

plagiasi putri

by F F

Submission date: 04-Aug-2023 04:39AM (UTC+1000)

Submission ID: 2129196102

File name: SKRIPSI_PUTRI_Q_REV_4a_SIDANG_tanpa_lampiran.pdf (1.18M)

Word count: 19470

Character count: 127531

**PENINGKATAN *SELF AWARENESS* DENGAN PENDEKATAN *CLIENT*
CENTERED PADA SISWA KELAS XI MULTIMEDIA SMK PGRI 2
KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat guna
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
(S.Pd.) pada Program Studi Bimbingan
dan Konseling



OLEH :

PUTRI QOR'AH
NPM : 18.1.01.01.0002

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh:

PUTRI QORI'AH
NPM : 18.1.01.01.0002

Judul:

**PENINGKATAN *SELF AWARENESS* DENGAN PENDEKATAN *CLIENT CENTERED* PADA SISWA KELAS XI MULTIMEDIA SMK PGRI 2
KEDIRI**

Telah disetujui untuk diajukan
Kepada Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan BK
FKIP UN PGRI Kediri

Tanggal:.....

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Risaniatin Ningsih S.Pd.,M.Psi.
NIDN. 0720018601

Yuanita Dwi Krisphianti, M.Pd.
NIDN. 0708068904

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh:

PUTRI QORI'AH
NPM : 18.1.01.01.0035

Judul:

**PENINGKATAN *SELF AWARENESS* DENGAN PENDEKATAN
CLIENT CENTERED PADA SISWA KELAS XI MULTIMEDIA SMK
PGRI 2 KEDIRI**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling FKIP UN PGRI Kediri
Pada tanggal:

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua : Dr. Risaniatin Ningsih S.Pd.,M.Psi _____
2. Penguji I : Ikke Yuliani Dhian Pupitarini, M.Pd _____
3. Penguji II : Yuanita Dwi Krisphianti, M.Pd. _____

Mengetahui,
Dekan FKIP UNP KEDIRI

Dr. Mumun Nurmilawati, M.Pd.
NIDN. 0006096801

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Putri Qori'ah
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat/tgl.lahir : Pati/ 16 januari 2000
NPM : 18.1.01.01.0002
Fak : Keguruan Ilmu dan Pendidikan
Program Studi : BK

menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 17 Juli 2023

Yang Menyatakan

PUTRI QORI'AH
NPM : 18.1.01.01.0002

MOTTO :

DO'A, USAHA, IKHTIAR, & TAWAKAL

*“Karena sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya
sesudah kesulitan itu ada kemudahan.”
(Q.S. AL-INSYIRAH : 5-6)*

Kupersembahkan karya ini untuk :

Seluruh keluargaku tercinta.

Abstrak

Putri Qori'ah : Peningkatan *Self Awareness* Dengan Pendekatan *Client Centered* Pada Siswa Kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri, Skripsi, Bimbingan dan Konseling, FKIP UNP Kediri, 2023.

Kata kunci : *self awereness*, konseling individu, *client centered*, siswa.

Peneliti ini didasari oleh permasalahan dalam dunia pendidikan dengan adanya kurangnya *Self Awareness* pada siswa, *self awareness* mampu memberikan pengaruh dalam perilaku dan sikap individu baik pada dirinya sendiri maupun pada orang lain. Pentingnya *self awareness* pada individu dikarenakan individu mampu memiliki rasa percaya diri untuk melakukan sesuatu atau hal yang ingin dicapainya, dengan begitu individu tidak ragu dengan keputusan yang individu rancang dan lakukan demi mencapai hal yang diinginkan. Sesuai permasalahan yang terjadi pada saat melakukan observasi di SMK PGRI 2 Kediri yaitu banyaknya siswa yang kurang menerapkan *self awareness*, untuk mengatasi dan mengurangi permasalahan tersebut seharusnya siswa mampu meningkatkan rasa *self awareness*. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana tingkat *self awareness* siswa dan untuk mengetahui adakah peningkatan *self awareness* pada siswa dengan menggunakan pendekatan *client centered* pada siswa kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan teknik penelitian eksperimen dengan desain *Subject Single Reseaerch* (SSR). Jenis sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling* dan 1 subjek diambil dari siswa kelas XI Multimedia sebanyak 35 siswa. Peneliti terlebih dahulu melakukan observasi dan wawancara dengan guru BK, Penelitian ini dilakukan dalam 9 kali pertemuan, 3 kali fase baseline (A1), 3 kali fase intervensi (B) dan 3 kali fase baseline 2 (A2). Setiap fase intervensi peneliti mengajak subjek untuk melakukan relaksasi, kemudian mengajak subjek mengenal dirinya dengan pengalaman positif dan mengintegrasikan ke masa sekarang. Penelitian ini juga menggunakan instrument skala *self awareness* untuk mengetahui seberapa besar peningkatan *self awareness* yang dirasakan oleh subjek.

Hasil dari penelitian ini diketahui bahwa pelaksanaan kondisi *baseline 1* (A1) sebanyak 3 kali didapatkan hasil skor rata-rata 47 dinyatakan kategori rendah, lalu pada intervensi (B) *subject* mendapatkan skor 78 dan dinyatakan tinggi. Pada tahap terakhir *baseline 2* (A2) *subject* mendapatkan hasil skor rata-rata 92 dan dinyatakan tinggi atau baik. Dapat disimpulkan bahwa kondisi *self awareness subject* mengalami perubahan kearah lebih baik setelah diberikan intervensi (*treatment* atau konseling). Diperkuat dengan data *overlapping*, tidak terdapat data *overlapping* (tumpang tindih) pada kondisi *baseline 1* ke kondisi intervensi, dan dari kondisi intervensi ke *baseline 2*. Maksudnya intervensi berupa konseling individu pendekatan *client centered* yang diberikan mampu meningkatkan *self awereness* pada siswa.

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan *self awareness* dengan pendekatan *client centered* pada siswa kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri. Oleh karena itu saran yang diberikan adalah sekolah melalui layanan BK dan orangtua harus berupaya meningkatkan *self awareness* pada siswa.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah Tuhan Yang Maha Kuasa, karena hanya atas limpahan rahmatnya penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan.

Skripsi dengan judul “PENINGKATAN *SELF AWARENESS* DENGAN PENDEKATAN *CLIENT CENTERED* PADA SISWA KELAS XI MULTIMEDIA SMK PGRI 2 KEDIRI” ini ditulis guna memenuhi sebagian dari syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada jurusan BK FKIP UN PGRI Kediri..

Pada kesempatan ini diucapkan terimakasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd. selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri
2. Dr. Mumun Nurmilawati, M.Pd. selaku Dekan FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri
3. Galang Surya Gumilang M.Pd. selaku Kaprodi Bimbingan dan Konseling
4. Dr. Risaniatin Ningsih S.Pd.,M.Psi selaku Dosen Pembimbing I Skripsi yang senantiasa membimbing dan memotivasi serta memberikan semangat
5. Yuanita Dwi Krisphianti M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II Skripsi yang selalu memberikan dukungan, motivasi serta memberikan semangat
6. Terimakasih untuk kedua orang tua saya Ibu Siti Mukti Rochmah dan Bapak Kasmari yang selalu memberikan dukungan, serta adik saya Nabila Andriati selalu memberikan semangat selalu memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi
7. Terimakasih untuk Laki-laki berjasa yang telah menemani saya berproses menyelesaikan skripsi ini.

8. Terimakasih untuk teman-teman ku dalam team (Otw Halal) Wetik, Sinta, Puput, Sela, Melinda, Sintya yang selalu ada dalam membantuku saat berproses
9. Terimakasih untuk teman-teman 4 Sekawan AL MUBAROK Bu Anna, Bu Silvi, Bu Aina yang selalu memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi
10. Terimakasih untuk diri saya yang sudah bersedia bertahan dan berusaha untuk berproses melawan rasa takut serta malasnya dalam mengerjakan skripsi ini sampai akhir.
11. Serta pihak-pihak yang tidak bisa saya sebutkan.

Akhirnya, disertai harapan semoga skripsi ini ada manfaatnya bagi kita semua, khususnya bagi dunia pendidikan, meskipun hanya ibarat setitik air bagi samudra luas.

Kediri, 17 Juli 2023
Yang Menyatakan

PUTRI QORI'AH
NPM. 18.1.01.01.0002

DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Kegunaan Penelitian.....	8
BAB II : KAJIAN TEORI	
A. Kajian Teori.....	10
1. <i>Self Awareness</i>	10
2. <i>Client Centered</i>	17
B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu.....	20
C. Kerangka Berfikir.....	21
D. Kerangka Konseptual.....	22
E. Hipotesis.....	23
BAB III : METODE PENELITIAN	
A. Variabel Penelitian.....	25
1. Identifikasi Variabel Penelitian.....	25

2. Definisi Operasional.....	26
B. Teknik dan Pendekatan Penelitian	27
1. Pendekatan Penelitian	27
2. Teknik Penelitian	27
C. Tempat dan Waktu Penelitian	30
1. Tempat Penelitian.....	30
2. Waktu Penelitian	31
D. Populasi dan Sampel	31
1. Populasi	31
2. Sampel.....	32
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data ..	33
1. Instrumen Penelitian.....	33
2. Validasi Instrument	36
3. Teknik Pengumpulan Data	40
F. Prosedur Penelitian.....	46
1. Tahap awal	46
2. Tahap perlakuan (intervensi).....	46
3. Tahap akhir.....	47
G. Teknik Analisis Data.....	48

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Variabel	51
1. Deskripsi Data Variabel Bebas (Pendekatan <i>Client Centered</i>).....	51
2. Deskripsi Data Variabel Terikat (<i>Self Awereness</i>)	51
B. Analisis Data	54
1. Prosedur Analisis Data	54
2. Hasil Analisis Data.....	55
C. Deskripsi Subjek Penelitian	58
D. Pengujian Hipotesis.....	78

1. Analisis Dalam Kondisi	80
2. Analisis Antar Kondisi	82
E. Pembahasan	85
1. <i>Self awareness</i> Siswa Pada Fase Sebelum Diberikan Intervensi	86
2. <i>Self awareness</i> Subjek Fase Intervensi	88
3. <i>Self awareness</i> Subjek Setelah Diberikan Intervensi	92
 BAB V : SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	97
B. Saran-saran	99
DAFTAR PUSTAKA	101
Lampiran-lampiran	101

DAFTAR TABEL

Tabel	halaman
3.1 : Rencana Pelaksanaan kegiatan penelitian	31
3.2 : Pedoman skoring skala <i>self awareness</i> siswa	34
3.3 : Kisi- Kisi Skala <i>Self Awareness</i> Sebelum Uji Validitas	35
3.4 : Skor Penilaian Jawaban	36
3.5 : Kisi- Kisi Skala <i>Self Awareness</i> Setelah Uji Validitas	38
3.6 : Hasil Uji Reabilitas <i>Self Awareness</i>	40
3.7 : Pedoman Wawancara	44
3.8 : Jadwal Pelaksanaan Penelitian	47
4.1 : Nilai Rata-rata <i>Self Awareness</i>	52
4.2 : Rumus Pengkategorian <i>Self Awareness</i> (Azwar, 2012)	52
4.3 : Hasil Pengkategorian <i>Self Awareness</i>	52
4.4 : Rekapitulasi Data <i>Self Awareness</i>	53
4.5 : Skor Kuesioner <i>Self Awareness</i> Siswa	63
4.6 : Jadwal Pelaksanaan <i>Baseline 1</i>	64
4.7 : Jadwal Pelaksanaan Intervensi	71
4.8 : Skor <i>Self Awareness</i> Siswa Pada Fase Pelaksanaan Intervensi	71
4.9 : Data Kondisi <i>Self Awareness</i> Subjek Pada Fase Sebelum Dan Setelah Diberikan Intervensi	73
4.10 : Skor Instrumen <i>Sel Awareness</i> Siswa	75
4.11 : Akumulasi Data Skor Instrumen <i>Self Awareness</i> Siswa	76
4.12 : Perkembangan <i>Self Awareness</i> Siswa	79
4.13 : Data Hasil Analisis Dalam Kondisi <i>Self Awareness</i> Siswa	80
4.14 : Data Hasil Analisis Antar Kondisi <i>Self Awareness</i> Siswa	83

DAFTAR GAMBAR

Gambar	halaman
2.1 : Variabel Penelitian	22
3.1 : Pola Desain A-B-A (Putri, 2020)	29
4.1 : Grafik <i>Display Baseline 1 Hasil Skor Data Kuesioner Self Awareness Siswa</i>	64
4.2 : Grafik <i>Display Intervensi Hasil Skor Data Self Awareness Subjek</i>	72
4.3 : Grafik <i>Display Intervensi Hasil Skor Data Self Awareness Subjek</i>	73
4.4 : Grafik <i>Display Baseline 2 Hasil Skor Data Instrumen Self Awareness Siswa</i>	76
4.5 : Grafik <i>Display Akumulasi Skor Instrumen Self Awareness Siswa</i>	77
4.7 : Grafik <i>Display Akumulasi Skor Instrumen Self Awareness Siswa</i>	80

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	halaman
1 : Instrumen Skala Sebelum Uji Validasi	105
2 : Skor Angket Uji Validasi Skala <i>Self Awareness</i>	110
3 : Hasil Output SPSS Validasi Instrumen Skala <i>Self Awareness</i> ...	111
4 : Instrumen Skala Setelah Validasi	113
5 : Skor Angket Tabulasi Variabel Skala <i>Self Awareness</i> Analisis Data	116
6 : Analisis Data Penelitian	117
7 : Berita Acara Penelitian	120
8 : Surat Ijin Penelitian	121
9 : Surat Balikan Dari Instansi Penelitian	122
10 : Dokumentasi	123
11 : Verbatim.....	125

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Awal kemunculan pandemi *covid 19* di tahun 2020 menjadi dampak perubahan dalam aktivitas sehari-hari, terlebih dalam dunia pendidikan yang harus terbatas. Upaya demi upaya telah dilakukan pemerintah dalam menangani kasus pandemi tersebut. Pembelajaran *online* (dalam jaringan) menjadi solusi yang diputuskan oleh Kemendikbud pada masa darurat *Covid-19* (Dewi, 2020). Penerapan kebijakan pembelajaran *online* ini berlaku untuk semua Pendidikan mulai dari TK, SD, hingga Perguruan Tinggi. Pemerintah kemudian mengadakan layanan pembelajaran *online* yang diharapkan mampu mengurangi resiko penularan *Covid-19*. Namun beberapa masalah mulai timbul selama proses pembelajaran *online* salah satunya kurangnya *self awareness* pada siswa dalam memperoleh ilmu pendidikan.

Self awareness atau biasa dikenal dengan kesadaran diri adalah kemampuan diri sendiri untuk mengenal lebih dalam serta menyesuaikan karakter yang dimiliki individu dengan kemampuan yang individu miliki Matlin (1998). *self awareness* pada individu merupakan keterampilan individu dalam menyadari persepsi, perasaan, angan-angan, dan menyadari hal-hal yang terjadi disekitarnya hal ini juga diperkuat oleh pendapat Afifatutthohiroh (2021).

Self awareness memiliki peran yang sangat penting pada individu

dikarenakan *self awareness* mampu memberikan pengaruh dalam perilaku dan sikap individu baik pada dirinya sendiri maupun pada orang lain. Orang yang memiliki *self awareness* tentu mengerti kelemahan dan kelebihan yang dimiliki serta kemampuan untuk memahami masalah dan bagaimana cara menuntaskan masalah yang individu miliki. Pentingnya *self awareness* pada individu dikarenakan individu mampu memiliki rasa percaya diri untuk melakukan sesuatu atau hal yang ingin dicapainya, dengan begitu individu tidak ragu dengan keputusan yang individu rancang dan lakukan demi mencapai hal yang diinginkan. Blegur (2020). Individu yang memiliki *self awareness* tidak mudah membandingkan dirinya dengan orang lain, perkembangan zaman yang semakin pesat tentu saja banyak informasi atau hal baru yang membuat individu mudah goyah dengan pilihan yang dimilikinya dengan banyaknya pilihan dari informasi luar, namun jika individu memiliki *self awareness* yang tinggi tentu individu tidak akan mudah ragu dan yakin dengan pilihan yang dimilikinya. *Self awareness* mampu menjadikan individu menjadi manusia berkembang yang berarti individu mampu merancang atau merencanakan tujuan dan cita-cita dengan usaha dan kemampuan yang dimilikinya. *Self awareness* pada siswa juga memiliki peran penting dalam kegiatan belajar baik disekolah, dirumah dsb.

Pada usia remaja madya (*middle adolescence*) yang berada pada rentang usia 15 hingga 18 tahun, umumnya remaja diusia tersebut tengah berada pada masa sekolah menengah atas(SMA). Fase ini adalah mulai sepenuhnya perubahan fisik remaja. Selain pertumbuhan fisik, pada masa ini akan terjadi

juga perkembangan fungsi-fungsi psikologis yang ditandai dengan peningkatan kekuatan mental, kemampuan berpikir, kemampuan dalam memahami, dan kemampuan dalam mengingat Sopandi (2021). Dengan adanya peningkatan dalam kemampuan tersebut maka remaja mempunyai perhatian dan ketertarikan terhadap lingkungan sosial dan intelektual. Namun tidak dengan demikian di masa pandemi *covid 19* mulai datang, dampak dari pembelajaran *online* yang mulai ditetapkan oleh pemerintah rupanya juga memberikan dampak penurunan *self awareness* pada siswa SMK PGRI 2 Kediri.

Berdasarkan hasil observasi peneliti dengan berkomunikasi langsung dengan salah satu guru BK SMK PGRI 2 Kediri. Beliau menuturkan ada beberapa gejala yang timbul selama pemberian layanan klasikal secara *online*, salah satunya banyak siswa yang tidak mengikuti kegiatan pembelajaran serta mengerjakan tugas yang guru sampaikan. Salah satu penyebab dari dampak pandemi banyak orang tua siswa yang terkena imbasnya dari segi perekonomian, sehingga membuat beberapa siswa memutuskan untuk bekerja, tentu hal ini membuat siswa tidak begitu maksimal saat mengikuti pembelajaran *online* dan lebih mementingkan keperluan di luar sekolah.

Kasus lain timbul saat pemberian layanan bimbingan secara klasikal, dari jumlah 35 siswa dalam 1 kelas XI Multimedia 2 yang hadir dalam pembelajaran *online* yang mengikuti paling banyak hanya 12 siswa, yang lainnya banyak beralasan seperti tidak ada jaringan atau sinyal dan sebagian tidak ada kabar sama sekali, berbagai upaya guru BK sudah dilakukan antara

lain dengan mengundang siswa datang ke sekolah sampai dengan *home visit*, namun hal ini nyatanya memiliki hasil yang kurang memuaskan dikarenakan guru BK yang masih sedikit kemudian hasil kegiatan konseling kurang efisien. Rendahnya komunikasi yang terjalin siswa dengan orang tua juga menjadi salah satu faktor kurangnya *self awareness* pada siswa. Jika hal ini tidak segera terselesaikan maka dikhawatirkan para siswa akan mengalami keterlambatan dalam kelulusan dan tentu saja hal ini secara tidak langsung akan berdampak pada citra sekolah dan jurusan karena termasuk dalam unsur akreditasi. Rendahnya *self awareness* pada siswa akan pentingnya belajar harus segera diubah, dalam kasus tersebut peneliti menuntaskan masalah tersebut dengan layanan konseling secara konseling individu.

² Dalam layanan bimbingan dan konseling terdapat berbagai macam pendekatan yang dapat digunakan untuk membantu masalah siswa, salah satunya adalah pendekatan *client centered*. *Client centered* atau teknik yang berpusat pada diri siswa dan bersandar pada kepercayaan diri sendiri adalah salah satu upaya pendekatan layanan konseling inidividu yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *self awareness* pada siswa. Teori ini juga diperkuat dengan pendapat oleh Roger (2012) & Septiari (2021), adalah model pendekatan dalam konseling yang menitik beratkan pada konseli untuk mampu memahami permasalahan dan isu penting dirinya serta bagaimana solusi yang terbaik untuk permasalahan dihadapinya tersebut.

Tuhan menciptakan manusia dalam bentuk sesempurna mungkin, sebab itu manusia diberi akal pikiran supaya manusia dapat menganalisa serta

mengenal lebih dirinya sendiri. Hal inilah yang menjadi kunci utama dalam teknik *client centered* untuk meningkatkan kesadaran individu dan lebih mengenal dirinya sendiri. Menurut Prayitno dan Amti, (2004) & Pa'o (2019) *Client Centered* adalah memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengemukakan persoalan, perasaan dan pikiran-pikirannya secara bebas. Pendekatan ini juga mengatakan bahwa seseorang yang mempunyai masalah pada dasarnya tetap memiliki potensi dan mampu mengatasi masalahnya sendiri. Jadi konseling *centered* adalah terapi yang berpusat pada diri konseli, yang mana seorang konselor bertugas memberikan terapi serta mengawasi konseli pada saat mendapatkan pemberian terapi tersebut agar konseli dapat berkembang atau keluar dari masalah yang dihadapinya atau disebut juga dengan konselor hanya sebagai fasilitator.

