang remaja putra akan membayangkan dirinya dikagumi lawan jenisnya jika ia terlihat unik dan “hebat”. Pada usia 16 tahun keatas, keeksentrikan remaja akan berkurang dengan sendirinya

¹² Daniel, Goleman, *Emotional Intelligence*, (Jakarta: Penerbit PT. Gramedia Pustaka Umum, 1995), Hal. 7.

¹³ Hurlock, Elizabeth, *Developmental psychology, a life-span approach*, (New Delhi: Tata McGraw-Hill Publishing Company Ltd, 1981), Hal. 208.

jika ia sering dihadapkan dengan dunia nyata. Pada saat itu, remaja akan mulai sadar bahwa orang lain ternyata memiliki dunia tersendiri dan tidak selalu sama dengan yang dihadapi atau pun dipikirkannya. Anggapan remaja bahwa mereka selalu diperhatikan oleh orang lain kemudian menjadi tidak berdasar. Pada saat inilah, remaja mulai dihadapkan dengan realita dan tantangan untuk menyesuaikan impian dan angan-angan mereka dengan kenyataan.

Para remaja juga sering menganggap diri mereka serba mampu, sehingga seringkali mereka terlihat tidak memikirkan akibat dari perbuatan mereka. Tindakan impulsif sering dilakukan karena sebagian dari mereka tidak sadar dan belum biasa memperhitungkan akibat jangka pendek atau jangka panjang. Remaja yang diberi kesempatan untuk mempertanggungjawabkan perbuatan mereka, akan tumbuh menjadi orang dewasa yang lebih berhati-hati, lebih percaya diri, dan mampu bertanggung jawab.

Rasa percaya diri dan rasa tanggung jawab inilah yang sangat dibutuhkan sebagai dasar pembentukan jati diri positif pada remaja. Kelak, remaja akan tumbuh dengan penilaian positif pada diri sendiri dan rasa hormat pada orang lain dan lingkungan.

Melihat perkembangan remaja yang disampaikan diatas, maka bimbingan yang selanjutnya diberikan adalah peserta didik harus mengetahui mereka berada dimana secara spiritual, intelektual, emosional dan fisik. Hal ini untuk menyelaraskan standard *self awareness* yang diharapkan yaitu merepresentasikan peserta didik sebagai individu yang mengenal dengan baik pikiran, perasaan dan tindakan yang akan dilakukan (Craick & Lockhart, 1972). Peserta didik melakukan *self evaluation* dengan membuat *vision board* dimana peserta didik dapat membuat suatu visi atas kehidupan dan tujuan yang ingin dicapai.

Sebagai individu teori mengenai *self awareness* menampilkan dua hipotesis, yaitu ketika kita melakukan stimulus terhadap diri kita maka akan meningkatkan fokus terhadap tujuan dan apapun yang digambarkan akan memberikan dampak perkembangan terhadap diri sendiri. Dengan strategi pendekatan ini seluruh peserta didik dapat terlibat dalam permainan peran menjadi diri sendiri, sehingga peserta didik dapat dengan mudah menyampaikan apa yang menjadi tujuan hidupnya dengan kesadaran diri. Visi yang telah mereka buat dan rencanakan akan menjadi bagian dari kegiatan yang harus divisualisasikan. Tentang visualisasi dan berpikir visual, banyak definisi yang dimunculkan. Banyak peneliti yang bekerja dengan definisi implisit atau fleksibel, tetapi menyetujui bahwa fokus pada persepsi dan manipulasi gambaran visual sebagai lawan dari informasi pancaindera. Ketika para peneliti berusaha mengemukakan bukti bagaimana proses visualisasi pembelajar, kesulitan muncul dari kebutuhan

menggambarkan apakah gambaran visual berada di dalam pikiran peserta didik atau diluar pikiran peserta didik, pada selembar kertas atau layar komputer.

Ada penelitian yang mengangkat topik antara kesadaran diri dengan aspek kehidupan untuk mencapai tujuan hidup. Perspektif yang senada mengenai dimensi dari konsep diri dikemukakan Fitts (1971), dimana Fitts seperti juga Rogers menganggap bahwa diri adalah sebagai suatu obyek sekaligus juga sebagai suatu proses, yang melakukan fungsi persepsi, pengamatan serta penilaian.