Peran guru BK sangat dibutuhkan dalam mengoptimalkan layanan bimbingan dan konseling pada siswa, sebagaimana mestinya tugas guru BK sangat berpengaruh dalam membantu menangani masalah siswa. Penggunaan teknik *client centered* diharapkan mampu membantu siswa untuk meningkatkan *self awareness* agar siswa dapat mengenali potensi yang ada pada dirinya sendiri dan termotivasi bergerak menjadi pribadi yang lebih baik.

Dengan demikian untuk menumbuhkan *self awareness* pada siswa dan siswi yang memiliki rendahnya *self awareness* dengan penggunaan pendekatan teknik *client centered*, peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul "Peningkatan *Self Awareness* Pada Siswa Kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri Dengan Pendekatan *Client Centered*".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah yaitu adanya masalah pribadi siswa dalam proses pembelajaran *online* selama pandemi *covid 19* seperti tidak mengerjakan tugas, tidak hadir dalam kegiatan pembelajaran tanpa alasan dan ada yang lebih mementingkan untuk bekerja membantu perekonomian orang tuanya, beberapa masalah tersebut yang menyebabkan tingkat kesadaran siswa dalam belajar menurun, hal inilah yang menjadikan proses kegiatan pembelajaran secara *online* di SMK PGRI 2 Kediri tidak berjalan dengan optimal.

Jika rendahnya *self awareness* dalam belajar siswa tidak segera teratasi, besar kemungkinan akan menimbulkan berbagai masalah antara lain berpengaruh dalam nilai akademik, menjadi kebiasaan untuk menghindari kewajiban dan tanggung jawab sebagai pelajar. Hal inilah yang ditakutkan jika di biarkan terus menerus, terlebih dengan adanya kegiatan belajar sistem *online* (dalam jaringan) pengawasan guru BK tidak terlalu intens untuk mendampingi kegiatan belajar siswa dirumah.

Upaya yang bisa dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut adalah menggunakan pendekatan konseling *client centered* yang berpusat pada individu, dengan harapan siswa mampu meningkatkan *self awareness* yang rendah sekaligus dapat mengenal dan menggali kemampuan dirinya sendiri tentang pentingnya akademik disekolah untuk masa depan yang lebih baik lagi.

C. Pembatasan Masalah

Mengantisipasi adanya pembahasan yang melebar maka dalam penelitian ini penulis memberikan pembatasan masalah pada penelitian ini agar menghindari perluasan bahasan, sehingga penulis lebih fokus dalam melakukan penelitian yaitu hanya pada keterkaitan Peningkatan *self awareness* dengan pendekatan *client centered* pada siswa kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri. Terkait dengan masalah siswa pada proses pembelajaran secara *online* antara lain tidak mengerjakan tugas, tidak mengikuti kegiatan proses belajar mengajar dan siswa lebih terfokus pada kegiatan diluar sekolah. Hal tersebut yang berdampak pada nilai akademik siswa yang akan mendatang karena rendahnya *self awareness* individu yang dimilikinya.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti menguraikan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat *self awareness* siswa kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri?
2. Apakah ada peningkatan *self awareness* pada siswa dengan menggunakan pendekatan *client centered* pada siswa kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka peneliti menguraikan tujuan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana tingkat *self awareness* siswa kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri.
2. Untuk mengetahui apakah ada peningkatan *self awareness* pada siswa dengan menggunakan pendekatan *client centered* pada siswa kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri.

F. Kegunaan Penelitian

Dengan adanya penelitian ini penulis berharap adanya kemanfaatan secara teoritis dan praktis:

1. Secara teoritis
 - a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam bidang bimbingan dan konseling, terutama penggunaan pendekatan *client centered counseling* dalam mengatasi rendahnya *self awareness* dalam pembelajaran *online* (dalam jaringan) yang dialami oleh siswa kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri.
 - b. Secara teoritis dapat digunakan sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya, khususnya di jurusan Bimbingan konseling di Universitas Nusantara PGRI Kediri.
2. Secara praktis
 - a. Bagi sekolah

Penelitian ini dapat digunakan sebagai:

- 1) Tolak ukur dalam pengaruh pembelajaran *online* dengan *self awareness* pada siswa.
 - 2) Peningkatan kualitas layanan dalam lembaga pendidikan
- b. Bagi guru
- 1) Dapat digunakan sebagai landasan untuk mengetahui pengaruh *self awareness* dengan pembelajaran secara *online*.
 - 2) Sebagai referensi dalam meningkatkan *self awareness* dalam pembelajaran *online*
- c. Bagi siswa
- Dapat meningkatkan *self awareness* untuk mengenal diri siswa dalam pembelajaran *online*.

BAB II

KAJIAN TEORI DAN HIPOTESIS

A. Kajian Teori

1. *Self Awareness*

Aspek utama dalam dimensi psikologis adalah *self awareness*, keberadaannya merupakan gambaran umum mengenai pemahaman, evaluasi, dan pengenalan jati diri. Biasanya apa yang ada dalam diri individu akan menentukan apa yang akan ditampilkan olehnya ke luar melalui perilaku dan sikapnya. Jika individu sadar akan dirinya, keberadaannya dan posisinya maka individu mampu memunculkan perilaku yang positif dan bertanggung jawab.

Beberapa ahli psikologi telah mendefinisikan makna *self awareness*. Seperti yang dikemukakan oleh Antonius Atosokhi Gea yang dikutip oleh Munirul Amin, bahwa *self awareness* merupakan sebuah pemahaman terhadap kekhasan fisik, kepribadian, watak, dan temperamennya, dapat mengenali bakat alamiah yang dimiliki, dan mempunyai gambaran atau konsep yang jelas tentang dirinya sendiri dengan segala kekuatan dan kelemahan pada dirinya Hanik (2019).

Dari penuturan beberapa ahli diatas bisa disimpulkan bahwa *self awareness* adalah individu yang mampu mengenali dirinya sendiri serta individu yang mampu mengatur emosi yang dimiliki dengan baik agar

individu mampu berinteraksi serta mempunyai tujuan yang akan dicapainya demi masa depan yang akan datang.

a. Aspek-aspek *Self Awareness*

Berdasarkan konsep *self awareness* yang dikemukakan oleh O'Keefe dan Berger (Singadimedja, 2007) yang menggunakan pendekatan affection, behavior, and cognition (ABC) dalam upaya pemahamannya, maka aspek-aspek *self awareness* terdiri dari:

1) Perasaan/afek (*affect*)

O'Keefe dan Berger (Singadimedja, 2007) mendefinisikan afek sebagai berikut: "*Another word for feelings that refers to emotions and sensations. It is a physical state that we experience in response to an internal or external stimulus.*" O'Keefe dan Berger (Singadimedja, 2007). Berdasarkan pengertian di atas, dapat diketahui bahwa perasaan meliputi segala bentuk emosi dan sensasi. Baik emosi maupun sensasi memiliki pengaruh yang tidak sedikit dalam memotivasi individu untuk melakukan sesuatu.

2) Perilaku (*behavior*)

O'Keefe dan Berger (Singadimedja, 2007) mendefinisikan perilaku sebagai segala tindakan yang dapat dilihat baik oleh diri sendiri maupun oleh orang lain, dan respon-respon yang dapat diobservasi. Perilaku membantu mengidentifikasi individu sebagai seorang manusia, karena keyakinan, kepercayaan, dan nilai-nilai yang dimiliki oleh individu terefleksi dalam perilakunya (O'Keefe dan Berger ; Singadimedja,

2007). Corsini dalam Singadimedja (2007) mendefinisikan perilaku sebagai tindakan, reaksi, dan interaksi yang terdapat dalam respon atas stimulus internal atau eksternal. Termasuk juga aktivitas yang dapat dilihat secara objektif apa adanya, dan aktivitas yang hanya dapat dilihat oleh individu yang bersangkutan melalui introspeksi serta proses-proses yang sifatnya bawah sadar.

3) Pikiran (*cognition*)

Berger dalam Singadimedja (2007) menyatakan bahwa pikiran meliputi ide, persepsi, kepercayaan, nilai-nilai, harapan, proses pengambilan keputusan, kemampuan menyelesaikan masalah, logika berfikir yang dimiliki individu. Ashcraft dalam Singadimedja (2007) mendefinisikan pikiran sebagai sekumpulan proses-proses mental dan aktivitas-aktivitas yang digunakan dalam mempersepsi, belajar, mengingat, berpikir, dan mengerti.

b. Jenis-jenis *Self Awareness*

Self Awareness terbagi menjadi dua macam, yaitu:

1) *Self Awareness* Pribadi

Self Awareness Pribadi memfokuskan pada aspek yang relative pada diri seperti mood, persepsi dan perasaan. Apabila individu tersebut memiliki *self awareness* jenis ini maka yang dominan akan lebih cepat memproses yang mengacu pada dirinya dan mempunyai gambaran mengenai diri sendiri yang lebih konsisten.

2) *Self Awareness* Publik

Self Awareness Publik ini peraturan yang diarahkan pada aspek mengenai diri yang nampak atau kelihatan pada orang lain seperti berupa penampilan dan tindakan sosial. Apabila seseorang yang memiliki *self awareness public* tinggi maka cenderung menaruh perhatian pada identitas sosialnya serta reaksi orang lain terhadap dirinya.

c. Dimensi-Dimensi Dalam *Self Awareness*

Dalam salah satu upaya pertama untuk mengembangkan skala untuk mengukur *self awareness*. Fenigstein & Mutika (2017)⁵ menyarankan dimensi sebagai berikut :

1) Sadar dengan masa lalu, sekarang, dan masa depan perilaku.

Orang yang sadar adalah orang yang ingat akan masa lalunya. Orang tersebut akan tetap mengenang masa lalunya untuk di jadikan sebagai sebuah pelajaran yang berharga dalam dirinya. Masa sekarang akan individu jalani sebaik mungkin, dan untuk masa depannya akan individu persiapkan sebaik mungkin dari sekarang dengan melakukan berbagai kegiatan yang bermanfaat untuk dirinya.

2) Kepekaan terhadap perasaan batin

Orang yang memiliki perasaan batin akan mampu menghargai dan menilai dirinya, di samping itu individu juga tanggap terhadap lingkungan sekitar yang membutuhkan

bantuannya. Mampu merasakan perasaan orang lain dan peka terhadap kondisi lingkungan.

3) Mengakui hal *positif* dan *negative* dalam dirinya.

Mengakui hal *positif* dan *negative* dalam dirinya adalah orang yang mampu memahami dan mengerti apa kekurangan dan kelebihan dalam dirinya, individu tahu mana sifat dan perilakunya yang baik dan tidak baik.

4) Perilaku introspektif

Orang yang introspektif adalah orang yang bisa menyadari apa yang menjadi kesalahannya, individu akan mampu memperbaiki dirinya saat berbuat salah, dan berani mengakui kesalahan yang pernah dilakukan.

5) Sadar diri dalam bertindak

Orang yang memiliki *self awareness* akan membayangkan dirinya saat akan bertindak, mampu berfikir *positif* dan negatifnya saat melakukan segala sesuatu dan mampu berfikir secara rasional mengenai fakta akan dirinya.

6) Sadar akan penampilan fisik dan kemampuan dirinya

Orang yang memiliki kesadaran akan sadar diri terhadap dirinya termasuk fisiknya dan kemampuannya. Individu tahu posisinya dimana harus bersikap dan bertindak di depan umum. Individu bisa menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitarnya

dan bisa menghargai orang lain yang memiliki penampilan fisik dan kemampuan yang berbeda darinya.

7) Menerima penilaian orang lain

Orang yang memiliki *self awareness* akan selalu bisa menerima kritikan orang, kemudian dari kritikan tersebut akan dijadikan sebagai sebuah masukan untuk membenahi dirinya dan saat di nilai orang lain, individu pun tak akan tersinggung, dan selalu positif *thinking* terhadap pendapat orang atas dirinya.

d. Fungsi – fungsi *Self Awareness*

Baars dan McGovern (Solso, 2008) mengungkapkan sejumlah fungsi *self awareness*, berikut ini adalah penjabaran fungsi-fungsi tersebut:

- 1) Konteks-setting (*context-setting*), yaitu fungsi dimana sistem-sistem bekerja mengidentifikasi konteks dan pengetahuan mengenai sebuah stimuli yang datang dalam memori. Fungsi ini berperan untuk menjernihkan pemahaman mengenai stimulus yang bersangkutan.
- 2) Adaptasi dan pembelajaran (*adaptation and learning*), yaitu fungsi yang mengendalikan bahwa keterlibatan sadar di perlukan untuk menangani informasi baru dengan sukses.
- 3) Prioritisasi (*prioritizing*), yaitu fungsi akses dimana kesadaran diperlukan untuk mengakses besarnya jumlah informasi yang tersedia di tingkat ketidaksadaran.

- 4) Rekrutmen dan kontrol (*recruitment and control*), yaitu fungsi dimana kesadaran memasuki sistem-sistem motorik untuk menjalankan tindakan-tindakan sadar.
- 5) Pengambilan keputusan (*decision-making*), yaitu fungsi eksekutif yang berperan membawa informasi dan sumber daya keluar dari ketidaksadaran untuk membantu pengambilan keputusan dan penerapan kendali.
- 6) Deteksi dan penyuntingan kekeliruan (*error detection and editing*), yaitu fungsi yang berfokus pada kesadaran yang memasuki sistem norma kita. Sehingga kita dapat mengetahui saat kita membuat suatu kekeliruan.
- 7) Pengorganisasian dan fleksibilitas (*organization and flexibility*), yaitu fungsi yang memungkinkan kita mengendalikan fungsi-fungsi otomatis dalam situasi-situasi yang telah dapat diprediksikan, namun sekaligus memungkinkan kita memasuki sumber-sumber daya pengetahuan yang terspesialisasi dalam situasi-situasi tidak terduga.

Fungsi-fungsi di atas dapat membantu individu untuk menyadari apa yang individu miliki dan dapat menjadi tumpuan untuk mengembangkan dan melaksanakan dalam kehidupan sehari-hari.

e. Indikator *Self Awareness*

Menurut Boyatzis, dkk & Nurul (2021) menyatakan bahwa

terdapat beberapa indikator untuk memiliki *self awareness* yang dimiliki oleh seseorang, yaitu:

- a. *Emotional awareness* : mengenal emosi diri dan pengaruhnya.
- b. *Accurate self assessment* : mengetahui kekuatan dan keterbatasan diri.
- c. *Self confidence* : pengertian yang mendalam akan kemampuan diri.

Penelitian ini menggunakan tiga dimensi tersebut sebagai indikator dalam *self awareness* yaitu *emotional awareness*, *accurate self awareness*, dan *self confidence*.

2. *Client Centered*

a. Pengertian *Client Centered*

Berbicara mengenai pendekatan *client centered*, menurut Sayekti (2010) tokoh dari pendekatan *client centered* adalah Carl R. Rogers, dalam pendapatnya yang menyatakan bahwa penyelesaian masalah pusatnya ada pada konseli, banyak kesamaannya dengan makna konseling secara umum. Konsep pokok yang mendasari adalah hal yang menyangkut konsep-konsep mengenai diri (*self*), aktualisasi diri, teori kepribadian, dan hakekat Kecemasan.

Dari penuturan beberapa ahli diatas bisa disimpulkan bahwa *client-centered* adalah penyelesaian masalah yang berpusat dan tertuju pada individu itu sendiri.

b. Tujuan *Client Centered*

Adapun Tujuan konseling yang hendak dicapai dalam hal ini adalah:

- 1) Memberi kesempatan dan kebebasan konseli untuk mengekspresikan perasaan-perasaannya, berkembang dan terealisasi potensinya.
- 2) Membantu individu untuk sanggup berdiri sendiri dalam mengadakan integrasi dengan lingkungannya, dan bukan pada penyembuhan tingkah laku itu sendiri.
- 3) Membantu individu dalam mengadakan perubahan dan pertumbuhan.

c. Langkah-langkah *Client Centered*

Menurut Gerald Corey langkah- langkah pelaksanaan pendekatan *client centered* adalah sebagai berikut:

- 1) Konseli datang untuk meminta bantuan kepada konselor secara sukarela.
- 2) Konselor mendorong konseli untuk mengungkapkan perasaan secara bebas, dan berkaitan dengan masalahnya.
- 3) Konselor secara tulus menerima dan menjernihkan perasaan konseli yang sifatnya *negative* dengan memberikan respon yang tulus dan menjernihkan kembali perasaan konseli.
- 4) Setelah perasaan *negative* konseli terungkap, maka secara psikologis bebannya mulai berkurang.
- 5) Konselor menerima perasaan *positif* yang diungkapkan oleh konseli.

- 6) Saat konseli mencurahkan perasaannya secara berangsur muncul perkembangan terhadap wawasan (*insigt*) mengenai dirinya. Dan pemahaman (*understanding*) serta penerimaan diri tersebut.
- 7) Apabila konseli telah memiliki pemahaman terhadap masalahnya dan menerimanya, maka konseli mulai membuat keputusan untuk melangkah memikirkan tindakan selanjutnya.

d. Kelebihan dan Kelemahan *Client Centered*

Client centered sendiri merupakan model pendekatan konseling yang tentunya memiliki kelebihan serta keterbatasan. Adapun kelebihan dan keterbatasan itu adalah:

1.) Kelebihan:

- a) Pemusatan pada konseli dan bukan pada terapis
- b) Identifikasi dan hubungan terapi sebagai wahana utama dalam mengubah kepribadian.
- c) Lebih menekankan pada sikap terapi daripada teknik.
- d) Memberikan kemungkinan untuk melakukan penelitian dan penemuan kuantitatif.
- e) Penekanan emosi, perasaan, perasaan dan afektif dalam terapi.
- f) Menawarkan perspektif yang lebih *up-to-date* dan optimis.
- g) Konseli memiliki pengalaman *positif* dalam terapi ketika mereka fokus dalam menyelesaikan masalahnya.
- h) Konseli merasa mereka dapat mengekspresikan dirinya secara penuh ketika mereka mendengarkan dan tidak *dijustificasi*.

2.) Kelemahan

- a) Kurangnya *kekonkritan* dalam proses konseling
- b) Lebih efektif ketika menggunakan bahasa verbal dan dengan konseli yang cerdas
- c) Mengabaikan faktor ketidaksadaran (alam tak sadar) dan insting naluri berurusan dengan hal-hal yang ada di permukaan.

B. Kajian Hasil Penelitian Terdahulu

1. Penelitian Maristela Oparekhe Hilapok pada tahun 2017 dengan judul, “*Self Awareness* Dan Implikasinya Pada Usulan Topik Program Pengembangan Diri”. Tujuan penelitian ini adalah untuk Mendeskripsikan seberapa tinggi tingkat *self awareness* siswa kelas XI Multi Media SMK PGRI 2 Kediri. Persamaan penelitian ini adalah sama sama memiliki permasalahan dengan konteks yang sama yaitu *self awareness*. Perbedaan yang terdapat penelitian ini membahas kurangnya kesadaran mengenai pentingnya *self awareness* siswa kelas XI Multi Media SMK PGRI 2 Kediri.
2. Penelitian Diza Rahma Azzahra, Rizna Nur Septyanti, Wiwin Yuliani pada tahun 2019 dengan judul, “Pengaruh *Clieen-Centered* Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMA”. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui mengetahui efektifitas pendekatan *client centered* untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri siswa SMA yang didukung oleh penelitian penelitian terdahulu mengenai pemberian terapi *client centered* yang bisa meningkatkan rasa kepercayaan diri siswa. Hasil dari penelitian ini adalah

dengan layanan konseling islami dengan pendekatan *client-centered*, anak tidak takut dan cemas jika dihadapkan dengan tantangan ditunjuk untuk berbicara didepan umum, mereka terlihat tenang dan lebih siap. persamaan penelitian ini adalah sama sama meneliti dengan menggunakan pendekatan *client centered*.

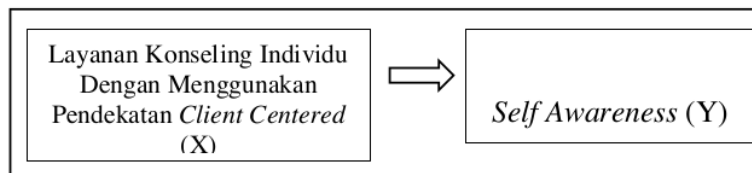
C. Kerangka Berfikir

Siswa yang memiliki *self awareness* tidak akan mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungannya, dalam mengembangkan dirinya bahkan dalam akademiknya, karena siswa mampu mengenali dirinya dengan baik serta mampu mengaplikasikan dirinya ditengah ditengah lingkungan dimanapun siswa berada. Sedangkan siswa yang memiliki *self awareness* yang rendah akan cenderung sulit untuk menyesuaikan dirinnya dengan kondisi lingkungan sekitarnya. Perkembangan keasadaran siswa dapat dipengaruhi oleh keadaan keluarga dan kurangnya motivasi siswa dalam belajar. Salah satu cara dalam mengatasi masalah tersebut bisa dilakukan dengan pendekatan *client centered*.

Dalam pendekatan *client centered* siswa akan diajak mengenali potensi dirinya dengan mengemukakan beberapa hal antara lain apa yang siswa sukai maupun tidak disukai, hal ini akan membantu konselor memperoleh informasi supaya siswa mampu menemukan kemampuan yang dapat menyelesaikan masalah tersebut.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai peningkatan *self awareness* yang rendah dengan menggunakan pendekatan *client centered* pada siswa. Diharapkan siswa juga dapat berkontribusi dalam kegiatan penelitian supaya dapat mencapai tujuan dari penelitian serta mampu meningkatkn *self awareness* pada siswa.

Setelah diadakan layanan konseling individu dengan pendekatan *client centered*, keasadaran diri siswa dapat dilihat dengan perubahan sikap dan perilaku yang terjadi, seperti jika sebelumnya siswa tidak aktif ikut pembelajaran online dan tidak mengerjakan tugas, maka setelah diadakan penelitian dengan pendekatan *client centered* siswa berubah menjadi ikut aktif dalam pembelajaran online maupun mengerjakan tugas. Dapat dilihat pada gambar di bawah ini :



Gambar 2.1 Variabel Penelitian

D. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan

sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empiric (Sugiyono, 2018). Berdasarkan kerangka berpikir, maka hipotesis yang diajukan oleh penliti terdapat dua pilihan jawaban yaitu:

Ho = tidak terdapat peningkatan *self awareness* dengan menggunakan pendekatan *client centered* pada siswa kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri.

Ha = terdapat peningkatan *self awareness* dengan menggunakan pendekatan *client centered* pada siswa kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Variabel Penelitian

1. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian adalah kegiatan ilmiah dengan tujuan menguji kebenaran dari hipotesis yang dibuat oleh peneliti. Maka untuk membantu peneliti dalam menguji kebenaran dari hipotesis dibutuhkan alat penelitian yang sesuai dengan apa yang dibutuhkan. Variabel adalah obyek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Menurut Nasution, (2017) bahwa variabel adalah sebagai sasaran penelitian. Variabel terdapat berbagai macam. Menurut Nasution, (2017) bahwa variabel yang digunakan dalam penelitian adalah variabel terpengaruh (*dependent*) dan variabel mempengaruhi (*independent*) atau yang mempengaruhi.

- a. Variabel bebas atau yang variabel *independen* merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel *independen* (terikat). Dalam penelitian ini teknik *client centered* yang memberikan tindakan sehingga mempengaruhi variabel terikat.
- b. Variabel terpengaruh atau terikat (*dependent*) adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain. Dalam penelitian ini yang termasuk variabel bebas adalah *self awareness*.

Jadi dalam penelitian ini yang mempengaruhi variabel terikat yaitu layanan konseling individu dengan menggunakan pendekatan *client centered* dan dipengaruhi variabel terikat yaitu *self awareness*.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional dibuat bertujuan untuk memudahkan dalam pemahaman dan pengukur setiap variabel yang ada dalam penelitian. Adapun definisi operasional dari penelitian ini akan dijelaskan sebagai berikut :

a. Variabel bebas (Teknik *Client Centered*)

Client centered adalah teknik pendekatan konseling yang bertujuan untuk membantu konseli menyelesaikan masalah dengan berpusat pada konseli, konseli dalam proses konseling lebih berperan aktif dan berpikir secara kreatif bagaimana masalah yang dihadapi konseli cepat terselesaikan dengan cara dan tahap yang konseli rancang dan pikirkan. Teori tersebut juga diperkuat oleh Carl Rogers, (1942) & Riana,(2020) . Sebuah terapi yang memusatkan pada diri sendiri. Terapi ini berlandaskan pada suatu filsafat tentang manusia yang menekankan bahwa kita memiliki dorongan bawaan pada aktualisasi diri. Teori Rogers ini berlandaskan dalil bahwa *konseli* memiliki kesanggupan untuk memahami faktor-faktor yang ada dalam hidupnya yang menjadi penyebab ketidakbahagiaan.

b. Variabel terikat (*Self Awareness*)

Self awareness adalah kemampuan individu dalam mengenali dirinya sendiri baik dari segi kelebihan, kekurangan serta mengendalikan emosi yang individu miliki. Teori ini juga diperkuat oleh teori Goleman, (2001) & Khairunnisa, (2017). *self awareness* adalah keadaan ketika seseorang dapat menyadari emosi yang sedang menghinggapi pikirannya akibat permasalahan-permasalahan yang dihadapi untuk selanjutnya individu dapat menguasainya.

B. Teknik dan Pendekatan Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan kuantitatif, dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *client centered* terhadap *self awareness* serta dapat menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis yang telah ditetapkan oleh peneliti. Hal ini juga diperkuat dengan pendapat Sugiyono (2014) & Ramadhainy (2021) bahwa pendekatan kuantitatif dapat dilakukan dengan tahapan yang dapat diawali dari pengumpulan data, kemudian disusun, dan dianalisa sehingga dapat diambil kesimpulan dari penyebaran instrument dengan cara pengolahannya dengan perhitungan persentase.

2. Teknik Penelitian

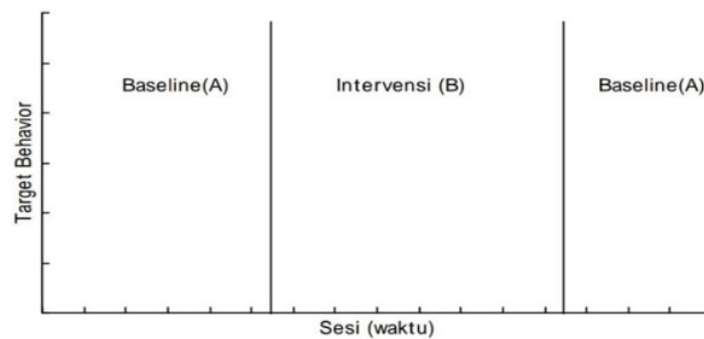
Teknik Penelitian merupakan proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian Sugiyono, (2008). Teknik

penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah SSR (*Single Subyek Research*) atau biasa disebut dengan Penelitian *subject* tunggal. Creswell, (2015) menjelaskan *single subject research* (disebut juga *N ofl researe h*, *small-N designs, applied behavioranalysis, within-subjects comparisons. single case experimental design*, atau *single-subject research design* melibatkan penelitian terhadap seorang individu tunggal, sebuah *dyad* atau sebuah kelompok, observasi selama periode basal, dan pengadministrasian suatu intervensi, yang diikuti oleh observasi lain setelah intervensi tersebut untuk menentukan apakah perlakuan itu mempengaruhi hasilnya.

SSR atau SSD merupakan penelitian yang menggunakan subyek tunggal, dimana jumlah responden yang diteliti tidak sebanyak pada pendekatan kuantitatif maupun kualitatif. Dalam pendekatan ini, peneliti dapat mengambil satu, dua atau tiga orang responden sesuai dengan kebutuhannya. Analisis datanya pun tidak dicari dengan rata-rata namun dianalisis secara menyeluruh antar satu subjek. Sunanto dkk. (2005) desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah yaitu *Single Subject Research*, desain *Single Subject Research* merupakan desain penelitian yang bertujuan untuk membandingkan perilaku atau fenomena yang tampak dari subjek yang berupa seseorang atau sekelompok orang sebelum perlakuan sampai eksperimen itu diterapkan. Teori tersebut juga diperkuat dengan pendapat Azkiyyah, (2021) Penelitian subjek tunggal atau *single Subject Research* (SSR) adalah metode penelitian yang diterapkan untuk penelitian yang berjumlah subjek penelitiannya relatif sedikit atau bahkan

memungkinkan hanya satu subjek yakni dengan penyajian data menggunakan cara gambaran dan analisis data berdasarkan data persubjek.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain reversal dengan bentuk desain A-B-A. Dengan menggunakan Desain A-B-A. Sunanto, J al.(2005) & Resmanda, (2018), mengemukakan bahwa “Desain A-B-A ini menunjukkan adanya hubungan sebab akibat antara variabel terikat dan variabel bebas yang lebih kuat dibandingkan dengan desain A-B”. Desain A-B-A memiliki tiga tahap yaitu *Baseline-1* (A-1), Intervensi (B), dan juga *Baseline-2* (A-2). Desain A-B-A dapat dilihat pada grafik dibawah ini dan penjelasannya:



Gambar 3.1 Pola Desain A-B-A (Putri, 2020)

Pada penelitian ini, tujuan digunakannya pola desain A-B-A yaitu untuk mengetahui rendah tingginya self awareness pada siswa dengan menggunakan pendekatan client centered di beberapa tahap. Berikut ini adalah penjelasan mengenai pola desain A-B-A dimana:

- a. A-1 (*Baseline 1*) pada fase ini peneliti mengamati baseline/garis besar perilaku utama yang akan diteliti, yaitu tingkat *self awareness* yang rendah

dari subjek penelitian. Penelitian ini dilakukan pada 1 siswa kelas Multimedia 2 yang memiliki *self awareness* yang rendah, yaitu siswa yang menunjukkan sikap grogi saat tampil dikelas, tidak berani menyatakan pendapat, kurang memperhatikan guru saat proses belajar dan pembelajaran. pengukuran data pada fase ini dilakukan sebanyak 3 sesi dengan penilaian skor pada setiap sesinya. Angka-angka hasil pengamatan tersebut kemudian kita rumuskan polanya sebagai dasar penentuan titik awal suatu kecenderungan perilaku.

- b. B (intervensi) pengukuran data pada tahap ini siswa diberikan perlakuan menggunakan pendekatan konseling *client centered* di dapatkan sampai data yang stabil. Intervensi dilakukan sebanyak 4 sesi.
- c. A-2 (*Baseline*) pengukuran data dilihat dari besar peningkatan kemampuan siswa. Dilakukan sampai data stabil sebanyak 3 sesi.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat penelitian akan dilaksanakan di SMK PGRI 2 Kediri yang terletak di Jl. KH. Abd Karim No.5, Bandar Lor, Kec. Mojoroto, Kediri, Jawa Timur 64117. Tempat ini dipilih oleh peneliti dengan mempertimbangkan beberapa hal, antara lain:

- a. Belum pernah diadakan penelitian mengenai peningkatan *self awareness* dengan pendekatan *client centered* pada siswa kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri.
- b. Adanya beberapa siswa yang memiliki tingkat *self awareness* yang rendah sehingga perlu adanya penanganan supaya siswa-siswa tersebut

mampu mengenali dirinya sendiri dan termotivasi bergerak menjadi pribadi yang lebih baik.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama 6 bulan pada semester genap tahun pelajaran 2021/2022. Rencana pelaksanaan kegiatan penelitian dibuat dalam *table* terinci.

Rencana kegiatan penelitian digunakan untuk sebagai acuan kurun waktu dalam melaksanakan penelitian. Berikut jadwal rencana pelaksanaan kegiatan penelitian:

Tabel 3.1
Rencana Pelaksanaan kegiatan penelitian

No	Kegiatan	Bulan					
		Juli	Agst	Sept	Okt	Nov	Des
1.	Pembuatan Instrumen	✓					
2.	Uji coba intrumen dan analisis		✓				
3.	Pelaksanaan penelitian		✓	✓			
4.	Analisis data				✓		
5.	Penulisan laporan penelitian					✓	✓

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam suatu penelitian merupakan sekumpulan individu atau obyek yang akan diteliti. Teori juga diperkuat oleh teori Sugiyono Resmanda, (2018) menyatakan bahwa “Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan

karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Berdasarkan uraian tersebut, maka populasi adalah keseluruhan individu atau obyek yang ingin diteliti. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri tahun ajaran 2022/2023 yaitu berjumlah dari 70 siswa Multimedia.

Tabel 3.2
Data Siswa Kelas XI Multimedia

KELAS	BANYAK SISWA		
	L	P	JUMLAH
MULTIMEDIA 1	16	19	35
MULTIMEDIA 2	15	20	35
JUMLAH	31	39	70

2. Sampel

Sampel secara sederhana diartikan sebagai bagian dari populasi yang menjadi sumber data yang sebenarnya dalam suatu penelitian. Menurut (Sugiyono, 2015) bahwa “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut.” Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*.

Selain itu diperkuat menurut (Sugiyono,2016) bahwa: “ *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan

pertimbangan tertentu.”Alasan menggunakan teknik *Purposive Sampling* adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Oleh karena itu, penulis memilih teknik *Purposive Sampling* yang menetapkan pertimbangan-pertimbangan atau kriteria-kriteria tertentu yang harus dipenuhi oleh beberapa sampel yang digunakan dalam penelitian ini.

Berdasarkan penjelasan diatas, proses pengambilan sampel dilakukan dengan cara berkonsultasi langsung kepada guru BK perihal kelas yang dirasa terdapat siswa yang memiliki tingkat *self awareness* yang rendah, Subjek yang diambil berdasarkan pada kriteria yang telah ditentukan (*purposive sampling*). Siswa yang diambil adalah siswa yang memiliki tingkat *self awareness* yang rendah terdapat pada kelas X Multimedia SMK PGRI 2 Kediri yang berjumlah 35 Siswa. Untuk mengetahui dan mendapatkan sampel yang sesuai dengan kriteria, maka diadakan *pre-test* yang kemudian diolah dan diambil 1 siswa yang memiliki skor terendah atau *self awareness* yang rendah.

E. Instrumen Penelitian

1. Pengembangan Penelitian

Instrument penelitian adalah tahap di mana akan dilakukannya pengambilan data yang dapat mengukur hasil penelitian. Menurut (Indrawan dan Yaniawati, 2014) mengemukakan bahwa Instrumen penelitian adalah alat pengukur yang merupakan faktor penting dalam menghimpun data yang diharapkan dalam suatu penelitian. Instrument

penelitian ini dipergunakan peneliti untuk mendapatkan informasi dari hasil pengumpulan data yang diperoleh dari siswa.

Pada penyusunan instrumen *self awareness* ini peneliti menggunakan skala *likert* untuk mengetahui serta mengukur skala *self awareness* siswa. Skala *likert* menurut (Sugiyono,2013) adalah “*Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena social*”. Skala ini terdiri empat pilihan jawaban, yaitu : sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Jawaban subyek pada pernyataan *favorable* akan diberi skor yang lebih tinggi dan jawaban pada pernyataan *unfavorable* akan diberi skor yang lebih rendah.

Dalam penelitian ini skoring menggunakan skala *Likert*. Menurut (Sugiyono,2015) Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial. Jawaban mengenai sikap instrumen yang digunakan pada skala *Likert* pada item *favorable* akan diberikan nilai 4, 3, 2, 1 sedangkan untuk jawaban *unfavorable* akan diberikan skor nilai 1, 2, 3, 4.

Tabel 3.3
Pedoman skoring skala *self awareness* siswa

Responsi	Favorable (+)	Unfavorable (-)
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Responden diminta untuk merespon pernyataan-pernyataan yang terdapat pada kuesioner *self awareness* dengan memilih salah satu alternatif jawaban yang telah disediakan dengan cara memberi tanda centang (√). Skoring dilakukan dengan cara menjumlahkan jawaban responden pada masing-masing item, dengan demikian dapat diketahui tingkat penyesuaian diri pada subjek penelitian ini. Semakin tinggi jumlah skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula tingkat *self awareness*, sebaliknya semakin rendah jumlah skor yang diperoleh, maka semakin rendah pula tingkat *sense of awareness*. Adapun kisi-kisi skala *self awareness* didasarkan pada definisi operasional yang kemudian akan dijadikan sebagai acuan dalam membuat butir pertanyaan.

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan untuk mengungkap data tentang *self awareness* dengan menggunakan skala *self awareness* yang akan dilakukan uji validitas dengan bantuan program SPSS 25 dan dikembangkan berdasarkan teori yang ada. Selain itu untuk mendukung proses pengumpulan data, peneliti juga melakukan observasi dan penyebaran skala kepada siswa sebagai subjek penelitian dalam pelaksanaan perlakuan/ pemberian kuantitatif eksperimen yang nantinya akan divaliditas. Berikut ini tabel bentuk rekapan hasil dari skala *Self Awareness* yang nantinya akan divaliditas.

Tabel 3.4
Kisi- Kisi Skala *Self Awareness* Sebelum Uji Validitas

Variabel	Indikator	Item		Jumlah Item
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Self Awareness</i> Menurut Boyatzis, Goleman, & Rhee (dalam, Nurul 2021)	1. Mengetahui diri dan pengaruhnya	1, 2, 3, 5, 8, 9	4, 6, 7, 10	10
	2. Mengetahui kekuatan dan keterbatasan diri.	11, 12, 13, 14, 16, 18, 19, 21, 23, 24	15, 17, 20, 22	14
	3. Pengertian yang mendalam akan kemampuan diri.	26, 28, 30, 32, 33, 35, 37, 39, 41	25, 27, 29, 31, 34, 36, 38, 40	17
Total Item				41

Pada masing-masing pilihan jawaban akan diberikan skor penilaian untuk selanjutnya dapat diinterpretasikan oleh peneliti. Untuk mengkategorikan hasil pengukuran ada dua kategori, yaitu menjadi tiga kategori dan lima kategori. Disini peneliti menggunakan rumus tiga kategori, untuk membuat kriteria kategorisasi (Azwar: 2012) :Skor penilaian jawaban adalah sebagai berikut:

Tabel 3.5
Skor Penilaian Jawaban

JAWABAN	SKOR	
	<i>Fav</i>	<i>Unfav</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Kurang Sesuai (KS)	2	3
Tidak Sesuai (TS)	1	4

2. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

a. Uji validitas

Untuk melakukan suatu penelitian dibutuhkan suatu instrumen. Suatu instrumen dapat digunakan untuk mengukur sesuatu apabila instrumen tersebut valid. Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu valid. Validitas (*validity*, kesahian). Menurut (Yusup, 2018) validitas mempermasalahkan sejauh mana pada kebenaran pengukuran.

Jumlah responden yang akan digunakan dalam uji validasi adalah sebanyak 35 responden. Setelah data ditabulasikan, maka pengujian validitas akan dilakukan.

Uji validitas yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah uji validitas dengan menggunakan bantuan program *SPSS Statistics 25 for windows*, adapun langkah-langkah dalam menghitung validitas sebagai berikut:

- 1) Buka program *SPSS Statistics 25 for windows*.
- 2) Salin skor mentah dan jumlah skor hasil uji coba ke lembar data view pada program *SPSS 25*.
- 3) Ubah lembar variabel view dengan nama variabel.
- 4) Kemudian klik *Anlyze -> Correlate -> Bivariate ->* Pindahkan semua variabel ke dalam kotak sebelah kanan -> pilih *Pearson ->* pilih *Two-Tailed ->* Klik OK.

Setelah diperoleh hasil nilai r hitung, selanjutnya masing-masing

variabel dibandingkan dengan nilai r_{tabel} pada taraf signifikansi 5%, sehingga akan muncul kriteria pada setiap variabel sebagai berikut:

- a) Jika $r_{hitung} \geq r_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5%, maka instrument yang diujicobakan dapat dinyatakan valid.
- b) Jika $r_{hitung} \leq r_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5%, maka instrument yang diujicobakan dapat dinyatakan tidak valid.

Hasil uji validitas skala pengukuran *self awareness* dapat dilihat dari 41 item soal yang digunakan sebanyak 15 item soal tidak valid dan 26 item soal valid. Dimana setiap indikator *self awareness* telah terpenuhi yaitu indikator 1 (Mengetahui kekuatan dan keterbatasan diri) dari 10 item soal valid 8, indikator 2 (Mengetahui kemampuan dan keterbatasan diri) dari 14 item soal valid 8 dan indikator 3 (Pengertian yang mendalam akan kemampuan diri) dari 17 item soal valid 10.

Tabel 3.6
Kisi- Kisi Skala *Self Awareness* Setelah Uji Validitas

Variabel	Indikator	Item		Jumlah Item
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Menurut Boyatzis, Goleman, & Rhee (dalam, Nurul 2021)	Mengenal emosi diri dan pengaruhnya	1, 2, 3, 8, 9	4, 6, 7	8
	Mengetahui kekuatan dan keterbatasan diri.	11, 12, 13, 14, 16, 24	20, 22	8
	Pengertian yang mendalam akan kemampuan diri.	26, 30, 32, 33, 37	31, 34, 36, 38, 40	10
Total Item				26

b. Uji reabilitas

Menurut (Sugiyono,2017) menyatakan bahwa uji reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dengan menggunakan objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Uji reliabilitas dilakukan secara bersama-sama terhadap seluruh pernyataan yang akan diperhitungkan.

Uji realibilitas dapat dihitung dengan menggunakan bantuan program *SPSS Statistics 25 for windows*. Adapun langkah-langkahnya sebagai berikut:

- 1) Buka program *SPSS Statistics 25 for windows*.
- 2) Masukkan data yang valid kedalam *SPSS Statistics 25 for windows*.
- 3) Klik *Analyze -> Scale -> Reliability Analysis*.
- 4) Masukkan semua variabel valid ke dalam *SPSS Statistics 25 for windows*.
- 5) Klik *Statistics -> pilih Scale If Item Deleted -> klik OK*.