Keseluruhan kesadaran mengenai diri yang diobservasi, dialami serta dinilai ini adalah konsep diri. Menurut John Mayer (dalam Goleman, 2002), *self awareness* berarti waspada terhadap suasana hati, maupun pikiran kita tentang suasana hati. Pikiran yang menyuarakan *self awareness* saya tidak bisa, jangan dipikirkan sebagai suatu reaksi yang menjengkelkan. Lynn (2002) menyebutkan ada tiga indikator dari *self awareness* yang harus diperhatikan, agar kita selalu *aware* terhadap tujuan yang ingin dicapai :

1. Adanya pengetahuan yang dalam dan akurat mengenai diri dan emosi diri.
2. Adanya pemahaman mengenai emosi diri terhadap situasi.
3. Mengetahui dengan benar nilai dan keyakinan diri serta mengetahui dampak dan efek yang membahayakan dari nilai dan keyakinan itu.

Hans Bernhard Schmid (2013) dalam penelitiannya mengenai *Plural self-awareness* mengatakan bahwa ada rasa dimana pikiran terintegrasi pada tingkat ontologis, untuk mempelajari realitas atau kenyataan konkret. Kesadaran ini merupakan *self reflection* untuk mengandalkan kemampuan diri sehingga dapat menentukan tujuan dan dapat melihat apa yang sudah dilakukan sekarang ini merupakan komitmen diri. Sehingga dengan berkata kepada diri sendiri dapat melatih perasaan (*afeksi*) dari individu, untuk dapat mengatur rasa emosi baik yang bersifat kedalam maupun dalam hubungannya dengan orang lain.

Penelitian ini melakukan pendekatan bimbingan melalui dimensi *self awareness assessment* dimana dimensi yang meliputi, *emotional intelligence*, *personal values*, *change orientation (tolerance of ambiguity dan locus of control)*, and *core self evaluation*, dalam analisa data yang dilakukan tidak terjadi peningkatan *self awareness* terhadap peserta didik yang mendapat perlakuan bimbingan diarea tersebut. Dapat dipahami bahwa pada dimensi *personal values* sebagai individu kita memiliki nilai, keyakinan dan sikap yang harus dikembangkan sepanjang perjalanan hidup. Nilai adalah prinsip-prinsip, standar atau kualitas yang seorang individu atau sekelompok orang yang dijunjung tinggi. Nilai-nilai ini dapat memandu cara kita menjalani hidup kita dan keputusan yang kita buat. Keluarga, lingkungan, masyarakat

sekitar dan juga pengalaman mempunyai kontribusi yang besar, sehingga peserta didik harus diberikan perlakuan yang melibatkan *emotional intelligence* untuk bisa merubah orientasi sehingga dapat melakukan evaluasi diri.

Mengingat keterbatasan peneliti dalam melakukan bimbingan dan hanya pada saat peserta didik di sekolah, maka perlakuan yang melibatkan *emotional intelligence* tidak dapat dilakukan secara mendalam karena akan banyak pihak yang terlibat seperti orang tua, sehingga kontrol diluar sekolah tidak dapat dilakukan secara lengkap oleh peneliti.

Berdasarkan hasil pelaksanaan sesi intervensi yang telah dilakukan secara keseluruhan anggota kelompok terlihat sangat antusias, karena perlakuan yang diberikan adalah merupakan dasar yang harus bisa dilakukan sehari-hari melalui *self awareness*, misalnya: datang kesekolah tepat waktu, menyadari bahwa ke sekolah adalah menjadi tujuan dari diri sendiri, dapat mengontrol emosi dengan baik. Selain itu juga peserta didik terbuka terhadap situasi yang dialami dan berani mengungkapkan pendapatnya pada saat menyaksikan tayangan video dan dapat mengikuti kegiatan sesuai dengan arahan dari peneliti serta belajar untuk saling menghargai pendapat masing-masing. Strategi-strategi yang digunakan untuk peningkatan *self awareness* ini sebenarnya lebih kepada melihat kedalam diri sendiri, sehingga hal ini menjadi tanggung jawab peserta didik sendiri untuk memotivasi diri peserta didik dalam meraih kesuksesannya.