Setelah langkah atas selesai, maka akan muncul hasil output Reliability Statistics yang menunjukkan hasil perhitungan reliabilitas instrumen menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Selanjutnya hasil nilai perhitungan dibandingkan dengan nilai r_{tabel} . Jika nilai *Cronbach Alpha* (r_{hitung}) $\geq r_{hitung}$ pada taraf signifikan 5%, maka instrument yang diuji cobakan dapat dinyatakan baik atau konsisten. Sebaliknya jika nilai *Cronbach Alpha* (r_{hitung}) $\leq r_{tabel}$ pada taraf signifikan 5%, maka

instrument yang diuji cobakan dapat dinyatakan tidak baik atau tidak konsisten.

Rumus yang digunakan untuk menghitung reliabilitas instrumen dalam penelitian ini adalah rumus *Alpha*. Rumus *Alpha* digunakan untuk mencari reliabilitas yang skornya bukan 1 dan 0. Adapun rumus *Alpha Cronbach's*, sebagai berikut :

$$r_x = \left(\frac{n}{n-1} \right) \left(1 - \frac{\sum a_r^2}{a_r^2} \right)$$

Keterangan :

r_x = reliabilitas yang dicari

n = jumlah item pertanyaan atau pernyataan

$\sum a_r^2$ = jumlah varian skor tiap item

a_r^2 = varian total

Apabila r hitung lebih besar dari r tabel, maka data yang digunakan adalah reliable, sebaliknya jika r hitung lebih kecil dari r tabel, maka data yang digunakan tidak reliable. Serta kategori yang dikemukakan oleh Guilford (2010; 145) sebagai berikut :

- a) $-1,00 < r < 0,20$ reliabilitas sangat rendah
- b) $0,20 < r < 0,40$ reliabilitas rendah
- c) $0,40 < r < 0,60$ reliabilitas sedang
- d) $0,60 < r < 0,80$ reliabilitas tinggi
- e) $0,80 < r < 1,00$ reliabilitas sangat tinggi

Berdasarkan hasil uji reliabilitas diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 3.7
Hasil Uji Reabilitas *Self Awareness*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.806	24

Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya antara 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya semakin rendah reliabilitasnya mendekati angka 0, berarti semakin rendah reliabilitasnya. Dari uji reliabilitas dengan menggunakan program SPSS diperoleh koefisien sebesar 0,806 sehingga skala ini reliabel untuk digunakan penelitian.

F. Teknik Pengumpulan Data

1. Sumber dan Langkah-langkah Pengumpulan Data

a. Sumber Data

Sumber Data merupakan subjek dari mana data dapat diperoleh Arikunto (2013) & Miftachurrohmah (2017). Sumber data utama dalam penelitian ini adalah skala *self awareness* dan observasi, skala *self awareness* dijadikan instrumen untuk mencari subjek penelitian, serta sebagai tolak ukur keberhasilan setelah melakukan intervensi. Sedangkan observasi digunakan sebagai instrumen untuk mengukur baseline hingga mencapai trend yang stabil.

Sumber data yang digunakan selanjutnya adalah hasil wawancara dengan guru BK yang menangani subyek penelitian, hasil wawancara ini dijadikan pendukung dari sumber data utama yaitu angket dan observasi.

Selain itu peneliti juga menggunakan studi dokumentasi dari catatan pribadi subjek penelitian, hasil tes IQ, dan lain-lain.

b. Langkah-langkah Pengumpulan Data

Langkah pengumpulan data yang dilakukan adalah dengan menggunakan metode angket guna mengidentifikasi adanya permasalahan yang akan diteliti. Angket merupakan lembar yang berisi pertanyaan-pertanyaan atau pernyataan-pernyataan sesuai indikator variabel untuk memperoleh jawaban dari responden. Angket diberikan kepada siswa atau responden untuk diisi sesuai dengan keadaan yang dialami responden. Selanjutnya siswa akan diberikan perlakuan berupa konseling individu dengan menggunakan *client centered*, setelah diberikan perlakuan siswa diberikan tes lagi untuk mengetahui adanya perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan.

Adapun langkah-langkah yang dilakukan dalam pengumpulan data ini adalah sebagai berikut:

- 1) Menyebar angket *self awareness* pada siswa.
- 2) Menghitung validitas dan realibilitas instrument menggunakan SPSS.
- 3) Menyebar angket kepada siswa yang menjadi responden sebenarnya.
- 4) Menghitung skor nilai siswa dan menetapkan siswa yang memiliki skor nilai terendah sebagai sampel.
- 5) Bekonsultasi dengan guru BK terkait subjek yang akan diteliti
- 6) Tahapan pengukuran *baseline A1* selama 3 sesi dengan pemberian skor di setiap sesi untuk pengukuran subjek
- 7) Tahapan Intervensi yaitu Memberikan perlakuan berupa konseling individu dengan menggunakan pendekatan *client centered* kepada subjek penelitian selama 4 sesi dan di setiap tahap akhir treatment diberikan angket.

- 8) Tahapan pengukuran *baseline* A2 melakukan pengamatan observasi kepada subjek penelitian di kelas beserta perhitungan skor selama 3 sesi.
- 9) Penulisan Laporan Penelitian Tahap pembuatan laporan penelitian adalah tahap terakhir dari kegiatan penelitian. Kegiatan yang dilakukan pada tahap penyelesaian ini meliputi: penyusunan laporan, revisi laporan, penggandaan laporan, penyerahan laporan.

2. Skala Psikologis

Langkah pengumpulan data yang dilakukan adalah dengan menggunakan skala psikologis guna mengidentifikasi adanya permasalahan yang akan diteliti. Skala psikologis diberikan kepada siswa atau responden untuk diisi sesuai dengan keadaan yang dialami responden. Selanjutnya siswa akan diberikan perlakuan berupa konseling individu dengan menggunakan *client centered*, setelah diberikan perlakuan siswa diberikan tes lagi untuk mengetahui adanya perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan.

Adapun langkah-langkah yang dilakukan dalam pengumpulan data ini adalah sebagai berikut:

- a) Menyebarkan skala psikologis *self awareness* pada siswa.
- b) Menghitung validitas dan realibilitas instrument menggunakan *SPSS*.
- c) Menyebarkan skala psikologis kepada siswa yang menjadi responden sebenarnya.

- d) Menghitung skor nilai siswa dan menetapkan siswa yang memiliki skor nilai terendah sebagai sampel.
- e) Bekonsultasi dengan guru BK terkait subjek yang akan diteliti
- f) Tahapan pengukuran *baseline* A1 selama 3 sesi dengan pemberian skor di setiap sesi untuk pengukuran subjek
- g) Tahapan Intervensi yaitu Memberikan perlakuan berupa konseling individu dengan menggunakan pendekatan *client centered* kepada subjek penelitian selama 4 sesi dan di setiap tahap akhir treatment diberikan skala psikologis.
- h) Tahapan pengukuran *baseline* A2 melakukan pengamatan observasi kepada subjek penelitian di kelas beserta perhitungan skor selama 3 sesi.
- i) ⁴ Penulisan Laporan Penelitian Tahap pembuatan laporan penelitian adalah tahap terakhir dari kegiatan penelitian. Kegiatan yang dilakukan pada tahap penyelesaian ini meliputi: penyusunan laporan, revisi laporan, penggandaan laporan, penyerahan laporan.

3. Observasi

Dalam penelitian ini teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah Observasi. Riduan (2004) menyatakan observasi merupakan teknik pengumpulan data dimana peneliti melakukan pengamatan langsung untuk melihat dari dekat kegiatan yang dilakukan". ⁴ Pada penelitian ini menggunakan teknik observasi tersamar, yakni peneliti tidak berterus terang terhadap sumber data bahwa peneliti sedang

melakukan penelitian. Sesuai pendapat Sugiyono (2008) mengatakan bahwa dalam sebuah penelitian, suatu saat peneliti juga tidak terus terang dalam observasi, hal ini untuk menghindari jika suatu data yang dicari merupakan data yang masih dirahasiakan. Hasil pengisian rubrik nantinya hanya digunakan untuk pengukuran *baseline*.

Hadji (2001) mengemukakan beberapa kelebihan dari Observasi Diantaranya sebagai berikut:

- a. Dapat meneliti beberapa gejala.
- b. Teknik observasi tidak menuntun objek berada pada kondisi tertentu
- c. Memungkinkan pencatatan secara bersamaan dalam suatu peristiwa
- d. Tidak bergantung pada *self report*.

Penilaian hasil Observasi yang dilakukan peneliti menggunakan skala *linkert* dengan 4 pilihan jawaban dan masing-masing variabel terdiri dari 13 item soal dengan skor penilaian sebagai berikut:

Jawaban Tinggi dengan nilai 4

Jawaban Sedang dengan nilai 3

Jawaban Cukup dengan nilai 2

Jawaban Rendah dengan nilai 1

4. Wawancara

⁴ Sugiyono (2008) menyatakan wawancara merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melakukan tanya jawab. sehingga

dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topic tertentu. Dalam penelitian ini, hasil yang diperoleh dari proses wawancara nantinya digunakan sebagai data pendukung dalam melengkapi data yang telah diperoleh dari observasi yang telah dilakukan.

Dalam penelitian ini wawancara yang digunakan adalah wawancara terstruktur. Ini untuk memudahkan peneliti fokus pada permasalahan yang ingin digali, juga untuk menghindari meluasnya pertanyaan keluar dari konteks yang sedang digali. Pertanyaan dalam wawancara yang akan dilakukan dengan guru BK antara lain sebagai berikut :

Tabel 3.8
Pedoman Wawancara

No	Variabel	Pertanyaan Wawancara
1.	Persepsi tentang prestasi subjek penelitian	1) Apa saja prestasi akademik yang selama ini telah diraih subjek ? 2) Bagaimana dengan prestasi non akademiknya ? 3) Bagaimana keaktifan subjek saat KBM di dalam kelas ? 4) Bagaimana keaktifan subjek saat KBM di luar kelas ?

2.	Persepsi tentang <i>self awareness</i> subjek	<ol style="list-style-type: none"> 1) Bagaimana respon subjek ketika ditunjuk untuk mengerjakan soal kedepan ? 2) Apakah subjek menunjukkan gejala <i>self awareness</i> rendah ? 3) Apakah subjek merasa ragu jika menjawab suatu pertanyaan yang anda berikan ? 4) Pernahkah subjek berkonsultasi tentang <i>self awareness</i>
----	---	---

4 Hasil wawancara yang diperoleh akan menunjukkan perilaku sehari-hari siswa yang bersangkutan selama berada disekolah, dan menggambarkan seberapa tingkat *self awareness*. Data ini menjadi pendukung dan penguat dari observasi yang telah dilakukan sebelumnya.

5. Dokumentasi

(Sugiyono, 2015) studi dokumentasi adalah teknik pengumpulan data dengan memperhatikan catatan-catatan mengenai data pribadi responden. seperti yang dilakukan oleh seorang psikolog dalam meneliti perkembangan seorang konseli melalui catatan pribadinya. Disini studi dokumentasi pun digunakan sebagai data pelengkap dari observasi yang telah dilakukan.

Dokumentasi merupakan salah satu sumber pengumpul data dimana sumber dokumentasi ini diperoleh dari beberapa data atau

dokumen, laporan, buku, surat kabar dan juga beberapa bacaan lainnya yang mendukung penelitian ini. Dokumen sudah lama digunakan dalam penelitian sebagai sumber data karena dalam banyak hal dokumen sebagai sumber data dapat dimanfaatkan untuk menguji, menafsirkan, bahkan untuk meramalkan. Dalam hal ini peneliti dapat memperoleh gambaran percaya diri siswa melalui buku pribadi siswa, buku kasus, serta hasil tes IQ. Data yang diperoleh dijadikan pendukung dari data sebelumnya, agar tersebut lebih aktual, nyata dan dapat dipertanggung jawabkan.

G. Prosedur Penelitian

1. Tahap awal

Pertama, tahap yang akan dilakukan dalam penelitian ini ialah mempersiapkan segala sesuatu yang berhubungan sekaligus dibutuhkan dalam melakukan *treatment*. Pada tahap ini akan dilakukan sebagai berikut

a. Tahap persiapan

- 1) Penelitian subjek yang akan diberikan perlakuan yaitu siswa yang mengalami *self awareness*
- 2) Menyusun buku pedoman penelitian sebagai panduan pelaksanaan kegiatan atau *treatment* (intervensi)

3) Meminta bantuan konselor dalam pemberian layanan, agar konselor bersedia sekaligus menjadi konselor dalam penelitian konseling individu dengan pendekatan *client centered*

b. Fase *baseline* 1

Fase *baseline* 1 dilakukan untuk mengetahui kondisi awal psikis siswa yang mengalami *self awareness* tersebut sebelum diberikan konseling *client centered*. Pada fase ini dilakukan, sebanyak 3 kali untuk mendapatkan data yang stabil.

2. Tahap perlakuan (intervensi)

Intervensi diberikan pada subjek secara individu ditempat tinggal subjek. Intervensi diberikan pada subjek sebanyak 9 kali sesi pertemuan, proses setiap sesi berlangsung selama kurang lebih 40 sampai 60 menit. Seluruh kegiatan dilaksanakan dalam upaya menurunkan kondisis *self awareness* pada siswa berdasarkan metode yang sudah ditentukan dan disesuaikan dengan kebutuhan.

Masing-masing kegiatan proses konseling dilaksanakan pada akhir bulan Mei 2022 sampai Juni 2022. Berikut merupakan jadwal pelaksanaan intervensi dengan menggunakan pendekatan *client centered* untuk meningkatkan kondisi *self awareness* siswa.

Tabel 3.9
Jadwal Pelaksanaan Penelitian

Pertemuan ke -	Hari	Tanggal
I	Senin	23 Mei 2022
II	Rabu	25 Mei 2022
III	Senin	30 Mei 2022

IV	Jum'at	03 Juni 2022
V	Senin	06 Juni 2022
VI	Kamis	09 Juni 2022
VII	Senin	13 Juni 2022
VIII	Kamis	16 Juni 2022
IX	Sabtu	18 Juni 2022

¹ 3. Tahap akhir

Pada tahap ini yakni fase *baseline 2*, tahap ini merupakan pengulangan dari fase *baseline 1*. Hal tersebut dimaksudkan untuk mengetahui pengaruh dari intervensi atau *treatment* yang diberikan pada subjek. Dalam hal ini perlakuan yang diberikan adalah pendekatan konseling *client centered* dalam pemulihan kondisi psikis siswa yang mengalami *self awareness*, pada fase *baseline 2* ini dapat diketahui apakah pendekatan konseling *client centered* efektif digunakan untuk meningkatkan *self awareness* yang dialami oleh siswa. Hal tersebut dapat dibandingkan dengan perilaku subjek pada fase *baseline 1*.

H. Teknik Analisis Data

1. Jenis Analisis Data

Tahap analisis dan pengolahan data adalah tahap paling akhir sebelum penentuan kesimpulan. Menurut Sunanto (2006) menjelaskan bahwa penelitian subjek tunggal atau *single subject research (SSR)* yaitu penelitian yang menggunakan desain eksperimen untuk melihat pengaruh perlakuan terhadap perubahan tingkah laku. Untuk melakukan analisis data

penelitian eksperimen subjek tunggal ini menggunakan statistik deskriptif yang sederhana untuk memperoleh gambaran keadaan setelah diberikan *treatment* (intervensi).

Analisis data merupakan tahap terakhir sebelum menarik kesimpulan. Rosnow dan Rosenthal Sunanto dkk. (2005) Pada penelitian eksperimen pada umumnya pada saat menganalisis Data menggunakan teknik statistik deskriptif, sedangkan pada penelitian dengan subjek tunggal penggunaan statistik deskriptif yang kompleks tidak dilakukan tetapi lebih banyak menggunakan statistik deskriptif sederhana. Penelitian subjek tunggal terfokus pada data individu dari data dalam kelompok. Analisis data merupakan tahap akhir sebelum menarik kesimpulan Pada penelitian dengan kasus tunggal penggunaan teknik statistik yang kompleks tidak dilakukan tetapi lebih banyak menggunakan statistik deskriptif yang sederhana.

Menurut (Sunanto dkk. (2005), analisis data yang dilakukan pada penelitian subyek tunggal melalui tiga hal utama yaitu, pembuatan grafik, penggunaan statistik deskriptif, dan menggunakan analisis visual. Analisis yang dilakukan melalui tiga langkah yaitu, analisis dalam kondisi, analisis antar kondisi, dan antar kondisi yang sama untuk mengukur perubahan perilaku subyek penelitian. Analisis perubahan dalam kondisi adalah menganalisis perubahan data dalam satu kondisi misalnya kondisi baseline atau kondisi intervensi. Sedangkan analisis antar kondisi merupakan

kegiatan menganalisis yang dilakukan antara dua kondisi misalnya kondisi baseline dan kondisi intervensi.

Komponen analisis visual untuk dalam kondisi meliputi enam komponen, yaitu:

- a. Panjang kondisi, adalah jangka waktu untuk melihat tingkat kestabilan baseline atau intervensi.
- b. Estimasi kecenderungan arah, menjelaskan perubahan setiap data dari sesi ke sesi.
- c. Kecenderungan stabilitas, tingkat kestabilan perubahan yang terjadi pada fase baseline atau intervensi.
- d. Jejak data, menggambarkan data dari kondisi baseline atau intervensi meningkat atau menurun.
- e. Level stabilitas dan rentang, rentang kestabilan fase baseline dan intervensi
- f. Level perubahan. menggambarkan peningkatan atau penurunan fase baseline atau intervensi.

Sedangkan analisis visual untuk antar kondisi ada lima komponen yaitu :

- 1) Jumlah variabel yang diubah, menunjukkan jumlah target behavior yang ingin dirubah.
- 2) Perubahan kecenderungan dan efeknya, melihat perubahan kondisi setelah diberikan intervensi.
- 3) Perubahan stabilitas, kestabilan kondisi baseline ke kondisi intervensi

- 4) Perubahan level, menunjukkan perubahan target behavior setelah diberikan intervensi
- 5) Data overlap, perubahan data yang tidak stabil.
 - 1) Perubahan level
 - 2) Presentase *overlap*

Rentang stabilitas	= data tertinggi x 15%
Mean level	= total jumlah data : banyaknya data
Batas atas	= mean + setengah rentang stabilitas.
Batas bawah	= mean – setengah rentang stabilitas.
Persentase stabilitas	= banyak data dalam rentang : banyak data

Penelitian selanjutnya dianalisis menggunakan teknik analisis visual grafik. Grafik berguna untuk menunjukkan setiap perubahan kondisi dalam jangka, waktu tertentu. Analisis visual grafik dilakukan dengan cara memasukan data yang telah disajikan dalam bgrafik, selanjutnya di analisis berdasarkan komponen setiap kondisi yaitu A-B-A.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Variabel

Penelitian tentang peningkatan *self awareness* pada siswa kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri dengan pendekatan *client centered* akan menyajikan informasi data pada masing-masing dari kedua variabel mengenai distribusi frekuensi dan hasil dari pengkategorian yang peneliti lakukan kepada 35 responden yang diambil sebagai sampel. Hasil yang diberikan adalah dari penyebaran skala psikologis atau kuisioner tentang pendekatan *client centered* (X) dan *self awareness* (Y). Adapun hasil deskripsi data dari kedua variabel sebagai berikut :

1. Deskripsi Data Variabel Bebas (Pendekatan *Client Centered*)

Dalam mendapatkan data mengenai pendekatan *client centered*, peneliti melakukan penyebaran skala *self awereness* yang terdiri dari 26 item pernyataan kepada 35 responden atau sampel siswa yang diberikan secara acak.

2. Deskripsi Data Variabel Terikat (*Self Awereness*)

Untuk memperoleh data deskriptif *self awereness* pada siswa, peneliti melakukan penyebaran skala *self awereness* kepada 35 siswa sebagai responden. Dari data yang diperoleh dapat diketahui hasil pengkategorian *self awereness* sebagai berikut :

- a. Rumus pengkategorian *Self Awereness*

Tabel 4.1
Nilai Rata-rata *Self Awareness*

Descriptive Statistics							
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic
Skala <i>Self Awareness</i>	35	44.00	58.00	102.00	87.2571	1.85723	10.98754
Valid N (listwise)	35						

Pada tabel 4.1 dapat diketahui bahwa dari variabel *self awareness* memiliki nilai range adalah 44, nilai minimal 58, nilai maksimal 102, nilai mean atau rata-rata sebesar 87,25 atau 88, dan *standart deviation* sebesar 10,98 atau 11.