Peserta didik memperoleh manfaat melalui pemahaman, proses dan evaluasi yang dilakukan, baik itu mengisi format jurnal kegiatan, ataupun menuangkan tujuan yang ingin dicapai melalui *vision board*, sehingga peserta didik sudah mengetahui tujuan setelah mereka lulus SMA. Hal ini sangat erat hubungannya dengan pekerjaan atau karir yang ingin dicapai oleh peserta didik.

Muro & Kottman (dalam Suherman, 2013, hlm. 79) menyatakan bahwa tujuan pengembangan karir untuk peserta didik yang memasuki usia remaja adalah mengembangkan kesadaran diri (*self awareness*) untuk memulai eksplorasi dan orientasi karir yang lebih formal. Melalui *self awareness* peserta didik diharapkan dapat meningkatkan dan mengembangkan konsep diri positif dan pemenuhan kebutuhan diri sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Pada akhirnya pemahaman teori *cognitive*, *affective* dan psikomotorik sangat diperlukan untuk pengambilan keputusan bekerja setelah peserta didik lulus SMA, dan keselarasan pemahama tersebut menjadi bagian yang amat penting untuk dapat meningkatkan *self awareness*.¹⁴

¹⁴ Suherman, Uman, *Bimbingan dan Konseling Karir: Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Bandung: Rizki Press, 2013b), Hal. 79.

Keberhasilan intervensi yang dilakukan dapat diketahui melalui hasil yang dibuat oleh peserta didik, sehingga peneliti dapat mengetahui apa yang sudah dilakukan dalam proses bimbingan yang dilakukan selama 6x pertemuan. Pencapaian terhadap apa yang sudah diperoleh dilakukan melalui isian dari setiap sesi diskusi, jurnal atau membuat *vision board* yang pada akhirnya dijadikan sebagai bahan evaluasi terhadap proses bimbingan yang telah dilakukan.

Kesimpulan dan Rekomendasi

Tingkat *self awareness* peserta didik yang terendah berada dikelas XII IPS 2, sehingga kelas tersebut yang mendapatkan perlakuan untuk peningkatan *self awareness*. Setelah mengikuti bimbingan kelompok melalui teknik *role playing* terjadi peningkatan *self awareness* terhadap 16 peserta didik yang berada dalam kelompok eksperimen dengan hasil 14 peserta didik meningkat kesadaran diri berdasarkan hasil *post test* yang dilakukan. Hasil penelitian mendapatkan simpulan bahwa bimbingan kelompok melalui teknik *role playing* efektif untuk peningkatan *self awareness* peserta didik. Namun mengingat *self awareness* memiliki dimensi yang memiliki nilai nominal dan ordinal dari instrumen *emotional intelligence*, *personal value (DIT)*, *cognitive style*, *tolerance of ambiguity*, *locus of control*, *core self evaluation*, maka dilakukan pengolahan data melalui validitas dan reliabilitas terhadap semua dimensi dan didapatkan korelasi senilai 0,42. Hal ini bermakna bahwa penggunaan instrumen terhadap penelitian, harus menggunakan angket yang merupakan dimensi dari *self awareness assesment*, supaya hasil yang didapat lebih akurat.

Adapun rekomendasi kepada pihak-pihak yang terkait dalam penelitian ini adalah.

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor
 - a. Dapat mengimplementasikan layanan bimbingan kelompok sesuai dengan program intervensi yang dilakukan melalui teknik *role playing* sebagai salah satu layanan dasar bidang pribadi dan sosial, khususnya dalam peningkatan *self awareness*.
 - b. Layanan bimbingan kelompok melalui teknik *role playing* harus memperhatikan usia peserta didik yang diberi intervensi, karena usia berpengaruh terhadap kemampuan peserta didik dalam memahami, melihat dari sudut pandang seseorang, kesadaran terhadap kemampuan, karakteristik, ekspektasi, perasaan serta reaksi yang akan dilakukan seseorang.
 - c. Peningkatan *self awareness* memerlukan strategi kombinasi antara setingan kelompok dan pendekatan secara individual terhadap peserta didik. Hal ini harus dilakukan karena setelah mengikuti program

bimbingan kelompok, peserta didik melakukan konseling individual untuk menyakinkan apa yang sudah mereka lakukan dalam setting kelompok sudah tepat.