Tabel 4.2
Rumus Pengkategorian *Self Awareness* (Azwar, 2012)

Interval	Kriteria
$X < M - 1SD$	Rendah
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	Sedang
$M + 1SD \leq X$	Tinggi

Tabel 4.3
Hasil Pengkategorian *Self Awareness*

Kriteria	Interval
Rendah	$X < 76$
Sedang	$76 \leq X < 98$
Tinggi	$X \geq 98$
Total	

b. Hasil pengkategorian variabel *Self Awereness*

Tabel 4.4
Rekapitulasi Data *Self Awereness*

No.	Nama	Skor	Kategorisasi
1	AQ	95	Sedang
2	AHAS	79	Sedang
3	ADM	90	Sedang
4	ATK	85	Sedang
5	AAKH	72	Rendah
6	BPK	94	Sedang
7	CKA	97	Sedang
8	DAFA	92	Sedang
9	EP	93	Sedang
10	ER	69	Rendah
11	FAAF	96	Sedang
12	FS	95	Sedang
13	FRKD	93	Sedang
14	IA	63	Rendah
15	MR	76	Sedang
16	MI	95	Sedang
17	MIAA	90	Sedang
18	MRS	99	Tinggi
19	NA	98	Tinggi
20	NES	96	Sedang
21	ODN	76	Sedang
22	PYPEF	87	Sedang
23	PRS	96	Sedang
24	RA	75	Rendah
25	RAAP	58	Rendah
26	RAN	87	Sedang
27	RAU	102	Tinggi
28	RNR	95	Sedang
29	SDAS	97	Sedang
30	SMP	89	Sedang
31	SFD	91	Sedang
32	TIN	95	Sedang
33	UH	74	Rendah
34	YE	78	Sedang

35	YFJ	87	Sedang
JUMLAH		3504	Tinggi

Berdasarkan tabel 4.4 mengenai *self awareness* dapat diketahui bahwa yang masuk pada kategori tinggi 3, kategori sedang 26 dan kategori rendah 6 siswa. Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri mempunyai mean atau nilai rata-rata *self awareness* sebesar 87,25 atau 88 yang masuk ke dalam pengkategorian sedang.

B. Analisis Data

1. Prosedur Analisis Data

Pada umumnya penelitian eksperimen dalam menganalisis data menggunakan teknik statistik inferensial, berbeda dengan penelitian eksperimen dengan subjek tunggal penelitian tersebut menggunakan statistik deskriptif. Penelitian ini dianalisis dengan melakukan analisis data dalam setiap kondisi kemudian analisis antar kondisi. Seperti yang dijelaskan oleh Juang Sunanto bahwa dalam penelitian subjek tunggal kegiatan analisis memiliki beberapa pola komponen penting yang harus dianalisis yakni tingkat stabilitas data, kecenderungan data, rata-rata setiap kondisi, data yang *overlapping*, tingkat perubahan data, komponen-komponen analisis data dalam kondisi sebagai berikut :

a. Panjang kondisi

Dapat dilihat dari banyaknya skor pada setiap kondisi. Namun yang menjadi pertimbangan utama bukan skor akan tetapi tingkat kestabilannya. Panjang kondisi merupakan banyaknya data dalam kondisi, dan dalam kondisi tersebut memiliki sesi.

b. Kecenderungan arah

Ditunjukkan oleh garis turun yang melintas semua data, terdapat banyaknya data yang berada diatas dan dibawah garis memiliki kondisi sama banyak. Pembuatan garis dapat dilakukan dengan dua metode tangan bebas dan metode belah dua.

c. Tingkat stabilitas (*level stability*)

Yaitu menunjukkan tingkat variasi rentang kelompok data tertentu. Dikatakan stabil jika memiliki rentang data yang kecil atau tingkat variasi rendah.

d. Tingkat perubahan (*level change*)

Menunjukkan berapa besar perubahan data dalam suatu kondisi. Tingkat perubahan merupakan selisih antara data pertama dengan data terakhir.

e. Jejak data (*data path*)

Yaitu perubahan dari satu data ke data lain dalam suatu kondisi, hal tersebut memiliki tiga kemungkinan yaitu menaik, menurun, dan mendatar.

f. Rentang

Rentang yaitu jarak antar satu data, yaitu data pertama dengan data terakhir.

Analisis kondisi memiliki komponen-komponen sebagai berikut (Sunanti, dkk, 2006) :

- 1) Jumlah variabel data yang diubah
- 2) Perubahan kecenderungan arah beserta efeknya
- 3) Perubahan kecenderungan dan stabilitas
- 4) Perubahan level
- 5) Data tumpang tindih (*overlap*)

2. Hasil Analisis Data

Analisis data yang dilakukan oleh peneliti adalah dengan menggunakan rumus dari A-B-A. Alasan peneliti menggunakan rumus tersebut adalah untuk mengetahui perbedaan adanya tindakan sebelum dan sesudah diberikan

treatment terhadap *self awereness* siswa dengan pendekatan *client centered* kepada siswa kelas XI Multimedia di SMK PGRI 2 Kediri. Peneliti dalam melakukan uji analisis data tersebut menggunakan rumus *eksak*, adapun hasil dari uji analisis data sebagai berikut :

a. Analisis Dalam Kondisi

1) Kemampuan pengukuran *self awareness* siswa

a) *Baseline 1*

1. Panjang kondisi

Panjang kondisi menunjukkan terdapat beberapa sesi dalam kondisi tersebut.

Panjang kondisi = 3

2. Estimasi kecenderungan arah

(=)

3. Kecenderungan stabilitas

Kecenderungan stabilitas dengan kriteria 15%

Skor terendah X kriteria stabilitas = rentang stabilitas

$46 \times 0,15 = 6,9$

Mean level = $(46+49+46) : 3 = 47$

Batas atas = $47 + \frac{1}{2} (6,9) = 47 + 3,45 = 50,45$

Batas bawah = $47 - \frac{1}{2} (6,9) = 47 - 3,45 = 43,55$

Presentase stabilitas dengan rentang data = $43,55 - 50,45$

Banyaknya data poin yang ada dalam rentang	:	Banyaknya data keseluruhan	=	Presentase stabilitas
3	:	3	=	100% (Stabil)

4. Jejak data

(=)

5. Level stabilitas dan rentang stabil ($43,55 - 50,45$)

6. Perubahan level = data terakhir – data pertama

1. $- 46 = 0$ (Tetap)

b) Intervensi (B)

1) Panjang kondisi

Panjang kondisi menunjukkan terdapat beberapa sesi dalam kondisi tersebut.

Panjang kondisi = 3

- 2) Estimasi kecenderungan arah

(+) naik

- 3) Kecenderungan stabilitas

Kecenderungan stabilitas dengan kriteria 15%

Skor tertinggi X kriteria stabilitas = rentang stabilitas

$89 \times 0,15 = 13,35$

Mean level = $(66+79+89) : 3 = 78$

Batas atas = $78 + \frac{1}{2} (13,35) = 84,67$

Batas bawah = $78 - \frac{1}{2} (13,35) = 71,32$

Presentase stabilitas dengan rentang data = $71,32-84,67$

Banyaknya data poin yang ada dalam rentang	:	Banyaknya data keseluruhan	=	Presentase stabilitas
3	:	3	=	100% (Stabil)

- 4) Jejak data

(+) naik

Level stabilitas dan rentang stabil (71,32 - 84,67)

- 5) Perubahan level = data terakhir – data pertama

$89-96 = (+23)$ membaik

c) Baseline 2(A)

- 1) Panjang kondisi

Panjang kondisi menunjukkan terdapat beberapa sesi dalam kondisi tersebut.

Panjang kondisi = 3

- 2) Estimasi kecenderungan arah

(+) naik

- 3) Kecenderungan stabilitas

Kecenderungan stabilitas dengan kriteria 15%

Skor tertinggi X kriteria stabilitas = rentang stabilitas

$$99 \times 0,15 = 14,85$$

$$\text{Mean level} = (79+97+99) : 3 = 91,6$$

$$\text{Batas atas} = 91,6 + \frac{1}{2} (14,85) = 99,02$$

$$\text{Batas bawah} = 91,6 - \frac{1}{2} (14,85) = 84,14$$

Presentase stabilitas dengan rentang data = 99,02-84,14

Banyaknya data poin yang ada dalam rentang	:	Banyaknya data keseluruhan	=	Presentase stabilitas
3	:	3	=	100% (Stabil)

4) Jejak data

(+) naik

5) Level stabilitas dan rentang stabil (99,02-84,14)

6) Perubahan level = data terakhir – data pertama
 $99-79 = (+20)$ membaik

b. Analisis Antar Kondisi

a. Perbandingan kondisi inetervensi (B) / Baseline 1 (A)

1) Jumlah variabel yang diubah = 1

2) Perubahan kecenderungan arah dan efeknya

(+) (=)

3) Perubahan kecenderungan stabilitas = stabil ke stabil

4) Perubahan level = sesi terakhir *baseline* – sesi pertama intervensi

$$= 46 - 66 = +20 \text{ (membaik)}$$

5) Perubahan overlap

Batas atas dan batas bawah pada kondisi *baseline 1* (A)

$$BA = 50,45 \quad BB = 43,55$$

Poin pada kondisi intervensi (B) yang ada pada rentang kondisi *baseline 1*

$$= 0$$

Maka, presentase *overlapping* = $\frac{1}{2} \times 100 = 0\%$

c. Perbandingan kondisi *baseline 2* (A) / intervensi (B)

a) Jumlah variabel yang diubah = 1

b) Perubahan kecenderungan arah dan efeknya

(+) (+)

- c) Perubahan kecenderungan stabilitas = stabil ke stabil
- d) Perubahan level = sesi terakhir intervensi – sesi pertama *baseline 2*
 $= 89 - 79 = +10$ (membaik)
- e) Perubahan overlap
 Batas atas dan batas bawah pada kondisi intervensi (B)
 $BA = 84,67$ $BB = 71,32$
 Poin pada kondisi intervensi (B) yang ada pada rentang kondisi *baseline 1*
 $= 0$
 Maka, presentase *overlapping* = $\frac{1}{2} \times 100 = 0\%$

3. Interpretasi Hasil Analisis Data

a. Pelaksanaan Penelitian tentang *Self Awareness* yang dialami oleh Siswa SMK PGRI 2 Kediri

Berdasarkan pada pengamatan peneliti, adanya wabah pandemi *covid-19* ini, membuat peserta didik mengalami *self awareness* yang dialaminya terutama kesadaran diri dalam diri siswa. Hal ini nampak dengan jelas dari turunnya prestasi siswa hingga adanya gangguan kognitif yang dirasakan oleh siswa dalam adanya pembelajaran *online* yang tidak kondusif ini. Maka penelitian ini akan mengungkap bagaimana gambaran siswa yang mengalami *self awareness* dan apa saja faktor yang mempengaruhi adanya *self awareness* pada siswa dengan adanya sistem pembelajaran *online* tersebut. Guna menjaga privasi mereka, dalam narasi hasil penelitian dikemukakan dengan menggunakan nama samaran.

Pelaksanaan penelitian tentang *self awareness* pada siswa jurusan Multimedia di SMK PGRI 2 Kediri ini memerlukan persiapan untuk melakukan penelitian. Penelitian ini diawali oleh sebuah *survey* persiapan yang dilakukan peneliti di siswa kelas XI Multimedia SMK PGRI 2 Kediri,

untuk mengetahui berbagai permasalahan yang ada dikalangan siswa dengan adanya sistem pembelajaran *online* saat ini. Dari gambaran inilah peneliti tertarik untuk mengkaji adanya *self awareness* pada siswa dan faktor apa saja yang mempengaruhi adanya *self awareness* tersebut.

Setelah melalui suatu proses dan prosedur akademik (melalui pengajuan judul proposal dan mengikuti ujian seminar proposal) kemudian peneliti mengadakan *survey* lanjutan untuk mematangkan permasalahan yang hendak diteliti. Pada tahap kedua ini peneliti membuat skala psikologis lalu disebarakan skala psikologis tersebut kepada siswa yang menjadi subjek penelitiannya, untuk mencari data terlebih dahulu sebelum menemukan siswa yang akan dijadikan konselinya.

b. Identitas Subjek I

Nama Lengkap	: RAAP (nama samaran)
Usia	: 17 Tahun
Jenis Kelamin	: Perempuan
Alamat	: Kediri
Pendidikan	: Siswa kelas XI Multimedia di SMK PGRI 2 Kediri
Bahasa Sehari-hari	: Jawa

c. ¹ Karakteristik Subjek

Subjek dalam penelitian ini RAAP (nama samaran), subjek berjenis kelamin perempuan. Subjek memiliki latar belakang mengalami adanya *self awareness* dalam dirinya karena adanya pembelajaran *online* saat pandemi ini.

Adanya pandemi ini, subjek memperoleh dampak dari adanya pandemi ini dengan diterapkannya pembelajaran *online*. Hal itu membuat subjek mengalami tekanan dalam dirinya ketika menerima pembelajaran atau materi saat pembelajaran *online*. Adanya sistem tersebut, subjek selain mendapat tekanan dari hal itu ia merasa bahwa dirinya sedang tidak baik-baik saja, yang dibuktikan dengan ketika pengisian kuesioner dalam *pre-test* bahwa ia jelas menunjukkan bahwa dirinya mengalami tekanan, sehingga kesadaran diri dalam dirinya menjadi terganggu dan kurang fokus dalam melakukan suatu hal apapun terutama ketika menerima materi dalam melaksanakan pembelajaran *online*.

Saat dilakukan pengukuran dengan memberikan *pre-test* kondisi *self awareness* siswa menggunakan instrumen kisi-kisi berbentuk kuesioner *self awareness* dalam bentuk skala psikologis formulir, hasil skor tes subjek rendah. Hal tersebut menunjukkan keadaan *self awareness* dalam diri subjek tidak dalam kondisi baik.

d. Pelaksanaan *Baseline I/A* (Awal subjek sebelum di berikan *intervensi*)

- 1) Alur pelaksanaan *baseline I* sebagai berikut :

a) Kegiatan awal

(1) Melakukan komunikasi secara *virtual*.

(2) Membangun *raport* (hubungan baik) dengan subjek.

b) Kegiatan inti

Peneliti mengukur kondisi *self awareness* subjek dengan menanyakan kondisi subjek berdasarkan kuesioner *self awareness* yang di isi melalui skala psikologis formulir.

c) Kegiatan penutup

Membuat janji untuk melakukan pertemuan secara *offline*.

2) Tahap – tahap *Baseline 1*a) *Baseline 1* pertama

Pelaksanaan *baseline 1* pertama dilakukan pada Senin, 23 Mei 2022. Kondisi *self awareness* siswa pada subjek ini menunjukkan berada dikategori rendah. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil skor pengisian kuesioner *self awareness* subjek RAAP (nama samaran) berada di angka 46. Demikian dengan perilaku yang subjek tampilkan setelah pemberian *baseline 1* pertama, dari sini menurut peneliti merasa masih belum mendapatkan skor yang diinginkan peneliti. Dimana kategori ini menjelaskan bahwa kondisi subjek dikategori rendah berdasarkan indikator *self awareness* siswa, dan berada dikondisi yang tidak baik.

b) *Baseline 1* kedua

Pelaksanaan *baseline* 1 kedua dilakukan pada Rabu, 25 Mei 2022. Kondisi *self awareness* siswa pada subjek ini berada di kondisi hampir sama seperti dengan *baseline* 1 pertama, akan tetapi lebih tinggi angka skor yang diperoleh subjek. Hal tersebut didapatkan dari hasil skor pengisian kuesioner *self awareness* subjek RAAP berada di angka 49. Pada kategori tingkat *self awareness* angka tersebut berada di kategori rendah. Dalam artian kondisi *self awareness* yang dialami oleh subjek masih sama dari sebelumnya, hal tersebut tampak dari perilaku subjek berdasarkan indikator *self awarene* siswa dan subjek masih tetap dikeadaan yang tidak baik.

c) *Baseline* I ketiga

Pelaksanaan *baseline* 1 ketiga dilakukan pada Senin, 20 Mei 2022. Kondisi *self awareness* siswa pada subjek ini berada dikondisi masih sama dari yang diperoleh di *baseline* 1 pertama. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil skor pengisian kuesioner *self awareness* subjek RAAP berada di angka 46. Pada kategori tingkat *self awareness* angka tersebut berada dikategori rendah. Dalam artian kondisi *sel awareness* yang dialami oleh subjek masih sama rendah lagi dari sebelumnya, hal tersebut tampak dari perilaku subjek berdasarkan indikator *self awareness* siswa dan kondisi subjek semakin tidak baik.

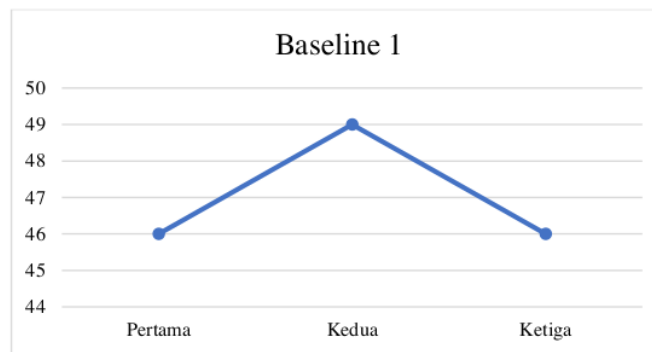
Tabel 4.5
Skor Kuesioner *Self Awareness* Siswa

No.	Responden	Sesi	Skor	Kategori
1.	RAAP (nama 65amara)	Pertama	46	Rendah

		Kedua	49	Rendah
		Ketiga	46	Rendah
Total Rata-rata			47	Rendah

Berdasarkan tabel diatas, kondisi *self awareness* subjek mulai *baseline 1* pertama hingga ketiga cenderung menetap, hal tersebut dapat ditunjukkan pada pemberian *baseline 1* pertama dan ketiga. Akan tetapi, pada *baseline 1* kedua skor nilai subjek mengalami peningkatan tanpa diberikannya intervensi, hal itu terjadi dikarenakan jarak pemberian *baseline 1* kedua yang terlalu dekat dengan *baseline 1* pertama.

Hasil pengamatan terhadap kondisi *self awareness* dapat digambarkan dengan grafik. Sebagai upaya memperjelas akurasi data pada *baseline 1*, berikut ini disajikan grafik *Display* kondisi *self awareness* subjek dalam pemberian *baseline 1*, sebagai berikut ;



Gambar 4.1 Grafik *Display* Baseline 1 Hasil Skor Data Kuesioner *Self Awareness* Siswa

Display diatas menunjukkan bahwa, kondisi *self awareness* subjek dalam pemberian *baseline 1* tergolong cukup banyak. Kondisi *self*

awareness pada *baseline* 1 pertama sama dengan dengan *baseline* 1 ketiga. Sehingga dapat dikatakan bahwa kondisi *self awareness* subjek cenderung menetap dan data dapat dikatakan stabil.

Guna memperjelas data yang diperoleh pada setiap sesi *baseline* 1, berikut akan disajikan tabel jadwal pelaksanaan *baseline* 1, *Display* data dan grafik garis kondisi *self awareness* subjek penelitian ketika diberikannya formulir sebelum di berikan intervensi, sebagai berikut ;

Tabel 4.6
Jadwal Pelaksanaan *Baseline* 1

Pertemuan ke-	Hari	Tanggal	Waktu
I	Senin	23 Mei 2022	10.05-10.55
II	Rabu	25 Mei 2022	09.35-10.25
III	Senin	30 Mei 2022	09.45-10.25

e. Pelaksanaan Intervensi B (pemberian tindakan)

Pemberian intervensi dilaksanakan sebanyak 3 kali pertemuan dengan lama waktu pertemuan 30 sampai 50 menit, tergantung dengan kebutuhan setiap tahapan proses konseling. Konseling individu disajikan dengan kata-kata yang mudah difahami oleh konseli, dan dalam pelaksanaannya konseling dilakukan sesuai prosedur konseling.

Konseling dilaksanakan di kelas sekolah, proses konseling ini konseli dapat lebih terbuka dan menceritakan sesuai dengan apa yang konseli rasakan. Dilakukan pengukuran menggunakan instrumen kuesioner *self*

¹ *awareness* setelah pemberian intervensi disetiap pertemuan proses konseling, berikut rincian pelaksanaan intervensi :

1) Tahap *Client Centered* konseling ke 1

Bentuk konseling individu di pertemuan pertama yakni tahap pengenalan siswa yang memiliki sikap *self awareness* yang kurang. Tahap pengenalan siswa yang memiliki sikap *self awareness* yang kurang dalam proses konseling adalah untuk mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri sehingga konseli dapat meyakinkan dirinya bahwa cara pandang terhadap suatu masalah dapat menyebabkan kurangnya *self awareness*. Intervensi pada proses konseling 1 dilakukan selama 50 menit.

a) ¹ Awal

Tahap awal proses konseling dilakukan pembangunan *rapport* dengan konseli. Pembangunan *rapport* dilakukan dengan menanyakan kabar konseli dan apa kegiatan yang dilakukan sepanjang hari ini.

b) Inti

Konselor menggiring konseli agar nyaman terlebih dahulu sehingga dapat bercerita tanpa ada rasa cemas dan takut, sebaliknya jika konseli sudah merasa nyaman dan dilindungi. Maka konselor dapat memancing konseli agar dapat mengungkapkan keinginan-keinginannya. Pada tahap ini konseli mulai dapat menceritakan apa yang sedang ia rasakan selama adanya pembelajaran *online* saat ini. Dengan perasaan yang sedang tidak baik-baik saja dalam pembelajaran *online*, membuat konseli tidak dapat berkonsentrasi secara maksimal.

Karena banyaknya beban tugas juga membuat konseli menjadi jengkel. Disini konselor hanya sedikit memberikan masukan untuk meyakinkan konseli mengenai persepsinya yang menyebabkan dirinya mengalami hal seperti yang ia rasakan. Dengan memberikan masukan tersebut, konseli dapat berfikir lebih untuk tetap menjaga pikiran dan mengontrol dirinya ketika masa saat ini sehingga dari situlah konseli peka akan kesadaran dalam dirinya. Dalam tahap ini konseli juga dapat menjaga perasaan dan pikiran demi menjalankan pembelajaran *online* dan tetap semangat menjalankan pembelajaran *online*.

c) Akhir

Memberikan skala psikologis dengan bentuk formulir, dan dalam pemberian intervensi pertama konseli mendapatkan skor 66 yang masih berada di kategori rendah.

2) Tahap *Client Centered* konseling ke 2

Tahap ini konselor memasuki tahap pengungkapan sebab-sebab kurangnya rasa *self awareness* siswa, tujuan dalam tahap pengungkapan sebab-sebab kurangnya rasa *self awareness* siswa ini adalah untuk membantu konseli dalam menghadapi situasi masalah yang sedang dihadapinya. ¹ Intervensi pada proses konseling 2 ini dilakukan selama kurang lebih 45 menit.

a) Awal

Tahap awal proses konseling dilakukan pembangunan *rapport* dengan konseli. Pembangunan *rapport* dilakukan dengan menanyakan kabar konseli dan apa kegiatan yang dilakukan sepanjang hari ini.

1
b) Inti

Konselor mengajak kembali konseli untuk menelaah kembali sebab penyebab masalah yang sedang dihadapi konseli. Hal tersebut dilakukan agar masalah konseli menjadi tampak jelas dari perilaku yang dialaminya. Dari proses konseling ditemukan beberapa perilaku konseli yang berdampak pada konseli yang tidak nyaman dengan yang dilakukannya.

Konseli merasakan perasaannya yang sangat tidak terkondisikan, dan merasa pikirannya sedang tidak baik-baik saja sehingga ia memiliki inisiatif untuk melupakan tugas-tugas yang ada didepannya, dan memutuskan untuk lebih baik melakukan hal yang ia sukai dibandingkan tanggungjawab yang harus ia penuhi. Disini konselor bertanya “apakah dengan kamu mengalami sebab-sebab yang membuat *self awareness* kamu kurang, kamu akan selesai dari permasalahan yang sedang kamu hadapi, sedangkan kamu dalam kondisi sedang tidak baik-baik saja?”, disini konseli menjawab “emmm tidak, ya dengan disini kan ada fase nya masing-masing kan, jadi ketika saya mengalami hal-hal yang membuat emosi dan perasaan saya menjadi tak karuan ya saya melakukan suatu hal yang membuat diri saya menjadi lebih tenang dengan apa yang saya sukai.” Jadi disini konseli tetap memiliki rasa

tanggung jawab. Akan tetapi disisi lain konseli memiliki kekhawatiran dalam dirinya jika perasaan dan emisional saya tidak terkontrol karena adanya pandemi seperti saat ini, disini konseli merasakan sering khawatir akan hal itu, akan tetapi ia tetap berusaha semangat dengan cara membandingkan dirinya dengan orang lain untuk menjadi tolak ukur dirinya tetap semangat.

c) Akhir

Konseli mengalami perasaan yang tidak baik, jengkel akan adanya pembelajaran *online*, sehingga ia juga khawatir akan pikiran-pikiran nya yang *over*. Hal tersebut berdampak pada psikis konseli menjadi lebih sering mengeluh dan lelah. Disini konselor mendampingi konseli untuk fokus dalam pemulihan *self awareness* sesuai dengan apa yang dirasakan oleh konseli, sehingga konseli dapat menghadapi masalah yang dihadapinya dengan berfikir secara rasional.

Memberikan skala psikologis dengan bentuk formulir, dan dalam pemberian intervensi kedua konseli mendapatkan skor 79 yang masih berada di kategori sedang.

3) Tahap *Client Centered* konseling ke 3

Tahap ini konselor memasuki tahap pemberian bantuan pengentasan masalah. Bertujuan agar konseli dapat mengenali pikiran-pikiran dalam situasi yang mengandung tekanan dan situasi yang menimbulkan *self*

awareness individu sangatlah kurang, sehingga yang dirasakan oleh konseli yaitu sangat mengganggu dirinya, dan mengganti pikiran-pikiran tersebut ke pikiran-pikiran yang tidak akan membuat dirinya mengalami *self awareness*. Intervensi pada proses konseling 3 ini dilakukan selama kurang lebih 45 menit.

a) **Awal**

Tahap awal proses konseling dilakukan pembangunan *rapport* dengan konseli. Pembangunan *rapport* dilakukan dengan menanyakan kabar konseli dan apa kegiatan yang dilakukan sepanjang hari ini.

b) **Inti**

Dalam tahap ini konselor mengajak kembali konseli untuk menguraikan kembali persepsi-persepsi yang membuat dirinya menjadi tidak nyaman dan banyak pikiran. Disini konseli menceritakan bahwa dirinya sudah tidak terlalu tertekan dengan keadaan saat ini, karena ia masih memiliki rasa tanggungjawab dalam dirinya untuk menjalani kewajibannya. Disini konseli menceritakan latar belakangnya dari segi keluarga yang membikin dirinya tertekan. Selain itu konselor juga memberi pertanyaan tentang bagaimana konseli menerima materi secara optimal jika keadaan emosionalnya tidak tabil, konseli juga merasa bahwa pembelajaran *online* ini adalah sebuah beban bagi dirinya.

Disini konselor langsung memberikan pernyataan kepada konseli, “Apakah dengan banyaknya beban yang kamu hadapi, jadikan kamu

sulit berkonsentrasi ngeluh ketika menerima pembelajaran *online*? Sedangkan lingkungan keluarga kamu juga memiliki banyak beban, akan tetapi mereka tetap teguh dengan tanggungjawabnya”. Tujuan konselor memberikan pernyataan seperti itu, agar konseli dapat berfikir secara rasional agar dapat terus membangkitkan semangat yang ada dalam dirinya ketika mendapatkan pembelajaran *online* pada saat ini.

c) Akhir

Konselor sedikit memberikan pengertian kepada konseli dengan memberi wawasan luas mengenai hal positif yang menjadi tantangan bagi dirinya, hingga akhir dari konseling ini konselor dapat memberi kesimpulan kepada konseli bahwa bagaimana pun keadaan konseli ketika tertekan ia harus selalu menyemangati dirinya sendiri untuk bangkit.

Memberikan skala psikologis dengan bentuk formulir, dan dalam pemberian intervensi ketiga konseli mendapatkan skor 89 yang masih berada di kategori sedang.

Guna memperjelas data yang diperoleh pada setiap sesi intervensi, berikut akan disajikan tabel jadwal pelaksanaan intervensi, *Display* data dan grafik garis kondisi *self awareness* subjek penelitian ketika diberikannya 3 kali proses konseling, sebagai berikut ;

Tabel 4.7
Jadwal Pelaksanaan Intervensi

Pertemuan ke	Hari	Tanggal	Waktu
-			

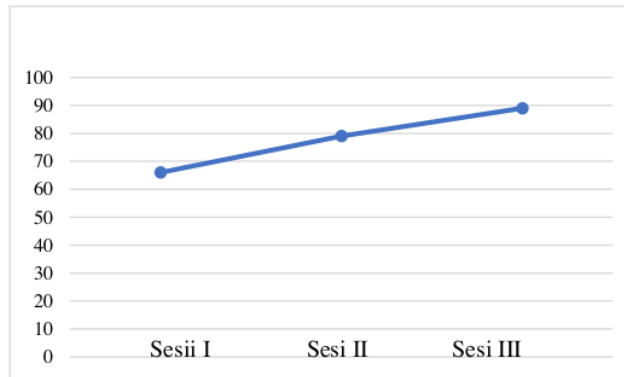
IV	Jum'at	03 Juni 2022	10.05-10.55
V	Senin	06 Juni 2022	09.45-10.30
VI	Kamis	09 Juni 2022	09.35-10.20

Berikut ini disajikan tabel data perkembangan kondisi *self awareness* subjek penelitian pada sesi intervensi, sebagai berikut ;

Tabel 4.8
Skor *Self Awareness* Siswa Pada Fase Pelaksanaan Intervensi

No.	Pertemuan	Skor	Kategori
1.	Sesi I	66	Rendah
2.	Sesi II	79	Sedang
3.	Sesi III	89	Sedang
Total rata-rata		78	Sedang

Berikut ini disajikan *Display* grafik garis perkembangan kondisi *self awareness* subjek penelitian pada sesi intervensi, sebagai berikut ;



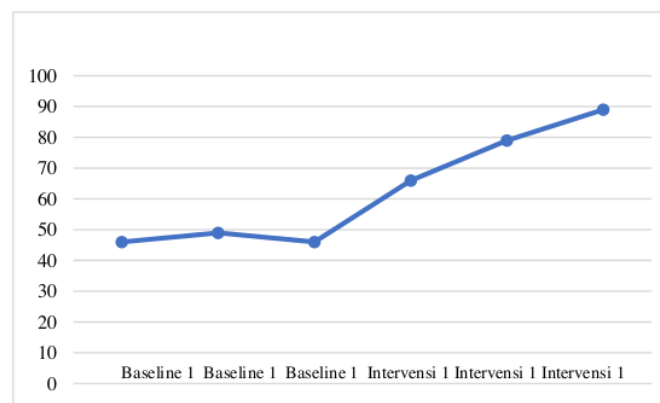
Gambar 4.2 Grafik Display Intervensi Hasil Skor Data Self Awareness Subjek

Display diatas menunjukkan bahwa, kondisi *self awareness* subjek dalam pemberian intervensi tergolong semakin meningkat. Kondisi *self awareness* pada tahap intervensi pertama hingga intervensi ketiga mengalami peningkatan setiap pemberian kuesioner setelah diberikannya proses konseling. Sehingga dapat dikatakan bahwa kondisi *self awareness* subjek cenderung meningkatkan dan data dapat dikatakan stabil.

Guna memperjelas perbedaan kondisi *self awareness* subjek penelitian dalam kemampuan pengukuran waktu sebelum dan setelah diberikan intervensi, berikut akan disajikan tabel dan grafik *Display* yang menggambarkan data mengenai kondisi *self awareness* subjek, sebagai berikut ;

**Tabel 4.9
Data Kondisi Self Awareness Subjek Pada Fase Sebelum Dan Setelah
Diberikan Intervensi**

Perilaku Sasaran (target)	Skor <i>self Awareness</i> Siswa	
	<i>Baseline 1</i>	Intervensi
<i>Self awareness</i> siswa multimedia di SMK PGRI 2 Kediri	46	66
	49	79
	46	89
Total Rata-rata	47	78



1 **Gambar 4.3** Grafik *Display* Intervensi Hasil Skor Data *Self Awareness* **Subjek**

2 *Display* diatas menunjukkan bahwa, kondisi *self awareness* subjek mengalami peningkatan secara bertahap dengan selisih 31 skor nilai rata-rata dari *baseline 1* sampai setelah diberikannya intervensi pada subjek. **2** Sehingga dapat dikatakan bahwa kondisi *self awareness* subjek mengalami peningkatan dan dapat dikatakan stabil atau masuk dalam kategori Sedang.

3
f. Pelaksanaan *Baseline 2* (Setelah subjek diberikan Intervensi)

1) Alur pelaksanaan *baseline 2* sebagai berikut :

a) Kegiatan awal

- (1) Melakukan komunikasi secara *virtual*.
- (2) Membangun *raport* (hubungan baik) dengan subjek.

b) Kegiatan inti

Peneliti mengukur kembali kondisi *self awareness* subjek dengan menanyakan kondisi subjek berdasarkan kuesioner *self awareness* yang di isi melalui skala psikologi.

c) Kegiatan penutup

- (1) Memberikan dukungan terhadap subjek
- (2) Berpamitan dan membuat janji kepada konseli untuk melakukan tahap terakhir setelah diberikannya *treatment*.

2) Tahap – tahap *Baseline 2*

a) *Baseline 2* pertama

Pelaksanaan *baseline 2* pertama dilaksanakan pada 13 Juni 2022. Kondisi *self awareness* siswa yang dialami oleh subjek pada tahap ini menunjukkan berada ditingkat tinggi. Hal tersebut dilakukan dengan hasil skor instrumen *self awareness* siswa berjumlah 79, pada tabel tingkat *self awareness* angka tersebut berada di kategori sedang.

Dalam artian kondisi *self awareness* subjek mulai pulih, gangguan psikis yang dialami siswa diakibatkan oleh adanya tekanan pembelajaran *online* yang mengakibatkan siswa mengalami *self awareness*, hal tersebut

tampak dari perilaku subjek berdasarkan indikator dari *self awareness* siswa. Perubahan kondisi *self awareness* konseli mulai tampak setelah pemberian intervensi kedua.

b) *Baseline 2* kedua

Pelaksanaan *baseline 2* kedua dilaksanakan pada 16 Juni 2022. Kondisi *self awareness* subjek pada tahap ini menunjukkan berada ditingkat yang tinggi. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil skor instrumen *self awareness* siswa berjumlah 97, pada kategori tingkat *self awareness* siswa angka tersebut berada dikategori sedang.

c) *Baseline 2* ketiga

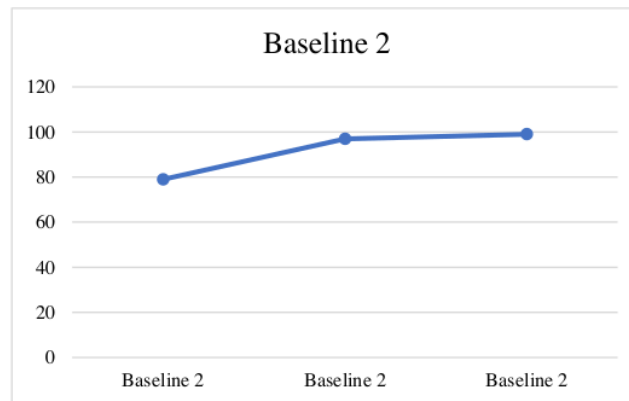
Pelaksanaan *baseline 2* ketiga dilaksanakan pada 18 Juni 2022. Kondisi *self awareness* subjek pada tahap ini menunjukkan berada ditingkat yang tinggi. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil skor instrumen *self awareness* siswa berjumlah 99, pada kategori tingkat *self awareness* siswa angka tersebut berada dikategori tinggi.

Guna memperjelas data yang diperoleh pada setiap fase *baseline 2*, berikut akan disajikan *Display* data dan grafik garis kondisi *self awareness* subjek penelitian, sebagai berikut ;

Tabel 4.10
Skor Instrumen *Self Awareness* Siswa

No.	Responden	Sesi	Skor	Kategori
1.	RAAP (nama samaran)	Pertama	79	Sedang

		Kedua	97	Sedangi
		Ketiga	99	Tinggi
Total Rata-rata			92	Sedang



Gambar 4.4 Grafik *Display Baseline 2* Hasil Skor Data Instrumen *Self Awareness* Siswa

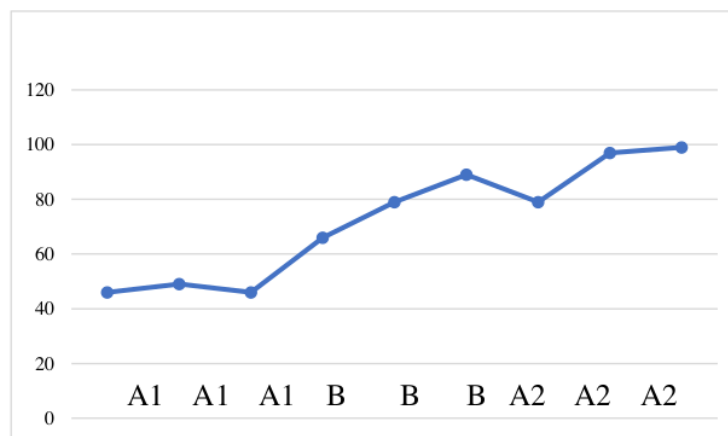
Display diatas menunjukkan bahwa, kondisi *self awareness* subjek dalam pemberian *baseline 2* tergolong meningkat. Kondisi *self awareness* pada tahap *baseline 2* pertama hingga ketiga mengalami peningkatan setiap pemberian kuesioner *self awareness post-test*. Sehingga dapat dikatakan bahwa kondisi *self awareness* subjek cenderung meningkat dan data dapat dikatakan stabil.

Berikut disajikan data akumulasi hasil pelaksanaan *baseline 1 (A)*, intervensi (B), *baseline 2 (A)*, sebagai berikut:

Tabel 4.11

Akumulasi Data Skor Instrumen *Self Awareness* Siswa

Perilaku Sasaran (target)	Skor <i>self Awareness</i> Siswa		
	<i>Baseline 1</i>	Intervensi	<i>Baseline 2</i>
<i>Self awareness</i> siswa multimedia di SMK PGRI 2 Kediri	46	66	79
	49	79	97
	46	89	99
Total Rata-rata	47	78	92



Gambar 4.5 Grafik *Display* Akumulasi Skor Instrumen *Self Awareness* Siswa

Display diatas menunjukkan bahwa, kondisi *self awareness* subjek mengalami peningkatan secara bertahap dengan selisih 31 skor nilai dari *baseline 1* sampai setelah diberikannya intervensi pada subjek, juga mengalami peningkatan dari intervensi sampai pemberian kuesioner pada fase *baseline 2* dengan selisih skor nilai 14, dengan total keseluruhan selisih skor nilai dari *baseline 1* (A), intervensi (B), dan *baseline 2* (A) dengan adalah 45. Sehingga dapat dikatakan bahwa kondisi *self awareness* subjek

mengalami peningkatan dan dapat dikatakan stabil atau masuk dalam kategori tinggi.

C. Pengujian Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menganalisis data hasil pelaksanaan *baseline 1 (A)*, intervensi (B), *baseline 2 (A)*, analisis tersebut dilakukan menggunakan analisis dalam kondisi dan antar kondisi. Analisis dalam kondisi merupakan analisis yang dilakukan pada setiap fase kondisi, analisis tersebut meliputi panjang kondisi, estimasi kecenderungan arah, kecenderungan stabilitas jejak data, jejak data, level dan stabilitas rentang, dan perubahan level.

Analisis antar kondisi merupakan analisis yang dilakukan dengan membandingkan kondisi satu fase dengan fase yang lain, dengan analisis antar kondisi peneliti dapat mengetahui pengaruh dari intervensi yang dilaksanakan. Analisis antar kondisi meliputi jumlah variabel yang diubah, perubahan kecenderungan arah, perubahan kecenderungan dan stabilitas, perubahan level, dan presentase *overlape*.

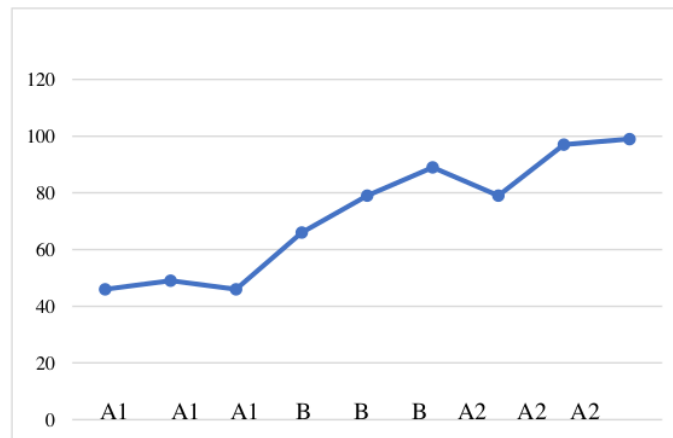
Peneliti ini melakukan pengujian pada konseling individu dengan menggunakan pendekatan *client centered* terhadap kondisi *self awareness* siswa sebelum dan sesudah diberikannya intervensi. Pada penelitian ini Hipotesis Alternatif (Ha) menyatakan konseling individu pendekatan *client centered* berpengaruh efektif dalam meningkatkan *self awareness* pada siswa kelas XI Multimedia yang terdampak pandemi di SMK PGRI 2 Kediri.

¹ Berikut disajikan tabel pengukuran kondisi pada *baseline 1 (A)*, *intervensi (B)*, *baseline 2 (A)* untuk memperjelas perkembangan dari setiap fase kondisi tersebut.