2. Bagi Guru Kelas/Guru Bidang Studi

Guru kelas/guru bidang studi mampu mengidentifikasi peserta didik yang membutuhkan pelayanan bimbingan dan konseling khususnya mengenai peningkatan *self awareness* dan memberi informasi kepada guru BK sehingga dapat melakukan bimbingan dan konseling terhadap peserta didik yang membutuhkan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya.

- a. Dapat mengembangkan tema penelitian yang dianggap relevan dengan penelitian *self awareness* dan memperdalam penelitian terhadap aspek *Emotional Intelligence* dan *Personal Value*.
- b. Penggunaan alat pengumpulan data berupa kuesioner harus dilengkapi dengan data kualitatif berupa observasi dan wawancara dibuat secara struktural. Peneliti selanjutnya diharapkan melakukan observasi, wawancara dengan orang tua dan guru untuk mendapatkan data yang lebih akurat, melalui model portofolio perubahan dinamika *self awareness* peserta didik.
- c. Desain penelitian dilakukan melalui single subject karena profil dan dimensi yang merupakan bagian dari *self awareness* sangat personal dan rumit. Dimensi dari *self awareness* harus melalui uji validitas dan reliabilitas, sehingga dapat dilihat korelasi antara setiap dimensi terhadap *self awareness assesment*.

Daftar Rujukan

- Alwisol. (2009). *Psikologi kepribadian*. (edisi revisi). Malang: UMM Press.
- Anderson, M. L. & Perlis, D.R. *The roots of self-awareness*. University of Maryland, College Park.
- Ashley, G.C & Palmon, R.R. (2012). Self awareness and the evolution of leaders: the need for a better measure of self awareness. *Article 1. Institute of Behavioral and Applied Management*, 1-16.
- Baylor University.s Community mentoring for adolescent development. *Concept of Self Awareness*.
- Bennet, M.E. (1955) *Guidance in group*. London: Mcgraw-Hill Book Company.
- Bhattacharjee, S. & Ghosh, S. (2013). Usefulness of role-playing teaching in construction education: A systematic review. *Journal: 49th ASC Annual International Conference Proceedings. Copyright 2013 by the Associated Schools of Construction*.
- Brown, Kate M. (1994). Using role playing to integrate ethics into business curriculum. online: <http://proquest.umi.com/pqdweb>. 3 Januari 2011.
- Creswell, J.W. (2008). *Educational research: planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research*. Sage publications.
- Crocker, L. & Algina, J. (1986). *Introduction to classical and modern test theory*. Harcourt Brace Jovanovich College Publishers: Philadelphia.
- Curran, Katherine M. et all. Use of self as an instrument of change. *Article-The 1995 ODN National Conference, Nov. 17, 1995, Seattle Washington*.
- Damasio, A. (2000). *The feeling of what happens: body and emotion in the making of consciousness*. New York: hardcourt brace and co.
- Depdiknas. (2007). Rambu-rambu penyelenggaraan bimbingan dan konseling dalam jalur pendidikan formal. Jakarta: Abkin.
- Devito, J.A. (2006). *The interpersonal communication book*. Books a la carte edition (13th edition).
- Djumhar, I. & Surya, M. (1975). *Bimbingan dan penyuluhan di sekolah (guidance & counseling)*. Bandung: CV Ilmu.
- Duval, T.S., Silvia,P. & Lalwani, N. (2001). *Self awareness & causal attribution a dual System Theory*. Springer Science + Busniness Media New York.ed.
- Faturochman. (2006). *Pengantar psikologi sosial*. Bandung: Kaifa.
- Feist J. & G.J. (1998). *Theories of personality*, Fourth Edition. Boston: Mcgraw-Hill Companies Inc.
- Fenigstein, A. et all. (1975). Public and private self consciousness:Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 20, 522-527.
- Fitriyah, A. (2007), *Pengaruh meditasi dzikir terhadap self awareness* (Studi eksperimen di yayasan panti sosial asuhan anak darul hadlonah Semarang). (Skripsi). Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang. Jurusan Tasawuf Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin.
- Fitriyani, W. (2011). *Efektivitas program bimbingan kelompok dengan menggunakan metode simulasi untuk meningkatkan pemahaman perilaku sosial*. (Tesis). (Tidak diterbitkan). Sekolah Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.