Tabel 4.12
Perkembangan *Self Awareness* Siswa

Baseline 1 (A)			Intervensi (B)			Baseline 2 (A)		
46	49	46	66	79	89	79	97	99

Perhitungan skor kondisi psikis subjek yang mengalami *self awareness* dimasa pandemi pada fase *baseline 1*, *intervensi*, *baseline 2* disajikan pada tabel diatas. Pada penelitian diperoleh akumulasi skor rata-rata sebagai berikut; fase *baseline 1 (A)* dengan skor total 141, *intervensi (B)* dengan skor total 234, dan *baseline 2 (A)* dengan skor total 275. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa konseling individu dengan pendekatan *client centered* efektif digunakan untuk meningkatkan kondisi *self awareness* siswa, hal tersebut dibuktikan dengan skor instrumen *self awareness* pada fase *intervensi* dan *baseline 2* mengalami peningkatan dibandingkan pada fase *baseline 1*, yang artinya kondisi psikis subjek yang mengalami *self awareness* mengalami perubahan kearah lebih baik setelah diberikannya *intervensi*. Berikut disajikan data grafik perolehan skor instrumen *self awareness* siswa pada setiap fase :



Gambar 4.7 Grafik *Display* Akumulasi Skor Instrumen *Self Awareness* Siswa

Display diatas menunjukkan bahwa dengan skor instrumen *self awareness* pada fase intervensi dan *baseline 2* mengalami peningkatan dibandingkan pada fase *baseline 1*, yang artinya kondisi psikis subjek yang mengalami *self awareness* mengalami perubahan kearah lebih baik setelah diberikannya intervensi.

Hasil data penelitian berikut, kemudian dilakukan analisis menggunakan analisis dalam kondisi dan analisis antar kondisi.

1. Analisis Dalam Kondisi

Tabel 4.13
Data Hasil Analisis Dalam Kondisi *Self Awareness* Siswa

Kondisi	Baseline 1 (A)	Intervensi (B)	Baseline 2 (A)
1. Panjang kondisi	3	3	3
2. Estimasi kecenderungan arah	(=) _____	(+) _____	(+) _____

3. Kecenderungan stabilitas data	Stabil (100%)	Stabil (100%)	Stabil (100%)
4. Jejak data	(=) _____	(+) _____	(+) _____
5. Level dan stabilitas rentang	Stabil (46-46)	Stabil (89-66)	Stabil (99-79)
6. Perubahan level	(46-46) (=0)	(89-66) (+23)	(99-79) +20

² Dalam penelitian ini diketahui bahwa panjang fase *baseline 1* (A) = 3 dengan maksud pada fase *baseline 1* terdapat tiga sesi pemberian *pre test*, intervensi (B) = 3 yang berarti terdapat tiga sesi pemberian *treatment*, dan *baseline 2* (A) = 3 menunjukkan adanya tiga sesi pemberian *post test* setelah diberikannya *treatment*. Hasil estimasi kecenderungan arah memberikan keterangan bahwa meningkatkan kondisi *self awareness* siswa dengan konseling individu pendekatan *client centered* dari sesi awal hingga sesi terakhir pada setiap fasenya cenderung naik yang artinya membaik. Kecenderungan arah pada fase *baseline 1* stabil, kemudian pada fase intervensi dan *baseline 2* mengalami peningkatan.

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa adanya perubahan yang terjadi pada kemampuan pengukuran waktu pada subjek penelitian. Adapun kecenderungan arah yang terjadi pada *baseline 1* (A) adalah tetap, intervensi (B) naik, *baseline 2* (A) naik. Fase *baseline 1*, intervensi, dan *baseline 2* memiliki tingkat stabilitas sebesar 100% yang berarti bahwa tingkat kecenderungan stabilitasnya adalah stabil. Oleh karena itu, pada masing-masing fase menerangkan bahwa rentang data yang cenderung besar atau

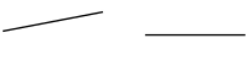
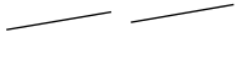
tingkat variasi tinggi. Kondisi kecenderungan data sama halnya dengan menentukan kondisi kecenderungan arah, sehingga data yang ada pada kondisi kecenderungan jejak data, sama dengan data pada kondisi kecenderungan arah. Jejak data cenderung menurun pada fase intervensi dan *baseline 2*, sedangkan untuk fase *baseline 1* jejak data menurun.

Level stabilitas dan rentang ditentukan dengan cara mengambil skor terbesar dan terkecil yang diperoleh pada setiap fase. Level stabilitas untuk *baseline 1 (A)* tetap dengan rentang 46-49 yang berarti rentang data pada fase *baseline 1* antara skor 46 hingga 49. Fase intervensi (B) stabil dengan rentang 66-89, menunjukkan bahwa rentang data pada fase ini antara skor 66 hingga 89, sedangkan *baseline 2 (A)* stabil dengan rentang data antara 79-99. Adapun perubahan level dilakukan dengan cara menghitung selisih data yang terbesar dan data terkecil dari setiap fase. Tanda (+) menunjukkan adanya perubahan yang membaik, tanda (-) menunjukkan adanya perubahan yang memburuk, dan (=) menunjukkan tidak ada perubahan. Level perubahan berdasar hasil analisis fase *baseline 1 (A)* = 0 yang artinya bahwa data pada fase *baseline* tidak ada perubahan atau stabil. Fase intervensi (B) = +23 menunjukkan kondisi membaik sebesar 23, sedangkan pada fase *baseline 2 (A)* = +20 menunjukkan bahwa data pada fase *baseline 2* menunjukkan kondisi membaik sebesar 20.

2. Analisis Antar Kondisi

Analisis antar kondisi dilakukan dengan membandingkan kondisi pada satu fase dengan fase yang lain. berikut ini merupakan hasil analisis antara kondisi hasil penelitian terhadap *self awareness* pada siswa;

Tabel 4.14
Data Hasil Analisis Antar Kondisi *Self Awareness* Siswa

Perbandingan Kondisi	Intervensi (B) / Baseline 1 (A)	Baseline 2 (A) / Intervensi (B)
1. Jumlah variabel yang di ubah	1	1
2. Perubahan kecenderungan arah dan efeknya	(+) (=) 	(+) (+) 
3. Perubahan kecenderungan stabilitas	Stabil ke stabil	Stabil ke stabil
4. Perubahan level	46-66 (+20)	89-79 (+10)
5. Perubahan overlap	0/6 x 100% = 0%	0/3 x 100% = 0%

Berdasarkan data tabel diatas, dapat dijelaskan bahwa jumlah variabel yang diubah adalah satu, yaitu kondisi *baseline* (A) ke intervensi (B). kemudian perubahan kecenderungan arah ditentukan dengan cara mengambil data pada analisis dalam kondisi dengan kecenderungan (naik, turun, dan tetap) hal ini dilakukan untuk melihat perubahan perilaku. Kecenderungan arah perubahan yang terjadi pada subjek yang diteliti menjelaskan bahwa perubahan kecenderungan pada fase *baseline* 1 (A) dengan intervensi (B)

yakni tetap dan naik, yang artinya kondisi *baseline 1 (A)* dengan intervensi (B) kondisi naik setelah intervensi diberikan. Perbandingan antara fase intervensi (B) dengan fase *baseline 2 (A)* yakni naik dan naik, yang artinya menunjukkan kondisi naik setelah pemberian intervensi dan kembali naik dibanding pada fase *baseline 1*.

Perubahan kecenderungan stabilitas dimaksudkan untuk melihat stabilitas perilaku subjek dalam masing-masing kondisi. Kecenderungan stabilitas pada fase *baseline 1 (A)* dengan intervensi (B) yaitu stabil ke stabil, sedangkan perbandingan pada fase intervensi (B) dengan *baseline 2 (A)* adalah stabil ke stabil. Selanjutnya perubahan level, dengan menghitung selisih data terakhir dengan data pertama antar fase kemudian selisihnya ditandai (+) bila membaik, (-) bila memburuk, dan (=) bila tidak ada perubahan. *Self Awareness* subjek naik 20 pada sesi pertama intervensi (B) dari sesi terakhir *baseline 1 (A)*, hal ini menunjukkan adanya kondisi naik atau membaik (+) setelah diberikannya intervensi. Perubahan level subjek dalam *self awareness* pada sesi terakhir intervensi (B) ke sesi pertama *baseline 2 (A)* mengalami naik kembali sebesar 10, hal ini menunjukkan adanya kondisi membaik (+) setelah intervensi diberikan.

Data tumpang tindih atau *overlap* menunjukkan adanya kesamaan kondisi antar fase *baseline 1 (A)*, intervensi (B), dan *baseline 2 (A)*, semakin kecil presentasi *overlap* maka semakin baik pengaruh intervensi terhadap konseling individu pendekatan *client centered*. Data *overlap* ada *baseline 1 (A)* ke intervensi (B) yaitu 0. Pada data antara *baseline 1 (A)* dengan

intervensi (B) tidak ada data yang *overlap*, yang berarti pemberian intervensi berpengaruh terhadap target *client centered* yakni meningkatkan *self awareness* siswa dengan menggunakan konseling individu pendekatan *client centered* memberikan pengaruh yang bagus pada peningkatan kondisi *self awareness* pada subjek. Pada antara intervensi (B) dengan *baseline 2* (A) data yang *overlap* yaitu 0, data ini juga menunjukkan pengaruh yang baik. Data *baseline 2* menunjukkan penurunan presentase pencapaian kondisi *self awareness* yang lebih rendah dibanding pada *baseline 1*.

Setelah dilakukan analisis terhadap data yang diperoleh, dapat disimpulkan kondisi *self awareness* siswa dapat diatasi menggunakan penerana konseling individu pendekatan *client centered* yang diberikan kepada subjek, karena terdapat data perubahan yang semakin membaik, yakni pada *baseline 2* (A) data yang diperoleh lebih tinggi dibanding dengan *baseline 1* (A). selain itu juga didukung dengan adanya presentase *overlap* yang tinggi. Presentase *overlap* antara kondisi *baseline 1* dan fase intervensi yaitu 0 dan fase intervensi dengan *baseline 2* juga 0

D. Pembahasan

Terdapat seorang siswa dengan tingkat *Self awareness* yang rendah di kelas XI multimedia SMK PGRI 2 Kediri yang mengalami kondisi *self awareness* pada masa pembelajaran daring saat ini. Mahasiswa ini mengalami *self awareness* yang mengganggu aktivitas dalam belajarnya. Kondisi seperti itu berdampak pada kondisi psikis subjek dan pencapaian akademik subjek, yakni

kondisi tubuh yang tidak stabil, kekhawatiran dirinya akan turunnya nilai, kurang fahamnya materi yang disampaikan secara *online*, emosional subjek dari luar dirinya yang membuat dirinya merasa tertekan. Hal ini disebabkan adanya gangguan fisik, gangguan perilaku, gangguan emosi, dan gangguan proses berfikir yang ada dalam diri subjek sendiri sehingga dapat menyebabkan tekanan pada diri subjek.

¹ Analisis data keseluruhan menunjukkan bahwa konseling individu dengan *client centered* efektif digunakan untuk pemulihan kondisi *self awareness* yang dialami oleh salah satu siswa kelas IX multimedia di SMK PGRI 2 Kediri. Hal tersebut dapat dilihat pada data kondisi intervensi dan *baseline 2* yang menunjukkan hasil yang semakin menurun, maknanya kondisi *self awareness* ² subjek mengalami perubahan kearah lebih baik setelah diberikannya intervensi.

Berikut kondisi *self awareness* yang dialami oleh subjek dalam tiga fase, yaitu sebelum diberikannya intervensi (*baseline 1*), fase intervensi, dan fase setelah diberikan intervensi (*baseline 2*).

1. Self awareness Siswa Pada Fase Sebelum Diberikan Intervensi

¹ Peneliti melakukan penilaian terhadap kondisi *self awareness* subjek menggunakan instrumen *self awareness* mahasiswa. Kondisi psikis subjek pertama kali, Nampak terlihat tertekan, beban, khawatir dan cemas yang dibuktikan dari pengisian instrumen melalui skala psikologi kisi-kisi *self awerenees* tersebut. Dikarenakan ini pada masa pandemi, proses

pengambilan data di fase ini dilakukan dengan cara memasuki ke kelas multimedia untuk diberikannya skala psikologi.

Menurut Carveth (Misra & McKean, 2000) menjelaskan bahwa *self awareness* itu bersumber dari proses belajar mengajar yang mempengaruhi proses berpikir, fisik, emosi dan perilaku yang timbul dari dirinya. Maksudnya *self awareness* adalah kemampuan diri sendiri untuk mengenal lebih dalam serta menyesuaikan karakter yang dimiliki individu dengan kemampuan yang individu miliki. Sedangkan kondisi subjek menunjukkan adanya tanda-tanda tekanan dalam dirinya yaitu kecemasan, kekhawatiran, tidak percaya diri, dan sulit untuk mengambil keputusan. Sehingga Salah satu penyebab dari dampak pandemi banyak orang tua siswa yang terkena imbasnya dari segi perekonomian, sehingga membuat beberapa siswa memutuskan untuk bekerja, tentu hal ini membuat siswa tidak begitu maksimal saat mengikuti pembelajaran *online* dan lebih mementingkan keperluan di luar sekolah.

Kondisi subjek yang demikian dikhawatirkan akan berimbas pada pencapaian akademik dan masa depan subjek, seperti merasa sulit secara fisik dalam melakukan suatu hal yang biasa dilakukan karena tuntutan akademik, menunjukkan kurangnya percaya diri sehingga tidak melakukan kewajiban sebagai peserta didik, sulit konsentrasi menyebabkan prestasi menurun karena tuntutan akademik. Efek jangka pendek yang dialami oleh mahasiswa yang mengalami *self awareness*, akan menjadikan individu mengalami tekanan dalam dirinya sehingga

membuat siswa malas dan melupakan kewajibannya. Sedangkan jangka panjang yang dialami oleh mahasiswa yang mengalami *self awareness*, akan menjadikan siswa malas dengan kewajiban dan meninggalkan kewajiban ketika siswa menganggap sudah tidak membutuhkan hal seperti itu, dan lebih memilih mencari kegiatan lainnya yang menguntungkan dirinya.

Siswa yang mengalami kondisi *self awareness* ini dibutuhkan pendampingan terkait perubahan pola pikir untuk mengubah sudut pandang subjek dari sudut pandang yang tidak tepat ke sudut pandang yang lebih tepat sehingga individu dapat percaya diri dan memiliki *self awareness* yang baik. *Self awareness* merupakan tekanan yang dialami oleh siswa yang terkait dengan akademik pendidikan, jika *self awareness* dialami pada subjek ¹ tentu hal tersebut akan berdampak pada sebagian besar aspek kehidupan subjek, yakni kurangnya memahami diri sendiri sehingga subjek akan merasa bahwa dirinya tidak dapat melakukan apa yang hendak siswa inginkan, dikarenakan kurangnya rasa percaya diri.

2. *Self awareness* ¹ Subjek Fase Intervensi

Peneliti memberikan intervensi atau bantuan kepada subjek berupa konseling individu *client centered*. ¹ Proses konseling dalam pelaksanaannya, peneliti memberikan konseling secara langsung. Disini peneliti mengajak satu rekan untuk memantau peneliti dalam melaksanakan ¹ intervensi, hal tersebut dilakukan karena keterbatasan waktu peneliti. Dalam pelaksanaan

konseling ini, peneliti tidak meminta bantuan kepada konselor yang sudah profesinya, akan tetapi disini peneliti memberikan intervensi secara pribadi kepada subjek.

Intervensi atau *treatment* tersebut diberikan sebagai upaya membantu pemulihan kondisi *self awareness* subjek. Konseling individu dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan. Pada pertemuan pertama tahap pengenalan siswa yang memiliki sikap *self awareness* yang kurang. Tahap pengenalan siswa yang memiliki sikap *self awareness* yang kurang dalam proses konseling adalah untuk mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri sehingga konseli dapat meyakinkan dirinya bahwa cara pandang terhadap suatu masalah dapat menyebabkan kurangnya *self awareness*. Intervensi pada proses konseling 1 dilakukan selama kurang lebih 50 menit. Proses pertemuan kedua dilaksanakan tahap pengungkapan sebab-sebab kurangnya rasa *self awareness* siswa, tujuan dalam tahap pengungkapan sebab-sebab kurangnya rasa *self awareness* siswa ini adalah untuk membantu konseli dalam menghadapi situasi masalah yang sedang dihadapinya. Intervensi pada proses konseling 2 ini dilakukan selama kurang lebih 45 menit. Proses pertemuan ketiga dilaksanakan tahap pemberian bantuan pengentasan masalah. Bertujuan agar konseli dapat mengenali pikiran-pikiran dalam situasi yang mengandung tekanan dan situasi yang menimbulkan *self awareness* individu sangatlah kurang, sehingga yang dirasakan oleh konseli yaitu sangat mengganggu dirinya, dan mengganti pikiran-pikiran tersebut ke pikiran-pikiran yang tidak akan

membuat dirinya mengalami *self awareness*. Intervensi pada proses konseling 3 ini dilakukan selama kurang lebih 45 menit.

Konseling individu disajikan dengan kata-kata yang mudah difahami oleh subjek. Pada tahapan konseling individu pertama, Konselor menggiring konseli agar nyaman terlebih dahulu sehingga dapat bercerita tanpa ada rasa cemas dan takut, sebaliknya jika konseli sudah merasa nyaman dan dilindungi. Maka konselor dapat memancing konseli agar dapat mengungkapkan keinginan-keinginannya Dengan perasaan yang sedang tidak baik-baik saja dalam pembelajaran *online*, membuat konseli tidak dapat berkonsentrasi secara maksimal. Karena banyak nya beban tugas juga membuat konseli menjadi jengkel. Disini konselor hanya sedikit memberikan masukan untuk meyakinkan konseli mengenai persepsinya yang menyebabkan dirinya mengalami hal seperti yang siswa rasakan. Dengan memberikan masukan tersebut, konseli dapat berfikir lebih untuk tetap menjaga pikiran dan mengontrol dirinya ketika masa saat ini sehingga dari situlah konseli peka akan kesadaran dalam dirinya. Dalam tahap ini konseli juga dapat menjaga perasaan dan pikiran demi menjalankan pembelajaran *online* dan tetap semangat menjalankan pembelajaran *online*.

Tahapan konseling selanjutnya yakni Konselor mengajak kembali konseli untuk menelaah kembali sebab penyebab masalah yang sedang dihadapi konseli. Hasil yang diperoleh pada pertemuan kedua ini yaitu Konseli merasakan perasaannya yang sangat tidak terkondisikan, dan

merasa pikirannya sedang tidak baik-baik saja sehingga siswa memiliki inisiatif untuk melupakan tugas-tugas yang ada didepannya, dan memutuskan untuk lebih baik melakukan hal yang siswa sukai dibandingkan tanggungjawab yang harus siswa penuhi. Disini konselor bertanya “apakah dengan kamu mengalami sebab-sebab yang membuat *self awareness* kamu kurang, kamu akan selesai dari permasalahan yang sedang kamu hadapi, sedangkan kamu dalam kondisi sedang tidak baik-baik saja?”, disini konseli menjawab “emmm tidak, ya dengan disini kan ada fase nya masing-masing kan, jadi ketika saya mengalami hal-hal yang membuat emosi dan perasaan saya menjadi tak karuan ya saya melakukan suatu hal yang membuat diri saya menjadi lebih tenang dengan apa yang saya sukai.” Jadi disini konseli tetap memiliki rasa tanggung jawab. Akan tetapi disisi lain konseli memiliki kekhawatiran dalam dirinya jika perasaan dan emisional saya tidak terkontrol karena adanya pandemi seperti saat ini, disini konseli merasakan sering khawatir akan hal itu, akan tetapi siswa tetap berusaha semangat dengan cara membandingkan dirinya dengan orang lain untuk menjadi tolak ukur dirinya tetap semangat.

Pertemuan selanjutnya yaitu pertemuan terakhir yaitu konselor memasuki tahap pemberian bantuan pengentasan masalah, yang bertujuan agar konseli dapat mengenali pikiran-pikiran dalam situasi yang mengandung tekanan dan situasi yang menimbulkan *self awareness* individu sangatlah kurang, sehingga yang dirasakan oleh konseli yaitu sangat mengganggu dirinya, dan mengganti pikiran-pikiran tersebut ke

pikiran-pikiran yang tidak akan membuat dirinya mengalami *self awareness*.

3. *Self awareness* Subjek Setelah Diberikan Intervensi

Kondisi *self awareness* konseli menunjukkan adanya perubahan kearah lebih baik di antaranya konseli mulai dapat berfikir secara rasional dan menampilkan perilaku yang lebih tenang, yang dibuktikan dengan pengisian instrumen yang diberikan kepada konseli. Dalam artian kondisi *self awareness* subjek mulai pulih, gangguan psikis yang dialami siswa diakibatkan oleh adanya tekanan pembelajaran *online* yang mengakibatkan siswa mengalami *self awareness*, hal tersebut tampak dari perilaku subjek berdasarkan indikator dari *self awareness* siswa. Perubahan kondisi *self awareness* konseli mulai tampak setelah pemberian intervensi kedua.