- Furqon. (2011). *Statistika terapan untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Jakarta: Penerbit PT. Gramedia Pustaka Umum.
- Ghufron, N & Risnawati, R. (2011). *Teori Psikologi*. Penerbit: Ar ruzz media.
- Hartinah, S. (2009). *Konsep dasar bimbingan kelompok*. Bandung: Refika Aditama.
- Hurlock, E.B. (1981). *Developmental psychology, a life-span approach*. New Delhi: Tata McGraw-Hill Publishing Company Ltd.
- <https://creasoft.wordpress.com/2008/04/15/remaja-pubertas/>.
- Jordan, T. (2001). *Self-awareness, meta-awareness and the witness self*. unpublished paper, available at <http://www.perspectus.se/tjordan>.
- Kartini, T. (2007). Penggunaan metode role playing untuk meningkatkan minat siswa dalam pembelajaran pengetahuan sosial di kelas V SDN Cileunyi I kecamatan Cileunyi Kabupaten Bandung. *Jurnal Pendidikan Dasar No. 8*.
- Kusumawati, R. (2013). *Keefektifan penerapan attention through music (ATM) untuk mengembangkan kesadaran diri (self awareness) anak dengan hambatan emosi*. (Tesis). Sekolah Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Lori, J. dkk. (2002). *Role playing as a teaching strategy*. Strategies for application and presentation staff development and presentation.
- Mantzios, M. dkk. (2013). *Psychometric properties of the greek versions of the self-compassion and mindful attention and awareness scales*. Springer Science+Business Media New York.
- Morin, A. (2008). Self-awareness deficits following loss of inner speech: Dr. Jill Bolte Taylor's case study. *Article in Press Consciousness and Cognition*.
- Mudairin, (2009). Role playing: suatu alternatif pembelajaran yang efektif dan menyenangkan dalam meningkatkan keterampilan murid. Diakses dari <http://www.infodiknas.com>.
- Mulyasa, E. (2004). *Kurikulum berbasis kompetensi: konsep, karakteristik dan implementasi*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- MSW, Hans Oh. & Solomon, Phyllis. (2013). Role-playing as a tool for hiring, training, and supervising peer providers. *The Journal of Behavioral Health Services & Research*.
- Nasby, W. (1989). Private self-consciousness, self awareness, and the reliability of self reports. *Journal of personality and social psychology* 56:950-7.
- Natawidjaja, R. (1988). *Pendekatan-pendekatan dalam penyuluhan kelompok*. Bandung: Diponegoro.
- Nuridin, A. S (2015). *Pengaruh perkembangan moral dan ego terhadap status identitas vokasional*. (Tesis). Sekolah Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Nurihsan, J. (2006). *Strategi layanan bimbingan dan konseling*. Bandung: Refika Aditama.
- Nurihsan, J. (2011). *Bimbingan dan konseling dalam berbagai latar kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- Nurihsan, J. & Agustin, M. (2013). *Dinamika Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Refika Aditama.

- O Rourke, J. (2009). Understanding self awareness. *A Heuristic study of the relationship with self and others. Psychosological research.*
- Poorman, P. B. (2002). *Biography and role-playing: fostering empathy in abnormal psychology.* Teaching of Psychology, 29 (1), 32-36.
- Prayitno, A, E. (2004). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling.* Cetakan ke-2, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Prayitno, A, E. (2008). *Jenis-jenis layanan dalam bimbingan konseling.* Konseling Indonesia. (online). Diakses dari <http://konselingindonesia.com/Tangkisilan>.
- Prianto, R. (2006). *Peranan minat dalam pendidikan.* Jogjakarta: Percetakan Jalasutra.
- Restiningtyas, H. (2012). *Program intervensi individual self awareness dan self knowledge untuk meningkatkan konsep diri siswa tunadaksa underachievement.* (Tesis). Universitas Indonesia. Fakultas Psikologi.
- Rifqi, A. (2013). *Program bimbingan dan konseling dengan menggunakan teknik role playing untuk meningkatkan karakter kepemimpinan siswa.* (Tesis). Sekolah Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Rest, J. R. (1973). The hierarchical nature of moral judgment: A study of patterns of comprehension and preference of moral stages. *Journal of Personality*, 41, 86-109. doi: 10.1111/j.1467-6494.1973.tb00662.x
- Rochat, P. (2003). *Five levels of self-awareness as they unfold early in life.* Department of Psychology, Emory University, 532 North Kilgo Circle, Atlanta, Ga 30322, USA.
- Rodriguez, C. (2013). *"Good" Verses "Right:" Awareness of self in counselor training.* Honoré France, Department of Educational Psychology, Indigenous Education. University of Victoria.
- Rodrigue, F. & Oziev, G. (2013). Developing self awareness among students an islamic perspective. *European Scientific Journal December 2013 /SPECIAL/ edition vol.1 ISSN: 1857 – 7881 (Print) e - ISSN 1857- 7431.*
- Romlah, T. (2001). *Teori dan praktek bimbingan kelompok.* Jakarta: P2LPTK.
- Rusmana, N. (2009). *Bimbingan dan konseling kelompok di sekolah (metode, teknik, dan aplikasi).* Bandung: Rizqi Pres.
- Salamah, S.N. (2012). *Efektifitas layanan bimbingan kelompok (group guidance) dalam meningkatkan self awareness siswa kelas X di SMK PGRI 1 Surabaya.* (Skripsi). Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya: Fakultas Dakwah.
- Santrock, J.W. (2007). *Adolescence: perkembangan remaja.* Jakarta: Penerbit Erlangga. Alih bahasa oleh: Shinto B.A dan S. Saragih.
- Schmid, H.B (2013). *Plural self awareness.* Springer Science+Business Media Dordrecht.
- Shafteel & Shafteel. (1967). *Role playing for social values: decision-making in the social studies.* Prentice Hall-Inc. Englewood Cliffs, New Jersey.
- Shertzer, B. & Stone, S.C. (1976). *Fundamental of guidance.* Boston : HMC.

- Silvia, P.J. & Duval, T. S. (2001). Objective self-awareness theory: recent progress and enduring problems. *Personality and social psychology review*, 5, 230-241.
- Sugiyono. (2011). *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, Uman.(2013a). *Manajemen bimbingan dan konseling*. Bandung: Rizki Press.
- Suherman, Uman.(2013b). *Bimbingan dan konseling karir: sepanjang rentang kehidupan*. Bandung: Rizki Press.
- Supratiknya. (1995). *Komunikasi antarpribadi tinjauan psikologis*. Yogyakarta: Kanisius (anggota IKAPI).
- Supriyono, W. (2000). *Psikologi belajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Wibowo, Mungin Eddy. (2005). *Konseling kelompok perkembangan*. Semarang UNNES Press.
- Winkel, W. S. & Hastuti, S. (2006). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan* (edisi revisi, cetakan kelima). Yogyakarta: Universitas Sanatha Dharma.
- Wirawan, S. (2000). *Psikologi remaja*. Raja Grafindo.
- Yusuf, S. & Nurihsan, J. (2009). *Landasan bimbingan dan konseling*. Bandung: Kerjasama Program Pasca Sarjana UPI dengan PT. Remaja Rosdakarya.
- Zambonelli, F. dkk. *On self-adaptation, self-expression, and self-awareness autonomic service component ensembles*. Universita' di Modena e Reggio Emilia, Italy.