Peneliti menggunakan desain penelitian A-B-A (*baseline 1* - intervensi - *baseline 2*) untuk mengamati perubahan kondisi *self awareness* subjek pada kondisi sebelum diberikan intervensi, saat dilaksanakan intervensi, dan setelah diberikan intervensi. Instrumen yang dipakai untuk mengukur kondisi *self awareness* yaitu kuesioner pernyataan *self awareness* siswa. Pada pelaksanaannya *baseline 1* dilaksanakan sebanyak 3 kali pemberian kuesioner, intervensi 3 kali pertemuan secara *offline*, dan *baseline 2* sebanyak 3 kali pemberian kuesioner.

Juang Sunanto (2005: 60) menjelaskan salah satu komponen untuk mendapatkan validitas yang baik saat pelaksanaan eksperimen yaitu dengan mengumpulkan dan mengukur data kondisi *baseline* (A) secara berlanjut minimal 3 sampai 5, sampai kondisi trend data *baseline* stabil. Pada data intervensi (B) dan *baseline* 2 (A) juga berlaku demikian. Pada pelaksanaannya *baseline* 1 dan 2 dilakukan hanya sebanyak 3 kali pemberian kuesioner, karena sudah didapatkan data yang stabil.

Dalam proses penelitian instrumen diberikan secara berulang-ulang, yakni pemberian instrumen pada setiap sesi pertemuan. Pada *baseline* 1 peneliti memberikan beberapa pertanyaan tentang kondisi *self awareness* subjek berdasarkan instrumen *self awareness* mahasiswa tanpa diberikan intervensi, demikian juga dengan pelaksanaan *baseline* 2. Pada pelaksanaan tahapan intervensi, instrumen diberikan setelah pelaksanaan intervensi (proses konseling).

Pelaksanaan kondisi *baseline* 1 sebanyak 3 kali pemberian kuesioner didapatkan hasil skor rata-rata 47, pada instrumen *self awareness* siswa berada pada kategori sedang, maknanya pada kondisi sebelum diberikan intervensi kondisi *self awareness* subjek sedang. Skor *self awareness* pada kondisi intervensi didapatkan hasil rata-rata didapatkan 78, berada pada kategori tinggi. Artinya *self awareness* subjek setelah diberikan intervensi menunjukkan kondisi *self awareness* subjek tinggi/baik.

Pada *baseline* 2 hasil skor rata-rata didapatkan 92, berada pada kategori tinggi. Artinya berdasarkan kuesioner *self awareness* subjek yang

mengalami gangguan fisik, emosi, perilaku dan proses berfikirnya, kondisi subjek mulai kembali baik tanpa ada tekanan dalam dirinya. Maknanya, *self awareness* yang diakibatkan oleh gangguan fisik, gangguan perilaku, gangguan emosi, dan gangguan proses berfikir dalam menjalani perkuliahan daring dalam masa pandemi ini sudah jauh membaik dari sebelumnya.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan kondisi *self awareness* siswa kearah yang semakin membaik dari fase ke fase. Demikian pada data *overlapping*, tidak terdapat data *overlapping* (tumpang tindih) dari kondisi *baseline 1* ke kondisi intervensi, dan dari kondisi intervensi ke *baseline 2*. Maknanya intervensi berupa konseling individu dengan pendekatan *client centered* yang diberikan memberikan pengaruh segera pada kondisi *self awareness* yang dialami oleh subjek. Sunanto (2006: 116) mengungkapkan presentase data *overlap* yang semakin kecil, semakin baik pengaruh intervensi terhadap target.

Client Centered digunakan berdasarkan teori Menurut Carl R. Rogers, Yang menerangkan bahwa *reframing* (yang disebut juga peubahan ulang) yaitu bahwa penyelesaian masalah pusatnya ada pada konseli, banyak kesamaannya dengan makna konseling secara umum. Konsep pokok yang mendasari adalah hal yang menyangkut konsep-konsep mengenai diri (*self*), aktualisasi diri, teori kepribadian, dan hakekat Kecemasan. Berdasarkan teori Carl R. Rogers, peneliti menggunakan *client centered* sebagai media pemilihan kondisi *self awareness* pada

subjek yang disebabkan oleh kurangnya *self awareness* subjek terhadap adanya pembelajaran daring pada masa saat ini, dengan memberikan keyakinan dan persepsi baru terhadap sudut pandang konseli.

Stimulus tersebut diberikan dengan tujuan untuk mendapatkan perilaku baru yang diharapkan serta penghapusan perilaku yang membuat dirinya mengalami *self awareness* dan memiliki tekanan. Perilaku yang diharapkan yaitu dimana subjek dapat berfikir secara luas tentang adanya pembelajaran daring saat ini, tanpa dirinya mengeluh, mengalami tekanan dan tetap memiliki semangat tinggi untuk menyelesaikan kewajiban yang menjadi tanggung jawab dalam dirinya. perilaku baru di perkuat dengan diberikan *reinforcement* berupa pujian. Pujian yang diberikan oleh peneliti berupa ungkapan yang membangkitkan semangat dan rasa tanggung jawab dalam diri subjek untuk mengarah ke hal yang lebih baik.

Hasil analisis menunjukkan bahwa konseling individu dengan pendekatan *client centered* merupakan langkah yang baik digunakan untuk pemulihan kondisi psikis subjek yang mengalami *self awereness*, karena dengan bentuk pemberian *treatment* tersebut didapatkan solusi penanganan yang tepat sesuai dengan yang konseli butuhkan. Berdasarkan pendapat ahli yang digunakan dan hasil analisis data keseluruhan, dapat ditarik kesimpulan konseling individu dengan *client centered* memiliki pengaruh untuk mengurangi kondisi psikis yang dialami oleh siswa yang mengalami *self awareness*.

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan analisis data keseluruhan, dapat disimpulkan konseling individu dengan pendekatan *client centered* memiliki pengaruh untuk digunakan sebagai pemulihan kondisi perilaku siswa yang mengalami *self awereness* karena adanya pembelajaran daring. Hal tersebut dibuktikan dengan, pelaksanaan kondisi *baseline* 1 sebanyak 3 kali didapatkan hasil skor rata-rata 47, pada instrumen kuesioner *self awereness* siswa berada dikategori rendah, maknanya pada kondisi sebelum diberikan intervensi kondisi *self awereness* subjek sedang. Skor *self awereness* pada kondisi intervensi didapatkan hasil rata-rata didapatkan 78, berada pada kategori tinggi. Artinya *self awereness* subjek setelah diberikan intervensi menunjukkan kondisi *self awereness* subjek tinggi/baik.

Pada *baseline* 2 hasil skor rata-rata didapatkan 92, berada pada kategori tinggi. Artinya berdasarkan kuesioner *self awereness* subjek yang mengalami gangguan fisik, emosi, perilaku, percaya diri dan proses berfikirnya, kondisi subjek mulai kembali baik tanpa ada tekanan dalam dirinya. Maknanya, *self awereness* yang diakibatkan oleh gangguan fisik, gangguan perilaku, gangguan emosi, percaya diri dan gangguan proses berfikir dalam menjalani perkuliahan daring dalam masa pandemi ini sudah jauh membaik dari sebelumnya.

Kondisi *self awareness* subjek mengalami perubahan kearah lebih baik setelah diberikan intervensi (*treatment* atau konseling). Diperkuat dengan data *overlapping*, tidak terdapat data *overlapping* (tumpang tindih) pada kondisi *baseline 1* ke kondisi intervensi, dan dari kondisi intervensi ke *baseline 2*. Maknanya intervensi berupa konseling individu pendekatan *client centered* yang diberikan memberikan pengaruh segera pada *self awareness* siswa.

B. Implikasi

Sehubungan dengan pembahasan dalam penelitian ini, maka implikasi dalam hasil penelitian ini bahwa ada pengaruh yang positif antara layanan konseling individu dengan kondisi *self awareness* siswa yang menunjukkan bahwa adanya peran penting dalam pemberian layanan pendekatan *client centered* dalam proses meningkatkan kondisi *self awareness* pada siswa.

Dari hasil tersebut dengan adanya pelaksanaan layanan konseling individu dengan pendekatan *client centered* mendapatkan hasil yang efektif terhadap siswa dengan memberikan ruang untuk siswa berfikir serta memberikan pemahaman-pemahaman positif untuk membangun pola pikir yang lebih luas dari dalam diri siswa terutama dalam memanajemen *self awareness* siswa yang disebabkan karena dengan adanya pembelajaran daring. Peran penting program layanan konseling individu dalam hal ini adalah diharapkan mendapat perhatian dari seluruh Guru Bimbingan Konseling maupun Guru Kelas dalam melakukan adanya kegiatan bimbingan dan konseling. Guna untuk membentuk dan meningkatkan *self awareness* siswa ketika menjalankan kewajiban akademik sebagai peserta didik baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan sekitar.

C. Saran-saran

Melihat pentingnya kondisi psikis mahasiswa, terutama keadaan stres akademik yang dialami oleh mahasiswa pada masa saat ini, peneliti memiliki saran ke berbagai pihak, yaitu :

1. Bagi jurusan Bimbingan Konseling

Penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah ilmu pengetahuan dalam Bimbingan Konseling, mengenai gambaran kondisi stres akademik mahasiswa yang mengalami gangguan fisik, emosi, perilaku, rasa percaya diri dan gangguan proses berfikir nya pada masa pembelajaran daring, dengan memberikan penerapan konseling individu *client centered*.

2. Bagi subjek

Pasca mengalami tekanan yang mengakibatkan *self awareness*, sangat penting bagi subjek agar berusaha untuk mengubah sudut pandang agar tidak timbulnya gangguan-gangguan yang membuat dirinya tertekan, percaya diri akan melakukan suatu hal dan menjadikan tidak nyaman dengan adanya pembelajaran daring saat ini. Upaya tersebut perlu dilakukan agar tidak menjadi beban dalam melakukan kegiatan-kegiatan agar tidak timbulnya masalah maupun gangguan yang tidak diharapkan dikemudian hari.

Kondisi *self awareness* subjek yang membaik, dapat mendorong subjek kembali melakukan kegiatan-kegiatan serta pembelajaran dan kewajiban sebagai peserta didik, dengan *self awareness* yang lebih baik dan

optimal, sehingga subjek memiliki rasa tanggung jawab yang lebih dimasa sekarang dan masa akan datang.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Pada penelitian selanjutnya, diharapkan dapat mengaplikasikan hasil penelitian yang telah ditemukan, dan melihat kekurangan penelitian saat ini sebagai acuan pembaharuan kearah lebih baik terhadap penelitian yang akan dilaksanakan. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan konseling secara individu dengan pendekatan *client centered*, hal tersebut digunakan karena pada saat pandemi ini beberapa siswa mengalami tekanan karena pembelajaran daring, sehingga membuat mereka tidak percaya diri untuk menerima materi-materi yang telah diberikan dan berdiskusi didalam kelas. Maka dari itu, untuk peneliti selanjutnya dapat melihat kekurangan yang ada dalam penelitian ini sehingga dapat diperbaharui dengan adanya penelitian yang akan dilaksanakan dikemudian hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Agoes Dariyo. 2016. Peran Self-Awareness Dan Ego Support Terhadap Kepuasan Hidup Remaja Tionghoa Psikodimensia Volume 15 / 2 edisi Juli - Desember 2016 (254-274) p ISSN : 1411 – 6073. Jakarta : Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara Jakarta. (*Online*). diakses pada tanggal 22 Maret 2021.
- Alfiandy Warih Handoyo, Evi Afiati , Deasy Yunika Khairun , Arga Satrio Prabowo. 2020. *Prokrastinasi Siswa Selama Masa Pembelajaran Online* Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP Universitas Sultan Ageng Tirtayasa Vol. 3, No.1, 2020, hal. 355-361 p-ISSN 2620-9047, e-ISSN 2620-9071. Serang : Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. (*Online*). diakses pada tanggal 16 Maret 2021.
- Blegur, Jusup. 2020. *Soft Skills Untuk Prestasi Belajar*. Surabaya : Scopindo Media Pustaka.
- Diza Rahma Azzahra¹ , Rizna Nur Septyanti² , Wiwin Yuliani³. 2019. *Pengaruh Clie-centered Therapy Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMA*. Vol. 2, No. 1, Januari 2019. Cimahi : IKIP Siliwangi. (*Online*). diakses pada tanggal 15 April 2021.
- Djarwanto. 1994. Pokok-pokok Metode Riset dan Bimbingan Teknis Penulisan Skripsi. Yogyakarta : Liberty.
- Fais Nur Aini. 2021. *Implementasi Teknik Self Talk Untuk Meningkatkan Self Awareness Pada Seorang Mahasiswi UIN Sunan Ampel Surabaya*. Surabaya : Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. (*Online*). diakses pada tanggal 25 Maret 2021.
- Fitria Anita Firdaus, and Febranti Putri Navion. “Penerapan KonFirdaus, F. A., & Navion, F. P. (2021). Penerapan Konseling Individu Teknik Reframing Untuk Mengurangi Stres Akademik Pada Mahasiswa. Irsyad : Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam, 9(1), 1–20.
- Febrianawati Yusup. 2018. *Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif*. Jurnal Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan Vol. 7 No. 1. Banjarmasin : Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin (*Online*). diakses pada tanggal 25 Juni 2021.
- Goleman. (1996). *Emotional Intelligence*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hani Kharirunnisa. 2017. *Self Esteem, Self Awareness Dan Perilaku Asertif Pada Remaja*. (*Online*). diakses pada tanggal 13 April 2021.

- Hatch, E dan Farhady, H, 1981, *Research Design and Statistics for Applied Linguistics*. Teheran: Rahnama Publications.
- Hanik, Ummu. 2019. *Pengaruh Konseling Gestalt Profetik Terhadap Tingkat Self Awareness Dalam Kebersihan Lingkungan Di Asrama Roudlotul Banin Wal Banat Al Masykuriyah Jemur Wonosari Surabaya*. **Skripsi**. Surabaya : UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Indrawan, Rully., Yaniawati, R. Poppy, 2014. *Metodologi Penelitian*. Bandung: PT. REFIKA ADITAMA.
- Jamaluddin, A.R.W. 2019. *Persepsi Terhadap Perilaku Sehat Sebagai Prediktor Pengambilan Keputusan Hidup Sehat Dengan Kesadaran Diri (Self Awareness) Sebagai Moderator Pada Mahasiswa Di Makassar*. **Skripsi**. Makassar : Universitas Bosowo.
- Juwitasari, Indah. 2021. *Konseling Individu Dengan Pendekatan Client-Centered Dalam Mengatasi Masalah Pada Peserta Didik Di Mtsn 2 Bandar Lampung*. **Skripsi**. Lampung : UIN Raden Intan Lampung.
- Kusumadewi, R. F., Yustiana, S., & Nasihah, K. (2020). Menumbuhkan kemandirian siswa selama pembelajaran online sebagai dampak covid-19 di sd. *Jurnal Riset Pendidikan Dasar*.
- Maristela Oparekhe Hilapok. 2017. *Self Awareness Dan Implikasinya Pada Usulan Topik Program Pengembangan Diri*. Yogyakarta : Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. (Online). diakses pada tanggal 14 April 2021.
- Mustika, Meri. 2017. *Hubungan Self Awareness Dengan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas Viii Di Smp Wiyatama Bandar Lampung (Penelitian Korelasional Bidang BK Pribadi)*. **Skripsi**. Lampung : Raden Intan.
- Nuri, L. 2013. *Self Awareness: Langkah Awal Menuju Adaptasi Emosi Dalam* (Online). Organization, I. L.O. (1989). diakses pada tanggal 13 April 2021.
- Nursalam 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Pascawati, Trysa Diana Nurul. 2021. *Hubungan Self Awareness Dan Self Perception Terhadap Metakognitif Peserta Didik Pada Materi Protista (Studi Korelasional di Kelas X MIPA SMAN 4 Tasikmalaya Tahun Ajaran 2020/2021)*. **Tesis**, Universitas Siliwangi.
- Pradana, S.R.P. 2017. *Hubungan Self Awareness Terhadap Safety Behavior*

Ditinjau Dari Masa Kerja Yang Berbeda Pada Karyawan Cv. Prima Utama Di Temanggung. Skripsi. Semarang : Universitas Negeri Semarang.

Rogers, C. R. 1961. *A Therapist's View of Psychotherapy*. Constable.

Satria Rifqi Putra Pradana. 2017. *Hubungan Self Awareness Terhadap Safety Behavior Ditinjau Dari Masa Kerja Yang Berbeda Pada Karyawan Cv. Prima Utama Di Temanggung.* Semarang : Universitas Negeri Semarang.(Online). diakses pada tanggal 13April 2021.

Sayekti. 2010. *Berbagai Pendekatan Dalam Konseling*. Yogyakarta : Menara Mas Offset.

Singadimedja, H. 2007. *Hubungan Antar Makna Kerja Dan Manajemen Diri Pada Pekerja Putus Hubungan Kerja Karena Pailit*. Skripsi tidak diterbitkan. Depok: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.

Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. ALFABETA BANDUNG.

Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung : Alfabeta.

Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.

Solso, L.R., Maclin, H.O., & Maclin, K.M. (2008). *Psikologi Kognitif*. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Sopandi, Daden, dkk. 2021. *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta : CV Budi Utama.

Tri Pepin Riana. 2020. *Pelaksanaan Client Centered Therapy Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Korban Kekerasan Keluarga Di Lembaga Perlindungan Anak (Lpa) Provinsi Lampung*. Lampung : Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. (Online). diakses pada tanggal 15 April 2021.

Umi Mahmudah. 2019. *Efektivitas Pemberian Layanan Konseling Individu Dengan Menggunakan Pendekatan Person Centered Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Kelas X SMK HIDAYATUS SHOLIHIN Tahun Pelajaran 2018/2019* . Kediri : Universitas Nusantara PGRI Kediri.

Veninda Herinawati, dkk. 2022. *Pendekatan Client Centered Dengan Teknik Problem Solving Untuk Meningkatkan Kurang Percaya Diri Dari Pergaulan Teman Sebaya*. Jurnal : Muria Research Guidance and Counseling Jurnal. diakses pada tanggal 12 Juni 2023.

Wahyu Aji Fatma Dewi. 2020. *Dampak Covid-19 Terhadap Implementasi Pembelajaran Online Di Sekolah Dasar*. Edukatif : Jurnal Ilmu Pendidikan Volume 2 Nomor 1 April 2020 Halm 55-61 EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN p-ISSN 2656-8063 e-ISSN 2656-8071. Semarang : Universitas Kristen Satya Wacana. (*Online*). diakses pada tanggal 16 Maret 2021.

plagiasi putri

ORIGINALITY REPORT

23%

SIMILARITY INDEX

23%

INTERNET SOURCES

2%

PUBLICATIONS

2%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

repo.uinsatu.ac.id

Internet Source

8%

2

jurnal.fdk.uinsgd.ac.id

Internet Source

7%

3

eprints.uny.ac.id

Internet Source

3%

4

simki.unpkediri.ac.id

Internet Source

3%

5

eprints.iain-surakarta.ac.id

Internet Source

2%

Exclude quotes On

Exclude matches < 2%

Exclude bibliography On

plagiasi putri

PAGE 1

PAGE 2

PAGE 3

PAGE 4

PAGE 5

PAGE 6

PAGE 7

PAGE 8

PAGE 9

PAGE 10

PAGE 11

PAGE 12

PAGE 13

PAGE 14

PAGE 15

PAGE 16

PAGE 17

PAGE 18

PAGE 19

PAGE 20

PAGE 21

PAGE 22

PAGE 23

PAGE 24

PAGE 25

PAGE 26

PAGE 27

PAGE 28

PAGE 29

PAGE 30

PAGE 31

PAGE 32

PAGE 33

PAGE 34

PAGE 35

PAGE 36

PAGE 37

PAGE 38

PAGE 39

PAGE 40

PAGE 41

PAGE 42

PAGE 43

PAGE 44

PAGE 45

PAGE 46

PAGE 47

PAGE 48

PAGE 49

PAGE 50

PAGE 51

PAGE 52

PAGE 53

PAGE 54

PAGE 55

PAGE 56

PAGE 57

PAGE 58

PAGE 59

PAGE 60

PAGE 61

PAGE 62

PAGE 63

PAGE 64

PAGE 65

PAGE 66

PAGE 67

PAGE 68

PAGE 69

PAGE 70

PAGE 71

PAGE 72

PAGE 73

PAGE 74

PAGE 75

PAGE 76

PAGE 77

PAGE 78

PAGE 79

PAGE 80

PAGE 81

PAGE 82

PAGE 83

PAGE 84

PAGE 85

PAGE 86

PAGE 87

PAGE 88

PAGE 89

PAGE 90

PAGE 91

PAGE 92

PAGE 93

PAGE 94

PAGE 95

PAGE 96

PAGE 97

PAGE 98

PAGE 99

PAGE 100

PAGE 101

PAGE 102

PAGE 103

PAGE 104

PAGE 105

PAGE 106

PAGE 107

PAGE 108

PAGE 109

PAGE 110

PAGE 111

PAGE 112

PAGE 113

PAGE 114

PAGE 115

PAGE 116

PAGE 117

PAGE 118

PAGE 119

PAGE 120

PAGE 121

PAGE 122
